

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



**ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ
XLV НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ
ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО
ОКРУГА
(февраль - март 2018 г., г. Краснодар)**

ЧАСТЬ 2

**КРАСНОДАР
2018**

УДК 796(06)
ББК 75.1
Т 29

Печатается по решению редакционно-издательского совета
Кубанского государственного университета физической культуры,
спорта и туризма

Редакционная коллегия:

доктор филологических наук, профессор С.Г. Казарина,
доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков,
доктор медицинских наук, профессор Е.М. Бердичевская,
доктор психологических наук, профессор Г.Б. Горская,
кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Ерёмина,
кандидат педагогических наук, доцент Л.И. Просоедова.

Т 29 Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль - март 2018 г., г. Краснодар): материалы конференции / редкол. : С.Г. Казарина, М.М. Шестаков, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Е.А. Ерёмина, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. - Часть 2. – 358 с.

УДК 796(06)
ББК 75.

© КГУФКСТ, 2018

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЗИМНИХ ВИДОВ, ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТА И СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВЕЛОТРЕНАЖЕРА WATTBIKE В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ

В.А. Агасьян, В.З. Яцык, В.А.Сучков

Аннотация. Возможность измерения мощности педалирования изменяет процесс велосипедных тренировок не только в сезоне, но и в межсезонье. При неблагоприятных погодных условиях целесообразно использовать велотренажер WATTBIKE, который позволяет совершенствовать технику педалирования, а также развивать физические качества велосипедиста.

Ключевые слова: велосипедный спорт, мощность педалирования, техника педалирования, велотренажер.

WATTBIKE появился на рынке относительно недавно. В отличие от других велотренажеров он ориентирован на любителей и на профессиональных велосипедистов. Велотренажер имеет возможность установки посадки велосипедиста с учетом индивидуальных морфологических показателей, таким образом максимально приближая ее к посадке на гоночном велосипеде, что позволяет проводить более эффективные тренировки. WATTBIKE отображает такие показатели как текущая скорость, средняя скорость, пройденная дистанция, расход энергии, частота вращения педалей, выходная мощность педалирования с возможностью фиксации усилий левой и правой ног отдельно. В комплект велотренажера включены нагрудные ремни для фиксации ЧСС спортсмена во время работы. Программное обеспечение велотренажера позволяет пользователям сохранять информацию о тренировочной сессии под своим именем в отдельной папке. Имеется возможность программировать тренировки, что даёт возможность тренировать спортсменов по индивидуальному плану, заранее моделируя тренировочный процесс [3,4].

Наряду с развитием физических качеств, WATTBIKE позволяет совершенствовать технику кругового педалирования. На мониторе в реальном времени отображается приложение усилий во всех зонах педалирования, что позволяет определить зоны, где спортсмен теряет мощность. Возможность точно задавать мощность работы позволяет использовать WATTBIKE для проведения различных тестов этапного контроля, в том числе - со ступенчато-возрастающей нагрузкой [1,2].

Таким образом, можно сказать, что велотренажер соответствует большинству требований реальной езды на велосипеде, идеально подходит для развития физических качеств велосипедистов в межсезонье, проведения лабораторных тестов и совершенствования техники в тренировочном процессе велосипедистов шоссейников.

Исходя из полученной информации велотренажер WATTBIKE является наилучшим тренажером в подготовке велосипедистов различной квалификации и уровня подготовленности в межсезонье.

Литература:

1. <http://www.silno.ru/upload/iblock/16e/16e4f57df45fd649fce20e9e1630fb5c.pdf>
2. будь-быстрее.рф/велотренажер-wattbike/

3. Агасьян, В.А., Капустин, А.А. Оперативное управление тренировочным процессом велосипедистов высокой квалификации на основе показателя мощности педалирования // Тез. докл. XXXXIII науч. конф. студ. и молодых ученых КГУФКСТ. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Ч. 2. – с. 35.

4. Агасьян В.А., Сучков В.А., Яцык В.З. Сравнительные характеристики датчиков мощности педалирования//Тез. докл. XLIV науч. конф. студ. и молодых ученых вузов ЮФО. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Ч. 1. – с. 300.

РАЗВИТИЕ СКОРОСТНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ОРИЕНТИРОВЩИКОВ НА ДИСТАНЦИИ «СПРИНТ»

К.О. Агеев, А.С. Подгорная

Аннотация. Скоростная выносливость у спортсменов, занимающихся спортивным ориентированием, имеет свою специфичность, так как нужно преодолеть дистанцию спринт на высокой скорости, не совершив ошибок.

Ключевые слова: скоростная выносливость, спортсмен, спортивное ориентирование, спринт.

Скоростная выносливость - это способность поддерживать высокую скорость в течение максимально продолжительного времени.

Три фактора, влияющих на скоростную выносливость [1]:

1. Фактор функциональной устойчивости – разрешает сохранить активность функциональных единиц организма при неблагоприятных условиях в его теле.

2. Личностно-психический фактор – важный фактор для проявления выносливости. К нему относят: мотивацию на поставленную цель, устойчивость на длительные тренировки и активное участие в соревнованиях, целеустремленность, настойчивость, выдержка, терпение.

3. Фактор генотипа и среды – аэробная выносливость обусловлена влиянием наследственных факторов, передаваемых родителями, средой проживания, а также и среда тренировок и сборов.

Скоростная выносливость имеет огромное значение для спортсменов-ориентировщиков, так как в соревновательной деятельности чем выше подготовленность спортсмена, тем легче и лучше он будет преодолевать анаэробный порог и на высокой скорости детально читать карту [2,3].

Правильный подбор нагрузки на тренировках, упражнений и интервала отдыха, специфично сказывается на соревновательной деятельности.

В этом виде спорта исход и результативность прохождения дистанций зависит не только от хорошей техники спортсмена, но и от его физической подготовленности, а именно его выносливости.

Развитие скоростной выносливости в упражнениях.

1. Челночный бег
2. Рваный бег
3. Интервальный бег по пересеченной местности
4. Темповый кросс
5. Бег на короткие дистанции (100,200,400,1000 метров)

Литература:

1. Вяткин, Л.А. Туризм и спортивное ориентирование: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук. 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 208 с.

2. Ганопольский В.И. и др. Туризм и спортивное ориентирование. М.: Физкультура и спорт, 1987. – 240 с.

3. Чеснокова А.С., Долгополов Л.П. Значение спортивного ориентирования в спортивном туризме // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Часть 2. – 57 с.

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ЛЫЖЕРОЛЛЕРНОГО СПОРТА В ЮЖНЫХ РЕГИОНАХ

К.А. Акопян, Т.А. Эшонкулова, В.З. Яцык

Аннотация. В России лыжероллерный спорт долгое время применялся лыжниками-гонщиками как альтернативное средство подготовки в бесснежное время года. С 1990-х годов он стал самостоятельным видом спорта, у которого появились многочисленные последователи в различных регионах нашей страны.

Ключевые слова: лыжероллерный спорт, трассы, развитие, проблемы, перспективы.

Бурное развитие лыжероллерного спорта в Средней полосе России обусловлено тем, что многие лыжники-гонщики переквалифицировались в лыжероллерный спорт в связи с отсутствием значимых перспектив в лыжных гонках.

Проведение регулярных чемпионатов страны, чемпионатов и первенств Европы и мира, Кубков России и мира, включение лыжероллерного спорта в Единую всероссийскую спортивную классификацию дало значительный толчок к развитию данного вида спорта по всей стране [3].

В настоящее время к основным проблемам развития лыжероллерного спорта в южных регионах относят: отсутствие лыжероллерных трасс; отсутствие эффективной системы работы в ДЮСШ; отсутствие квалифицированных специалистов – тренеров, управленцев, судей; для подавляющего числа населения – дорогой инвентарь и снаряжение; малое количество занимающихся лыжероллерным спортом в силу указанных выше причин [1,2].

Дальнейшее развитие лыжероллерного спорта на Юге России предполагает: проведение активной пропаганды и рекламы этого вида спорта; создание необходимых условия для работы специалистов; создание условий для привлечения специалистов, но большее внимание необходимо уделять подготовке собственных кадров, так как без увлеченных профессионалов решение всех вопросов представляется крайне проблематичным; создание эффективной системы работы в детско-юношеских спортивных школах; создание лыжероллерных трасс; организацию и проведение соревнований по данному виду спорта с привлечением участников из других регионов России.

Литература:

1. Яцык, В.З. О введении в учебные планы Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма дисциплины «Лыжная подготовка» / В.З. Яцык, О.С. Васильченко, А.В. Ермин, И.С. Горбачев //Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2010. – № 2. – С. 2-4.

2. Яцык, В.З. Развитие лыжного спорта в Краснодарском крае / В.З. Яцык, О.С. Васильченко. – Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015, Том № 2. – С. 220-221.

3. Яцык, В.З. Особенности первоначального обучения студентов передвижению на лыжероллерах / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков// Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСиТ (21-27 июня 2016 г., г. Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 262-264.

СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ- ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» ДЛИННАЯ

Д.В. Берляков, А.С. Подгорная

Аннотация. В данной работе рассматривается значимость знаний и подготовки спортсменов туристов по спортивному ориентированию.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, подготовка спортсменов туристов; группа дисциплин – «дистанция пешеходная» длинная; спортсмен.

Спортивное ориентирование – это такой вид спорта, в котором участники с помощью спортивной карты и компаса должны пройти дистанцию через контрольные пункты, расположенные на местности [1,2].

Спортивный туризм - вид спорта, целью которого является спортивное совершенствование человека в преодолении естественных препятствий.

Овладение знаниями спортивного ориентирования очень важно с точки зрения тактической подготовки, для спортсменов туристов на «дистанции- пешеходная» длинная. Эти знания помогают более быстро и четко преодолевать этап ориентирования т.е. находить контрольные пункты при помощи карты. Эта роль определяется при помощи эксперимента. На учебно-тренировочном этапе было произведено разделение группы на две подгруппы: первая занималась по программе спортивного туризма, вторая подгруппа занималась по той же программе, но только в нее были добавлены элементы тренировок ориентировщиков.

Результатом этого эксперимента стало то, что вторая группа занимающихся показывала результаты на «дистанции - пешеходная» длинная лучшие, чем первая. Это обусловлено, на наш взгляд, тем, что знания, полученные в результате тренировок смешанного типа, помогли спортсменам быстрее проходить этап ориентирования.

Путем сравнения финишных протоколов соревнований по спортивному туризму дистанции пешеходной и спортивного ориентирования, так же можно выявить значимость знаний и умений ориентирования для спортсмена туриста.

Открыв «сплиты» ориентирования и туризма, рассчитав время работы на этапе ориентирования туристов, путем сложения работы на всех этапах и вычитания полученного числа из всего времени прохождения дистанции, можно сравнить время работы на дистанции спортсмена ориентировщика и полученное время на этапе у спортсменов туристов. По полученным числам, а это 1 час 21 минута 1 секунда – время работы туристов и 34 минуты 11 секунд – время работы ориентировщика, видно, что время существенно различается. Это говорит о том, что навыки и знания, полученные в сфере спортивного ориентирования, могут помочь в спортивном туризме в группе дисциплин «дистанция - пешеходная» длинная.

Литература:

1. Ганопольский, В.И. и др. Туризм и спортивное ориентирование. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 240 с.

2. Чеснокова, А.С., Долгополов, Л.П. Значение спортивного ориентирования в спортивном туризме // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Часть 2. – 57 с.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СКАЛЬНОГО СТЕНДА С ЗАЦЕПАМИ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ТУРИСТОВ Г. КРАСНОДАРА

А.Н. Бурякова, Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе рассмотрена методика совершенствования силовых возможностей спортсменов туристов.

Ключевые слова: спортивный туризм; скальный стенд; сила; скалодром.

Спортивный туризм – масштабный вид спорта, который охватывает своей историей и традициями многие годы. Для демонстрирования высоких результатов спортсмену-туристу необходимо совершенствовать физические качества[2]. Мы же предлагаем обратить свое внимание на такое физическое качество, как сила[1].

В современных условиях подготовки спортсменов-туристов используют двигательные навыки характерные для горного туризма. Для формирования и совершенствования силовых навыков в качестве технического средства использовался скалодром. Скалодромом называют специальный стенд с зацепами, созданный для имитации скальной среды в условиях тренировочного процесса[1].

В соревнованиях группы дисциплин дистанции «горная» или «пешеходная» наглядными примерами навыка являются: лазание на скорость и сложность, работа с партнером, технические приемы с веревкой (страховка, самостраховка) и другим специальным снаряжением (карабины, тормозные устройства, оттяжки) [3]. Процесс силовой подготовки состоит из следующих компонентов:

1) - развитие силы всех мышц тела без учета специфики передвижения на дистанции. Она предназначена в основном для разностороннего совершенствования силовых возможностей туриста.

2) - тренировка силовых способностей мышечных групп, задействованных в работе с веревками и на этапах в условиях, напоминающих характер напряжения и режим работы мышц, характерных для данного вида спорта.

3) - специальная силовая подготовка, заключающаяся в повышении силы при выполнении таких движений, которые совпадают со структурой движений на скальных участках.

В ходе нашего исследования выявлено, что в условиях развития спортивного туризма на сегодняшний день, одним из самых эффективных способов развития силовых способностей спортсмена-туриста является использование стендов с зацепами - скалодромов.

Литература:

1. Байковский, Ю.В. Классификация и особенности формирования горных неолимпийских видов спорта / Ю.В. Байковский. – М.: Вертикаль, Анита - пресс, 2014. – 256 с.

2. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной подготовки спортсменов. — М.: ФиС, 1988. – 330 с.

3. Вуколов, В.Н. Теория и практика подготовки специалистов туристской индустрии в высших учебных заведениях: автореф. дис. ... докт. пед. наук / В.Н. Вуколов; Каз.ГАСТ. - Алматы, 2001. – 39 с.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИМИТАЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ ОБУЧЕНИИ ТЕХНИКЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ НА ЛЫЖАХ

Д.В. Благодаров, Е.А. Иванов, О.С. Васильченко

Аннотация. В данном исследовании рассматривается применение имитационных упражнений при обучении технике лыжных ходов.

Ключевые слова: обучение, лыжная подготовка, имитационные упражнения.

Рассматривая научный и практический опыт работы по формированию техники лыжных ходов, необходимо заметить, что основные формы и методы, применяемые при обучении основам техники, не всегда позволяют проводить обучение основам с достаточным уровнем качества. Основной причиной является ограниченность учебного времени и слабая физическая подготовленность студентов [1]. В связи с этим, актуальной становится проблема, которая заключается в поиске нового метода обучения лыжной технике, в которой будут включены комплексы имитационных упражнений. Все вышеизложенное будет способствовать повышению эффективности образовательного процесса. Обучение основам техники необходимо начинать с упражнений, которые будут проводиться в облегченных условиях, то есть, вначале изучают отдельные элементы лыжного хода, затем все элементы соединяют и постепенно усложняют их [3]. Шаговая имитация лыжных ходов, очень похожа по своей структуре на обычную ходьбу, которая является уже известным двигательным действием для студентов. Поэтому обучение технике необходимо начинать с подводящих упражнений, а также шаговой имитации без лыжных палок. Затем необходимо постепенно переходить на имитацию с палками, что влечет за собой усложнение условий. После шаговой имитации следует переходить на прыжковую, также сначала без лыжных палок. Целесообразно, перед тем как начать обучение технике на лыжах, начать изучение лыжных ходов с имитационных упражнений на снегу. Это делается для того, чтобы появилась возможность прочувствовать разницу между упражнениями, выполняемыми в зале и на снегу, и смогли в дальнейшем использовать их в основных упражнениях. При недостатке учебного времени, необходимо добавить самостоятельную подготовку [3]. Выполнение самостоятельных упражнений должно помочь развить такие способности, как равновесие, сила и скоростно-силовая подготовка, которые необходимы при обучении и совершенствовании техники лыжных ходов.

Литература:

1. Яцык, В.З., Парамзин, В.Б., Горбиков, И.И. Особенности первоначального обучения студентов передвижению на лыжероллерах // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – С. 262-264.
2. Яцык, В.З., Горбиков, И.И., Васильченко, О.С. Методика начального обучения студентов в лыжероллерном спорте // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2014. – С. 262-264.
3. Яцык, В.З., Парамзин, В.Б., Горбиков, И.И. Построение подготовительной части учебно-тренировочного занятия по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – С. 284.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КОМАНДНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»

В.А. Водопьянов, Л.П. Долгополов

Аннотация. Особенностью спортивной команды является взаимодействие между ее членами. Важным фактором психологического климата являются межличностные отношения – объективно переживаемые, в разной степени осознаваемые взаимосвязи между ее членами.

Ключевые слова: команда, командное взаимодействие, референтность.

Важно ли командное взаимодействие для достижения высоких результатов? Спортивная команда, как правило, является формальным объединением, однако ей присущи и некоторые признаки объединения неформального: общие интересы и стремления, деятельность, осуществляемая на добровольных началах. Характерной особенностью, определяющей спортивную команду, является взаимодействие между ее членами. Члены команды зависят друг от друга и имеют общие цели.

Спортивный туризм является очень серьезным и потенциально опасным видом спорта. Взаимопонимание в группе является неотъемлемой частью этого вида спорта.

На соревнованиях в этих дистанциях лучшие результаты всегда показывают те команды, в которых участники используют как можно меньше слов, больше действий, а главное, когда они понимают значение этих слов. Ведь проще сказать одно слово, а не терять время и рассказывать, что должен сделать или сделал не так другой участник. При проведении анализа действий команды, в которой явно видны разногласия, и команды, в которой все понимают друг друга с полуслова, можно увидеть, что более сплоченная и организованная группа участников показывает более эффективные результаты, чем та, в которой отсутствует взаимопонимание.

Для достижения такого взаимопонимания тренер должен уметь влиять и создавать комфортный психологический климат в команде. На межличностные отношения в группе влияет такой фактор, как референтность, значимость для индивида окружающих его людей. Чем выше уровень референтности окружающих, цели и содержания деятельности, тем большее влияние на отдельную личность способна оказать группа.

Взаимодействие в спортивном туризме – это сложный тактический процесс. Ведь тактика – это одно из главных условий для успешного прохождения дистанции. Для совершенствования командного взаимодействия должны проводиться различные тренировки, командные игры, в которых основной целью будет взаимодействие членов команды друг с другом.

Важно ли командное взаимодействие для достижения высоких результатов? Проанализировав выступления различных команд, можно с уверенностью сказать, что взаимодействие и взаимопонимание в команде – это неотъемлемая часть достижения высоких результатов.

Литература:

1. Долгополов, Л.П. Особенности тактики сложного горного похода: В кн.: Развитие самостоятельного туризма как фактора организации свободного времени населения. (Матер. всесоюз. науч.-практ. конференции. – М.: ЦРИБ Турист, 1988. – 323 с.

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ

А.В. Гладкова, В.З. Яцык

Аннотация. В данной работе представлена историческая справка по проблемам и перспективам развития фигурного катания.

Ключевые слова: фигурное катание, вид спорта, развитие, проблемы, перспективы.

Фигурное катание на коньках – зимний вид спорта, суть которого заключается в перемещении спортсмена или пары спортсменов по ледовой арене с выполнением вращений, поддержек, прыжков и других элементов под музыкальное сопровождение. Как отдельный вид спорта фигурное катание сформировалось в 1860-х годах, с 1924 года является олимпийским видом спорта. Выделяют одиночное – мужское и женское – и парное катания.

В настоящее время фигурное катание является одним из самых зрелищных и массовых видов спорта во всем мире. Российское фигурное катание находится на стадии подъема, что подтверждается высочайшими достижениями фигуристов на европейском и общемировом уровнях. Наибольший вклад в развитие российского фигурного катания внесли Алексей Ягудин, Евгений Плющенко, Максим Траньков и Татьяна Волосожар. Лидерами женского катания на данный момент также являются Аделина Сотникова, Евгения Медведева.

Однако, несмотря на наличие высших достижений российских спортсменов, специалисты указывают на ряд существующих региональных проблем, без решения которых фигурное катание в России может утратить завоеванные позиции.

К числу этих проблем ученые и специалисты относят: отсутствие специализированных спортивных объектов с ледовыми площадками, приспособленными для фигурного катания на коньках; недостаточное время, выделяемое для ледовой подготовки фигуристов в имеющихся неспециализированных спортивных комплексах; недостаточное количество квалифицированных тренерских кадров; отсутствие системной работы по подготовке, переподготовке и повышению квалификации управленческих и педагогических кадров, в том числе судей; недостаточное количество занимающихся для качественной селекции наиболее одаренных спортсменов; отсутствие системного подхода к развитию фигурного катания на коньках; слабая материально-технической база; малое количество некоммерческих групп [2,3]. Если данные проблемы не будут решаться в ближайшее время, то Российское фигурное катание на коньках обречено на утрату передовых позиций на международном уровне [1].

Литература:

1. Яцык, В.З. Технология профессионального отбора будущих специалистов по направлению подготовки «Физическая культура» // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 12. – С. 6-12.
2. Яцык, В.З. О введении в учебные планы Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма дисциплины «Лыжная подготовка» / В.З. Яцык, О.С. Васильченко, А.В. Ермин, И.С. Горбачев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2010. – № 2. – С. 2-4.
3. Яцык, В.З. Развитие лыжного спорта в Краснодарском крае / В.З.Яцык, О.С. Васильченко. – Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ, том № 2. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – С. 220-221.

МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ БОБСЛЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

В.А. Головинов, В.Б. Парамзин

Аннотация. Качественное управление подготовкой бобслеистов предполагает использование моделей, включающих модельные характеристики, отображающих морфологические показатели, уровень скоростно-силовой, технической и психологической подготовленности.

Ключевые слова: модель, морфологические показатели, скоростно-силовые качества, техническая подготовленность, психологическая подготовленность.

В современной теории спорта в качестве главного инструмента управления сложными системами (спортсмены и их подготовка) рассматривается разработка моделей [3], которые теоретики и специалисты делят на две основные группы.

Первую группу составляют модели: структура соревновательной деятельности (СД) [2]; подготовленность спортсменов [3]; возможности функциональных систем.

Во второй группе представлены модели, характеризующие различные характеристики процесса подготовки спортсменов: многолетняя подготовка, этапы подготовки, структура тренировочных этапов, циклов, периодов и т. д. [1].

Модельная характеристика – это конкретный показатель из модели, содержащий формализованные эталонные показатели, обеспечивающие ведение эффективной и стабильной соревновательной деятельности [3].

Специфика бобслея предполагает отсутствие «общих» модельных показателей СД, так как модельные показатели по скорости разгона и прохождения дистанции разрабатываются индивидуально для каждой трассы, каждого экипажа и каждого боба.

На результат соревнования в бобслее влияет большое количество факторов.

Из морфологических показателей выделяют возраст, рост, вес.

Скоростно-силовые качества спортсменов определяются по тестам: бег 30 м со старта (сек.); прыжок с места (м); поднятие штанги на грудь п/п (кг); приседание со штангой на плечах (кг); разгон тренажера на ледовой эстакаде 50 м (сек.) из положения сбоку и сзади.

Критерии технической подготовленности: техника бега по эстакаде с бобом и запрыгивание (забегание) в боб; сила, прикладываемая к ручкам боба; перехват рук на 2-м, 3-м шаге стартового разгона без «паузы»; универсальность техники боковых разгоняющих при разгоне и забегании в боб.

Критерии психологической готовности: владение методами психологической саморегуляции, методами развития психологической устойчивости, психологическая устойчивость на тренировках и соревнованиях в обычных и экстремальных условиях.

Литература:

1. Климов, Ю.М. Построение годичного цикла подготовки гандболистов высокой квалификации / Ю.М. Климов, В.З. Яцык, Ю.М. Портнов, Б.Н. Шустин // Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 9. – С.
2. Яцык, В.З. Соревновательные модели гандболистов высокого класса / В.З. Яцык, Ю.М. Портнов, В.И. Тхорев // Теория и практика физической культуры – 1986. – № 3. – С.
3. Построение тренировочного процесса гандболистов высокой квалификации в условиях длительного соревновательного периода: дисс. ... канд. пед. наук / В.З. Яцык – М.: ВНИИФК, 1988. – 178 с.

ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ БОБСЛЕЯ В ОЛИМПИСКОМ ЦИКЛЕ 2014-2018 ГОДА

В.А. Головинов, В.Б. Парамзин

Аннотация. Спортивные достижения команд на мировом уровне обуславливаются наличием собственных трасс высокого уровня, высокоэффективным обследованием и анализом соревновательной деятельности, переквалификацией сильнейших разгоняющих в пилоты, значительным накатом на трассе.

Ключевые слова: трасса, накат, соревновательная деятельность, анализ, пилот, подготовка.

На современном этапе развития бобслея ключевой фактор, обеспечивающий успех той или иной команды на международной арене, – наличие в стране трасс высокого уровня, что позволяет часто проводить турниры различных рангов на этих трассах. Это положение подтверждается традиционно высоким рейтингом немецких спортсменов, так как большое количество международных кубковых соревнований проводится именно на трассах в Германии. На турнирах, которые проводятся в других странах, российские экипажи практически ни в чем не уступают немецким.

Следующий фактор – наличие высокого уровня организации обследования соревновательной деятельности на трассах и качество аналитической работы, которые в странах-лидерах мирового бобслея проводятся уже не одно десятилетие и направлены на: изучение трасс; особенностей скольжения на них в тех или иных погодных условиях, при тех или иных конструктивных особенностях бобов и полозьев. Качественное обследование соревновательной деятельности обеспечивает не только эффективное комплектование экипажей и высокий уровень их подготовки, но и высокую точность прогноза выступлений [2].

В настоящее время на лидирующие позиции в бобслее вышли пилоты, которые переквалифицировались из сильнейших разгоняющих в своих странах. К их числу относятся спортсмены из Швейцарии, Латвии. Канадцы и американцы также пошли по этому пути. В российском бобслее также имеется ряд сильных молодых разгоняющих, которым рекомендуют обучаться пилотированию.

Следующая тенденция – существенное увеличение объема наката на трассе, то есть совершение значительного количества заездов в соответствии с положением о том, что тренировочные нагрузки должны существенно превышать нагрузку собственно соревновательного упражнения [3]. Кроме этого, многочисленные заезды позволяют тестировать оборудование, пробовать различные варианты прохождения трассы и различные настройки боба. Все это вносит существенный вклад в совершенствование целостного соревновательного упражнения [2].

Литература:

1. Климов, Ю.М. Построение годичного цикла подготовки гандболистов высокой квалификации / Ю.М. Климов, В.З. Яцык, Ю.М. Портнов, Б.Н. Шустин // Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 9. – С.

2. Яцык, В.З. Соревновательные модели гандболистов высокого класса / В.З. Яцык, Ю.М. Портнов, В.И. Тхорев // Теория и практика физической культуры – 1986. – № 3. – С.

3. Яцык, В.З. Построение тренировочного процесса гандболистов высокой квалификации в условиях длительного соревновательного периода: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.З. Яцык. – Москва: ВНИИФК, 1988. – 24 с.

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» В ЗАКРЫТЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ

Е.С. Горелова, Л.П. Долгополов, А.С. Подгорная

Аннотация. В данной работе рассматриваются особенности соревновательной деятельности в группе дисциплин «дистанция пешеходная» в закрытых помещениях.

Ключевые слова: соревнования, дисциплина «дистанция пешеходная», спортивный туризм, спортсмены.

Спортивный туризм в закрытых помещениях – спорт, основу которого составляют соревнования по прохождению дистанции в закрытых помещениях и проложенных на искусственном рельефе. Соревнования по спортивному туризму в группе дисциплин «Дистанция-пешеходная» в закрытых помещениях проводятся с целью выявления сильнейших спортсменов и повышения технического мастерства. Задачами соревнований являются отработка и совершенствование технических и тактических приемов. Основными целями и задачами спортсменов при прохождении данной дистанции являются преодоление препятствий за минимальное количество времени, с минимальной затратой сил. Прохождение спортивных дистанций осуществляется с использованием специального туристского снаряжение, облегчающего и ускоряющего преодоление этапов, обеспечивающего безопасность и выполнение технических приемов. С недавнего времени спортсмены – туристы специализируются только в одном виде дистанции: в закрытых помещениях или на естественном рельефе. Разделение происходит из-за специфики технической и физической подготовки и нагрузки.

Анализируя показатели прохождения дистанции на естественном рельефе и в закрытых помещениях можно сделать вывод: на дистанции в закрытых помещениях большую роль играет развитие скоростно-силовой выносливости, время прохождения дистанции минимально (2-3 минуты), а на естественном рельефе ведущей является общая выносливость (время прохождения дистанции 20-30 минут).

Чтобы развивать скоростно-силовую выносливость применяется интервальный метод тренировки. Скоростная выносливость способствует преодолению дистанции за минимальное время и максимальной скоростью [1]. В целях ее совершенствования рекомендуется проходить соревновательную дистанцию с максимальной интенсивностью, или прохождение более длинной дистанции, чем соревновательная.

Силовая выносливость способствует длительному выполнению силовой работы без снижения ее эффективности [2]. Для воспитания данного типа выносливости в тренировочном процессе используется метод круговой тренировки. Применяются разнообразные упражнения с отягощением, выполняемые методом повторных усилий. Один из показателей развития силовой выносливости является число повторений упражнения, выполняемого с максимальным приложением усилий с отягощением.

Литература:

1. Востоков, И.Е., Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм. – М.: Советский спорт, 2004. – 328 с.
2. Долгополов, Л.П., Чеснокова, А.С. Индивидуальный подход к подготовке спортсменов-туристов 12-14 лет / Физическая культура и спорт – основы здоровой нации: III Междунар. науч.-практ. конф. Чита: ЗабГУ, 2016. – 272 с.

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС В ЛЫЖЕРОЛЛЕРНОМ СПОРТЕ

О.И. Гунькина, О.С. Васильченко

Аннотация. В работе рассматривается периодизация годового цикла подготовки в лыжероллерном спорте, методы и средства, используемые в учебно-тренировочном процессе и требования к его проведению.

Ключевые слова: периоды подготовки, годичный цикл, лыжероллерный спорт, методы, средства.

Лыжероллерная подготовка включена в учебно-тренировочный процесс подготовки от начинающих лыжников в детско-юношеских спортивных школах и до подготовки лыжников и биатлонистов сборной команды страны. В бесснежный период около половины тренировочного времени используется на выполнение упражнений на лыжероллерах, как лыжниками, так и биатлонистами.

Рост популярности лыжероллерной подготовки predetermined дальнейшее развитие и преобразование в упражнение основного вида, а именно лыжероллерный спорт, со своей системой тренировочной и соревновательной деятельности, а также руководством, планированием, организацией, обеспечением, контролем и учетом.

Возросли требования к специалистам-тренерам [1], планированию видов подготовки в годичном цикле, применению методов и средств подготовки [2,3], подготовке лыжероллерных трасс, экипировке, инвентарю и оборудованию, профилактике и предупреждению травматизма.

Основными периодами в годичном цикле подготовки являются подготовительный осенне-зимне-весенний; основной - весенне - летний, переходный – осенний период.

Методы развития общих и специальных физических качеств, формирования и совершенствование двигательных навыков, воспитание морально-волевых качеств, такие же, как в циклических видах спорта.

Самые распространенные средства, используемые в тренировочном процессе это:- имитационные и подводящие упражнения; подготовительные и специальные упражнения из других видов спорта; специальные упражнения, выполняемые на классических и коньковых лыжероллерах; кроссовая подготовка с прыжковой имитацией; кросс-поход; спортивные и подвижные игры [2,3].

Литература:

1. Парамзин, В.Б. Критерии и технология оценки профессиональной работоспособности специалистов физкультурных ВУЗОВ / В.Б. Парамзин// Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 3 (47). – С. 249-251.

2. Парамзин, В.Б. Характеристика основных средств, используемых на учебно-тренировочных занятиях по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.Б. Парамзин, В.З. Яцык, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – 249 с.

3. Яцык, В.З. Особенности первоначального обучения студентов передвижению на лыжероллерах / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ (21-27 июня 2016г., г. Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 262-264.

РАЗВИТИЕ СПЕЦИФИЧЕСКИХ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН МАРШРУТ.

Ю.О. Дудин, Л.П. Долгополов

Аннотация. В данной работе рассматривается значение специфических координационных способностей для спортсменов-туристов в дисциплине маршрут.

Ключевые слова: спортивный туризм, специфические координационные способности, спортсмен.

Спортивный туризм – вид спорта, в основе которого лежат преодоление пешеходных маршрутов и соревнования на дистанциях, проложенных в природной среде и на искусственном рельефе.

Группа дисциплин маршрут включает в себя преодоление локальных и естественных препятствий в природной среде. Сложность маршрута определяется категориями локальных препятствий, продолжительностью и автономностью [1].

Одной из основных задач преодоления маршрута является безопасность, как на отдельных участках, так и на всем его протяжении. Безопасное преодоление маршрута определяется тактикой преодоления маршрута, общей и специальной подготовкой.[1] Так же в этом могут помочь специфические координационные способности спортсмена.

Координационные способности – это способности человека, которые определяют его готовность к оптимальному управлению регулировкой двигательного действия. Специфические координационные способности (далее СКС) – возможности человека, которые определяют его готовность к рациональному управлению отдельными специфическими заданиями на координацию [2].

Развитие специфических координационных способностей играет большую роль для спортсменов-туристов в группе дисциплин маршрут. Для успешного преодоления туристских маршрутов различной категории сложности необходимо развивать СКС. При этом, чем выше сложность маршрута, тем больше должны быть развиты СКС у спортсмена.

При прохождении локальных или естественных препятствий на маршруте могут возникнуть трудности в выполнении двигательных задач (срывы, потеря равновесия на опасном отрезке препятствия, потеря ориентации в пространстве при падении), в преодолении которых помогут СКС.

Так же СКС в некоторой мере могут решить проблему экономичности энергозатрат [2]. Ритм, перестроение двигательной деятельности, согласование, дифференцирование параметров движений – все это позволяет спортсмену рационально использовать свои силы на протяжении всего маршрута.

На данный момент методик для развития СКС для спортсменов-туристов не существует. Но нельзя отрицать положительное влияние специфических координационных способностей в группе дисциплин маршрут.

Литература:

1. Долгополов, Л.П., Чеснокова, А.С. Индивидуальный подход к подготовке спортсменов-туристов 12-14 лет // Физическая культура и спорт – основы здоровой нации: III Международная научно-практическая конференция 18-19 февраля 2016 года г. Чита: ЗабГУ, 2016. – 272 с. стр. 137-142

2. Григорян, Э.А. Двигательная координация школьников в зависимости от возраста, пола и занятий спортом: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Киев, 2006. – 65 с.

РАЗВИТИЕ ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В ПРОЦЕССЕ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ФИГУРИСТОВ

А.В. Каверза, И.И. Горбиков, А.О. Фугаев

Аннотация. В работе рассмотрены результаты проведенного исследования по развитию координационных способностей и вестибулярной устойчивости фигуристов в процессе начального обучения.

Ключевые слова: фигуристы, координационные способности, вестибулярная устойчивость, упражнения.

Фигурное катание – это вид спорта, который требует достаточного уровня развития координационных способностей, вестибулярной устойчивости, равновесия и общефизических качеств. Успешное овладение техникой сложно-координационных движений, характерных для фигурного катания, влияет на успешное выполнение элементов в соревновательных условиях.

Нами было проведено исследование, направленное на развитие координационных способностей и вестибулярной устойчивости в процессе начального обучения.

В исследовании принимали участие дети-фигуристы в возрасте 6-7 лет, которые были разделены на две группы - контрольную и экспериментальную по 15 человек. В контрольной группе занятия проходили по стандартной программе. В экспериментальную программу были включены специальные упражнения, направленные на развитие вестибулярной устойчивости и координационных способностей. Упражнения имитационного характера и специальные использовались в подготовительной и заключительной части занятия в зале. Принцип подбора упражнений и методика проведения была аналогична проведению подготовительной и заключительной части занятия по лыжероллерной подготовке [1,3].

На первом этапе результаты экспертной оценки показали, что в контрольной группе высокий, средний и низкий результат имеют по пять человек. В экспериментальной группе высокий показатель у четырех, а средний и низкий у 6-ти и 5-ти человек соответственно. В конце исследований результаты экспертной оценки следующие: в контрольной группе семь человек показали высокий результат, средний три человека и низкий пять человек. В экспериментальной группе - высокий одиннадцать человек, средний четыре человека, детей с низким результатом нет.

Таким образом, проведенное исследование показало, что на стадии начального обучения увеличение специально-направленных упражнений в подготовительной и заключительной части занятия положительно отразилось на технической подготовленности фигуристов, что соответствует общетеоретическим положениям [2].

Литература:

1. Парамзин, В.Б. Характеристика основных средств, используемых на учебно-тренировочных занятиях по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.Б. Парамзин, В.З. Яцык, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2017. – Т. 1. № 1-1. – С. 249.
2. Яцык, В.З. Технология профессионального отбора будущих специалистов по направлению «физическая культура» // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 12. – С. 6-12.
3. Яцык В.З. Построение подготовительной части учебно-тренировочного

занятия по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 284.

К ВОПРОСУ ПЛАНИРОВАНИЯ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ФИГУРИСТОВ

А.В. Каверза, В.З. Яцык

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы планирования общей и специальной подготовки по развитию координационных способностей и вестибулярной устойчивости фигуристов на начальном этапе подготовки.

Ключевые слова: координационные способности, вестибулярная устойчивость.

Процесс физического совершенствования объединяет оздоровительный и развивающий компонент, а их соотношение должно определяться физическим состоянием, которое включает в себя физическое развитие, функциональное состояние и уровень физической подготовленности. При нормальном физическом состоянии обучаемых все компоненты могут быть реализованы в учебно-тренировочном процессе в оптимальном объеме [1]. Участие в данном процессе предъявляет определенные требования к профессиональной работоспособности специалистов-тренеров [2].

При планировании содержания общей и специальной подготовки учитывается возраст обучаемых и сенситивные периоды развития необходимых способностей и качеств. Грамотное планирование должно обеспечить качественное овладение движениями, сформировать навыки, развить координационные способности и вестибулярную устойчивость, повысить уровень разносторонней физической подготовленности. Основными средствами являются хореографические, акробатические, гимнастические упражнения и специальные упражнения на развитие координации движений, соответствующие технике выполнения элементов фигурного катания. Ключевыми составляющими координационных дарований считаются способности к ориентированию в пространстве, равновесию, реагированию, дифференцированию характеристик движений, способности к ритму, перестроению двигательных действий, вестибулярная устойчивость, произвольное расслабление мышц [3].

Координационные способности фигуристов необходимо развивать с 4–12 лет. Сложнокоординационные упражнения стоит развивать с 12 и до 18 лет, это связано с сенситивным периодом формирования двигательных качеств. Для повышения устойчивости вестибулярного анализатора необходим индивидуальный подход и дозировка специальных упражнений, эмоциональность и постоянное поддержание достигнутого уровня в процессе тренировки. Недопустимо форсирование развития за счет увеличения объемов. Допускается увеличение объемов только для тех качеств, которые хорошо поддаются тренировке в этот период. Основным методом практического разучивания и тренировки является метод строго регламентированного упражнения.

Литература:

1. Парамзин, В.Б. Физическое состояние как основной компонент построения процесса физического воспитания школьника / В.Б. Парамзин, М.Т. Рахмонова // Материалы научной и НМК ППС КГУФКСТ. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – № 1. – С. 196-197.
2. Парамзин, В.Б. Критерии и технология оценки профессиональной работоспособности специалистов физкультурных / В.Б. Парамзин // Вестник

Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 3 (47). – С. 249-251.

3. Разновская, С.В. Применение специальных упражнений для профилактики заболеваний и повышения уровня нервно-психической и эмоциональной устойчивости студентов / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин // Материалы конференций ИФКСиТ Петр. ГУ. – Петрозаводск: Издательство ПетрГУ, 2016. – С. 169-172.

ДОПИНГ. ЗИМНИЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ-2018

Р.В. Кадулин, О.С. Васильченко

Аннотация. В работе рассматриваются проблемы употребления допинга и дисквалификации российских спортсменов.

Ключевые слова: допинг, зимние Олимпийские игры-2018, дисквалификация.

Допинг — вещества, которые временно усиливают физическую или психологическую деятельность организма. Применение допинга спортсменами не только наносит ущерб их собственному здоровью, но и подрывает идеологические основы спорта.

Основными допинговыми средствами в настоящее время являются:

- стимуляторы;
- наркотики (наркотические анальгетики);
- анаболические стероиды и другие гормональные анаболизирующие средства;
- бетаблокаторы;
- диуретики.

Основной причиной широкого распространения допинга в современном спорте является убежденность многих тренеров и спортсменов в том, что без применения запрещенных веществ и методов невозможно достичь высоких спортивных результатов [2]. Масштабное ограничение применения спортсменами запрещенных веществ в спорте высших достижений происходит с помощью допинг-контроля. Однако кардинально проблему допинга в современном спорте она не решает. Вопросы, применения допинга в спорте давно привлекают к себе внимание как профессиональных спортсменов, так и людей, занимающихся любительским спортом [1]. 5 декабря в швейцарской Лозанне состоялось заседание исполкома Международного олимпийского комитета (МОК), на котором было принято решение отстранить сборную России от Олимпиады-2018 в Пхенчхане (Южная Корея) за употребление допинга. Все началось с расследования немецкого журналиста Хайо Зеппельта о применении российскими спортсменами запрещенных препаратов. Хайо Зеппельт заявил, что Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА) не восстановит Российское антидопинговое агентство (РУСАДА) в правах на заседаниях исполкома и совета учредителей организации. По его словам, это повлечет за собой отстранение Международным олимпийским комитетом (МОК) сборной России от участия в зимних Олимпийских играх-2018. Российские атлеты все же смогут принять участие на Олимпиаде, но только под олимпийским флагом. Это значит, что на Играх в Южной Корее не будет звучать российский гимн и мы не сможем увидеть российский флаг.

Литература:

1. Яцык, В.З., Васильченко, О.С. Развитие лыжного спорта в Краснодарском крае // материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма: № 2 – 2015, – С. 220-221.

2. Яцык, В.З. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности в биатлоне // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – С. 50-52.

ПОДГОТОВКА ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ К ПОХОДУ ПЕРВОЙ КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ

А.С. Ким, Л.П. Долгополов

Аннотация. Чтобы пройти поход первой категории сложности, спортсмен должен быть подготовлен как физически, так и психологически. В группе не должно быть разногласий, ссор и недопонимания. Важно, чтобы участники похода относились друг к другу с пониманием и доверием. Также спортсмены должны быть ознакомлены с основой туризма.

Ключевые слова: подготовка спортсменов, физическая подготовка, психологическая подготовка, выносливость, совершенствование физических качеств.

Участник похода первой категории сложности должен быть сильным и выносливым спортсменом. До похода первой категории сложности участники должны систематически заниматься общей физической подготовкой, которая будет направлена на развитие физических качеств. Важным качеством для спортсмена является выносливость. Она проявляется в том, что организм человека может поддерживать долгую повышенную работоспособность. Для того чтобы повысить выносливость, спортсмен должен выполнять следующие упражнения: длительный бег, берпи (включает в себя прыжки, планку, отжимания и наклон вперед), прыжки на месте с высоко поднятыми коленями, прыжки со скакалкой, скалолаз (стойка на четвереньках, руки находятся слегка впереди плеч, выставляя левую ногу вперед, коснуться коленом груди, правая нога выпрямлена). К тому же, нужно включить тренировки «кроссфит».

При этом важную роль играет психологическая и моральная подготовка. Юные участники должны быть готовы к тому, что их ждет в походе. А именно: к погодным и климатическим условиям, к непредвиденным препятствиям.

Очень важно, чтобы дети относились друг к другу с пониманием. В группе возможны ситуации, когда по каким-либо причинам ребенок может не справиться с данной ему нагрузкой. В таких случаях тренер или руководитель похода должен максимально разгрузить данного человека. При этом остальная часть группы не должна проявлять агрессию или насмешки в адрес не справляющегося туриста, так как это может вызвать напряженное состояние в группе. Лучше всего, когда дети знакомы друг с другом, тогда поход будет проходить намного веселее и интереснее.

Спортсмены должны быть ознакомлены с основой туристской подготовки. В нее входят знания и умение вязки узлов, веревок одинакового и разного диаметра, например, шкотовый, прямой, булинь, штык и т. д. При этом нужно знать, для чего нужен тот или иной узел и где его можно использовать. У юных туристов должно быть представление о личном и групповом снаряжении, умение правильно подготовить снаряжение, а также распределить вес рюкзака. К личному снаряжению относится все то, что нужно каждому участнику похода (например, рюкзак, коврик, спальник) [1]. К групповому снаряжению относится все то, что необходимо в использовании всей группы (например, котелок, костровое, палатка и тент).

Литература:

1. Долгополов, Л.П. Особенности тактики сложного горного похода: -В кн.: Развитие самостоятельного туризма как фактора организации свободного времени населения.(Матер. всесоюз. науч.-практ. конференции. – М.: ЦРИБ Турист, 1988. – 323 с.

РАЗВИТИЕ ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В 2010 – 2020 ГОДАХ

Е.А. Кирбабина, В.З. Яцык

Аннотация. В данной работе рассматривается программа развития велоспорта с 2010 по 2020-е годы, которая нацелена на расширение любительского и профессионального спорта, а также сконцентрирована на достижение ведущих позиций в зарубежном велоспорте.

Ключевые слова: велосипедный спорт, развитие, направление, программа, тенденция.

В программе И.В. Макарова [1] развитие велосипедного спорта базируется на трех основных направлениях: спорт высших достижений, массовый спорт и система подготовки спортивного резерва. Помимо этого есть направление, которое нацелено на развитие ДЮСШ и спортивных клубов, подготовку сборных и резервных команд на основе регионов и межрегионов.

Осуществление программы по велосипедному спорту будет проходить в три этапа, на каждый из которых дается определенный срок реализации. На первом этапе планируется обеспечить сборную России научно-методическими инновациями, подготовить план и нормативные документы по развитию не только региональных, но и федеральных центров велоспорта, а также планируется создание календаря соревнований. На втором этапе необходимо сформировать центры по развитию велоспорта, разработать систему по подготовке квалифицированных кадров, создать профессиональные команды по разным видам велоспорта, а также дальнейшее развитие ДЮСШ. На третьем этапе планируется достичь высоких показателей по развитию данного вида спорта, а также сформировать надежную систему подготовки спортсменов [1].

К 2020 году планируется увеличить количество шоссейных велошкол, осуществляющих подготовку мужской сборной. Планируется добавить девять школ к семнадцати существующим. Также в планах по развитию велоспорта повысить число школ, проводящих подготовку женской сборной по велосипедному спорту на шоссе. На данный момент их тринадцать, в планах добавить столько же [1].

Тенденция развития велоспорта по этой программе будет указывать на продуктивность осуществляемых мероприятий. Помимо этого расширение квалифицированных специалистов, а также увеличение числа занимающихся велосипедным спортом значительно повысят конкуренцию спортсменов не только в России, но и за рубежом [2].

Литература:

1. Макаров, И.В. Развитие велосипедного спорта Российской Федерации в 2010-2020 годах. Программа кандидата в президенты ФВСР МАКАРОВА Игоря Викторовича, Председателя Совета директоров ООО «Нефтегазовая компания «ИТЕРА». – https://fvsvr.ru/images/pdf_federation/makarov_programma_FVSR.pdf
2. Программа «Развития велосипедного спорта в Липецкой области на 2012-2017 г. г.». – http://dush-7.ru/doc/progr_razv_vs.pdf

ПЛАНИРОВАНИЕ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ

Е.А. Кирбабина, Т.А. Кирбабина, В.З. Яцык

Аннотация. Годичный цикл велосипедистов-шоссейников включает в себя несколько периодов: подготовительный, соревновательный и переходный. Продолжительность данных периодов варьируется от одного до шести месяцев. Тренировочный процесс строится исходя из погодных условий и календарного плана соревнований.

Ключевые слова: подготовительный, соревновательный, переходный периоды; тренировка.

В подготовительном периоде необходимо, главным образом, повысить работоспособность спортсмена до уровня, при котором гонщик мог бы показать наивысший результат в соревнованиях. Общую нагрузку увеличивают, тем самым адаптируя организм спортсмена к большому объему [3]. В начале данного периода закладывается общая база, набирается километраж. На вкатывании не следует использовать тяжелые передачи. Для гонщиков тренировочных групп проводятся тренировки во второй половине дня. Для спортсменов высокого уровня вводятся двухразовые тренировки. Исходя из погодных условий, гонщики тренируются на шоссе или на станках. Тренировка, помимо специальной подготовки на велосипедах, включает в себя общую физическую подготовку. В конце подготовительного периода объем и интенсивность нагрузок повышаются [1].

В соревновательном периоде важно сохранить высокую подготовленность велосипедиста, а также реализовать ее в максимальных результатах. В данном периоде применяются разные упражнения, с помощью которых можно повысить специальную работоспособность гонщика. Используются средства общей подготовки, направленные на развитие и поддержание высокого уровня подготовленности. Соотношение общей и специальной физической подготовки зависит от возраста спортсмена и его разряда.

В переходном периоде большое значение уделяется активному отдыху и сохранению достигнутого уровня спортивной работоспособности гонщика. Тренировки включают в себя преимущественно общую физическую подготовку. Не рекомендуется давать монотонные нагрузки, следует вводить разные упражнения на развитие качеств. Общий километраж и интенсивность тренировочного процесса уменьшаются. Следует проанализировать работу, сделанную в течение прошлого года, и распланировать тренировочный процесс на следующий год. В конце данного периода активный отдых постепенно исключается, объем и интенсивность тренировочной нагрузки возрастают, происходит плавный переход к подготовительному периоду [2].

Литература:

1. Ермаков, С.В. и др. Е69. Тренировка велосипедистов-шоссейников / С.В. Ермаков, В.А. Капитонов, В.В. Михайлов. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 175 с.
2. Периоды спортивного годичного цикла (подготовительный, соревновательный и переходный)
https://studwood.ru/1026427/turizm/periody_sportivnogo_godichnogo_tsikla_podgotovitelnyy_sorevnovatelnyy_perehodnyy
3. Полищук Д.А. Велосипедный спорт. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 344 с.

ПРОБЛЕМЫ ХОККЕЯ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ НА ПРИМЕРЕ ГОРОДА КРАСНОДАРА

М.А. Котенев, О.С. Васильченко

Аннотация. В работе рассматриваются основные проблемы развития хоккея в Краснодарском крае.

Ключевые слова: хоккей, Краснодарский край.

Хоккей – это один из самых зрелищных видов спорта, культивируемый во многих городах России. В последние годы Краснодарский край стал одним из крупнейших спортивных центров Российской Федерации. В нем проходили наиболее значимые события в спортивном мире – Олимпиада 2014 года и гонки Формулы-1 в Сочи. Сейчас основное внимание администрации Краснодарского края приковано к спортивной отрасли [1]. Кубань находится на пути к большому спортивному триумфу. Хоккейный клуб «Кубань» был создан 19 января 2012 года в целях развития и популяризации детского, юношеского и профессионального хоккея в Краснодарском крае. Заинтересованность в появлении первого профессионального клуба на территории Южного федерального округа выразила администрация края. За время существования клуба выстроена целостная структура: команды ВХЛ «Кубань» и МХЛ «Беркуты Кубани», центр спортивной подготовки юных хоккеистов. Команда «Кубань» дважды выходила в плей-офф и занимала ведущие места в чемпионате ВХЛ, а команда «Беркуты Кубани» стала в первый год своего образования чемпионом России в первенстве МХЛ. Многочисленные болельщики Краснодарского хоккея и спортсмены команд хоккейной лиги города Краснодара крайне встревожены сложившейся тяжелой финансовой ситуацией в хоккейном клубе и хотят сохранить хоккейный клуб «Кубань» и развитие хоккея в Краснодарском крае. В крае на сегодняшний день нет другой спортивной организации, культивирующей хоккей и способной конкурировать в плане спортивной подготовки юных хоккеистов с ЦСП АНО «ХК «Кубань», нет достойной хоккейной школы. Краснодарский край включен в Программу развития хоккея в Российской Федерации на 2014-2018 г.г. как субъект РФ, имеющий значительный потенциал для развития хоккея с шайбой в качестве базового вида спорта, что дает ряд преимуществ. В 2014 году Федерация хоккея России создала в Краснодаре на базе Федерации хоккея Кубани межрегиональный координационный центр ФХР «Регион-Юг» с правом организации и проведения региональных соревнований. И хоккейные школы Южного и Северо-Кавказского федеральных округов получили долгожданную возможность участвовать в Первенстве России. Такая возможность дала шанс и укрепила надежду на повышение уровня развития хоккея в данных регионах и, в частности Краснодарского края и города Краснодар. Проведение региональных соревнований Всероссийского первенства по хоккею среди детско-юношеских школ резко повысило в крае популярность данного вида спорта, повысился и статус краснодарского хоккея. Многочисленные болельщики команд МХЛ и ВХЛ, родители юных спортсменов и я надеются, что найдется верное решение и хоккейный клуб «Кубань» сохранит свою целостную структуру и решится сложившаяся тяжелая финансовая ситуация хоккейного клуба.

Литература:

1. Яцык, В.З., Васильченко, О.С. Развитие лыжного спорта в Краснодарском крае // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-

преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма – № 2. – 2015. – С. 220-221.

РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ

В.В. Кравец, Л.П. Долгополов

Аннотация. Скоростно-силовая выносливость является важнейшим физическим качеством для спортсмена туриста на дистанции. Проявление скоростно-силовой выносливости характеризуется сменой резких усилий на этапах с периодами равномерной нагрузки во время передвижения между техническими этапами.

Ключевые слова: среднегорье, скоростно-силовая выносливость, спортсмен, тренировка.

Соревнования спортсменов-туристов в большинстве случаев проводятся в горной местности ввиду специфики вида спорта. Эффект подготовки в условиях среднегорья тесно связан с расширением фундаментальных возможностей организма спортсменов-туристов. Обобщение спортивной практики и анализ литературных источников показывают более значительное повышение уровня физических качеств после тренировок в среднегорье, чем после аналогичных сборов, проводимых на равнине [3]. Поскольку смена климатических условий отражается на самочувствии и состоянии спортсмена-туриста, человеческий организм под воздействием климатических факторов изменяет многие свои функции.

Для развития данной разновидности выносливости следует использовать упражнения, в которых высокоинтенсивная взрывная нагрузка чередуется с периодами равномерной нагрузки средней интенсивности [1]. Развивать этот тип выносливости в условиях среднегорья помогают следующие факторы:

1) Увеличение транспорта кислорода к мышцам [2].

Пониженное содержание кислорода в воздухе способствует образованию гормона эритропоэтина (ЭПО), который, в свою очередь, увеличивает выработку дополнительных красных клеток крови и гемоглобина, осуществляющих, в свою очередь, лучшую доставку кислорода к мышцам. Кроме того, общий объем крови повышается.

2) Повышенная анаэробная ёмкость вследствие увеличения буферных возможностей мышц и крови.

Тренировочный процесс в условиях горной местности повышает способность крови и мышц связывать избыток ионов водорода и предотвращает чрезмерный ацидоз; вследствие чего анаэробные возможности спортсменов-туристов повышаются.

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что для тренировки скоростно-силовой выносливости следует увеличивать аэробные возможности гликолитических мышечных волокон. Условия среднегорья дают возможность развитию данного физического качества.

Литература:

1. Волков, Н.И., Иорданская, Ф.А., Матвеева, Э.А. Изучение работоспособности спортсменов в условиях среднегорья. - Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 7. – С. 34.

2. Зима, А.Г., Иванов, А.С., Макагонов, А.Н. Физиологические особенности физических упражнений в среднегорье: учебное пособие. – Алма-Ата. – 2002. – С. 24.

3. Коробков, А.В., Головин, В.А., Масляков, В.А. Физическое воспитание. – М.: Высшая школа. – 1999. – С. 67.

ХАРАКТЕРИСТИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВОЧЕК МБОУ СОШ № 2 СТАНИЦЫ ДИНСКОЙ

М.В. Ленская

Аннотация. В публикации представлены результаты мониторинга физического развития и физической подготовленности девочек средней общеобразовательной школы № 2 ст. Динской.

Ключевые слова: мониторинг, физическое развитие, физическая подготовленность, модельные значения.

Известно, что адекватное физическое развитие является залогом необходимого уровня физической подготовленности подрастающего поколения [1].

В рамках настоящего исследования было проведено обследование физического развития и физической подготовленности учащихся МБОУ СОШ № 2 ст. Динской. В исследовании приняли участие 243 человека (девочки) 2–11 классов.

Программа мониторинга состояла в диагностике 4 показателей физического развития и 7 видов испытаний физической подготовленности. Полученные в ходе исследования данные сопоставлялись с модельными значениями, разработанными В.И. Тхоревым с соавт. [2].

При сопоставлении показателей физического развития с модельными значениями было выявлено, что учащиеся МБОУ СОШ № 2 имеют значимое преимущество в окружности грудной клетки и жизненной емкости легких (являющихся одним из основных показателей состояния аппарата внешнего дыхания).

Полученные в ходе обследования данные физической подготовленности свидетельствуют о том, что у девочек МБОУ СОШ № 2 должным значениям соответствуют показатели, характеризующие силу мышц туловища и конечностей, а также гибкости. В тоже время, показатели скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей незначительно ниже модельных значений. Наиболее слабыми являются показатели выносливости.

Полученные в ходе обследования данные позволяет скорректировать процесс физического воспитания с учетом выявленных недостатков физического развития и физической подготовленности школьников.

Литература:

1. Поляков, С.Д., Хрущев, С.В. Мониторинг и коррекция физического здоровья дошкольников: Методическое пособие. – М., 2006
2. Тхорев, В.И. Оценка физической подготовленности школьников в соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / В.И. Тхорев, С.П. Аршинник, Г.А. Бугаев // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Т.18. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 67-72.

**ДИНАМИКА КОЛИЧЕСТВА СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЗИМНИМ ВИДАМ
СПОРТА В ОЛИМПИЙСКОМ ЦИКЛЕ 2014-2018 ГОДОВ В
КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ
М.Е. Леонова, В.З. Яцык**

Аннотация. В работе рассматривается динамика развития зимних видов спорта в Краснодарском крае за последние четыре года.

Ключевые слова: зимние виды спорта, календарь, соревнования.

В 2013 году в календарный план официальных физкультурных и спортивных мероприятий Краснодарского края было включено 16 соревнований по зимним видам спорта. Соревнования проводились в городах Краснодар, Тихорецк, Ейск и станицах Куцевская, Выселки. Были проведены первенства Краснодарского края по фигурному катанию, хоккею и шорт-треку. Из 16 соревнований 62,5 % были проведены по хоккею.

В 2014 году (без учета зимних Олимпийских и Паралимпийских игр) структура видов спорта по сравнению с 2013 годом не претерпела существенных изменений. Но количество проводимых соревнований увеличилось до 25, а к муниципальным образованиям, проводящим соревнования, присоединились города Сочи и Армавир. Отмечается уменьшение (до 56 %) парциального объема соревнований по хоккею, при росте количества соревнований по фигурному катанию (с 4 до 9).

В 2015 году помимо указанных выше видов спорта в календарь соревнований были включены первенства по лыжным гонкам, горнолыжному спорту, керлингу и сноуборду, которые проходили на олимпийских объектах в городе Сочи. Общее количество соревнований выросло до 40.

В 2016 году количество соревнований увеличилось до 51. Проведены финальные соревнования III зимней Спартакиады молодежи России по бобслею, керлингу и санному спорту. Также в рамках всероссийских соревнований «День снега» прошли соревнования различного ранга по лыжному спорту: фристайл, горнолыжный спорт, лыжное двоеборье, прыжки на лыжах с трамплина, а также по санному спорту.

В 2017 году прошло 53 соревнования по зимним видам спорта. По два соревнования приняли Усть-Лабинск, Кореновск и Краснодар, по одному – Кропоткин и Горячий Ключ. В целом из 53 соревнований 33 прошли в Сочи, что составляет 60%.

Известно, что в регионе развиваются виды спорта, для которых создана необходимая инфраструктура. Так как большая часть зимних объектов сосредоточена в Сочи, существует вероятность того, что зимний спорт замкнется только на Сочи. Во избежание этого: а) в регионах следует уделять внимание тем зимним видам спорта, которые требуют наименьших финансовых затрат [1,3]; б) готовить специалистов, способных реализовывать свои способности при минимальных потребностях [2].

Литература:

1. Яцык, В.З. О перспективах развития зимних видов спорта в Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма / В.З. Яцык, И.С. Горбачев, Д.С. Сидоренко. – Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ, том № 1. – С. 220-225.

2. Яцык, В.З. О введении в учебные планы КГУФКСТ дисциплины «Лыжная подготовка» / В.З. Яцык, О.С. Васильченко, А.В. Ермин, И.С. Горбачев //Физическая

культура, спорт – наука и практика. – 2010. – № 2. – С. 2 – 4.

3. Яцык, В.З. Развитие лыжного спорта в Краснодарском крае / В.З.Яцык, О.С. Васильченко. – Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ, том № 2. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – С. 220-221.

РАЗВИТИЕ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ В ГРУППЕ «ДИСЦИПЛИНА ВОДНАЯ»

Е.В. Лиховидов, Л.П. Долгополов

Аннотация. Силовая выносливость у спортсменов, занимающихся рафтингом, имеет свою специфичность, так как нужно преодолевать физические нагрузки, разной протяженности и длительности.

Ключевые слова: силовая выносливость, спортсмен, рафтинг, нагрузка, тренировка, развитие, мышцы.

Силовая выносливость — это способность человека преодолевать постоянные мышечные нагрузки максимально долгое время, преодолевая утомление [2].

Тренировки должны быть систематическими, с интервалом отдыха, день через день, длительность тренировки от 1.5 до 2 часов, упражнения с подходами должны соответствовать развитию силы и силовой выносливости [1].

Нужна правильная дозировка нагрузки, разностороннее развитие определенных групп мышц, это мышцы верхней конечности, пояса верхней конечности и мышцы живота и спины.

Силовая выносливость имеет огромное значение для спортсменов-водников, так как в соревновательной деятельности чем выше подготовленность спортсмена, тем легче и лучше он будет противостоять мышечной нагрузке. При длительной работе у нетренированных и неподготовленных спортсменов происходит быстрое утомление в мышцах, что снижает результативность в командной работе на дистанции.

Правильный подбор нагрузки на тренировках, упражнений и интервала отдыха специфично сказывается на соревновательной деятельности.

В этом виде спорта исход и результативность прохождения дистанций зависят не только от хорошей техники спортсмена, но и от его физической подготовленности, а именно его выносливости. Развитие силовой выносливости в упражнениях:

Круговой метод:

1. Классические упражнения на перекладине, брусьях, с использованием скамейки.
2. Упражнения на группы мышц верхней конечности и пояса верхней конечности с отягощением: гиря, гантели, блины, штанга.
3. Упражнения на мышцы живота и спины (классический пресс, с отягощением и пресс на турнике).

Интервальный метод:

1. Поднимание и опускание штанги лежа на скамейке.
2. Французский жим лежа на скамейке с блином.
3. Имитация гребка, по специализированной посадке (командной) в левой (правой) руке по гантели.

Литература:

1. Востоков, И.Е., Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм. — М.: Советский спорт, 2004. — 328 с.
2. Долгополов, Л.П., Чеснокова, А.С. Развитие скоростно-силовой выносливости в группе дисциплин пешеходная дистанция // Курорты, сервис, туризм научно-методический и информационный журнал. — 2014. — № 2 (23), С. 135-137.

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В МНОГОЛЕТНЕМ ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ

А.В. Лузан, Е.А. Лузан, В.З. Яцык

Аннотация. Исследование посвящено определению значений технической подготовки для участия спортсменов туристов в соревновательной деятельности.

Ключевые слова: техническая подготовка; этап; спортивное мастерство; стадия.

Многолетний тренировочный процесс технической подготовки проходит следующие стадии [1]:

- стадия базовой технической подготовки – в нее входит начальное обучение, закладывается база тактико-технических умений и навыков;
- стадия углубленного технического совершенствования и овладения спортивно-техническим мастерством – характеризуется специфическими закономерностями периодизации тренировочного процесса. Происходит изменение спортивной формы в период годовых и полугодовых циклов тренировки.

В спорте высших достижений вторую стадию разделяют на три этапа:

Первый этап – общая и специальная физическая подготовка параллельно развиваются с технической подготовкой.

Второй этап – углубленное освоение двигательных навыков. Он охватывает вторую половину подготовительного периода, происходит увеличение специальных двигательных умений.

Третий этап – это конец подготовительного и начало соревновательного периода. Совершенствование технических навыков, увеличение вариативности в соответствии с предстоящими соревнованиями, контроль соревновательных мезо- и микроциклов с учетом наилучшего управления спортивной формой.

Такое разделение является условным и применяется для более ясного определения задач на каждом этапе. В практической деятельности техника совершенствуется в целостном процессе спортивной тренировки, одновременно формируется технический навык и преобразуются другие факторы [2].

Субъективные факторы включают в себя общую и специальную функциональную подготовку, психологическую устойчивость, уровень технического мастерства [3].

К объективным факторам относят атмосферные условия, поведение соперника, качество спортивных объектов и другие факторы, оказывающие отрицательное влияние на спортсмена. Роль спортивного педагога очень важна в преодолении их, благодаря ему часть возникающих условий может стать стимулирующими. Качество и количество взаимной информации между тренером и спортсменом, своевременный анализ и принятие точных и быстрых решений имеет решающее значение в данном случае.

Литература:

1. Дьячков, В.М. Совершенствование технического мастерства спортсменов / В.М. Дьячков. – М.: Физкультура и спорт, 2015. – С. 40-44.
2. Яцык, В.З. Проект многолетней подготовки юных спортсменов-туристов / В.З.Яцык, А.С. Чеснокова. – Материалы научной и научно-практической конференции ППС КГУФКСТ. Том 2.– Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – С. 38-39.
3. Яцык, В.З. Внетренировочные и внесоревновательные факторы, влияющие

на подготовку спортсменов-туристов в дисциплине «Дистанция» / В.З. Яцык, А.С. Чеснокова. – Материалы научной и научно-практической конференции ППС КГУФКСТ, Том 1. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 77.

РАЗВИТИЕ ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ И РАВНОВЕСИЯ У СПОРТСМЕНОВ-ФИГУРИСТОВ НАЧАЛЬНОГО ЭТАПА ПОДГОТОВКИ

П.О. Максимов, И.И. Горбиков

Аннотация. В работе рассматриваются исследования по применению упражнений в тренировочном занятии на развитие вестибулярной устойчивости и равновесия на начальном этапе подготовки фигуристов.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическое состояние, вестибулярная устойчивость, равновесие.

В практике физического воспитания, как социально-педагогическом процессе, направленном на достижение физического совершенства и объединяющего такие компоненты, как оздоровительный, развивающий и образовательный [1], существует проблема развития у детей 6–8 лет такого качества, как вестибулярная устойчивость и равновесие. Решение этой проблемы в первую очередь лежит в подготовке квалифицированных кадров, в их профессиональной работоспособности [2,3].

Для повышения устойчивости вестибулярного анализатора необходим индивидуальный подход и дозировка специальных упражнений, эмоциональность и постоянное поддержание достигнутого уровня в процессе тренировки.

Целью нашего исследования являлась проверка эффективности подобранной методики и применения специальных упражнений, направленных на развитие вестибулярной устойчивости и равновесия в тренировочном процессе на начальном этапе подготовки.

Исследование проводили в три этапа:

- на первом этапе нами была подобрана методика и упражнения, направленные на повышение вестибулярной устойчивости и равновесия;
- на втором этапе мы провели экспериментальную работу по проверке эффективности нашего предложения в тренировочном процессе;
- на третьем этапе провели контрольное тестирование спортсменов.

Для проверки вестибулярной устойчивости использовалась проба Ромберга, для равновесия – тест «Фламинго».

Тестирование показало следующий результат: проба Ромберга (с) – КГ – $6,1 \pm 1,2$, ЭГ – $7,0 \pm 1,6$; равновесие «Фламинго» (с): КГ – $3,1 \pm 0,5$; ЭГ – $4,7 \pm 0,9$.

Специально направленные упражнения, подобранные с учетом физического состояния обучаемых и используемые в процессе тренировочных занятий в соответствии с принципами и методами обучения и тренировки, положительно влияют на развитие вестибулярной устойчивости и равновесия.

Литература:

1. Парамзин, В.Б. Физическое состояние как основной компонент построения процесса физического воспитания школьника / В.Б. Парамзин, М.Т. Рахмонова // Материалы научной и НМК ППС КГУФКСТ. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – № 1. – С. 196-197.
2. Парамзин, В.Б. Критерии и технология оценки профессиональной работоспособности специалистов физкультурных / В.Б. Парамзин// Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 3 (47). – С. 249-251.
3. Яцык, В.З. О введении в учебные планы Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма дисциплины «Лыжная

подготовка» / В.З. Яцык, О.С. Васильченко, А.В. Ермин, И.С.Горбачев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2010. – № 2. – С. 2-4.

ВЛИЯНИЕ СПЕЦИАЛЬНО НАПРАВЛЕННЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА ОСВОЕНИЕ КОНТРОЛЬНЫХ ТЕСТОВ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА ЛЬДУ

П.О. Максимов, В.З. Яцык

Аннотация. В работе раскрывается возможность использования специально направленных физических упражнений в подготовительной и заключительной частях занятия для освоения контрольных тестов, выполняемых фигуристами на льду в процессе первого этапа обучения.

Ключевые слова: профессиональная работоспособность, физическое состояние, экспертная оценка.

Этап начальной подготовки первого года обучения можно условно разделить на два периода, продолжительность каждого из них строго не регламентирована. В процессе первого периода необходимо освоить упражнения, выполняемые на льду: «елочка», «приседания», «ласточка», «пистолет», прыжок «козлик», «змейки назад», «фонарики назад», «обманный шаг», «кросс-роллы» вперед.

Анализ литературы показал, что для выполнения этих элементов необходим достаточный уровень развития координации, ловкости и равновесия, возрастают требования и к профессиональной работоспособности специалистов [1]. В связи с этим была доработана стандартная программа тренировок с учетом физического состояния обучаемых [2]. Мы предположили, что применение специально направленных упражнений, выполняемых в зале и на льду в подготовительной и заключительной частях занятия [3], окажет положительное влияние на выполнение требуемых упражнений в более короткие сроки подготовки.

Нами было проведено экспериментальное исследование среди 25 обучающихся в возрасте 6 лет. Спортсменов разделили на две группы по 12 и 13 человек. Контрольная группа занималась по стандартной программе. Экспериментальная дополнительно выполняла специальные упражнения на ловкость и координацию в подготовительной и заключительной частях занятия, как в зале, так и на льду.

Проверка выполнения контрольных упражнений методом экспертной оценки показала, что по сумме средних показателей в экспериментальной группе более высокий балл – 14, а в контрольной – 11 баллов. Критерием оценки была трехбалльная шкала: «3» - высокий уровень – спортсмен смог правильно выполнить задание; «2» - средний уровень – спортсмен не всегда справлялся с упражнениями, допускал ошибки при их выполнении; «1» - низкий уровень – спортсмен не справился с упражнением.

Литература:

1. Парамзин, В.Б. Критерии и технология оценки профессиональной работоспособности специалистов физкультурных / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 3 (47). – С. 249
2. Парамзин, В.Б. Физическое состояние как основной компонент построения процесса физического воспитания школьника / В.Б. Парамзин, М.Т. Рахмонова // Материалы научной и НМК ППС КГУФКСТ -Краснодар: КГУФКСТ. – 2014. – № 1. – С. 196-197.
3. Яцык, В.З. Построение подготовительной части учебно-тренировочного занятия по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 284.

ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ И ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЙ ЧАСТЕЙ ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ НА ЛЫЖЕРОЛЛЕРАХ

Л.К. Неминущая, А.О. Фугаев

Аннотация. В работе рассматриваются возможности использования имитационных и специальных упражнений в подготовительной и заключительной частях практического занятия по формированию первоначальных навыков передвижения на лыжероллерах.

Ключевые слова: подготовительная часть занятия, техника передвижений на лыжероллерах, специальные физические упражнения.

Основной задачей подготовительной части занятия является подготовка организма к оптимальному решению учебных вопросов, спланированных в основной части. Особенностью проведения подготовительной части по лыжероллерной подготовке является не ее организационная структура [1], хотя необходимость получения инвентаря и передвижение к месту проведения занятия требует от преподавателя определенных профессиональных навыков и умений [2], а содержание, в которое необходимо включить средства и методы подготовки обучаемых к освоению техники передвижения на лыжероллерах. Поэтому мы предложили, не меняя последовательности проведения упражнений, заменить или изменить направленность общепринятых упражнений, приемов и действий. Основным принципом подбора необходимых упражнений являлась направленность упражнений на формирование необходимых для освоения техники способов передвижения двигательных действий, то есть, имитационные упражнения, а также упражнения на гибкость, равновесие и координацию схожие по структуре с положениями лыжника при выполнении скольжения. Эти упражнения применялись в ходьбе, беге на месте, в специальных прыжковых упражнениях [1].

Проводимые кафедрой на лыжных сборах исследования и анализ наблюдений за обучением студентов передвижению на лыжероллерах, позволяют утверждать, что для формирования эффективной техники в начальном периоде обучения передвижению на лыжероллерах необходимо включать имитационные и специальные подготовительные упражнения в подготовительную часть занятия [3]. Кроме того, рекомендуется включение более простых имитационных упражнений в сочетании с упражнениями на равновесие, силу и гибкость в заключительную часть занятия.

Литература:

1. Яцык, В.З. Построение подготовительной части учебно-тренировочного занятия по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСиТ (23-30 мая 2017 г., г. Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 288.

2. Парамзин, В.Б. Критерии и технология оценки профессиональной работоспособности специалистов физкультурных ВУЗОВ / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 3 (47). – С. 249-251.

3. Яцык, В.З. Особенности первоначального обучения студентов передвижению на лыжероллерах / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСиТ (21-27 июня 2016 г., г. Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 262-264.

РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ НАВЫКОВ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ЗАЛЬНЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ

П.П. Нижегородская, Л.П. Долгополов

Аннотация. В данной работе описаны теоретические аспекты методики и средств развития скоростно-силовых навыков спортсменов-туристов в зальных помещениях во время тренировочного процесса.

Ключевые слова: скоростно-силовые навыки, скорость, сила, метод, физическое упражнение.

Скоростно-силовые навыки - это совокупность быстроты и силы для выполнения спортивной техники: вертикальных подъемов, подъемов по скалодрому, передвижения по навесной переправе. Также необходимо развивать разнообразное проявление быстроты: скорость реакции, быстроту перемещения по этапу или дистанции, быстроту отдельного двигательного действия.

Скоростно-силовые способности характеризуются не максимальным напряжением мышц, которое проявляется с необходимой частотой в характерных для туризма физических упражнениях, выполняемых со значительной скоростью и силой. Эти способности необходимы при выполнении таких двигательных действий, в которых при значительной работе мышц требуется скорость движения (например, подъем по наклонной навесной переправе, вертикальный подъем и т. п.). Очень важно, что чем значительнее внешнее отягощение (прикрепленные веревки, карабины, специальное снаряжение), тем больше роль силы, и, соответственно, чем меньше отягощения, тем большую роль играет скоростной компонент.

Основным средством развития силы являются силовые упражнения. Они направленно стимулируют увеличение степени напряжения мышц [1]. Навык силы можно развивать таким методом, как метод неопредельных усилий. Этот метод характеризуется выполнением упражнений с малым отягощением, но значительным количеством повторений (выполнение подъема и спуска по навесной переправе 8–10 раз). Этот метод подходит и для развития быстроты. Метод круговой тренировки также подходит для развития силового компонента (например, вертикальный подъем, спуск «дюльфер» и подъем по скалодрому круговым методом).

Основными средствами для развития быстроты являются специальные упражнения, приближенные к элементам технических приемов, выполняемые с максимальной скоростью [2].

Самый подходящий метод для развития скорости – повторный метод. Этот метод является основой в воспитании быстроты, так как любое упражнение на быстроту требует многократных повторений во время тренировочного процесса для достижения максимального результата [1].

Литература:

1. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. заведений. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С.
2. Яцык, В.З., Чеснокова, А.С. Проект многолетней подготовки юных спортсменов-туристов // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – С. 38-39.

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «МАРШРУТ ПЕШЕХОДНЫЙ»

А.И. Павлоградский, Л.П. Долгополов

Аннотация. В данной работе рассматривается понятие тактической подготовки и важность подготовки спортсменов.

Ключевые слова: тактическая подготовка, группа дисциплин «Маршрут пешеходный», спортсмен.

Группа дисциплин «Маршрут пешеходный», соревнования, которые состоят из прохождения участниками туристского маршрута с преодолением технических локальных препятствий в природной среде. Сложность маршрута зависит от категории сложности локальных препятствий, протяженности маршрута, перепада высот, автономности и продолжительности. Тактическая подготовка к маршруту зависит от показателей сложности маршрута. Анализируя маршрут по каждой из этих составляющих, разрабатывается наиболее рациональная тактика движения группы [2].

Тактическая подготовка спортсменов-туристов заключается в обучении спортсменов, которые в дальнейшем станут руководителями, основам формирования и составления маршрута, а также рациональному и безопасному движению группы. Сюда будет входить: выбор района похода, разработка нитки маршрута, соответствующей предполагаемой категории сложности, проверка маршрута по методике категорирования маршрута и определение локальных препятствий, продумывание подъезда к маршруту и отъезда по окончании похода [2].

Первый этап подготовки – это обучение спортсменов разрабатывать маршрут, опираясь на основные показатели сложности маршрута. Исходя из всего этого, у обучаемых должно сформироваться начальное представление о тактике движения по маршруту. Это основы составления маршрута и формирования тактики до похода.

Следующий этап – подготовка непосредственно во время самого похода. Нужно уметь быстро принимать правильные и безопасные решения в меняющихся условиях естественной среды. Для начала спортсмену нужно правильно распределить нагрузку на дневной переход. Учесть нитку маршрута, чтобы было понятно, какие препятствия надо пройти. Спортсмену необходимо хорошо ориентироваться на местности. Это очень важное тактическое решение, особенно при ориентировании на незнакомой местности. Сейчас очень большое количество разных GPS-навигаторов, но картой и компасом нельзя пренебрегать, так как это основа ориентирования.

Для обеспечения безопасности спортсмены должны владеть необходимыми знаниями, умениями и навыками технико-тактической подготовки.

Тактическая подготовка – это один из важных этапов подготовки спортсменов-туристов, так как именно тактика решает задачи движения группы по маршруту, особенно обеспечения безопасности [1].

Литература:

1. Платонов, В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. – М.: ФиС, 1986. – 286 с.

2. Долгополов, Л.П., Чеснокова, А.С. Индивидуальный подход к подготовке спортсменов-туристов 12-14 лет / Физическая культура и спорт – основы здоровой нации: III Междунар. науч.-практ. конф. Чита: ЗабГУ, 2016. – 272 с.

ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В ОБЩЕСТВЕ

А.С. Подгорная, А.Н. Арцыбашев

Аннотация. Спортивный туризм – достаточно молодой вид спорта, активно развивающийся в нашей стране. В данной работе рассматриваются проблемы популяризации спортивного туризма.

Ключевые слова: спортивный туризм, популяризация, общество, физическая подготовка.

В настоящее время актуальной проблемой является непопулярность и недостаточная развитость некоторых видов спорта в нашей стране, особенно в отдаленных селах и поселках. За этим стоит ряд проблем, над которыми ведется планомерная работа. К их числу следует отнести отсутствие тренерского состава, слабое финансирование и недостаточное количество инвентаря.

Спортивный туризм – вид спорта, в основе которого лежат соревнования на маршрутах, включающих преодоление категорированных по трудности препятствий в природной среде и на дистанциях, проложенных в природной среде и на искусственном рельефе [2].

Спортивный туризм достаточно давно начал свое существование, но как вид спорта был включен во всероссийский реестр видов спорта в 2006 году. В настоящее время спортивный туризм занял одно из ведущих мест среди наиболее популярных видов спорта. На данный момент спортивным туризмом занимаются почти во всех уголках страны. На международной арене также проводятся соревнования по спортивному туризму.

Популяризация туризма – предполагает разнообразие мероприятий, целью которых является привлечение людей всех возрастов к занятиям спортивным туризмом. В настоящее время набирают популярность детские туристические лагеря, кружки, открываются детские спортивные школы [1]. Во многих организациях стало модно организовывать туристические клубы, цель которых – пропаганда здорового образа жизни среди работников. В комплекс ГТО в вариативную часть включен туристский поход с проверкой туристских навыков. Занятия спортивным туризмом проходят на открытом воздухе: в лесных массивах, в районах рек, в горной местности, что способствует благоприятному воздействию на организм занимающихся.

С 2006 года количество спортсменов увеличилось в 5 раз и составляет около 6 млн. спортсменов от 9 до 40 лет. Количество соревнований разного уровня – от первенства города до чемпионата России, также возросло в несколько раз. Тенденция видна, вид спорта развивается в правильном направлении и, можно сказать с уверенностью, может претендовать на достаточно высокую популярность в нашей стране и за рубежом.

Литература:

1. Востоков, И.Е., Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм. – М.: Советский спорт, 2004. – 328 с.
2. Чеснокова, А.С., Долгополов, Л.П. Тенденции развития дисциплины «Дистанция пешеходная» в спортивном туризме // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Часть 2. – С. 56.

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ

А.С. Подгорная, Ю.М. Аушева

Аннотация. В данной работе представлены особенности физической подготовки спортсменов-туристов на начальном этапе.

Ключевые слова: физическая подготовка; начальный этап; «дистанция-пешеходная»; спортсмены-туристы; физические качества.

Физическая подготовка является основой специальной подготовки. В процессе физической подготовки ставятся задачи развития всех физических качеств. Длительность начального этапа – 2 года, минимальный возраст спортсменов-туристов для набора в группу – 10 лет. Объем тренировочного процесса на данном этапе составляет: до года – 44-56 %, после года – 44-56 %. Наиболее важными физическими качествами в общей физической подготовке спортсменов-туристов являются выносливость и скоростно-силовые способности. Развитие выносливости позволяет выдерживать большую по объему и интенсивности нагрузку, скоростно-силовые способности позволяют выполнять эту нагрузку за минимальное количество времени. В соревновательной деятельности эти качества способствуют быстрому преодолению дистанции с минимальным утомлением. На начальном этапе подготовки развитие одного физического качества способствует развитию другого, что облегчает тренировочный процесс. Так, например, прохождение по навесной переправе с отягощением (резинкой) способствует развитию силы, так как для преодоления внешней силы применяется мышечная деятельность, и скорости, так как с отягощением преодолевать этап сложнее, чем без него, что влияет на скорость прохождения этапа во время соревнований [1].

Бег – самое эффективное упражнение для развития выносливости и скорости. Бег на короткие дистанции за минимальный промежуток времени развивает скоростные способности, бег на большие дистанции в умеренном темпе длительное время определяет развитие общей выносливости. Вестибулярная устойчивость и координационные способности также играют роль в подготовке спортсменов-туристов. Развитие вестибулярного аппарата способствует быстрой адаптации организма к перемене высоты, например, во время дистанции на естественном рельефе. Для совершенствования вестибулярного аппарата можно применять бег с набором высоты. Координационные способности позволяют облегчить прохождение таких этапов, как переправа по параллельным перилам, переправа по бревну, переправа вертикальным или горизонтальным маятником. Развитие координационных способностей обеспечивает многократное повторение упражнений на равновесие [2].

Развитию силовых способностей способствует многократное повторение упражнений на пресс (верхний и нижний), на руки (сгибание и разгибание рук в упоре лежа и в положении виса, обратные отжимания), на ноги (выпады, прыжки, приседания).

Литература:

1. Зациорский, В.М. Физические качества спортсменов. – М.: ФиС, 1970. – 200 с.
2. Чеснокова, А.С., Долгополов, Л.П. Тенденции развития дисциплины

«дистанция пешеходная» / Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ (январь – март 2016). – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Часть 2. – 192 с.

ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ В ЗАКРЫТЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ

А.С. Подгорная, Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе рассматриваются особенности подготовки спортсменов-туристов к соревнованиям в закрытых помещениях в дисциплине «дистанция пешеходная».

Ключевые слова: спортсмены-туристы, соревнования, подготовка, искусственный рельеф, «дистанция пешеходная».

Активно и быстро развивается спортивный туризм в дисциплине «дистанция пешеходная» не только на естественном, но и на искусственном рельефе. История залингов, как принято многими называть соревнования на искусственном рельефе в закрытых помещениях, началась с 2004 года, после перехода и деления турмногоборья на «дистанции». Именно соревнования в закрытых помещениях проводятся во всех субъектах нашей страны, так как даже в холодных районах есть спортивные залы, которые адаптированы для проведения данных мероприятий.

Подготовка спортсменов к соревнованиям в закрытых помещениях требует тщательного подхода. В первую очередь, следует обращать внимание на физическую подготовку, как общую, так и специальную [1]. Так как дистанции в залах более насыщены техническими этапами, беговые тренировки можно разделить на два вида: 1. на выносливость – это гладкий длительный бег, для поддержания общего уровня подготовки; 2. на спринтерскую работу, в связи с тем, что стартовая и финишная станция отметки, а также передвижение между зонами этапов достаточно короткие (от 10 до 50 метров). Для преодоления наклонных и круто-наклонных переправ следует работать над мышцами верхнего плечевого пояса, спины, пресса и мышцами передней части бедра, это связано с тяжелой работой на переправах разного угла наклона. Для качественной подготовки к этапу «подъем по скалодрому с зацепами» в тренировке спортсмены-туристы применяют работу на скорость по легким трассам, работу на выносливость по легким трассам, учитывая длительное лазание вверх и вниз, а также лазание на трудность.

Не менее важным видом подготовки к залам является техническая. Работа на точках опоры с командным и судейским снаряжением производится за секунды. В технической подготовке спортсмены-туристы для более быстрого прохождения дистанции нарабатывают технику наведения и снятия личных и командных перил, страховки, само страховки. Более эффективным способом данной подготовки практика показывает следующее: спортсмен проходит дистанцию «связки» в одного, т. е. он самостоятельно поочередно выполняет действия двух участников. С помощью этого способа не только улучшается мастерство работы со снаряжением, но и тактическая подготовка.

В качестве психологической подготовки создаются условия, максимально приближенные к соревнованиям (шум, крики болельщиков, подсказки тренеров, работа судей).

Литература:

1. Долгополов, Л.П., Чеснокова, А.С. Индивидуальный подход к подготовке спортсменов-туристов 12-14 лет // Физическая культура и спорт – основы здоровой нации: III Международная научно-практическая конференция 18-19 февраля 2016 года г. Чита: ЗабГУ, 2016. – С. стр. 137-142.

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

А.С. Подгорная, В.З. Яцык

Аннотация. В данной работе рассматривается вопрос структуры и содержания физической подготовки спортсменов-туристов в группе дисциплин «дистанция пешеходная» на этапе спортивного совершенствования.

Ключевые слова: физическая подготовка, спортсмены-туристы, этап спортивного совершенствования, «дистанция пешеходная», физические качества.

Проблемы подготовки спортсменов являются актуальными во всех видах спорта, спортивный туризм не является исключением. На сегодняшний день до сих пор не утвержден Федеральный стандарт спортивной подготовки по спортивному туризму, что вызывает определенные проблемы в работе персонала, обеспечивающего тренировочный процесс спортсменов-туристов [1]. Каждый тренер работает по программам составленным в меру их компетентности по данному направлению вида деятельности.

Этап спортивного совершенствования в спортивном туризме не имеет ограничений по продолжительности, актуальный возраст для зачисления в группу – 15 лет.

Из проведенного анализа программ спортивной подготовки можно выделить, что на раздел физической подготовки в группах спортивного совершенствования выделяют до 60 %, из которого общая физическая подготовка составляет 10–15 %, а специальная 45–50 % от общего числа нагрузки. В часах на год отводится данному разделу около 640.

Из значительного многообразия физических упражнений специалисты стараются выбирать способствующие развитию специальных качеств, которые необходимы в соревновательной деятельности спортсменов-туристов, а также эффективному совершенствованию в тактике и технике спортивного туризма.

На этапе спортивного совершенствования широко используются специальные беговые и прыжковые упражнения (выпрыгивания из полного приседа вверх и вперед, упражнение «бурпи», запрыгивания на разную высоту, перепрыгивания через преграды); упражнения с отягощением (упражнения с применением эспандеров, гирь, гантелей, утяжелителей, штанги, тренажеров, партнеров); усложнение соревновательной деятельности (тренировка «дистанции пешеходной» по снегу, грязи, с применением более длинных этапов, блоков этапов, перебегов); спринтерский бег на различные дистанции; бег по пересеченной местности. Ведущим направлением тренировки будет процесс повышения скоростных и скоростно-силовых качеств, наиболее эффективным методом развития и совершенствования этих качеств будет повторное использование скоростно-силовых упражнений.

Многие тренеры, к сожалению, неправильно расставляют приоритеты подготовки спортсменов-туристов на этапе спортивного совершенствования мастерства, что в последствии приводит к низким результатам на соревнованиях.

Литература:

1. Чеснокова, А.С. Структурный компонент многолетней подготовки юных спортсменов туристов // Психология и педагогика: методология, теория и практика: сборник статей Международной научно-практической конференции (10 ноября 2015 г. Челябинск). – В 2 ч. Ч.2 – Уфа: Аэтерна 2015. – С. 225-227.

РАЗВИТИЕ ХОККЕЯ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

Д.С. Садкова, В.З. Яцык

Аннотация. Рассматривается история, анализируются проблемы и перспективы развития хоккея в Краснодарском крае.

Ключевые слова: хоккей; проблемы; ледовые арены; клубы.

Хоккей с шайбой — это спортивная командная игра на льду, целью в которой является забросить шайбу в ворота соперника большее число раз, чем это сделает команда соперника в установленное время. Шайбу передают от игрока к игроку по ледяному корту специальными хоккейными клюшками. Побеждает команда, забросившая большее число шайб в ворота соперника [1].

Занятия хоккеем способствуют укреплению здоровья, развитию физических, психических качеств и функциональных систем, самовоспитанию: именно поэтому данным видом спорта занимаются как взрослые, так и дети.

История хоккея в Краснодарском крае началась с открытия первой ледовой арены в станице Каневской в 2000 году. Там же и появилась первая местная команда «Колос», которая существует и по настоящее время. В Краснодаре арена появилась в 2008 году в парке «Солнечный остров», где была основана хоккейная команда «Краснодар». В 2010 году был построен ледовый дворец МСК «Ice Palace». В это же время появились арены в Выселках, Кореновске, Северской, Тихорецке, Ейске, а в городе Сочи к Олимпиаде были простроены 3 ледовые арены: ДС «Большой», ДС «Айсберг», ЛД «Шайба».

Профессиональный хоккей в Краснодарском крае зародился в 2011 году, когда было официально сообщено о создании хоккейного клуба «Кубань» для участия в ВХЛ с сезона 2012/13. Так же в первенстве МХЛ выступал фарм-клуб «Кубани» – «Беркуты Кубани». Они в первом же сезоне завоевали Кубок регионов и должны были на следующий год выступать в чемпионате МХЛ. Но уже в 2015 году клуб обанкротился. Сейчас Краснодарский край представлен хоккейным клубом «Сочи», образованным в 2014 году и с сезона 2014/15 годов выступающим в КХЛ. Также в первенстве МХЛ сейчас выступают «Северские волки» из станицы Северской.

Развитию хоккея в Краснодарском крае препятствуют многочисленные проблемы:

нехватка льда и, как следствие, дорогой лед; недостаточное федеральное и региональное финансирование; недостаток высококвалифицированных тренерских и управленческих кадров; слабый охват детей в связи с отсутствием необходимой рекламы; дорогостоящая экипировка; – малоэффективные организации ледовых арен.

Решение этих проблем возможно только при наличии высококвалифицированных специалистов, которые могут быть не только приглашены из других регионов, но и подготовлены в Краснодарском крае [2]. Требуется значительного усиления рекламной деятельности, которая позволит привлечь внимание детей. Нужны заинтересованные спонсоры как для строительства ледовых арен, так и для их разумного использования [3].

В Краснодарском крае есть все шансы, чтобы вывести хоккей на высокий уровень.

Литература:

1. Федерация хоккея Кубани. Режим доступа: [<http://hockeykuban.com/>].
2. Яцык, В.З. О введении в учебные планы КГУФКСТ дисциплины «Лыжная

подготовка» / В.З. Яцык, О.С. Васильченко, А.В. Ермин, И.С. Горбачев // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2010. – № 2. – С. 2-4.

3. Яцык, В.З. О перспективах развития зимних видов спорта в Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма / В.З. Яцык, И.С. Горбачев, Д.С. Сидоренко. – Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ, том № 1. – Краснодар: КГУФКСТ, 2010. – С. 220-225.

МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КАК ФАКТОР ВЫБОРА СТИЛЯ ИГРЫ ХОККЕЙНОГО ВРАТАРЯ

Н.М. Соловьев, О.С. Васильченко

Аннотация. В работе даны рекомендации по выбору того или иного стиля игры хоккейного вратаря в соответствии его морфологическими особенностями и физическими возможностями. Описание стилей.

Ключевые слова: хоккей на льду, вратарь, стиль игры, морфологические особенности, выбор.

Хоккей является одним из самых сложных и зрелищных видов спорта. Хоккеист должен быть сильным, ловким, уметь моментально оценивать игровую ситуацию. Но не только эти физические качества являются основными при игре в хоккей – морфологические особенности также оказывают большое влияние на выбор стиля игры, особенно у вратарей [1]. Учитывая все вышеизложенное, можно выделить три основных вида стиля игры вратаря:

1) Баттерфляй. Этот стиль можно назвать «новым», так как появился он не так давно. Он включает в себя основные перемещения и движения в воротах в положении сидя на коленях. Особенности этого стиля: вратарь должен обладать высоким ростом, сильными мышцами бедер и брюшного пресса, обладать высокой скоростью реакции и гибкостью. Этот стиль зародился в Национальной хоккейной лиге (НХЛ) в Соединенных Штатах Америки и в Канаде, один из известных вратарей, которые начали играть в этом стиле, – Патрик Руа.

2) Стойка. Это один из первых стилей игры, часто его называют «классическим», он включает в себя перемещение и игру в воротах в положении стоя, с редким падением на колени. Особенности этого стиля: вратарь должен обладать высокой скоростью реакции, умением грамотно выбирать позицию в воротах, отличными навыками катания, так как рост в этом стиле не играет важной роли, более важной задачей становится игра клюшкой, не садясь на колени.

3) Смешанный, или «адаптивный» стиль. Это один из самых популярных стилей игры, образовался путем «смешивания» двух предыдущих стилей, он включает в себя основные перемещения и движения в воротах в положениях, которые наиболее оптимальны для определенного вида игровой ситуации. Особенности этого стиля игры: вратарь должен обладать средним или высоким ростом, высокой скоростью реакции, умением грамотно выбирать позицию в воротах, быстро оценивать игровую ситуацию, сильными мышцами бедер и брюшного пресса, отличными навыками катания. Основоположником этого стиля можно считать Владислава Третьяка.

Таким образом, выбор наиболее подходящего стиля игры для хоккейного вратаря зависит от особенностей самого вратаря. Вратарь с невысоким ростом может наиболее эффективно играть в «стойке», вратари среднего и высокого роста могут хорошо использовать как «стойку», так и «баттерфляй» или «смешанный» стиль игры. Если рассматривать «смешанный» стиль, то можно заметить, что это самый сложный стиль игры, но и самый эффективный.

Литература:

1. Яцык, В.З., Горбиков, И.И., Фугаев, А.О. Основные характеристики и виды конькового хода в лыжных гонках // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского гос. университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – С. 22.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СТАТОДИНАМИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ВЕЛОСИПЕДНОМ СПОРТЕ НА ШОССЕ

В.А. Сучков, В.З. Яцык, В.А. Агасьян

Аннотация. В данной работе рассматривается проблема внедрения новых средств подготовки велосипедистов-шоссейников на примере использования статодинамических упражнений.

Ключевые слова: статодинамика, анаэробный порог, мышечный рост, велосипедные гонки на шоссе.

Велосипедный спорт является циклическим видом спорта, в котором одним из определяющих факторов, влияющих на результативность, является уровень ПАНО, и, как следствие, степень развития окислительных мышечных волокон.

Профессором Е.Б. Мякинченко и В.Н. Селуяновым описано, что выполнение статодинамических упражнений в комплексе с аэробными циклическими нагрузками оказывает лучшее влияние на уровень ПАНО, чем просто циклическая нагрузка на уровне аэробного порога. Эксперимент, проведенный с легкоатлетами, применяющими статодинамический комплекс и специальные беговые упражнения с минимальными объемами остальных средств аэробной подготовки, показал резкий прирост аэробных показателей и улучшение состояния ССС.

Статодинамика – это режим выполнения упражнения силовой направленности, длительностью 30–45 секунд, отличительными чертами которого являются выполнение упражнения с маленькой или средней скоростью, в середине амплитуды, при этом мышцы, участвующие в упражнении, всегда должны быть в напряжении.

Главная цель статодинамики – воздействовать преимущественно на медленные мышцы (окислительные мышечные волокна (ОМВ)). При выполнении упражнений в статодинамическом режиме мелкие капилляры пережимаются, и, как следствие, к мышечной клетке перестает поступать кислород, что приводит к гипоксии участвующих в работе мышц. И из-за анаэробного гликолиза мышца закисляется быстрее. А из-за того, что кислород не поступает и к ОМВ, они также закисляются, что не происходит при выполнении силового упражнения в классическом режиме. Также следует отметить, что после выполнения данных упражнений к мышце направляется большое количество крови и гормонов, которые поступают до клетки, запуская мышечный рост.

Подводя итог вышесказанному, мы отмечаем что эти исследования могут способствовать повышению результатов велосипедистов на шоссе, а следовательно, этот вопрос требует более глубокого изучения и разработки методики применения статодинамических упражнений для велосипедистов-шоссейников.

Литература:

1. Мякинченко, Е.Б., Селуянов, В.Н. Развитие локальной мышечной выносливости в циклических видах спорта. – М.: ТВТ Дивизион, 2005. – 338 с.
2. Мякинченко, Б.Б., Селуянов, В.Н. Оздоровительная тренировка по системе Изогон. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 68 с.

ВЛИЯНИЕ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ НА РЕЗУЛЬТАТЫ В ЛЫЖНЫХ ГОНКАХ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ

Т.А. Эшонкулова, К.А. Акопян, В.З. Яцык

Аннотация. В работе раскрывается роль рационального и сбалансированного питания обучаемых в процессе проведения лыжных сборов в среднегорье.

Ключевые слова: адаптация, рациональное питание, лыжник, оздоровительный компонент.

В условиях учебно-тренировочных сборов в среднегорье прослеживается период адаптации к климату, который реализуется посредством физиологических реакций приспособления. В среднегорье воздействие климата в сочетании с физическими нагрузками превышает адаптационные возможности организма, этот фактор снижает работоспособность обучаемых. В этом случае важным моментом является рациональная организация режима дня и тренировочных нагрузок [3]. Немаловажную роль в организации режима дня играет рациональное, сбалансированное питание, которое напрямую влияет на оздоровительный компонент физического совершенствования [2].

Рациональное питание лыжника базируется на принципах сбалансированного питания согласно специфике нагрузки в тренировках и зависит от этапа подготовки спортсмена. От характера тренировок, специфики лыжных гонок, объема и интенсивности нагрузки зависит калорийность суточного рациона спортсмена-лыжника.

Потребление углеводов значительно выше других питательных веществ, высокоуглеводную пищу следует принимать за несколько часов до тренировки. Жиры являются вторым источником энергии, после углеводов, и они помогают организму лучше использовать белки, минеральные вещества и витамины. Но их усвоение протекает медленнее и нуждается в участии катализаторов. Белки – резервный источник энергии, но повышенное их потребление необходимо для набора массы спортсмена в период тренировок на развитие силы, а также после больших нагрузок [1].

Рациональное питание способствует поддержанию энергобаланса, поступлению в правильных пропорциях необходимых веществ, адаптации организма лыжника к большим физическим и психическим нагрузкам, а также ускоряет восстановительные процессы в организме спортсмена. Недостаточное потребление важных пищевых продуктов приводит к серьезным последствиям: утомлению организма, падению уровня тренированности и депрессии.

Поэтому вопрос о сбалансированном и рациональном питании на сборах является одним из основных при организации режима дня и сборов в целом.

Литература:

1. Ефимов, А.А. Основы рационального питания / А.А. Ефимов, М.В. Ефимова // Учебное пособие. – Петропавловск-Камчатский: КамчатГТУ, 2009. – 178 с.
2. Парамзин, В.Б. Физическое состояние как основной компонент построения процесса физического воспитания школьника / В.Б. Парамзин, М.Т. Рахмонова // Материалы научной и НМК ППС КГУФКСТ. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – № 1. – С. 196-197.
3. Яцык, В.З. Динамика функционального состояния начинающих лыжников-

гонщиков в условиях краткосрочных сборов в среднегорье / В.З. Яцык, И.И. Горбиков, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко // Физическая культура, спорт -наука и практика. – 2016. – № 2. – С. 7-12.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

К ВОПРОСУ ОБ ОЦЕНКЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Н.В. Артеменко, С.П. Аршинник

Аннотация. В публикации представлен подход, в соответствии с которым эффективность процесса физического воспитания образовательной организации следует оценивать посредством сопоставления уровня физической подготовленности учащихся с модельными значениями, динамики их физической подготовленности и гармоничности сформированности ее компонентов.

Ключевые слова: физическое воспитание, эффективность, мониторинг; физическая подготовленность; модельные значения.

По мнению специалистов [1,2,3], оценка эффективности процесса физического воспитания образовательного учреждения осуществляется посредством использования различных методик: качества выступления школьных команд на городских и районных соревнованиях; процентного соотношения учащихся, соответствующих основной и специальной медицинским группам; наличия и качества использования спортивной материально-технической базы; числа школьников, выполнивших нормативы комплекса ГТО, и др. Вместе с тем большинство авторов сходятся во мнении, что эффективность процесса физического воспитания, прежде всего, зависит от степени сформированности физических качеств учащихся, то есть от уровня их физической подготовленности. В этой связи необходимо проводить соответствующий мониторинг, представляющий собой диагностику и оценку уровня физической подготовленности школьников.

Таким образом, учет данных мониторинга физической подготовленности в определенной мере может свидетельствовать об эффективности процесса физического воспитания в конкретном учебном заведении. Действительно, чем выше уровень физической подготовленности учащихся, тем, соответственно, выше и эффективность физического воспитания в конкретном учебном заведении. Вместе с тем, следует учитывать не только абсолютный уровень физической подготовленности, но и относительный, который, по нашему мнению, включает следующие показатели:

- 1) соответствие физической подготовленности учащихся модельным значениям;
- 2) динамику физической подготовленности школьников в течение определенного времени (например, учебного года);
- 3) степень гармоничности уровня сформированности компонентов физической подготовленности (физических качеств).

Использование приведенных выше показателей позволит более корректно осуществлять оценку эффективности процесса физического воспитания в конкретной образовательной организации.

Литература:

1. Аршинник, С.П. Готовность школьников города Краснодара к выполнению «обновленных» нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, Г.Н. Дудка [и др.] // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2017. – № 9 (151). – С. 13-19.

2. Жеребкин, Н.Н. Оценка эффективности учебных занятий по общей физической подготовке / Н.Н. Жеребкин, М.М. Казилов, В.Г. Фролов // Известия Московского государственного технического университета. – 2013. – Т. 2. – № 4. – С. 322-331.

3. Семенов, Л.А. Мониторинг кондиционной физической подготовленности в образовательных учреждениях: монография. – М.: Советский спорт, 2007. – 168 с.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ УЧАЩИХСЯ ГИМНАЗИИ № 36 ГОРОДА КРАСНОДАРА

Г.А. Бугаев, С.П. Аршинник

Аннотация. Данная публикация посвящена анализу и характеристике состояния физической подготовленности учащихся МАОУ гимназии № 36 города Краснодара.

Ключевые слова: физическая подготовленность, мониторинг, физические качества, учащиеся.

Ни для кого не секрет, что в последнее время наблюдается снижение уровня физической подготовленности детей и молодежи. В этой связи все большую популярность набирает планирование учебно-воспитательного процесса с учетом данных о физическом состоянии школьников. Проведенный нами мониторинг физической подготовленности в МАОУ гимназии № 36 г. Краснодара, в котором приняли участие 435 школьников в возрасте от 8 до 17 лет, позволил определить исходный уровень их физической подготовленности. Результаты сравнивались с модельными значениями, соответствующими бронзовому знаку отличия комплекса ГТО [1]. Полученные данные (см. табл.) свидетельствуют о том, что у учащихся гимназии № 36 общее состояние физической подготовленности составляет лишь 89,4 % от модельных значений. При этом нормативам у них соответствуют только показатели, характеризующие скоростно-силовую выносливость мышц туловища. Остальные показатели, к сожалению, не соответствуют данным значениям. Особенно это относится к параметрам, характеризующим уровень развития гибкости, которые, в общем, у них соответствуют модельным значениям лишь на 36,9%.

Контингент учащихся	Физические качества и способности							
	Скоростные	Координационные	Выносливость	Скоростно-силовые	Гибкость	Собственно-силовые	Скоростно-силовая выносливость	Итого
Пол	% от МЗ*	% от МЗ	% от МЗ	% от МЗ	% от МЗ	% от МЗ	% от МЗ	Сред. %
М	100	95,0	93,8	97,7	11,3	84,2	123,4	85,4
Д	98,0	95,2	88,7	91,7	62,4	88,5	131,0	93,3
Всего	99,0	95,1	91,3	94,7	36,9	86,4	127,2	89,4

* - МЗ – соответствие модельным значениям

Полученные сведения позволяют скорректировать процесс физического воспитания с учетом выявленных недостатков физического состояния.

Литература:

1. Тхорев, В.И. Оценка физической подготовленности школьников в соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / Актуальные вопросы физической культуры и спорта // В.И. Тхорев, С.П. Аршинник, Г.А. Бугаев. – Т. 18. – С. 67-72.

СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ПРЫГУНОВ В ДЛИНУ III СПОРТИВНОГО РАЗРЯДА

Ж.А. Зеликова, Е.А. Травкина, М.С. Шубин, Н.Г. Шубина

Аннотация. Прыжки в длину с разбега являются скоростно-силовым видом спорта [1]. И поэтому развитие этого физического качества в тренировочном процессе очень важно. В этой связи наиболее актуально выявить, как специализированная скоростно-силовая подготовка легкоатлета может помочь увеличить спортивный результат, какие именно упражнения будут давать наиболее полную картину представления о развитии скоростно-силовых качеств у прыгуна в длину с разбега. Этому вопросу и посвящена данная работа.

Ключевые слова: юные прыгуны в длину, скоростно-силовая подготовка, спортивный результат.

Для достижения высоких результатов во все возрастающей конкуренции в прыжках в длину с разбега очень важно правильно построить тренировочный процесс [3]. А для этого, в свою очередь, необходимо выявить критерии, которые влияют на результаты спортсмена. Определить, какую долю в этих критериях занимает развитие скоростно-силовых качеств прыгуна в длину с разбега, наиболее актуально в сложившейся на сегодняшний день в легкой атлетике обстановке. Данные, полученные в результате многих исследований, служат в качестве модельных характеристик. На их основе строится тренировочный процесс прыгунов [2].

Для решения поставленных задач исследования были выбраны ряд тестов для контроля за развитием скоростно-силовых качеств: бег 30 м по движению спортсмена; бег 30 м с хода; бег 60 м по движению спортсмена; прыжок в длину с места; тройной прыжок в длину с места; прыжок вверх с места; пять быстрых приседаний с 30-килограммовой штангой.

Тестирование проводилось в группе спортсменов III спортивного разряда в возрасте 15–16 лет, специализирующихся в прыжках в длину с разбега.

Установлено, что уровень развития скоростно-силовых качеств юных прыгунов в длину средний, по сравнению с рекомендуемыми в литературе, и изменяется в процессе годового цикла подготовки неравномерно. За первое полугодие отмечен незначительный рост, а в период осень-весна наблюдается статистически достоверный рост скоростно-силовых качеств и спортивного результата ($P < 0,01$).

Выявлено, что взаимосвязь между отдельными показателями скоростно-силовой подготовленности и спортивным результатом различна. Достоверная связь на протяжении всего годового цикла отмечена с бегом на 60 м ($r = -0,707; -0,738$), тройным прыжком в длину с места ($r = -0,736; -0,678; -0,832$) и пятикратными приседаниями со штангой 30 кг на время ($r = -0,956; -0,923; -0,945$).

Литература:

1. Стрижак, А.П. Легкоатлетические прыжки / А.П. Стрижак. – Киев: Здоровье. – 1989. – 204 с.
2. Шубин, М.С. Зависимость результатов в прыжках в длину от скорости и темпа последних шагов разбега / М.С. Шубин, Н.Г. Шубина // Тезисы XXV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Юга России (12 марта). – Краснодар: КГАФК. – 1998. – С. 88.
3. Шубин, М.С. Оценка соревновательной деятельности прыгунов в длину различной квалификации / М.С. Шубин, Н.Г. Шубина // Актуальные проблемы

оптимального движения в скоростной тренировке. Сборник докладов научно-практической конференции преподавателей вузов Юга России. – Краснодар. – 1998. – С. 33-35.

ДИНАМИКА СКОРОСТИ БЕГА У ЖЕНЩИН РАЗЛИЧНОЙ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В БЕГЕ НА 400 МЕТРОВ

А.С. Клещенок, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин

Аннотация. Результаты многолетних исследований в процессе соревнований в беге на 400 метров говорят о том, что тактика бега зависит от степени подготовленности спортсменки и каждая из бегуний имеет собственную тактику бега.

Ключевые слова: бег на 400 м; скорость, дистанция, стометровый отрезок.

В настоящее время появилась необходимость подтверждения индивидуальности тактики бега на дистанции 400 метров у женщин, используя анализ выступлений спортсменок на соревнованиях, а также определение уровня развития скорости бега и специальной выносливости на различных отрезках дистанции у спортсменок различной квалификации.

В.М. Маслаков и О.М. Мирзоев [1] считают, что в динамике скорости бега на дистанции 400 метров со старта имеет место ускорение на первых 100 метрах, далее происходит увеличение скорости бега на последующих 100 метрах. Во второй части дистанции, вплоть до финиша, наблюдается постепенное снижение скорости бега.

В беге на 400 метров старт выполняется на повороте беговой дорожки и первые 100 метров, в условиях действия центробежной силы, спортсменки высокой и средней квалификации пробегают со скоростью ниже средней дистанционной. Тенденция к увеличению скорости бега продолжается на втором стометровом отрезке дистанции, и спортсменки как высокой, так и средней квалификации достигают скорости, которая превышает среднюю скорость бега на протяжении всей дистанции.

На третьем стометровом отрезке дистанции скорость у высококвалифицированных спортсменок снижается, но не настолько значительно, как у бегуний средней квалификации.

На финишном 100-метровом отрезке снижение скорости бега наблюдается как у бегуний средней квалификации, так и у бегуний, имеющих высокий спортивный разряд, но более выражено у бегуний средней квалификации.

Результат в беге на 400 метров во многом зависит от личных рекордов спортсменок в беге на 200 метров, при этом первую половину дистанции необходимо пробегать незначительно хуже личных рекордов на 200 м (на 0,3-1,0 с), а вторую половину медленнее первой половины на 1,2-2,6 с.

Различают два типа спортсменок: бегунии спринтерского типа, которые пробегают первую половину дистанции с большим запасом скорости и за счет такого бега имеют большую разницу времени на двух половинах дистанции, используя свое преимущество в скорости; и бегунии, тяготеющие к бегу на средние дистанции, которые не способны бежать первую половину дистанции с такой скоростью, как спринтеры, но во второй половине дистанции длительное время сохраняют набранную скорость за счет высокого уровня специальной выносливости.

Литература:

1. Соревновательная деятельность в беге на короткие дистанции, эстафетном и барьерном беге: технические и тактические аспекты спортивного мастерства легкоатлетов: (к итогам XV чемпионата мира 2015 г.): методические рекомендации / В.М. Маслаков, О.М. Мирзоев. – Воронеж: Научная книга, 2016. – 197 с.

ВЛИЯНИЕ СКОРОСТИ РАЗБЕГА И ТЕМПА ПОСЛЕДНИХ ШАГОВ НА РЕЗУЛЬТАТ В ПРЫЖКЕ В ДЛИНУ У СПОРТСМЕНОВ РАЗНОЙ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Е.С. Конева, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин

Аннотация. Борьба за скорость в разбеге предопределяет в настоящее время увеличение соревновательного результата в прыжках в длину. Целью исследования являлось определение влияния скорости разбега на последних десяти метрах перед отталкиванием и темпа шагов у спортсменов различной спортивной квалификации в условиях соревнований.

Ключевые слова: прыжок в длину, разбег; темп; скорость; спортивный результат, спортивная квалификация.

По мнению А.П. Стрижак с соавторами [1], спортивный результат в прыжке в длину с разбега зависит от многих факторов, способствующих повышению двигательного потенциала прыгуна.

В течение двух соревновательных сезонов (зимнего и летнего) одного годового цикла подготовки проанализированы технические параметры разбега 51 спортсмена в возрасте от 14 до 18 лет, имеющих спортивную квалификацию в прыжке в длину с разбега от третьего разряда до кандидата в мастера спорта. На заданных отрезках разбега при помощи системы «Прыгун» регистрировалось время выполнения бега, с использованием сейсмодатчиков СВ-30 электрокардиографом "Биос" фиксировался темп последних шагов разбега.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что у прыгунов в длину характер выполнения разбега с ростом квалификации изменяется. Средняя скорость разбега повышается с ростом спортивного разряда прыгуна (см. табл. 1).

Таблица 1 Динамика скорости разбега исследуемых прыгунов

Параметры разбега	Квалификация спортсменов		
	третий разряд	второй разряд	первый разряд и КМС
Средняя скорость разбега, м/с	$5,1 \pm 0,6$	$5,5 \pm 0,6$	$6,1 \pm 0,6$
Скорость на предпоследних пяти метрах разбега, м/с	$8,0 \pm 0,7$	$8,6 \pm 0,7$	$9,1 \pm 0,5$
Скорость на последних пяти метрах разбега, м/с	$8,1 \pm 0,4$	$8,7 \pm 0,7$	$9,3 \pm 0,5$

В темпе выполнения последних шагов разбега также прослеживается тенденция увеличения на последних шагах разбега: у прыгунов третьего разряда от 3,8 до 4,3 шаг/с, от 3,7 до 4,4 у второразрядников и от 4,1 до 5,4 у прыгунов I разряда и КМС. Темп последнего шестого шага у всех прыгунов снижается. Такое выполнение последних шагов разбега способствует улучшению спортивного результата в среднем у спортсменов II разряда на 31 см по отношению к спортсменам III разряда и у кандидатов в мастера спорта и перворазрядников – на 98 см по отношению к спортсменам II разряда.

Литература:

1. Стрижак, А.П. Легкоатлетические прыжки / А.П. Стрижак, О.И. Александров, С.П. Сидоренко и др. – К.: Здоровья, 1989. – 168 с.

АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ В РАЗЛИЧНЫХ ПРОГРАММАХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

В.Г. Косова, С.П. Аршинник

Аннотация. Настоящая публикация отражает данные анализа программного материала по спортивным играм, которые представлены в современных программах по физической культуре. Проведенный анализ показал, что наиболее широкий арсенал учебного материала по спортивным играм представлен в программе под общей редакцией В.Ш. Каганова и региональной программе под редакцией В.И. Тхорева.

Ключевые слова: физическая культура, начальные классы, программа, учебный материал, спортивные игры.

В настоящее время наиболее популярными средствами физического воспитания являются спортивные игры (футбол, баскетбол, волейбол, гандбол и др.). Это послужило основанием включения их практически во все программы физического воспитания учащихся общеобразовательных организаций, средних профессиональных и высших учебных заведений. Популярность спортивных игр не могла не отразиться и на содержании школьных программ по физической культуре. Так, в последние годы во многих программах по физической культуре для школьников появился соответствующий программный материал по наиболее популярным спортивным играм для учащихся начальных классов.

Для выявления актуального содержания программного материала по спортивным играм нами был проведен анализ соответствующего содержания для учащихся 1-4 классов общеобразовательных школ. Анализу были подвергнуты современные программы по физической культуре 2014-2017 годов издания [1-3].

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют, что из всех проанализированных документов наиболее широкий арсенал элементов спортивных игр для учащихся начальных классов представлен в Примерной программе учебного предмета «Физическая культура» для общеобразовательных организаций, реализующих программы начального, основного и общего образования [2], а также региональной учебной программе по физической культуре для общеобразовательных организаций Краснодарского края [3].

Литература:

1. Матвеев, А.П. Физическая культура. Рабочие программы. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. – 3-е изд. – М.: Просвещение. – 2014. – 63 с.
2. Примерная программа по физической культуре для общеобразовательных организаций, реализующих программы начального, основного и общего образования / С.Е. Табаков, Е.В. Ломакина; под общ. ред. В.Ш. Каганова. – М., 2016. – 129 с.
3. Тхорев, В.И. Физическая культура: региональная учебная программа для общеобразовательных организаций Краснодарского края. Начальные классы: учебно-методическое пособие / В.И. Тхорев, С.П. Аршинник. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 2-е изд., доп. и перераб. – 78 с.

**ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ УЧАЩИХСЯ ГИМНАЗИИ
№ 87 ГОРОДА КРАСНОДАРА
В.Г. Косова, С.П. Аршинник**

Аннотация. В публикации представлены результаты мониторинга физической подготовленности мальчиков-учащихся гимназии № 87 г. Краснодара. Результаты исследования позволяют осуществить целевое планирование программного материала по физической культуре.

Ключевые слова: физическая подготовленность, мониторинг, физические качества, учащиеся.

В настоящее время становится актуальным подход, согласно которому планирование процесса физического воспитания должно осуществляться на основе данных об уровне физического состояния учащихся. В этой связи в г. Краснодаре регулярно проводится мониторинг физической подготовленности.

В осеннем этапе мониторинга 2017-2018 учебного года приняли участие 622 учащихся мужского пола 2–11-х классов МБОУ гимназии № 87 г. Краснодара. Все учащиеся, принявшие участие в мониторинге, не имели нарушений в состоянии здоровья и соответствовали основной медицинской группе.

Программа мониторинга включала следующие контрольные двигательные задания, направленные на оценку уровня физической подготовленности:

- бег на 30 м, 60 м (для контроля скоростных способностей);
- бег на 1000, 1500 и 2000 м (для контроля выносливости);
- челночный бег 3 по 10 м (для контроля координационных способностей);
- наклон вперед из положения стоя (для контроля гибкости);
- подтягивание на высокой перекладине (для контроля силовых способностей);
- поднятие туловища из положения лежа на спине (для контроля скоростно-силовых способностей мышц туловища);
- прыжок в длину с места (для контроля скоростно-силовых способностей мышц ног). Указанные двигательные задания соответствовали испытаниям современного комплекса ГТО.

Полученные в ходе обследования результаты сопоставлялись с модельными значениями, которые соответствовали уровню бронзового знака отличия ГТО, принятыми за 100 % [1].

Полученные данные свидетельствуют о том, что общий уровень физической подготовленности учащихся мужского пола рассматриваемого учебного заведения составил 96,0 %, то есть оказался недостаточным. Данный недостаток обусловлен, прежде всего, низкими показателями гибкости, которые у них, в среднем, составили лишь 40,4 % модельных значений. Кроме того, недостаточно сформированными также являются показатели скоростных способностей и выносливости. Вместе с тем, на уровне модельных величин учащиеся мужского пола гимназии № 87 в начале учебного года продемонстрировали координационные, скоростно-силовые, а также собственно силовые способности мышц рук и туловища.

Таким образом, полученные в ходе мониторинга результаты позволяют осуществить целевое планирование программного материала по физической культуре.

Литература:

1. Тхорев, В.И. Оценка физической подготовленности школьников в

соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / В.И. Тхорев, С.П. Аршинник, Г.А. Бугаев // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Т.18. – 2016. – С. 67-72.

**ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
В УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ НА ОСНОВЕ УСПЕШНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ
ШКОЛЬНИКАМИ НОРМ ГТО
К.С. Лихобабенко, С.П. Аршинник**

Аннотация. В рамках настоящего исследования был применен подход, в соответствии с которым степень эффективности процесса физического воспитания в учебном заведении определялась с учетом возможности учащихся выполнить нормативы ВФСК ГТО.

Ключевые слова: школьники, физическое воспитание, эффективность, комплекс ГТО, нормативы, выполнение.

В последнее время становится актуальным подход, в соответствии с которым эффективность процесса физического воспитания конкретного образовательного учреждения оценивается с учетом возможности его воспитанников выполнить нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» [1].

В рамках настоящего исследования осуществлялось сравнение количества учащихся обоего пола разных школ, способных выполнить нормативы I ступени ВФСК ГТО. В исследовании приняли участие учащиеся двух разных образовательных организаций, которым предлагалось в рамках мониторинга физической подготовленности выполнить соответствующие нормативы.

Таблица

Сравнение количества школьников, способных выполнить нормативы I ступени ВФСК ГТО, обучающихся в разных учебных заведениях

Число учащихся учебного заведения № 1, способных выполнить нормативы ГТО	Число учащихся учебного заведения № 2, способных выполнить нормативы ГТО	t	p
мальчики			
6,6±3,18 %	37,9±6,37 %	4,40	<0,001
девочки			
30,0±8,37 %	76,7±7,72 %	4,10	<0,001

Полученные в результате исследования данные (см. табл.) свидетельствуют, что степень готовности к выполнению нормативов I ступени ВФСК ГТО учащихся второго образовательного учреждения, достоверно выше, чем у учащихся первого учебного заведения. Поскольку степень готовности к выполнению норм ГТО непосредственно зависит от уровня физической подготовленности учащихся, а последний является критерием эффективности всего процесса физического воспитания, то можно сделать вывод о том, что степень эффективности процесса физического воспитания выше в учебном заведении № 2.

Литература:

1. Аршинник, С.П. Готовность школьников города Краснодара к выполнению «обновленных» нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, Г.Н. Дудка [и др.] // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2017. – № 9 (151). – С. 13-19.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ТЕХНИКИ МЕТАНИЯ КОПЬЯ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ

Э.С. Маилова, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин

Аннотация. Метание копья одна из сложнейших в техническом исполнении дисциплин легкой атлетики. Являясь скоростно-силовым видом, метание копья требует от спортсмена высокого уровня технической подготовленности и согласованности сложно-координационных действий. Сегодня, когда метатели демонстрируют высокий уровень спортивных результатов, тренеру и метателю необходимы объективные данные компонентов техники двигательных действий.

Ключевые слова: женщины, метание копья, биомеханические характеристики, выпуск снаряда, скорость, высота.

Метание копья было известно еще во времена Олимпийских игр Древней Греции и в настоящее время является одной из зрелищных дисциплин легкоатлетического спорта [2]. Однако темпы роста спортивного результата в метании копья у женщин имеют тенденцию к снижению. Необходим поиск современных методик построения тренировочного процесса и усовершенствования элементов техники метания.

С целью выявления биомеханических характеристик отдельных двигательных действий метательниц копья в условиях соревнований, был проведен анализ кинограмм двух попыток ведущих спортсменок мира: чемпионки мира Марии Абакумовой (результат 71 м 99 см) и олимпийской чемпионки Барбары Шпотаковой (71 м 58 см).

По законам биомеханики дальность полета легкоатлетического снаряда значительно зависит от начальной скорости, угла и высоты выпуска снаряда, а также метеорологических условий в момент выполнения попытки [1].

Биомеханический анализ показал, что спортсменки в технических характеристиках имеют различия. Несмотря на то, что состояние погоды в момент выполнения попыток каждой из спортсменок было практически одинаковым, скорость выпуска снаряда у Б. Шпотаковой превышает этот показатель у М. Абакумовой более чем на один метр в секунду, также и высота выпуска снаряда у нее на 10 см выше.

В момент выброса снаряда угол выпуска копья у М. Абакумовой выше на $1,5^\circ$, и в дальнейшем прослеживается преимущество в угле атаки снаряда. В величине расстояния от места выброса снаряда до линии разметки зоны приземления (дуги) М. Абакумова имеет преимущество, равное 18 см. В момент выброса снаряда М. Абакумова активнее наклоняет туловище вперед (разница с показателем Б. Шпотаковой составляет $8,5^\circ$), что свидетельствует об эффективной работе в момент выброса снаряда не только метательной руки, но и всего корпуса. У Б. Шпотаковой в данной фазе отмечается резкое движение рукой и явное отставание туловища. Несмотря на более длинный временной отрезок при постановке ноги в последнем шаге, М. Абакумова демонстрирует более быстрый выпуск снаряда.

Таким образом, мы можем сказать, что преимущества в ряде технических характеристик, связанных с углами выпуска снаряда, положением туловища в момент окончания финального усилия и выброса снаряда, расстоянием до линии начала зоны приземления, позволили М. Абакумовой показать результат на 41 см выше Б. Шпотаковой, имеющей явные преимущества в скорости и высоте выпуска копья.

Литература:

1. Мнухина, О. Техника легкоатлетических локомоций / О. Мнухина, О. Михайлова, Я. Тюпа // Легкая атлетика. – 2014. – № 3-4. – С. 4-6.
2. Хасин, Л.А. Расчет кинематических и динамических характеристик в метании копья / Л.А. Хасин. – Малаховка: МГАФК, 2012. – С. 162-191.

К ВОПРОСУ О РАЗРАБОТКЕ «ПЕРЕВОДНЫХ» НОРМАТИВОВ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ ФУТБОЛЕ

Ю.Г. Мартыненко, А.А. Чернопольский, С.П. Аршинник

Аннотация. В рамках настоящего исследования предлагается подход, в соответствии с которым в рамках федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол целесообразно предусмотреть разработку нормативов физической подготовленности для каждого года подготовки.

Ключевые слова: юные футболисты, физическая подготовленность, нормативы, этап начальной подготовки, федеральный стандарт спортивной подготовки.

Известно, что управление тренировочным процессом в любом виде спорта осуществляется на основе контроля за деятельностью спортсменов. Также известно, что основой подготовки юных спортсменов является подготовка физическая и, прежде всего, общая физическая подготовка. Все вышесказанное актуально и для такого вида спорта, как футбол. В данном виде спорта, в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки, имеются соответствующие контрольные нормативы. Однако данные нормативы разработаны лишь для конкретных этапов подготовки (начального, тренировочного, совершенствования спортивного мастерства и др.).

Вместе с тем, по нашему мнению, данные нормативы должны дифференцироваться в зависимости от возраста. Например, в соответствии со стандартом начало занятий футболом следует начинать с 8-ми лет, и, по всей видимости, к этому возрасту «привязаны» соответствующие нормативы для зачисления в группу начальной подготовки. Вместе с тем возникает вопрос: «Как быть в том случае, если к занятиям приступают дети с 9-ти или даже с 10-ти лет? Им тоже следует руководствоваться нормативами, которые разработаны для 8-летних»? По всей видимости, нет. С нашей точки зрения, нормативы должны учитывать не только вид спорта, но и возраст, а также вид подготовки занимающихся (которые в стандарте по футболу почему-то не разделены). Целесообразно оценивать уровень подготовленности юных футболистов не только при переходе от одного этапа подготовки к другому, но и в рамках каждого этапа (например, в течение одного тренировочного года). В таком случае оперативная информация в виде результатов ежегодного тестирования будет служить основанием тренеру для планирования тренировочного процесса.

В связи с вышеизложенным, представляется целесообразным осуществить разработку так называемых «переводных» нормативов физической подготовленности юных футболистов не только для конкретного этапа подготовки, но и для каждого тренировочного года.

**К ВОПРОСУ ОБ ОПРЕДЕЛЕНИИ «ПУЛЬСОВОЙ СТОИМОСТИ»
ДВИГАТЕЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫХ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**
А.В. Музынина, С.П. Аршинник

Аннотация. Публикация посвящена актуальности исследования, направленного на определение «пульсовой стоимости» двигательных заданий, применяемых на уроках физической культуры в общеобразовательных организациях.

Ключевые слова: образовательная организация, физическая культура, урок, «пульсовая стоимость», двигательное задание, нагрузка, дозирование.

Известно, что для урока физической культуры характерным является строгая регламентация деятельности учащихся и дозирование нагрузки. Четкая регламентация необходима, прежде всего, для реализации образовательных задач урока. Так, усвоение каждого упражнения требует определенного количества повторений. Кроме того, дозирование нагрузки во многом обуславливает реализацию оздоровительных и развивающих (тренировочных) задач. В частности, воспитание физических качеств невозможно без предъявления высоких требований к организму, что достигается правильной дозировкой нагрузки.

Известно также, что степень физической нагрузки в большинстве случаев определяется по показателям частоты сердечных сокращений (ЧСС, пульса) или «пульсовой стоимости» двигательных заданий, применяемых на уроке.

Понятие «пульсовая стоимость» («энергетическая» стоимость, «пульсовая напряженность») встречается в работах многих авторов (Ф.Р. Зотова, 2004; Г.Н. Германов, М. Е. Злобина, 2007; В.И. Тхорев, 2017 и др.). При этом указывается, что «пульсовая стоимость» – это показатели ЧСС, которые вызваны тем или иным двигательным заданием.

Вместе с тем в настоящее время учителя физической культуры не всегда владеют точной информацией относительно «пульсовой стоимости» конкретных упражнений, применяемых на уроках физической культуры в конкретном классе у учащихся определенного возраста и пола, что в конечном итоге не позволяет корректно конструировать (наполнять содержанием) уроки.

В этой связи представляется актуальным проведение исследования, направленного на определение «пульсовой стоимости» двигательных заданий (физических упражнений) для адекватного планирования уроков физической культуры в общеобразовательных организациях.

Литература:

1. Германов, Г.Н. Модульная технология построения занятий физической культурой учащихся подготовительных групп в образовательных учреждениях / Г.Н. Германов, М.Е. Злобина // Вестник ВГУ. Серия: Проблемы высшего образования. – 2007. – № 1. – С. 118-123.

2. Зотова, Ф.Р. Эффективность дополнительных «тренировочных» уроков физической культуры в инновационных школах / Ф.Р. Зотова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2004. – № 1. – С. 2-5.

3. Технологии спортивной подготовки: учебное пособие / автор-составитель: В.И. Тхорев. – КГУФКСТ, 2017 – 151 с.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ УЧАЩИХСЯ МБОУ СОШ №78 Г. КРАСНОДАРА

А.С. Подгорная, С.П. Аршинник

Аннотация. В данной работе рассматривается физическое развитие и физическая подготовленность учащихся 2–11-х классов МБОУ СОШ № 78 г. Краснодара.

Ключевые слова: мониторинг, физическая подготовленность, физическое развитие, школьники.

Мониторинг – процесс наблюдения за каким-либо объектом, оценка его состояния, осуществление контроля и прогнозирования результатов [1]. Для краснодарских школьников мониторинг физического развития и физической подготовленности является ежегодным, проводится осенью и весной. Данное мероприятие позволяет оценить уровень и проследить тенденции физического состояния школьников.

В осеннем этапе мониторинга приняли участие ученики 2–11-х классов МБОУ СОШ № 78 в количестве 413 мальчиков и 358 девочек. Для оценки физического развития измеряли рост, вес, окружность грудной клетки, силу рук (динамометрия), определяли весоростовой индекс. Для определения уровня физической подготовленности учащихся применялись следующие тесты: бег на 30 и 60 метров; челночный бег 3х10 метров; бег на 1, 1,5 и 2 км.; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; прыжок в длину с места; подтягивание из виса на высокой перекладине (для мальчиков) и на низкой перекладине (для девочек); поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту.

В результате обработки полученных данных в сравнении с модельными характеристиками [2] было выявлено следующее: показатели физического развития мальчиков незначительно превышают модельные значения 100 %, в то время как у девочек, они, как правило, соответствуют должным значениям.

Оценка показателей физической подготовленности позволила констатировать, что у мальчиков параметры скоростных, координационных, скоростно-силовых и собственно силовых способностей соответствуют норме; несколько ниже должных значений показатели выносливости и значительно ниже модельных значений показатели гибкости. У девочек показатели скоростных, скоростно-силовых способностей мышц ног и мышц туловища соответствуют нормативам; несколько ниже нормативных значений показатели координационных способностей и выносливости, и существенно ниже нормы показатели силы верхних конечностей и гибкости.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что на уроках физической культуры в МБОУ СОШ № 78 следует обратить внимание, прежде всего, на улучшение таких составляющих физической подготовленности, как выносливость, сила верхних конечностей и гибкость.

Литература:

1. Аршинник, С.П. Мониторинг физического состояния: учебное пособие / С.П. Аршинник. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФСТ, 2015. – 69 с.
2. Тхорев, В.И. Оценка физической подготовленности школьников в соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / Актуальные вопросы физической культуры и спорта // В.И. Тхорев, С.П. Аршинник, Г.А. Бугаев. – Т. 18. – С. 67-72.

ХАРАКТЕРИСТИКА ДЛИНЫ БЕГОВОГО ШАГА У СПРИНТЕРОВ 12–14 ЛЕТ Ф.А. Ротков, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин

Аннотация. Анализ научной и научно-методической литературы показал, что имеют место различные мнения по вопросу соотношения длины и частоты шагов на различных дистанциях, но в спринтерском беге принято считать данные показатели наиболее консервативными.

Ключевые слова: спринт, беговой шаг, этап подготовки.

В своих исследованиях Э. Озолин [2010] установил, что при одной и той же скорости бега квалифицированные бегуны выполняют более длинные шаги и имеют частоту шагов ниже, чем менее подготовленные спринтеры. В то же время более подготовленные бегуны преодолевают соревновательную дистанцию за меньшее количество шагов в условиях заданного темпа движений, имея большую их длину [1].

Одной из задач исследования являлось определение взаимосвязи спортивного результата у юных спринтеров и показателей длины бегового шага. В исследовании приняли участие 10 спринтеров в возрасте от 12 до 14 лет.

Анализ первичного тестирования в рамках соревнований показал, что при среднем результате в беге на 100 метров 13,51 с, испытуемые имели длину бегового шага в среднем 193,66 см. Средняя величина взаимосвязи между результатом в беге на 100 метров и индивидуальной длиной бегового шага составила 0,674.

В течение последующего годичного цикла подготовки в экспериментальной группе спринтеров применялись упражнения, направленные на увеличение длины бегового шага: специальные беговые упражнения, многократные прыжки «в шаге» и бег «в шаге», бег в облегченных условиях, бег по наклонной плоскости вверх и вниз.

В ходе исследования установлен волнообразный характер показателей длины бегового шага у юных спринтеров в течение годичного цикла подготовки.

Наиболее существенная взаимосвязь скорости бега и длины бегового шага установлена в осенне-зимнем этапе подготовки (общеподготовительный этап) годичного цикла ($r=0,813$) и в весенне-летнем этапе подготовки (специально-подготовительный этап) ($r=0,733$). В указанные периоды подготовки у юных спортсменов, специализирующихся в спринтерском беге, при рациональном использовании специальных средств тренировки создаются предпосылки для увеличения скорости бега и увеличения длины бегового шага.

Планирование тренировочной работы должно быть построено таким образом, чтобы при большом объеме в период осенне-зимнего подготовительного периода спортсмены имели возможность сохранять длину бегового шага, достигнутую в предыдущем соревновательном периоде.

У юных спринтеров в возрасте 12–14 лет увеличения длины бегового шага (относительно предыдущего соревновательного сезона) необходимо добиваться в период весенне-летнего цикла подготовки, о чем свидетельствуют результаты исследования: на заключительном этапе взаимосвязь длины шага и спортивного результата возросла ($r=0,895$).

Литература:

1. Никитушкин, В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 240 с.
2. Озолин, Э.С. Спринтерский бег / Э.С. Озолин. – М.: Человек, 2010. – 176 с.

К ВОПРОСУ О СТРУКТУРЕ И СОДЕРЖАНИИ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ТАНЦОРОВ

А.А. Срабионян, С.П. Аршинник

Аннотация. В публикации представлены данные анкетного опроса тренеров по спортивным бальным танцам. Полученные результаты позволили сформировать структуру общей физической подготовки начинающих танцоров.

Ключевые слова: общая физическая подготовка, юные спортсмены, спортивные танцы, физические качества.

Известно, что физическая подготовка представляет собой процесс воспитания физических качеств и является основой подготовки юного спортсмена. Специалистами отмечается, что значение физической подготовки для юных спортсменов велико, поскольку именно она закладывает необходимую базу дальнейшего спортивного совершенствования.

Вместе с тем в документах, регламентирующих деятельность, связанную с подготовкой юных спортсменов-танцоров, отсутствуют четкие рекомендации относительно содержания их физической подготовки. Возможно, это является причиной низкого уровня общей физической подготовленности юных спортсменов.

С целью определения объема общей физической подготовки (ОФП) в общей структуре подготовки юных спортсменов-танцоров нами был проведен анкетный опрос специалистов-тренеров по данному виду спорта, выступавших в роли экспертов. На основе полученных по итогам анкетирования данных было установлено, что общий объем ОФП в структуре начальной подготовки юного танцора должен составлять $47,7 \pm 2,95$ %, т. е. приблизительно половину всей нагрузки. При этом данные показатели превышают имеющиеся рекомендации федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «танцевальный спорт», в котором ОФП на данном этапе должна занимать лишь 25-30 % общего объема подготовки. При этом в стандарте не регламентируются параметры времени на воспитание конкретного компонента физической подготовленности (физического качества). В связи с вышеизложенным, наше дальнейшее исследование предполагало изучение мнений экспертов по вопросу оптимального распределения объемов двигательных заданий, направленных на воспитание различных физических качеств на этапе НП. Полученные результаты приведены в таблице.

Таблица

Мнения тренеров по вопросу распределения компонентов физической подготовки юных спортсменов-танцоров в общем объеме подготовки на этапе НП

Физические качества и способности	Мнения специалистов
Выносливость	$21,6 \pm 3,40$ %
Скоростно-силовые	$20,8 \pm 5,24$ %
Гибкость	$16,9 \pm 1,17$ %
Скоростные	$14,3 \pm 1,50$ %
Собственно силовые	$13,9 \pm 1,56$ %
Координационные	$12,5 \pm 1,27$ %

Полученные данные позволяют сформировать структуру общей физической подготовки юных спортсменов спортивной специализации «спортивные бальные танцы».

К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ ПОВЫШЕНИЯ ОБЪЕМА ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ТАНЦОРОВ

А.А. Срабионян, С.П. Аршинник

Аннотация. В представленной публикации приведены данные, свидетельствующие о необходимости повышения объема общей физической подготовки юных спортсменов-танцоров на этапе начальной подготовки.

Ключевые слова: общая физическая подготовка, юные спортсмены, спортивные танцы, федеральный стандарт спортивной подготовки.

Известно, что система подготовки спортивного резерва осуществляется на основе предписаний федеральных стандартов спортивной подготовки (ФССП) по различным видам спорта. Такой стандарт разработан также и по танцевальному спорту (см. приказ Министерства спорта РФ № 1077 от 26.12.2014 г). В частности, в данном стандарте указано, что к занятиям спортивными танцами (на этап начальной подготовки - НП) могут быть допущены дети уже с 7-ми лет, то есть с начала младшего школьного возраста. Известно также, что к реализации программ на этапе НП в соответствии со стандартом предъявляются следующие требования: 1) формирование устойчивого интереса к занятиям спортом; 2) формирование широкого круга двигательных умений и навыков; 3) освоение основ техники по виду спорта «танцевальный спорт»; 4) всестороннее гармоничное развитие физических качеств; 5) укрепление здоровья спортсменов; 6) отбор перспективных спортсменов для дальнейших занятий.

Анализ данных требований свидетельствует, что из указанных 6-ти пунктов половина (требования № 2, 4 и 5) соответствуют задачам, решение которых обеспечивает общая физическая подготовка. Таким образом, в группах НП именно общая физическая подготовка должна являться основой процесса подготовки юных спортсменов.

Для уточнения данного вывода нами проводилось анкетирование экспертов-тренеров по спортивным бальным танцам.

Полученные данные свидетельствуют о том, что 63,6 % специалистов считают необходимым включение физических упражнений, направленных на ОФП в тренировочный процесс юных танцоров на этапе НП. Одновременно, 36,4 % респондентов указывают, что «...нет необходимости применять средства общей физической подготовки, достаточно лишь упражнений, направленных на освоение танцевальных движений». Таким образом, имеется серьезное несоответствие мнений определенного состава тренеров по спортивным бальным танцам требованиям ФССП. Кроме того, проведенные нами наблюдения показывают, что на занятиях спортивными бальными танцами уже на первом году обучения преобладают упражнения, направленные на обеспечение технической подготовленности в ущерб физической.

Полученные данные свидетельствуют о необходимости учета требований федерального стандарта спортивной подготовки и необходимости повышения объема общей физической подготовки юных спортсменов-танцоров на этапе начальной подготовки.

ДИНАМИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ 2-ГО КУРСА ФАКУЛЬТЕТА СПОРТА КГУФКСТ

О.С. Ткаченко, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин

Аннотация. До настоящего времени проблема тестирования и оценивания физической подготовленности студентов высших учебных заведений не получила однозначного решения. Не отражены данные уровня двигательной подготовленности студентов различных специализаций вузов физической культуры.

Ключевые слова: студент, специализация, физическая подготовленность, уровень, ВФСК ГТО.

По данным Н.Я. Петрова с соавторами [1], состав студентов высших учебных заведений физической культуры в основном состоит из юношей и девушек, только что окончивших общеобразовательную школу. Уровень физической подготовленности основной массы абитуриентов высших учебных заведений не отвечает требованиям, предъявляемым к студентам.

В рамках учебных занятий проведено тестирование студентов различных специализаций 2-го курса факультета спорта с применением следующих контрольных упражнений: подтягивание на перекладине (юноши), сгибание-разгибание рук в упоре лежа (девушки), бег на 100 и 2000 и 3000 метров, прыжок в длину с места (табл. 1).

Таблица 1 - Результаты тестирования студентов 2 курса (средние значения)

№	Контрольные упражнения	Девушки (n=54)	Юноши (n=78)
1	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (к-во раз)	12,63±6,24	-
2	Подтягивание на высокой перекладине (к-во раз)	-	13,66±4,94
3	Прыжок в длину с места (см)	174,31±21,06	235,09±18,45
4	Бег 100 м (с)	17.60±3.26	14.92±2.98
5	Бег 2000 м (мин)	12:44.71±2:57.0 2	-
6	Бег 3000 м (мин)	-	14:06.42±3:17.2 1

Анализ физической подготовленности студентов показал, что большинство из них едва справляются с требованиями испытаний шестой ступени ВФСК ГТО на бронзовый знак. Только 5 процентов студентов от общего числа тестируемых выполнили во всех испытаниях норматив, соответствующий золотому знаку ГТО. Низкие результаты показаны девушками в прыжке в длину с места и в беге на выносливость.

Считаем, что имеет место необходимость внесения корректив в рабочие программы по учебной дисциплине «Физическая культура и спорт (элективные дисциплины)», с целью повышения уровня развития физических качеств студентов очной формы обучения, уделив внимание вопросам подготовки к выполнению

испытаний ВФСК ГТО.

Литература:

1. Петров, Н.Я. Физическое воспитание студентов и учащихся / Н.Я. Петров, В.А. Соколов, В.М. Колос. – Минск: Полымя, 2007. – 256 с.

АНАЛИЗ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ НЕПРОФИЛЬНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ПОДГОТОВКИ КГУФКСТ К ВЫПОЛНЕНИЮ ИСПЫТАНИЙ ВФСК ГТО

О.С. Ткаченко, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин

Аннотация. Исследуемая проблема, отражающая вопросы уровня физической подготовленности студентов, не всегда раскрывает возможности повышения эффективности физических упражнений, включенных в испытания ВФСК ГТО. Особенно это касается студентов физкультурных вузов, обучающихся по непрофильным направлениям.

Ключевые слова: студенты, готовность, испытания, ВФСК ГТО.

По мнению И.Ю. Вагановой [1], в учебный процесс студентов направлений подготовки, для которых физическая культура не является сферой профессиональной деятельности, желательно включать в качестве средств физического воспитания испытания ВФСК «Готов к труду и обороне».

Одной из задач нашего исследования являлось определение уровня готовности студентов различных направлений подготовки КГУФКСТ к сдаче испытаний ВФСК ГТО. В сентябре 2017 года в рамках учебной дисциплины «Физическая культура и спорт (элективные дисциплины) легкая атлетика» нами были протестированы 124 студента 2-го курса очной формы, обучающихся по следующим направлениям подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование, 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, 43.03.02 Туризм, 52.03.01 Реклама и связи с общественностью, 51.03.05 Режиссура театрализованных представлений и праздников.

Для тестирования студентов были использованы только скоростно-силовые легкоатлетические испытания ВФСК ГТО: бег на 100 метров, прыжок в длину с разбега, прыжок в длину с места, метание спортивного снаряда.

Анализ результатов исследования показал, что лишь единицы из числа студентов выполняют испытания, соответствующие нормам знакам ГТО (табл. 1).

Таблица 1 - Количество студентов, показавших в легкоатлетических испытаниях ВФСК ГТО норматив, соответствующий знакам ГТО 6-й ступени (18-24 лет) (n=124)

	Бег 100 м	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с разбега	Метание спортивного снаряда
девушки, %	9	12	7	23
юноши, %	11	12	18	31

С целью повышения уровня физической подготовленности студентов непрофильных направлений подготовки КГУФКСТ возникает необходимость разработки и внедрения в учебный процесс студентов в рамках учебной дисциплины «Физическая культура и спорт (элективные дисциплины): легкая атлетика» специальной рабочей программы, отражающей техническую и физическую подготовку в легкоатлетических видах испытаний ВФСК ГТО.

Литература:

1. Ваганова, И.Ю. Внедрение ВФСК «Готов к труду и обороне» в систему образования: к вопросу об изменении государственных образовательных стандартов / И.Ю. Ваганова, А.Е. Терентьев // Педагогическое образование в России: издательство Уральского государственного педагогического университета. – 2015. – № 1. – С. 62-65.

АНАЛИЗ КИНЕМАТИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ ТЕХНИКИ ПРЫЖКА ПРЫГУНИЙ В ВЫСОТУ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Е.А. Травкина, Ж.А. Зеликова, М.С. Шубин, Н.Г. Шубина

Аннотация. В данной работе представлены изменения показателей техники прыжка в высоту прыгуней средней и высокой квалификации. Рассмотрена техника движений с точки зрения биомеханики прыжка.

Ключевые слова: прыжок в высоту, техника, угловые характеристики, спортсменки, высокая квалификация.

Под спортивной техникой принято понимать варианты выполнения отдельных движений. В настоящее время недостаточно знать основы техники прыжка, нужно регулярно вносить коррективы в процесс становления техники выполнения, а также знать закономерности, которые позволяют прогнозировать спортивный результат. Необходимо осуществлять систематический контроль за ходом технической подготовки [1].

Для сравнительного анализа техники прыгуней в высоту была выполнена видеосъемка на соревнованиях различного уровня. Анализировались следующие угловые характеристики: путь движения ОЦМТ на последних шагах разбега; угол сгибания между бедром и голенью толчковой ноги при отталкивании; изменение положения туловища на последних двух шагах разбега; угол между бедром и голенью маховой ноги в прокате; амплитуда постановки толчковой ноги; угол разгибания ноги в момент маха [2].

В результате анализа изучаемых угловых показателей испытуемых установлено, что в связи с квалификацией значительно изменяется техника прыжка, показывая варианты ее изменения.

Выявлено, что при продвижении на маховой ноге у мастеров спорта угол сгибания в коленном суставе изменяется от 95° до 99° , а у прыгуней средней квалификации – $101-105^\circ$; в момент амортизации (в отталкивании) у высококвалифицированных спортсменок угол сгибания от 132° до 147° , а у спортсменок средней квалификации $120-140^\circ$. В момент постановки толчковой ноги у прыгуней I и II спортивного разряда относительно вертикали отклонение туловища составляет 22° , а у высококвалифицированных спортсменок – 28° . Амплитуда маха у студенток КГУФКСТ – 115° , у спортсменок высшей квалификации – 130° . Угол постановки ноги зависит от длины шага: у высококвалифицированных – 60° , а у прыгуней более низкого разряда в пределах 57° .

Таким образом, можно говорить о том, что все прыгуньи имеют индивидуальную технику прыжка.

Литература:

1. Стрижак, А.П. Критерии технического мастерства прыгуна в высоту / А.П. Стрижак // Легкая атлетика. – 2017. – № 3-4. – С. 8.
2. Шубин, М.С. Вариативность кинематической структуры последних шагов разбега и отталкивания квалифицированных прыгунов в высоту в условиях соревнований / М.С. Шубин // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 3. – С. 41-43.

ОСОБЕННОСТИ ПЛАНИРОВАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ МЕТАТЕЛЕЙ

Н.Д. Тронева, П.Г. Погорелов, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин

Аннотация. В настоящее время отдельные спортсмены в легкоатлетических метаниях уже в раннем возрасте достигают высоких спортивных результатов, а сборные команды различного уровня пополняются молодыми перспективными атлетами, что заставляет обратить внимание на совершенствование методики тренировки юных метателей.

Ключевые слова: юный метатель; тренировка; нагрузка, объем, планирование.

Освещаемый вопрос предполагал исследование проблем оптимизации построения спортивной тренировки метателей с учетом индивидуальных особенностей на раннем этапе спортивной специализации.

Метания являются специфическими дисциплинами легкоатлетического спорта. Результат в метаниях во многом зависит не только от физических, но и от морфологических особенностей юного спортсмена. В процессе набора юных спортсменов в тренировочные группы, которые в дальнейшем начнут специализацию в легкоатлетических метаниях, необходимо обращать внимание на уровень развития скоростных и силовых способностей, а также на анатомо-морфологические показатели: массу и длину тела, окружность груди, ширину таза, длину рук и др. [1].

В процессе многолетней подготовки юных легкоатлетов ключевым моментом является планирование тренировочной нагрузки, которая должна быть адекватна возрасту, уровню физического развития и физической подготовленности и в полной мере способствовать, от этапа к этапу, росту спортивного результата в соревновательном упражнении.

В ходе педагогического эксперимента, в соответствии с уровнем развития и морфологическими особенностями, испытуемые юные метатели были разделены на три группы, и конкретно для спортсменов каждой группы были разработаны индивидуальные планы подготовки. На основании анализа документации тренеров и юных метателей определялись количественные величины объемов нагрузки в определенном годовом цикле тренировки, что позволило провести сравнение в рамках нескольких лет подготовки. Установлено, что при рациональном планировании и индивидуализации спортивной подготовки у юных спортсменов тренировочная нагрузка в первый год специализации в легкоатлетических метаниях может достигать значительных величин. Среднегодовой объем нагрузки может быть в пределах от 34 до 55 процентов от тренировочного объема нагрузки у квалифицированных метателей.

Одним из путей увеличения объемов тренировочной нагрузки в годовом цикле на этапе ранней специализации может быть ориентация юных метателей на достижение высокого спортивного результата.

Литература:

1. Зотеев, Е.И. Взаимосвязь показателей скоростно-силовой подготовленности со спортивным результатом метателей копья II-III спортивного разряда / Е.И. Зотеев, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин / Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (декабрь 2013 – март 2014 года) г. Краснодар: материалы конференции. – Ч. I. – Краснодар: КГУФКСТ, 2013. – С. 42-43.

ДИНАМИКА СРЕДСТВ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТОЛКАТЕЛЕЙ ЯДРА

Н.Д. Тронева, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин

Аннотация. Процесс подготовки квалифицированных спортсменов метателей в настоящее время рассматривается как сложная управляемая система, и основное внимание в ней уделяется совершенствованию технической и физической подготовленности спортсменов.

Ключевые слова: толкатели ядра, высокая квалификация, специальная подготовка, средства, динамика.

Бондарчук А.П. [1], рассматривая общие положения построения и организации тренировочного процесса, рассматривал индивидуализацию спортивной подготовки в рамках соответствия тренировочных нагрузок индивидуальным возможностям спортсмена и уровню развития его физических качеств.

Рассматривая и анализируя тренировочный процесс в рамках многолетней подготовки, была сделана попытка экспериментального обоснования методики индивидуализации подготовки в толкании ядра у женщин. В период педагогического эксперимента, являющегося автоэкспериментом, был скорректирован и проведен тренировочный процесс спортсменки, специализирующейся в толкании ядра, с учетом результатов анализа объема и направленности многолетних тренировочных нагрузок.

Анализ анкетирования тренеров, работающих со спортсменами-метателями, показал, что в тренировочном процессе высококвалифицированных толкателей ядра наблюдается разнообразие объемов основных средств специальной подготовки. Данное обстоятельство требует на этапе высшего спортивного мастерства подвергать индивидуализации тренировочный процесс спортсменов, специализирующихся в толкании ядра, а также регулярно контролировать в тренировочном процессе уровень развития индивидуальных качеств и специальной подготовленности метателя.

В процессе исследования выявлено, что для оценки уровня специальной физической подготовленности квалифицированных толкательниц ядра к наиболее информативным контрольным упражнениям можно отнести: метание снаряда большего веса, чем соревновательный ($r = 0,90$), метание облегченного снаряда ($r = 0,91$), рывок штанги ($r = 0,75$), метание ядра двумя руками назад через голову ($r = 0,74$), метание ядра двумя руками снизу вперед ($r = 0,79$).

С учетом уровня специальной подготовленности квалифицированной толкательницы ядра, а также многолетнего изменения тренировочных нагрузок, в процессе исследования были определены индивидуальные особенности построения годового цикла подготовки.

Наивысший спортивный результат спортсменкой показан в период проведения педагогического эксперимента, в течение которого был повышен объем тренировочных нагрузок технической и скоростно-силовой направленности. Одновременно уменьшено количество тренировочных занятий и объем нагрузки силовой направленности. У толкательницы ядра не наблюдалось снижение уровня показателей силовой подготовленности, и отмечен значительный рост уровня показателей скоростно-силовой и технической подготовленности.

Литература:

1. Бондарчук, А.П. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса / А.П. Бондарчук. – М.: Олимпия Пресс, 2007. – 272 с.

ДИНАМИКА СРЕДСТВ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ БЕГУНОВ-СПРИНТЕРОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ТРЕНИРОВКИ

В.А. Ширяева, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин

Аннотация. Оптимальное построение тренировочного процесса во многом связано с рациональным планированием годичного цикла. Одним из определяющих средств в подготовке спринтеров является соответствующее развитие скоростно-силовых качеств. Целью исследования являлось определение наиболее информативных средств скоростно-силовой подготовки спринтеров III-II разрядов.

Ключевые слова: спринтер, средства тренировки, подготовительный период.

Теория и практика спортивной тренировки в беге на короткие дистанции отмечает особенности подбора скоростно-силовых средств, их объем и периоды выполнения [1], в связи с чем исследование эффективности средств скоростно-силовой подготовки спринтера, на наш взгляд, является актуальным.

В исследовании приняли участие 10 бегунов на короткие дистанции II и III спортивного разряда. Участники исследования были трижды протестированы: в начале и по окончании осенне-зимнего соревновательного периода и в зимнем соревновательном периоде. Применялись следующие контрольные упражнения: тройной прыжок с места, десятерный прыжок с места, метание ядра (5 кг) вперед двумя руками, 10 глубоких приседаний с отягощением, равным 50 % от массы тела бегуна. Результаты данных контрольных упражнений сравнивались относительно результата бега на 60 м с низкого старта.

При первом тестировании, проводимом в зимнем подготовительном периоде, наиболее информативными показателями являлись: тройной прыжок с места ($r = 0,66$), и глубокие приседания с отягощением, равным 50 % массы спортсмена ($r = 0,68$). Десятерный прыжок с места и метание ядра вперед двумя руками имели не высокую корреляционную взаимосвязь с результатом стартового разгона ($r = 0,31$; $r = 0,34$ соответственно).

При тестировании в конце подготовительного периода наиболее информативными были упражнения: приседание с отягощением, равным 50 % от массы спортсмена ($r = 0,67$), и метание ядра вперед двумя руками ($r = 0,58$). Остаются информативными контрольные упражнения: тройной прыжок с места ($r = 0,49$), а также десятерный прыжок с места ($r = 0,47$).

В заключительном тестировании в зимнем соревновательном периоде наиболее информативными являлись: тройной прыжок с места ($r = 0,95$) и приседания с отягощением, равным 50% от массы бегуна ($r = 0,79$). Значительно ниже показатели корреляционной взаимосвязи результатов метания ядра вперед двумя руками ($r = 0,20$) и десятерного прыжка с места ($r = 0,22$).

Таким образом, мы можем говорить о том, что наиболее информативными контрольными упражнениями в тренировке спринтеров II и III спортивного разряда являются: 10 приседаний с отягощением, равным 50 % от массы спортсмена, тройной прыжок с места и метание ядра вперед двумя руками.

Литература:

1. Никитушкин, В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 240 с.

ОСОБЕННОСТИ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ПРЫГУНОВ С ШЕСТОМ II И III СПОРТИВНОГО РАЗРЯДА

Б.Г. Шиянов, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин

Аннотация. Вопрос об изменении скоростно-силовых показателей юных прыгунов с шестом в годичном цикле подготовки является на сегодняшний день весьма актуальным. Во многом рост спортивного результата зависит от темпов прироста физических качеств в процессе специальной подготовки, а не от исходного уровня развития физических качеств [1].

Ключевые слова: прыжок, шест, подготовка, годичный цикл.

Одной из задач исследования являлось изучение динамики спортивного результата и скоростно-силовых показателей прыгунов с шестом квалификации 2 и 3 спортивного разряда в годичном цикле подготовки.

С целью оценки уровня скоростно-силовой подготовленности испытуемых было проведено первичное тестирование четверых юных прыгунов с шестом с применением следующих контрольных упражнений: бег 30 м сходу; прыжок в длину с места; тройной прыжок с места; упражнение на силу мышц брюшного пресса; подтягивание на перекладине; тяга веса 15 кг из-за головы (10 раз на время); а также регистрировался спортивный результат в прыжке с шестом, высота хвата шеста и превышение преодолеваемой высоты планки над хватом на шесте.

Последующие тестирования участников исследования проводились в феврале (зимний соревновательный период), июне (летний соревновательный период).

В ходе исследования особый интерес представлял анализ тенденции роста и спада показателей в контрольных упражнениях.

Анализ результатов тестирования в феврале месяце показал, что значительно вырос уровень физических качеств по сравнению с первичным тестированием, а также наблюдается увеличение высоты хвата на шесте (на 17 см) и превышение преодолеваемой высоты планки над хватом на шесте (на 34 см). И, как следствие технических изменений, имеет место значительное увеличение спортивного результата в зимнем соревновательном периоде на 40 см.

Аналогичные изменения наблюдались и по результатам третьего тестирования. Анализ результатов свидетельствует о том, что уровень скоростно-силовой подготовленности испытуемых прыгунов с шестом, совпадает с имеющимися в литературе модельными характеристиками прыгунов данного уровня спортивной подготовленности.

Спортивный результат в течение годичного цикла подготовки в среднем увеличился с $3,73 \pm 0,36$ метра в начале исследования до $4,28 \pm 0,22$ метра в летнем соревновательном сезоне.

Рост спортивного результата обеспечивался за счет улучшения результатов в прыжке в длину с места, тройном прыжке с места и тяги веса из-за головы. Все исследуемые показатели (в начале исследования и в конце исследования) имеют достоверные различия по первому порогу доверительной вероятности $\beta=95\%$ при обработке по W критерию Вилкоксона.

Литература:

1. Ягодин, В.М. Основы подготовки юных прыгунов с шестом (теоретико-методологический аспект) / В.Я. Ягодин, А.П. Назаров. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 176 с.

ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ МБОУ СОШ № 57 ГОРОДА КРАСНОДАРА

С.О. Щербанева, С.П. Аршинник

Аннотация. Данная публикация посвящена анализу состояния физической подготовленности учащихся средней общеобразовательной школы № 57 г. Краснодара.

Ключевые слова: школьники, физическая подготовленность, физические качества, мониторинг, модельные значения.

Известно, что физическое воспитание подрастающего поколения является одним из стратегических направлений деятельности в нашей стране. Вместе с тем в настоящее время все еще остро стоит проблема сохранения и укрепления здоровья детей и подростков. Важнейшим инструментом первичного контроля за физическим состоянием является мониторинг физической подготовленности детей и подростков. В частности, мониторинг физической подготовленности учащихся является одним из средств выявления недостатков в физическом состоянии детей и способствует грамотному планированию учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию, а также является эффективным средством стимулирования физического совершенствования и оздоровления обучающихся [1].

В рамках настоящего исследования изучались показатели физической подготовленности учащихся 8-17 лет МБОУ СОШ № 57 г. Краснодара. При этом нами были использованы следующие методы: педагогическое тестирование (для контроля и оценки скоростных, координационных, скоростно-силовых способностей, общей выносливости, гибкости, силовых способностей мышц верхних конечностей и туловища), а также математико-статистические методы (вычисление средних арифметических, стандартных отклонений и ошибок средних). Полученные в ходе исследования данные сопоставлялись с модельными значениями, разработанными В.И. Тхоревым с соавт. [2].

Полученные результаты свидетельствуют о том, что у школьников МБОУ СОШ № 57 как, у мальчиков, так и у девочек, должным значениям соответствуют лишь показатели, характеризующие силу мышц туловища при выполнении теста «поднимание туловища из положения лежа». В то же время показатели скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, силы, а также гибкости не достигают модельных величин. При этом наименее сформированными показателями физической подготовленности школьников являются показатели гибкости и силы.

Полученная в ходе обследования информация позволяет скорректировать процесс физического воспитания с учетом выявленных «слабых» звеньев физической подготовленности.

Литература:

1. Аршинник, С.П. Мониторинг физического состояния: учебное пособие / С.П. Аршинник. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФСТ, 2015. – 69 с.
2. Тхорев, В.И. Оценка физической подготовленности школьников в соответствии с нормативами всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / Актуальные вопросы физической культуры и спорта // В.И. Тхорев, С.П. Аршинник, Г.А. Бугаев. – Т. 18. – С. 67-72.

ХАРАКТЕРИСТИКА МОТОРНОЙ ПЛОТНОСТИ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ГОРОДА КРАСНОДАРА

С.О. Щербанева, С.В. Матына, С.П. Аршинник

Аннотация. Публикация посвящена оценке эффективности уроков физической культуры в средних общеобразовательных организациях города Краснодара посредством измерения их моторной плотности.

Ключевые слова: моторная плотность, физическое воспитание, урок физической культуры.

Известно, что урок физической культуры является основной формой занятий физическими упражнениями в образовательной организации. От качества уроков во многом зависит эффективность всего процесса физического воспитания в современной школе. К сожалению, в последнее время отмечается, что урок физической культуры не в полной мере выполняет возложенные на него функции, в частности не обеспечивает должный уровень двигательной активности [1]. Также известно, что для оценки эффективности уроков используется метод хронометража с определением общей и моторной плотности занятия.

В соответствии с вышеизложенным, в рамках настоящего исследования изучались показатели моторной плотности уроков физической культуры средних общеобразовательных школ г. Краснодара. Было проанализировано 98 уроков физической культуры. При этом нами использовались следующие методы: хронометраж, математическая обработка данных.

Полученные результаты, представленные в таблице, свидетельствуют, прежде всего, о низком качестве проведения уроков физической культуры. Несмотря на то, что от начальной школы к старшей прослеживается динамика увеличения моторной плотности уроков, ее среднестатистические числовые показатели недостаточны и составляют, в среднем, $38,7 \pm 1,32$ %. Указанные параметры не отвечают требованиям, которые, по данным В.Ф. Новосельского (1989), должны составлять 65-70 % [2].

Таблица - Показатели моторной плотности уроков физической культуры учащихся общеобразовательных организаций г. Краснодара

Образовательный уровень	Начальная школа	Основная школа	Старшая школа	Средние данные
Моторная плотность, %	$34,0 \pm 3,10$	$42,3 \pm 1,69$	$44,6 \pm 3,60$	$38,7 \pm 1,32$

Таким образом, полученные нами данные свидетельствуют о необходимости повышения показателей моторной плотности для повышения эффективности уроков физической культуры.

Литература:

1. Аршинник, С.П. Структура и содержание современного здоровьесберегающего урока физической культуры / С.П. Аршинник, М.Ю. Пушкарный, В.И. Тхорев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 9 (127). – С. 32-42.

2. Новосельский, В.Ф. Методика урока физической культуры в старших классах: учебно-методическое пособие. – К.: Рад. школа, 1989. – 128 с.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ПЛАВАНИЯ, ПАРУСНОГО И ГРЕБНОГО СПОРТА

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЯ ЖИРОВОГО КОМПОНЕНТА МАССЫ ТЕЛА ТРИАТЛЕТОВ

О.Г. Букреева, К.С. Пигида

Аннотация. В практике спортивного отбора нет эталонной модели типа тела, для всех видов спорта на выносливость. Следовательно, исследования в области анатомо-морфологических и морфо - функциональных профилей и моделей спортсменов является перспективным. В данном исследовании автором предпринята попытка систематизировать требования к антропометрическим данным спортсменов специализирующихся в триатлоне.

Ключевые слова: триатлет, антропометрические данные, жировой компонент.

Триатлон – олимпийский вид спорта, представляющий собой функциональное многоборье, включающее в себя последовательное прохождение соревновательной дистанции, состоящей из трех этапов: плавания, велосипедной гонки и бега. Для преодоления всех этапов соревновательной дистанции спортсмен должен обладать определенными физиологическими и антропометрическими данными.

По мнению ряда авторов [1,2], профессиональные триатлеты обычно среднего роста и худощавого телосложения. Их морфофункциональные показатели незначительно отличаются от показателей пловцов-стайеров и бегунов на длинные дистанции. Нами проведено сравнение модельных характеристик спортсменов, специализирующихся в видах спорта, входящих в программу триатлона. За основу для анализа был взят жировой компонент массы тела. Средний уровень жировой массы спортсменов, специализирующихся в триатлоне, у женщин составляет 6–10 %, а у мужчин 12–16 %. Тогда как у велосипедистов на долю жировой массы приходится у женщин 12–16 % от общей массы тела, а у мужчин 6–11 %. У пловцов данные показатели выше – 10–12 % – мужчины и 19–21 % – женщины. Самые низкие показатели доли жировой массы имеют бегуны. У мужчин-марафонцев она составляет лишь 7,3 %, а у бегуний – 12,4 %. В литературе крайне мало данных по модельным характеристикам спортсменов, специализирующихся в триатлоне.

Из вышесказанного видно, что жировой компонент массы тела триатлетов, как у женщин, так и у мужчин, является средним относительно видов спорта, входящих в соревновательную деятельность. Следовательно, спортсмены в триатлоне должны быть среднего роста и со средне развитым сухощавым телосложением. Таким образом, направление изучения функциональных особенностей триатлетов на сегодняшний день является актуальным.

Литература:

1. Сысоев, И.В., Кулиненко, О.С. Триатлон. Олимпийская дистанция. – М.:ООО «Мани, Иванов и Фербер», 2012. – 215с.
2. Филиппенко, В.И., Пигида, К.С., Маряничева, Е.Г. Особенности соревновательной деятельности в олимпийском триатлоне / Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль - март 2017 г., г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Часть 2. – С.20-22.

ТАКТИКА ПРОХОЖДЕНИЯ ДИСТАНЦИЙ 100 И 200 МЕТРОВ ВОЛЬНЫМ СТИЛЕМ

Н.Р. Караджич, К.С. Пигида, Е.И. Самарина

Аннотация. В исследовании определены ведущие варианты тактики преодоления дистанции 100 и 200 метров вольным стилем ведущими пловцами России и Европы.

Ключевые слова: плавание, тактика, вольный стиль, высокая квалификация.

Тактика преодоления дистанции в плавании напрямую зависит от узкой специализации пловца, уровня его технической и функциональной подготовленности. На коротких и средних дистанциях тактика на дистанции зависит от мобильности энергообеспечения. Для исследования нами были выбраны соревновательные дистанции 100 и 200 метров вольным стилем. Мы провели анализ выступления пловцов в течение одного соревновательного сезона на всероссийских, европейских спортивных мероприятиях. Нами было проанализированы выступления пловцов на этапных и финальных соревнованиях в рамках чемпионата России и чемпионата Европы. Анализ литературных источников показал, что преимущественно в индивидуальных видах спорта акцент делается на компоненты, регламентирующие тактику на дистанции. При этом не раскрывается методика формирования качественной тактики.

Проведенный нами анализ выступления ведущих спортсменов на отборочных и финальных соревнованиях России и Европы показал, что на дистанции 100 метров вольным стилем подавляющее большинство пловцов, а именно 75 %, демонстрируют тактику быстрого старта с сохранением средней скорости на протяжении всей дистанции. Дистанцию 200 метров вольным стилем больше половины пловцов (60 %) преодолевают с двумя пиками ускорений. Первое ускорение на стартовом отрезке, незначительное снижение скорости в середине дистанции и выраженное ускорение на финише. Такая тактика отмечалась у всех финалистов, что позволяет говорить о ее эффективности. Как отмечается в научно-методической литературе, тактика на дистанции регламентируется уровнем функциональной подготовленности пловца, емкостью и лабильностью систем энергообеспечения. Следовательно, в тренировочный процесс спортсменов-юниоров целесообразно включать тренировочные серии с прогрессирующим результатом (каждый последующий отрезок лучше предыдущего), использовать большие серии повторений, в которых средний отрезок преодолевается с соревновательной скоростью (работа на утомлении). Равномерное плавание с ускорениями после поворота, отдельно тренировать ускорения на старте. Моделирование соревновательной дистанции с различными установками: сохранение скорости, то есть все отрезки преодолеваются с одинаковым результатом; первый и последний отрезок преодолеваются быстрее, чем два средних. Также перспективными могут быть тренировки по раскладке лучшего результата в сезоне.

Литература:

1. Погребной, А.И. Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 144 с.
2. Сало, Д. Риуолд, С. Совершенная подготовка для плавания / Сало Дэйв, Риуолд Скот / пер. с англ. Марченко И.Ю. – Москва, – 2015. – 268 с.

АЛГОРИТМ МОДЕЛИРОВАНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГРЕБЦОВ

А.А. Карпов

Аннотация. В данной работе представлен алгоритм моделирования соревновательной деятельности высококвалифицированных гребцов включающий: тестирование компонентов соревновательной деятельности на первом соревновании, формулировка целевой установки, составление модели соревновательной деятельности, выход через тренировочный процесс на должные модельные характеристики, тестирование на втором, третьем и так далее соревнованиях, анализ, сравнение и коррекция.

Ключевые слова: гребля, каноэ, соревновательная деятельность, моделирование, алгоритм, модельные характеристики.

Соревновательной деятельности (СД) присущи целево-результативные отношения [2]. Параметры СД зачастую мало связаны друг с другом и требуют дифференцированной оценки и совершенствования. Лишь оценив уровень отдельных параметров, можно определить сильные или слабые звенья в структуре СД, разработать оптимальную модель СД и спланировать пути ее достижения [1, 3].

Нами разработан алгоритм моделирования СД высококвалифицированных гребцов на каноэ, включающий тестирование компонентов СД: формулировки целевой установки, составления модели СД, выход через тренировочный процесс на должные модельные характеристики и так далее на всех соревнованиях, анализ, сравнение и коррекция.

Тестирование на первом соревновании подразумевает измерение в ходе педагогического контроля времени прохождения дистанции, скорости, темпа гребли, количества гребков, длины проката лодки. Далее следует формулировка на основе данных входного педагогического контроля основной целевой установки.

Следующий блок представляет составление модели СД. По результатам тестирования рассчитываются модельные характеристики по четырем равным отрезкам дистанции, интегральные и дистанционные показатели.

Анализ модели предполагает выявление сильных и слабых звеньев в параметрах модели, прогноз и выход через тренировочные нагрузки на должные модельные показатели следующего соревнования. При необходимости вносится коррекция в характер тренировочных нагрузок в предсоревновательной подготовке. Далее алгоритм повторяется от соревнования к соревнованию.

Подобный алгоритм моделирования соревновательной деятельности гребцов в макроцикле подготовки позволяет строить групповые и индивидуальные модели спортсменов и добиваться их реализации на главном соревновании сезона.

Литература:

1. Карпов, А.А. Групповые и индивидуальные модели соревновательной деятельности высококвалифицированных гребцов на каноэ / А.А. Карпов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 1 (в печати)
2. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2005. – 820 с.
3. Шустин Б.Н. Моделирование в спорте (теоретические основы и практическая реализация): автореф. дис. ... д-ра пед. наук в виде научного доклада: 13.00.04 / Б.Н. Шустин. – М., 1995. – 82 с.

СТЕПЕНЬ ВЛИЯНИЯ МОНОЛАСТА РАЗЛИЧНОЙ ЖЕСТКОСТИ НА РЕЗУЛЬТАТ В СКОРОСТНОМ ПЛАВАНИИ В ЛАСТАХ

Д.А. Лобченко, К.С. Пигида, Е.Г. Марьяничева

Аннотация. В данном исследовании проведен анализ влияния жесткости моноласта на скорость движения пловца. Ключевой акцент был сделан на повышение результата при проплывании спринтерских дистанций.

Ключевые слова: подводный спорт, моноласт, жесткость, спортивный результат, скоростное плавание.

Подводное плавание (скоростное плавание в ластах) относится к спортивно-техническим видам спорта. Основным движителем пловца-подводника является система спортсмен–моноласт, от которой зависит скорость движения и результат. Ввиду этого тренеры проводят подбор моноласта индивидуально для каждого спортсмена с обязательным учетом его жесткости.

В исследовании участвовали 36 квалифицированных спортсменов, специализирующихся в скоростном плавании в ластах. Все спортсмены были разделены на 3 группы по 12 человек в каждой с учетом узкой специализации - спринтеры, средневики и стайеры. В ходе тренировочного процесса использовалась моноласта различной жесткости, в конце базового этапа подготовки проводилось тестирование. Для тестовых заданий были выбраны дистанции 50 и 100 метров, которые спортсмены должны были преодолеть с соревновательной скоростью в моноласте различной жесткости.

Результаты исследования позволили сделать следующее заключение. Жесткий моноласт позволяет достоверно улучшить результат плавания на отрезке 50 метров не-зависимо от специализации спортсмена (спринтеры – 0,52 с ($p < 0,05$); средневики 0,83 с – ($p < 0,001$); стайеры – 0,31 с ($p < 0,01$)). Использование жесткого моноласта на отрезке 100 метров позволило улучшить результат только спринтерам на 0,9 с ($p < 0,001$). Следовательно, в соревновательной практике спортсменам, специализирующимся на коротких дистанциях, эффективно использовать жесткий моноласт, у них наблюдается более качественное улучшение результата. Такая особенность находится в прямой зависимости от биомеханики движения спортсменов разной специализации. Так у спринтеров использующих жесткий моноласт гребок чаще, амплитуда движения низкая, что позволяет результативнее преодолевать короткие дистанции. У средневиков и стайеров наоборот, темп гребка значительно реже, движения плавные, амплитуда движения выше. Такая техника не позволяет улучшить результат с использованием жесткого моноласта, для данных дистанций эффективным является использование моноласта средней жесткости.

Таким образом, можно сделать вывод, что увеличение жесткости моноласта на коротких дистанциях позволяет спринтерам качественно улучшить результат.

Литература:

1. Бакарюк, Д.С., Пигида, К.С., Борщ, С.И. Отличительные моменты техники движений скоростного плавания в ластах от классического Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2017г., г. Краснодар): материалы конференции / ред. кол. Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Часть 2. – С. 3-4.
2. Мазуров, И.В. Подготовка подводного пловца / И.В. Мазуров. – М.: Изд-во ДОСААФ, 2002. – С. 185-186.

ОСОБЕННОСТИ ОТДЕЛЬНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ СТАРТА С ТУМБОЧКИ В ПЛАВАНИИ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ОБЩУЮ ЭФФЕКТИВНОСТЬ СТАРТА

М.С. Малиновский, А.В. Аришин

Аннотация. В настоящей работе рассматриваются основные элементы стартового прыжка с тумбочки в плавании. Исследовали исходное положение на старте, подготовительные движения к отталкиванию, собственно отталкивание, полет, вход в воду и скольжение, первые плавательные движения и выход на дистанцию. Выявлено влияние каждого из элементов старта с тумбочки на общую эффективность старта.

Ключевые слова: пловцы-подростки, биомеханика старта, техника, совершенствование, упражнения.

Актуальность. Эффективность выполнения отдельных элементов старта с тумбочки в плавании является важнейшей составляющей для качественного начала дистанции в плавании, особенное влияние старта с тумбочки характерно для пловцов на короткие дистанции. [1,2] Эффективно выполненный старт с тумбочки гарантирует преимущество на первых метрах дистанции и на дальнейшую скорость по дистанции.

Цель. Изучить эффективность отдельных элементов старта с тумбочки в плавании.

Результаты. В работе использованы следующие методы исследования: анализ литературных источников, компьютерный видеоанализ движений пловца, кинематический анализ основных элементов старта с тумбочки, педагогический эксперимент, математическая статистика. В исследовании приняли участие 30 подростков с одинаковой плавательной подготовленностью. Спортсмены были разделены на две группы по 15 человек – контрольная (КГ) и экспериментальная (ЭГ). Занятия в КГ проводились по общепринятой методике совершенствования старта, а в ЭГ в программу подготовки были включены разработанные упражнения по совершенствованию старта с тумбочки, направленные на увеличение длины скольжения после входа в воду, скорости тела начала первого плавательного движения, угла входа в воду для оптимального поддержания инерционной скорости, дальности полетной фазы старта. При анализе полученных данных было выявлено достоверное преимущество пловцов ЭГ перед спортсменами КГ. Так, скорость движения тела перед первыми плавательными движениями увеличилась на 1,7 %; длина скольжения на 3,8 %; дальность прыжка увеличилась на 4,2 %. У детей КГ также произошли изменения, но они были недостоверными.

Таким образом, включение в программу совершенствования старта с тумбочки специальных упражнений будет способствовать повышению качества подготовки, уменьшению времени проплывания дистанции и позволит вывести процесс совершенствования старта с тумбочки на новый, более высокий уровень.

Литература:

1. Мухамедшина, З.Т. Изучение роли стартов в современном плавании / З.Т. Мухамедшина, И.Е. Коновалов // Научный альманах. – Тамбов: Юком. – 2016. – №1–2 (15). – С. 248–252. – Режим доступа: <http://ucom.ru/doc/na.2016.01.02.pdf>
2. Мухамедшина, З.Т. Изучение выполнения стартов в современном спринтерском плавании и его влияние на спортивный результат / З.Т. Мухамедшина, И.Е. Коновалов // Материалы Всероссийской (с международным участием) научно-

практической конференции «Современные проблемы и перспективы развития системы подготовки спортивного резерва в преддверии XXXI Олимпийских игр в Рио-де-Жанейро». – Казань: Поволжская ГАФКСиТ, 2015. – С. 285–286.

АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ПЛОВЦОВ-СПРИНТЕРОВ ВЕДУЩИХ СТРАН

А.А. Немкин, К.С. Пигида С.И. Борщ

Аннотация. В исследовании рассмотрен вопрос касающийся антропометрических показателей пловцов-спринтеров ведущих стран, которые стабильно выходят в финальную часть международных стартов.

Ключевые слова: антропометрические показатели, плавание, пловцы-спринтеры.

Антропометрия и функциональные показатели атлетов имеют большое значение для выбора вида спорта. В различных видах спорта требования к анатомо-функциональным параметрам различны и зависят от ряда факторов, присущих избранному виду спорта. С ростом спортивных результатов, введением суперспринтерской дистанции 50 м. значительно изменились и антропометрические профили пловцов.

Плавание, в силу условий среды, неестественно для человека, поэтому морфологический профиль элитного пловца имеет некоторые особенности. По данным российских и зарубежных исследователей, успешные пловцы-спринтеры обычно высоки. Зачастую даже выше среднестатистических показателей с необычно вытянутым телом и длинными руками. Данные характеристики обусловлены законами гидродинамики, такой профиль позволяет эффективно скользить сквозь воду и делать длинные гребки. Спринтеры также характеризуются большим размером стопы, высокой подвижностью в голеностопном суставе, что позволяет увеличивать мощность отталкивания в ходе выполнения гребка ногами в ударной фазе. Для спринтеров также характерны высокая гибкость и подвижность в плечевом, локтевом, коленном и тазобедренном суставах. При высоких показателях мышечной массы значительная подвижность позволяет увеличивать площадь опоры гребущего элемента для создания тяговых усилий. Высокая суставная подвижность обеспечивает качественное продвижение в воде и высокую скорость продвижения. Анализ ростовесовых параметров пловцов, специализирующихся на коротких дистанциях 50 м и 100 м, мирового уровня показывает, что 91 % составляют пловцы ростом выше 191 см ($\pm 6-7$ см) и весом в 90 кг (+ 5 кг). Тогда как в литературе модельная планка для спринтеров по ростовесовым параметрам остановилась на отметке 180 см и 75 кг. Следовательно, увеличение роста и веса спринтеров приводит и к значительному увеличению обхвата грудной клетки на 7 %, продольного размера плеч на 6,5%, обхватных размеров верхних и нижних конечностей в среднем на 3,5 %.

Представленные данные позволяют утверждать, что рост и длина конечностей, является немаловажным антропометрическим показателем, регламентирующим результативность в плавании. Увеличение антропометрических показателей спринтеров требует и повышения функционального уровня подготовленности. Выявленная статистика говорит о значении антропометрических показателей в плавании.

Литература:

1. Булгакова, Н.Ж. Плавание / Н.Ж.Булгакова. – М.: ФиС, 1999
2. Вайцеховский, С.М., Платонов, В.Н. Тренировка пловцов высокого класса / С.М. Вайцеховский, В.Н. Платонов. – М.: ФиС, 1985.
3. Плавание. Учебник / Под ред. В.Н. Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

ОРГАНИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

А.В. Осипенко, К.С. Пигида

Аннотация. Данное исследование проведено с целью изучения комплекса административных и правовых актов, регламентирующих организацию физкультурно-спортивной деятельности, критериев оценки эффективности организации управления в России в целом и Краснодарском крае, в частности.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, менеджмент, система.

С ростом темпа жизни современного общества все больше внимания со стороны государства уделяется здоровью населения. Ведущую роль в формировании здорового образа жизни и профилактике заболеваний отводят физической культуре и спорту [1]. За последние десять лет в государстве наметилась активная позиция поддержки спорта и физической культуры. Данные направления отражены во всех нормативно-правовых документах государства. Помимо законодательных и нормативных актов разрабатываются и внедряются в практику новые методы анализа деятельности органов управления в области физической культуры. Разработаны и реализуются пролонгированные программы популяризации занятий спортом и вовлечения в них широких масс населения. За последние годы проведена реорганизация в системе управления физкультурными и спортивными организациями, проведено разграничение зон ответственности от центра к регионам и муниципалитетам.

За последние 10 лет управленческая деятельность в области физической культуры и спорта детализирована рядом нормативно-правовых актов [2]. Так, значительно изменился закон о физической культуре и спорте, разработаны и внедрены стандарты подготовки спортсменов отдельно по каждому виду спорта, разработаны профессиональные стандарты для специалистов, работающих в отрасли. Создан институт подготовки управленцев в области физической культуры и спорта. Для регулирования процесса планомерного развития отрасли разрабатываются и реализуются целевые программы федерального и регионального масштаба. Для качественной оценки эффективности проделанной работы и управления отраслью определены количественные и качественные критерии [2], к которым относят: процент систематически занимающихся физической культурой граждан страны, с отдельным выделением лиц с ограниченными возможностями; процент детей и подростков, привлеченных к занятиям спортом в специализированных спортивных учреждениях; обеспечение населения спортивными сооружениями и плавательными бассейнами по нормативу 1000 м² на 10000 населения. На данный момент Краснодарский край входит в число регионов с эффективной динамикой организации и управления отрасли. По шести выделенным показателям оценки эффективности край превышает целевой порог. Текущее состояние развития отрасли характеризуется ростом положительной динамики развития.

Литература:

1. Алексеев, С.В. Спортивное право России: Уч. / Под ред. П.В. Крашенинникова. 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Юнити-Дана; Закон и право, 2012. – 1055 с.
2. Дроботов, С.Е. Оценка эффективности управления физической культурой и спортом на федеральном и региональном уровне // Журнал правовых и экономических исследований. – 2014. – № 2. – С. 191-195.

СПЕЦИФИКА РАНЕЕ СФОРМИРОВАННОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА У ПОЛИАТЛОНИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП

А.В. Погожев

Аннотация. Процесс подготовки спортсменов-полиатлонистов тренировочных групп осложняется большим количеством включенных в программу видов спорта [1,3]. Следовательно, процесс планирования должен учитывать наличие ранее сформированного двигательного потенциала спортсменов-многоборцев [2].

Ключевые слова: полиатлон, тренировочные группы, двигательный потенциал.

Двигательной особенностью полиатлона является то, что содержание тренировочной деятельности включает дисциплины и виды спорта, значительно различающиеся по двигательному действию [1,2,3].

Цель: выявить наличие ранее сформированного двигательного потенциала у полиатлонистов тренировочных групп и определить наиболее значимые стороны спортивной подготовки.

На данном этапе исследования для выявления двигательного потенциала полиатлонистов использовался метод анкетирования. Анкетирование проводилось с участием 105 спортсменов тренировочных групп Краснодарского края по полиатлону.

Анкетирование показало, что только 12,5 % респондентов не имели предварительного опыта занятий спортом, 26,5 % респондентов до начала занятий полиатлоном занимались плаванием, 6% - стрельбой, 25 % - легкой атлетикой (метание, беговые виды), 30 % - видами спорта, не связанными с будущей спортивной деятельностью (спортивные игры, гимнастика, единоборства, зимние виды спорта).

87,5 % полиатлонистов имели предварительный опыт занятий спортом. Причем большинство спортсменов-полиатлонистов – 43,5 % занималось дисциплинами, включенными в комплекс летнего полиатлона – плавание, метание, стрельба, бег (короткие, средние и длинные дистанции).

Таким образом, большинство полиатлонистов тренировочных групп имели предварительный опыт занятий спортом. В большинстве случаев выявляется сформированный двигательный потенциал в плавании и легкой атлетике (беговые виды и метание), в редких случаях в стрельбе, а так же в видах не задействованных с будущей спортивной деятельностью (спортивные игры, гимнастика, единоборства, зимние виды спорта).

Литература:

1. Гильмутдинов, Т.С. Физиологическая характеристика и ведущие факторы, определяющие спортивный результат в летнем полиатлоне // Полиатлон. – 2002. – № 1-2. – С. 2-3.

2. Погожев, А.В., Пигида, К.С., Маряничева, Е.Г. Особенности мотивационной структуры у полиатлонистов различной квалификации //Материалы научной и научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (23-30 мая 2017 г., г. Краснодар): материалы конференции /ред. коллегия С.М. Ахметов, А.А. Тарасенко, Г.Д. Алексянц, Ю.К. Чернышенко, М.М. Шестаков, А.И. Погребной. – Краснодар: КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – С. 57-60.

3. Садилкин, А.Ф., Кейно, А.Ю. Структура тренировочного процесса в годичном цикле подготовки летнихполиатлонистов // Вестник Тамб. ун-та. Серия Гуманитарные науки. Тамбов, 2011. – Вып. 6. – С. 98-102.

ИГРОВОЙ МЕТОД КАК ФАКТОР, УСКОРЯЮЩИЙ ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Д.А. Стельмах, Е.А. Сальникова

Аннотация. Данное исследование посвящено рассмотрению вопроса физического воспитания детей дошкольного возраста, в частности, использование игрового метода в процессе обучения плаванию. В результате использования специальных игровых упражнений была выявлена положительная динамика в освоении плавательных движений и сокращены сроки обучения на этапе освоения с водой.

Ключевые слова: дошкольники, плавание, обучение игровой метод.

Этап раннего обучения плаванию детей дошкольного возраста способствует не только приобретению важного для жизни навыка плавания, но и укреплению здоровья по средством закаливающего эффекта. При подборе методических приемов и выборе способов и средств, необходимых для обучения плаванию, специалист сталкивается с рядом вопросов, которые связаны с процессом организации и повышением эффективности педагогического процесса. Основная масса специалистов отмечает, что для работы с данной категорией перспективным является игровой метод обучения, особенно при контроле и закреплении изученного материала [1, 2].

На наш взгляд, целесообразно применять игровой метод в ходе обучения упражнениям по созданию опоры и при начальном этапе освоения с водой, такой метод повысит эффективность овладения материалом на фоне высокого эмоционального фона занятий, сократит сроки обучения, будет способствовать привитию интереса детей к данному виду спорта. В исследовании принимали участие 24 ребенка в возрасте 5,5–6,5 лет, не умеющие плавать. Предварительно дети были определены в две группы, контрольную и экспериментальную. В контрольной группе занятия проводились по утвержденной программе занятий плаванием с дошкольниками. Отличием процесса обучения в экспериментальной группе являлось применение игровых упражнений на этапе начального освоения с водой.

В результате проведенного исследования была отмечена качественная динамика овладения материалом у детей экспериментальной группы относительно контрольной на этапе освоения с водой. Применение игрового метода свидетельствует, что уже к 8-му занятию дети экспериментальной группы полностью адаптируются к водной среде, имеют хороший эмоциональный настрой и с удовольствием делятся с другими своими успехами в обучении. Показатели овладения техникой упражнений на этапе освоения с водой в экспериментальной группе были достоверно выше такового в контрольной. Все упражнения дети экспериментальной группы выполнили более качественно и с высокой достоверностью по отношению к результатам контрольной группы ($P < 0,01$). Для детей контрольной группы требуются дополнительные занятия для освоения этих упражнений, что в свою очередь увеличивает сроки обучения плаванию дошкольников.

Литература:

1. Алешкин, Е.И. Использование наиболее эффективных методических подходов при обучении детей плаванию // Физическая культура в школе. – 2014. – № 8. – С. 28-30.

2. Сальникова, Е.А. Особенности методики обучения плаванию дошкольников с учетом преодоления водобоязни / Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – Т. 1. – С. 39-40.

МЫШЦЫ НОГ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ПРОДВИЖЕНИЕ В ТРИАТЛОНЕ

В.И. Филипенко, К.С. Пигида

Аннотация. Авторами проведен анализ биомеханики движения во всех видах триатлона, выделены ведущие мышцы нижних конечностей, обеспечивающие продвижение в ходе соревновательной дистанции.

Ключевые слова: триатлон, техника триатлона, мышцы, движение.

Триатлон относится к циклическим многоборьям, содержащим такие виды, как плавание на открытой воде, велоспорт, бег на длинные дистанции. По биомеханике движений их объединяет схожесть кинематической структуры создания движения. В основном движения ног выполняются поочередно (правой, левой), складываясь в повторяющийся цикл.

Так, для создания тяговой силы в плавании ноги выполняют попеременные движения вверх–вниз с незначительным сгибанием в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах, такое движение обеспечивает отталкивание воды назад и продвижение вперед. Мышцы, участвующие в работе ног в плавании кролем на груди: четырехглавая и ягодичная (при движении ноги вниз), а также двуглавая мышца бедра и икроножные мышцы (при движении ноги вверх). В беге движение создается за счет отталкивания от твердой опоры поочередно правой и левой ногой. При отрывании от опоры и сгибании левой ноги спортсмен наклоняет туловище вперед, выполняя толчок правой, переходя в фазу полета, затем ставит левую ногу на опору и сгибает правую, цикл повторяется. Мышцы, обеспечивающие движение в беге: четырехглавая, портняжная, двуглавая, гребенчатая мышцы бедра, а также икроножные мышцы голени. В велоспорте продвижение происходит в виде педалирования. Педальирование осуществляется последовательным чередованием работы различных мышц ног. При динамической работе во время педалирования происходит их напряжение и расслабление. Спортсмен, разгибая правую ногу в тазобедренном и коленном суставах, давит на педаль, затем при сгибании стопы отталкивает педаль назад. Левая нога в это время выполняет сгибание во всех вышеуказанных суставах с подтягиванием педали вверх, затем следует поступательное разгибание левой ноги со сгибанием правой, где начинается повторный цикл. В велоспорте обеспечивают движение следующие мышцы: четырехглавая, портняжная, двуглавая, гребенчатая, а также икроножные мышцы голени.

Как показал анализ движений, в различных видах триатлона независимо от условий среды ведущие мышцы, обеспечивающие движение, идентичны. Следовательно, в тренировках необходимо использовать упражнения сопряженного воздействия, способствующие переносу тренировочного эффекта.

Литература:

1. Сысоев, И.В., Кулиненко, О.С. Триатлон. Олимпийская дистанция. – М. – ООО «Мани, Иванов и Фербер», 2012. – 215 с.
2. Филипенко, В.И., Пигида, К.С., Марьяничева, Е.Г. Особенности соревновательной деятельности в олимпийском триатлоне / Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль - март 2017 г., г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Часть 2. – С. 20-22.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЯХТСМЕНОВ РАЗНОГО УРОВНЯ КВАЛИФИКАЦИИ

М.П. Щербакова, Ю.И. Костюк

Аннотация. В работе представлены классификация физической подготовки, структура тренировочных занятий яхтсменов, а также методика построения тренировки которой могут пользоваться тренеры и спортсмены различного уровня квалификации, и особенности ее проведения,.

Ключевые слова: яхтсмены, физическая подготовка, методика, тренировка, структура.

Физическая подготовка должна быть направлена на развитие физических качеств и обучение двигательным действиям. Основой для этого служит общая физическая работоспособность и стабильное здоровье [2]. В литературе описываются различные методы спортивной тренировки, а также те или иные средства развития физических качеств человека.

Парусный спорт – это специфический вид спорта, в котором должны быть задействованы абсолютно все методы и средства физического воспитания согласно принципам спортивной тренировки. Спортивный результат яхтсменов зависит в основном от степени развития аэробных возможностей, координационных и скоростно-силовых качеств, а также от способности к длительной концентрации внимания – сенсорной выносливости [3].

Проведенный нами опрос тренеров и квалифицированных яхтсменов показал, что подавляющее большинство (около 70 % респондентов) высоко оценивает роль физической подготовленности в достижении высоких результатов в парусных регатах, вместе с тем было установлено, что тренировочные группы яхтсменов в большинстве случаев не отличаются однородностью как по возрасту, так и по спортивной квалификации. Хорошо известно, что соотношение средств и методов физической подготовки зависит от индивидуальных способностей спортсмена, от его спортивного стажа, возраста и т. д. [1]. Выполнение общих тренировочных заданий по физической подготовке вступает в противоречие с возрастными особенностями естественного развития спортсменов и является неэффективным. Учитывая выявленные противоречия, были предложены рекомендации по повышению эффективности тренировочного процесса и физической подготовки яхтсменов в группах с неоднородным составом.

Литература:

1. Григорьева, И. В. Физическая культура. Основы спортивной тренировки: учебное пособие / Григорьева И.В., Волкова Е.Г., Водолазов Ю.С. / Омск: Издательство СибГУФК, 2014. – 153 с.
2. Жуков, Р.С. Основы спортивной тренировки. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. – 110с.
3. Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник. – Москва: Советский спорт, 2010. – 196 с.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНЫХ ИГР

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ РЕБЕНКА В ПРОЦЕССЕ ДВИГАТЕЛЬНО-ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Е.Н. Бехтерева, Н.В. Костюкова, О.Н. Костюкова

Аннотация. В работе приводится содержание разработанного инновационного проекта, направленного на формирование у детей мотивации к регулярной двигательной активности посредством игровых форм занятий физической культурой.

Ключевые слова: инновационный проект, дети, дошкольный возраст, мотивационная сфера, двигательльно-игровая деятельность.

В настоящее время для большинства детей детский сад является единственной площадкой, где они имеют возможность полноценно двигаться, играть со сверстниками, раскрывать свои способности к занятиям физической культурой, укреплять здоровье, формировать волевые качества [1].

Работа по оздоровлению и физическому воспитанию детей в нашем детском саду строится на основе ведущей деятельности детей дошкольного возраста – игровой, являющейся основой воспитания, оздоровления, развития и обучения детей дошкольного возраста.

Нами был разработан инновационный проект, ориентированный на формирование мотивации у детей через игровую форму занятий физической культурой. Исследование проводилось на базе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения № 35 г. Армавира. Физкультурные занятия проводились на спортивной площадке, и в спортивно-игровом зале оснащенной современным спортивным инвентарем и компьютерной техникой.

Реализация инновационного проекта состояла из 4 этапов:

1-й этап. Игровая мотивация «Помоги игрушке». Ребенок достигает цели обучения, решая проблемы игрушек на физкультурном занятии «Зайка потерялся».

2-й этап. Мотивация помощь взрослому «Помоги мне». В качестве мотивов для детей является общение со взрослым и выполнение вместе заданий при проведении физкультурного занятия «Морское путешествие». Детям предлагается отправиться на необитаемый остров, чтобы помочь Коту Матроскину вернуться домой.

3-й этап. Мотивация «Научи меня». При проведении занятия «Кот Васька и его плохие привычки» создается проблемная ситуация, в которой детям предлагается научить его хорошим привычкам здорового образа жизни.

4-й этап. Мотивация «Создание предметов своими руками для себя» включает изготовление нетрадиционного спортивного оборудования для двигательной активности.

Результатами реализации проекта с привлечением родителей стали информационные памятки, буклеты «Здоровье», тематические выставки, уголки здоровья «Физкульт – ура!», «Как я расту», индивидуальные консультации, родительские собрания, спортивные семейные эстафеты. Совместное проведение физкультурных праздников и выступление детей и родителей в ежегодной городской спартакиаде, где они заняли призовое место, также способствует развитию мотивации у детей к регулярной двигательльно-игровой деятельности.

Литература:

1. Костюкова, О.Н., Костюков, В.В., Барсук, О.К. Изменения компетентности родителей в процессе физического самовоспитания детей 7-10 лет // Культура физическая и здоровье. – 2001. – № 3. – С. 17-20.

РЕЙТИНГ МУЖСКИХ НАЦИОНАЛЬНЫХ СБОРНЫХ КОМАНД ЕВРОПЫ ПО ГАНДБОЛУ

А.В. Шкуринский

Аннотация. Ранжирование сборных команд с учетом демонстрируемых ими результатов в течение определенного времени позволяет зафиксировать их международный статус и оптимизировать процесс их распределения по группам на международных соревнованиях.

Ключевые слова: рейтинг, ранжирование, спортивный результат, национальные сборные команды, Европа.

В последние годы в различных сферах человеческой деятельности (политике, информатике, спорте и др.) широкое распространение получил термин рейтинг (от англ. rating, происходящего от глагола to rate — «оценивать, давать оценку»). В русском языке данный термин имеет значение меры популярности и списка приоритетов по определенному показателю. Процесс определения ранга исследуемым объектам – ранжирование, есть ничто иное, как их сортировка, упорядочивание в соответствии с выбранным критерием.

Ранжирование в спорте имеет весьма существенное значение и используется при жеребьевке команд и участников соревнований для их распределения по группам с учетом их потенциала и с целью повышения зрелищности состязания и объективности его результатов. Формирование состава групп для проведения крупных международных соревнований в обязательном порядке предполагает учет рейтинга каждой из них.

Для ранжирования гандбольных национальных сборных команд нами использовались два критерия: % попадания сборной в число десяти лучших в чемпионате Европы и сумма набранных при этом баллов. Были использованы спортивные результаты, продемонстрированные командами различных стран в течение 2000–2017 годов на 8-ми чемпионатах Европы. За первое место команда получала 10 баллов, за второе – 9, за третье – 8 и так далее, а за 10-е – 1 балл.

Проведенные исследования позволили отнести к числу лучших национальных команд Европы 18 (восемнадцать) мужских сборных. Причем сумма рангов меньше 10 зафиксирована лишь у 5 команд. Это мужские сборные стран: Дании, Хорватии, Франции, Германии и Испании. Именно в таком порядке мужские национальные команды этих стран входят в квинтет сильнейших. Всего же в Европе насчитывается 50 независимых государств.

Национальная сборная команда России, имея общую сумму рангов, равную 19, входит в десятку сильнейших, занимая общее девятое место. При этом следует отметить, что спортивные успехи нашей мужской сборной датируются первой половиной рассматриваемого периода. Причем Россия до последнего времени (2018 года), наряду со сборными Испании, Франции и Хорватии, входила в квартет стран, принимавших участие во всех чемпионатах Европы.

Реализованный подход ранжирования сборных гандбольных команд позволяет достаточно объективно и равномерно распределять их по группам для проведения крупных международных соревнований с учетом имеющегося рейтинга за определенный промежуток времени. Так, при необходимости формирования трех групп по шесть команд, в настоящее время их состав будет следующим: 1-я группа: Дания, Германия, Исландия, Сербия, Чехия и Белоруссия; 2-я группа: Хорватия,

Испания, Польша, Норвегия, Македония и Швейцария; 3-я группа: Франция, Швеция, Россия, Словения, Венгрия и Португалия.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФУТБОЛА И РЕГБИ

ОСОБЕННОСТИ ОВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ ФУТБОЛИСТАМИ ЗА ПРЕДЕЛАМИ ШТРАФНОЙ ПЛОЩАДИ ПОСЛЕ ЕДИНОБОРСТВ В НЕЙ НА ЧЕМПИОНАТЕ ЕВРОПЫ 2016 ГОДА

А.А. Аржанов, Б.Г. Шиянов, А.П. Золотарев

Аннотация. Разработанная инновационная методика регистрации игровых действий после «выноса» мяча из штрафной площади позволяет дифференцировать технико-тактические приемы высококвалифицированных футболистов по ситуациям, создающимся в соответствии с возникшим игровым эпизодом, а также дать характеристику этим действиям.

Ключевые слова: технико-тактические действия, высококвалифицированные футболисты, контроль, инновационная методика, соревновательная деятельность, единоборства.

Разработана инновационная методика педагогического контроля технико-тактических действий футболистов, связанных с игровыми эпизодами «выноса» мяча за пределы штрафной площади. На примере выборки из 16 официальных матчей финального турнира чемпионата Европы 2016 года во Франции установлены особенности выполнения технико-тактических действий футболистов, возникающие в игровых ситуациях, когда мяч выбит за пределы штрафной площади после передачи в эту зону футбольного поля.

Средние значения количественных показателей составили при оборонительных действиях команд (в своей штрафной площади) в среднем за матч $8,6 \pm 2,5$ «подбора», при атакующих действиях (в штрафной площади соперника) – $12,4 \pm 3,3$ «подбора». При этом средние за игру значения коэффициента эффективности (КЭ), определяемого по общепринятой методике [1, 2], составляют 0,53 при оборонительных действиях и 0,46 – при атакующих. Как количественные, так и качественные показатели рассматриваемых характеристик обнаружили достаточно большой разброс значений. Установлено отсутствие зависимости итогового результата матча от количества выполненных действий при «подборе» мяча после атаки команды соперника и единоборств в своей штрафной площади. Коэффициент корреляции составил при этом - 0,22. Такой же уровень взаимосвязи выявлен и между результатом матча с качеством (коэффициентом эффективности) выполнения этой категории действий – 0,36. Соответствующие показатели при игре в атаке выглядят следующим образом. После «подбора» мяча за пределами чужой штрафной площади (после атаки своей команды) коэффициент корреляции между результатом матча и количеством действий составил 0,27. Несколько более высокий, соответствующий близкому к средней степени связи, уровень выявлен между результатом матча и эффективностью выполнения «подборов» при атакующих действиях своей команды – 0,49. Значимость последнего может характеризовать тот факт, что в анализируемой выборке матчей три гола были забиты атакующими непосредственно прямыми ударами (первым касанием мяча) после «выноса» мяча игроками обороняющейся команды из собственной штрафной площади.

Литература:

1. Золотарев, А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П.

Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.

2. Лексаков, А.В. Современные тенденции развития футбола / А.В. Лексаков // Актуальные проблемы современного футбола: сборник научных трудов, посвященный 25-летию кафедры теории и методики футбола и регби / под общ. ред. А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2011. – С. 131-139.

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ В ТЕЧЕНИЕ ТРЕХ СБОРОВ ЗИМНЕГО ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО ПЕРИОДА

А.Г. Загорулько, А.П. Золотарев

Аннотация. На основе данных педагогического контроля физической подготовленности футболистов молодежной команды профессионального клуба установлены особенности динамики рассматриваемого комплекса показателей на этапах зимнего подготовительного периода.

Ключевые слова: футболисты, подготовительный период, педагогический контроль, физическая подготовленность, комплексная оценка, динамика показателей.

С переходом календаря чемпионата России на систему «осень-весна», которая традиционна для европейского футбола [2], в годичном цикле подготовки профессиональных спортсменов выделяются два подготовительных периода – зимний и летний. В связи с этим возникает необходимость проведения, как минимум, двух подготовительных мезоциклов, что требует повышения уровня физических кондиций игроков в условиях обязательного сопровождения средствами этапного педагогического контроля.

Произведена комплексная оценка физической подготовленности футболистов (n=26) молодежной команды профессионального клуба «Кубань» (Краснодар) в течение трех последовательных учебно-тренировочных сборов на этапах зимнего подготовительного периода. Результаты педагогического контроля уровня физических качеств обследуемого контингента спортсменов свидетельствуют, что по рассматриваемым показателям подготовленности они имели позитивную, в целом, динамику в течение периода: в начале – на уровне оценки «удовлетворительно», в конце – «хорошо-отлично». При этом, согласно общепринятым шкалам [1], среднекомандные значения показателей физической подготовленности соответствовали значениям оценок «хорошо-удовлетворительно».

Показатели скоростно-силовых качеств у многих спортсменов находились на достаточно низком уровне в течение всего зимнего подготовительного периода, что свидетельствует о недолжном развивающем эффекте тренировочного процесса в рассматриваемом аспекте.

Установленные особенности динамики показателей физической подготовленности футболистов молодежной команды ФК «Кубань» позволяют косвенно оценить эффективность тренировочного процесса в период сборов, которую можно рассматривать в целом приемлемой, но, в то же время, недостаточно качественной для подготовки молодых игроков – ближайшего резерва основного состава профессионального клуба.

Литература:

1. Ермаков, В.В. Статистическая оценка эффективности педагогического тестирования отдельных параметров физической подготовленности юных футболистов 15-17 лет / В.В. Ермаков, А.П. Золотарев, В.В. Лавриченко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта: научно-теоретический журнал. - Санкт-Петербург, 2015. – № 11 (129). – С. 83-88.

2. Лавриченко, В.В. Инновационный подход к построению процесса физической подготовки футболистов-юношей / В.В. Лавриченко, А.П. Золотарев // Физическое воспитание и спортивная тренировка: научно-методический журнал. – Волгоград, 2015. – № 4 (14). – С. 13-18.

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ ЛЮБИТЕЛЬСКОЙ ФУТБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ–ЧЕМПИОНА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Н.Н. Закирьяев, А.П. Золотарев

Аннотация. Посредством педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью любительской футбольной команды в официальных соревнованиях и анализа полученных результатов установлены значения количественных и качественных параметров технико-тактических действий спортсменов, выполняемых игроками в течение матча.

Ключевые слова: технико-тактические действия, футболисты, соревновательная деятельность, педагогический контроль.

Соревновательную деятельность традиционно принято считать в значительной степени итоговой и важнейшей составляющей подготовки футболистов в целом [1]. Современному футболу присуща возрастающая тенденция уровня исполнительского мастерства спортсменов. Это, в свою очередь, требует должного педагогического контроля. В последнее время возросшая роль научно обоснованного контроля крайне важна и объясняется, в первую очередь, значительно повысившимся уровнем спортивной конкуренции и необходимостью поиска путей дальнейшего повышения эффективности тренировочного процесса футболистов разной спортивной квалификации [2].

По результатам педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью футбольной команды «Анапа» (г. Анапа) в 20 матчах чемпионата Краснодарского края 2015 года и анализа полученных результатов установлены значения количественных и качественных параметров технико-тактических действий. По итогам турнира команда стала чемпионом края, завоевала Кубок края и выиграла Суперкубок.

Установлено, что в среднем за игру команда выполняет свыше 700 основных технико-тактических действий (ТТД) с мячом при браке в пределах 30 %.

Показатели выполнения ТТД спортсменов по игровым амплуа выглядят следующим образом: крайний защитник - 77 ТТД, брак 29 %; центральный защитник - 61 ТТД, брак 18 %; центральный полузащитник – 109 ТТД, брак 29 %; крайний полузащитник – 76 ТТД, брак 26 %; нападающий – 71 ТТД, брак 38 %. Установленные значения объема и эффективности игровых приемов позволяют вскрыть лимитирующие факторы в игре как отдельных футболистов, так и команды в целом.

Дальнейшая разработка рассматриваемого вопроса должна предусмотреть увеличение выборки исследования (количества зарегистрированных матчей) с целью расчета значений отдельных компонентов технико-тактических действий по общепринятым в футболе для высококвалифицированных спортсменов модельным уровням (минимальный, усредненный, эталонный). Это позволит произвести сравнительный анализ с имеющимися в специальной литературе показателями более классных команд, а также дифференцировать содержание технико-тактической подготовки игроков команды «Анапа».

Литература:

1. Золотарев, А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. –

160 с.

2. Лексаков, А.В. Современные тенденции развития футбола / А.В. Лексаков // Актуальные проблемы современного футбола: сборник научных трудов, посвященный 25-летию кафедры теории и методики футбола и регби / под общ. ред. А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2011. – С. 131-139.

ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ИГРОКОВ РАЗНЫХ АМПЛУА В ЛЮБИТЕЛЬСКОМ ФУТБОЛЕ

В.А. Котолупов, А.П. Золотарев

Аннотация. Педагогическими наблюдениями в условиях соревновательной деятельности любительской футбольной команды установлены значения количественных и качественных параметров технико-тактических действий, выполняемых спортсменами разных игровых амплуа в течение матча.

Ключевые слова: технико-тактические действия, футболисты, контроль соревновательной деятельности, игровое амплуа, защитник, полузащитник, нападающий.

На фоне достаточной разработанности различных аспектов соревновательной деятельности высококвалифицированных футболистов вопросы изучения особенностей игры на примере любительского и массового футбола долгое время продолжают оставаться вне поля зрения ученых и специалистов-практиков [1,2]. По итогам анализа результатов педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью любительской футбольной команды «Туапсе» (г. Туапсе) в соревнованиях на Кубок губернатора Краснодарского края 2016 года установлены значения количественных и качественных параметров технико-тактических действий (ТТД), выполняемых командой в играх на «своем» поле. В анализируемой выборке в среднем за матч команда выполняет около 700 технико-тактических действий при браке в диапазоне 36–40 %. Средние показатели спортсменов любительской команды по отдельным функциональным специализациям (игровым амплуа) выглядят по итогам сделанных наблюдений следующим образом:

- крайний защитник – 79 ТТД при браке, равном 26-32 %;
- центральный защитник – 75 ТТД за игру, при этом допуская 20-30 % брака;
- полузащитник – 104 – 116 технико-тактических действий, брак 30-39 %;
- нападающий – 74 ТТД при браке 40-50%.

Сравнительный анализ полученных данных с аналогичными, приводимыми в специальной литературе на примере футбольных команд более высокой квалификации, показал, что рассматриваемые характеристики технико-тактических действий в соревновательной деятельности любительской команды имеют существенно более низкие значения, как по количественным, так и по качественным параметрам.

При этом, если показатели объема выполняемых в среднем за матч ТТД в некоторой степени сопоставимы, то качественные характеристики выполнения действий с мячом спортсменов-любителей существенно уступают аналогичным высококвалифицированных футболистов (в сравнении с многочисленными данными специальной литературы на примере ведущих команд России, национальных сборных команд на чемпионатах мира и Европы).

Литература:

1. Золотарев, А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.
2. Лексаков, А.В. Современные тенденции развития футбола / А.В. Лексаков //

Актуальные проблемы современного футбола: сборник научных трудов, посвященный 25-летию кафедры теории и методики футбола и регби / под общ. ред. А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2011. – С. 131-139.

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИКИ ВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 5-6 ЛЕТ В ТЕЧЕНИЕ 11 МЕСЯЦЕВ ТРЕНИРОВКИ

А.С. Лазаренко, А.П. Золотарев, А.С. Джиоев

Аннотация. Характерное для современного этапа развития футбола снижение возраста начала систематической тренировки до 5–6 лет вызывает необходимость изучения особенностей динамики подготовленности юных спортсменов. Приводятся данные о темпах прироста показателей, характеризующих в динамике макроцикла подготовки технику владения мячом юных футболистов 5–6 лет.

Ключевые слова: показатели техники владения мячом, юные футболисты, динамика.

Современная система многолетней подготовки юных футболистов претерпевает изменения, в связи с постоянно увеличивающимися требованиями к содержанию самой игры в футбол [1]. С введением в программу многолетней подготовки юных футболистов в 2011 году спортивно-оздоровительного этапа предусматриваются систематические занятия, начиная с 6-летнего возраста. В нашей стране и за рубежом уже отмечается устойчивая тенденция к снижению данного возрастного порога. В то же время в связи с недостаточным количеством исследований и методических материалов остаются нерешенными вопросы, связанные с изучением влияния систематических занятий футболом на особенности динамики уровня технической подготовленности детей 5–6-летнего возраста в течение учебного года [2].

Цель исследования заключалась в установлении особенностей темпов прироста различных показателей технической подготовленности юных футболистов в течение 11 месяцев тренировки.

В констатирующем педагогическом эксперименте приняли участие юные футболисты 5–6 лет (n=23), занимающиеся по программе спортивно-оздоровительного этапа. В динамике названного периода занятий установлены различия в количественных значениях темпов прироста отдельных показателей, характеризующих технику владения мячом. Так, темпы прироста наиболее выражены в показателях жонглирования мячом – 58 % для выполнения правой ногой, 93 % - левой ногой. Характерно, что наиболее интенсивные изменения в данном показателе установлены для так называемой (с позиций функциональной асимметрии) «не ведущей» стороны моторики человека. В несколько меньшей степени выражены темпы прироста в показателях точности ударов по мячу ногой в цель, где прирост составил при выполнении удара правой ногой 32 %, левой – 36 %. Приблизительно на таком же уровне отмечены темпы прироста и в движениях, характеризующих владение мячом в процессе передвижениях футболиста, – ведении мяча ногой.

Литература:

1. Золотарев, А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.
2. Шагин, Н.И. Интеграция средств физической и технической подготовки детей 5–6 лет, занимающихся футболом: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.И. Шагин. – М., 2017. – 24 с.

ФОРМИРОВАНИЕ НАПРАВЛЕННОГО ИНТЕРЕСА У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ К ФУТБОЛУ НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ НАГЛЯДНЫХ СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ

А.Г. Терник, А.П. Золотарев, А.С. Джиоев

Аннотация. Применение в процессе физического воспитания старших дошкольников наглядных средств обучения с целью формирования у детей направленного интереса к футболу способствует позитивным сдвигам в данном аспекте.

Ключевые слова: старшие дошкольники, футбол, формирование интереса, наглядные средства обучения.

На фоне большого количества исследований по проблемам физического воспитания дошкольников практически отсутствуют работы, посвященные изучению интереса детей к упражнениям с мячом на примере футбола [1, 2], что и предопределило направленность настоящего исследования, целью которого было формирование у мальчиков дошкольного возраста интереса к занятиям упражнениями с мячом с элементами футбола на основе применения наглядных средств обучения. Формирующим педагогическим экспериментом были охвачены старшие дошкольники 5–6 лет ($n=56$). Программа эксперимента предусматривала применение наглядного метода обучения и включала следующие средства:

- показ элементов техники игры в футбол (осуществлял преподаватель);
- демонстрация детских мультипликационных фильмов, содержащих информацию о футболе («Как казаки в футбол играли», «Неповторимый матч», «Королевский футбол»);
- посещение футбольного матча с участием детских команд школьников 11–12 лет (просмотр фрагмента матча продолжительностью 15 минут) с последующей прогулкой на воздухе и обсуждением увиденной игры;
- пробное выполнение дошкольниками в упрощенных условиях отдельных элементов техники футбола (по желанию) – удары по мячу ногой «Попади в ворота», ведение мяча ногой «Обведи конусы».

Апробация комплекса наглядных средств формирования направленного интереса к упражнениям из футбола в процессе физического воспитания старших дошкольников показала, что интерес детей к этой спортивной игре повысился на 35 % ($t = 4,9$; $p < 0,01$), желание систематически заниматься футболом – на 10 % ($t = 2,8$; $p < 0,05$). Подтверждением позитивного влияния оказанного воздействия является и то, что в повседневной деятельности в дошкольном образовательном учреждении дети стали чаще задавать педагогам вопросы о футболе, интересовались результатами соревнований, именами известных футболистов и другими вопросами.

Литература:

1 Золотарев, А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.

2. Шагин, Н.И. Интеграция средств физической и технической подготовки детей 5–6 лет, занимающихся футболом: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.И. Шагин. – М., 2017. – 24 с.

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ, В ТЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ГОДА

Д.В. Чернявский, А.П. Золотарев, Р.З. Гакаме

Аннотация. На основе данных этапного педагогического контроля физической подготовленности школьников 10-11 классов установлена динамика рассматриваемого комплекса показателей в течение девяти месяцев. При этом выявлены особенности темпов прироста результатов в отдельных тестах.

Ключевые слова: школьники, занятия футболом, физическая подготовленность, динамика показателей.

Неоспоримым и научно обоснованным считается мнение, что одним из эффективных средств физического воспитания школьников являются систематические занятия футболом, способствующие всестороннему развитию физических качеств [2].

Наряду с урочными формами, важное значение придается и секционной работе по футболу. При этом одним из методических требований к организации тренировки является системный этапный контроль уровня физической подготовленности занимающихся [1]. Таким образом, развитие физических качеств, по существу, является основным содержанием общей физической подготовки в общеобразовательной школе при обязательном контроле динамики показателей физической подготовленности учащихся. По результатам тестирования определен исходный в начале учебного года уровень развития физических качеств школьников 10-11 классов. Показатели 22 обследованных соответствовали нормативным требованиям действующих учебных программ. Средние по группе школьников показатели составили: бег на 30 м – $4,58 \pm 0,89$ с; челночный бег – $9,72 \pm 0,63$ с; прыжок в длину с места – $2,44 \pm 0,22$ м; бег 3000 м – $13,26 \pm 1,4$ мин.

Динамика рассматриваемых показателей в течение девяти месяцев имела позитивную, в целом, направленность. Исключение составили показатели скоростных качеств, не претерпевшие статистически достоверных изменений. Темпы прироста координационных способностей в челночном беге за рассматриваемый период составляют 19,7 %, скоростно-силовых качеств – 19,0 % и показателя выносливости в беге на 3000 м – 9,1 % (все названные изменения статистически достоверны).

Результаты проведенного исследования указывают на возможность косвенно оценить эффективность процесса физического воспитания конкретного контингента школьников 10-11 классов, занимающихся футболом. Представляется, что в целом, за исключением развития скоростных качеств, учебный процесс строился методически грамотно. Факт отсутствия позитивной динамики в показателях быстроты бега на 30 м требует, по нашему мнению, отдельного рассмотрения и анализа.

Литература.

1. Ермаков, В.В. Статистическая оценка эффективности педагогического тестирования отдельных параметров физической подготовленности юных футболистов 15-17 лет / В.В. Ермаков, А.П. Золотарев, В.В. Лавриченко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта: научно-теоретический журнал. – Санкт-Петербург, 2015. – № 11 (129). – С. 83-88.

2. Золотарев, А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.

РАССТОЯНИЕ, ПРЕОДОЛЕВАЕМОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМИ ФУТБОЛИСТАМИ В УСЛОВИЯХ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

М.Ю. Шелепнев, А.П. Золотарев, Р.З. Гакаме

Аннотация. На основе результатов педагогического контроля соревновательной деятельности высококвалифицированных футболистов с помощью современной электронной системы установлены показатели суммарного за матч расстояния, преодолеваемого спортсменами разного игрового амплуа.

Ключевые слова: футболисты, соревновательная деятельность, игровое амплуа, расстояние.

В педагогических наблюдениях нами использовались данные современной электронной системы [2] «ASCENSIQ SYSTEM Ltd., UK», которая фиксирует, статистически обрабатывает и расшифровывает все игровые действия спортсменов, а также отражает физические характеристики игроков, их расположение и тактику команд, дает сводные графики событий за матч или тайм и другую информацию, например зоны футбольного поля с преимущественным в них перемещением конкретного игрока и т. д. В нашем исследовании для футболистов, выступающих в чемпионате России среди команд Премьер-лиги, по отдельным игровым амплуа (вратарь, защитник, полузащитник, нападающий) фиксировались следующие общепринятые [1] показатели: общий объем передвижений в матче в метрах, из которого: ходьба, медленный бег, бег со средней интенсивностью, спринтерский бег.

Так, спортсмены игрового амплуа «вратарь» в среднем за игру набирают общий объем передвижений, равный 7020 ± 785 м. Футболисты амплуа «защитник» имеют аналогичный показатель, составляющий 9249 ± 948 м. У игроков амплуа «полузащитник» общий объем произведенного метража равен 11896 ± 823 м. Спортсмены амплуа «нападающий» имеют средний за матч объем передвижений, составляющий 9783 ± 775 м.

Состав рассматриваемых передвижений высококвалифицированных футболистов имеет статистически достоверные (за исключением показателей суммарного метража в спринте между защитниками и нападающими) различия в зависимости от игровой функциональной специализации в команде. Установлена структура двигательных передвижений футболистов – полевых игроков отдельных амплуа. Так, у защитников 7,2 % составляет ходьба, 79,1 % – медленный бег, 10,6 % – бег со средней интенсивностью и 3,1 % – спринтерский бег. Аналогичные показатели игроков средней линии – полузащитников выглядят следующим образом: ходьба – 20,3 %, медленный бег – 49,6 %, бег со средней интенсивностью – 25,8 %, спринтерский бег – 4,3 %. У нападающих эти показатели составляют: ходьба – 48,7 %, медленный бег – 35,7 %, бег со средней интенсивностью – 12,6 %, спринтерский бег – 3,0 %. Полученные данные отражают двигательную активность спортсменов в условиях игровой соревновательной деятельности.

Литература:

1. Золотарев, А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.
2. Слуцкий, Л.В. Управление физической подготовкой футболистов на основе контроля соревновательной двигательной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Л.В. Слуцкий. – М., 2009. – 24 с.

ОСОБЕННОСТИ ВБРАСЫВАНИЯ МЯЧА ИЗ-ЗА БОКОВОЙ ЛИНИИ ФУТБОЛИСТАМИ НА ЧЕМПИОНАТЕ ЕВРОПЫ 2016 ГОДА

М.А. Штемберг, А.П. Золотарев

Аннотация. На основе данных педагогических наблюдений выявлены особенности редко исследуемого стандартного положения в футболе – вбрасывания мяча из-за боковой линии. Установлены количественные показатели данного технико-тактического действия в игре высококвалифицированных спортсменов.

Ключевые слова: футболисты, соревновательная деятельность, стандартные положения, вбрасывание мяча из-за боковой линии, технико-тактические действия.

На фоне достаточной научно-методической разработанности известных разновидностей стандартных положений в футболе такому положению, как вбрасывание мяча из-за боковой линии (аут), практически не уделяется внимание [3]. Так, в классическом учебнике по теории и методике футбола [1] приведено только краткое описание техники выполнения данного приема и вообще отсутствуют упражнения по обучению и совершенствованию вбрасывания мяча, не раскрываются способы и варианты розыгрыша данного стандартного положения. Анализ результатов педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью игроков ведущих футбольных команд – участниц финального этапа чемпионата Европы 2016 года показал, что количество вбрасываний мяча руками из-за боковой линии в рассматриваемой серии игр на данном турнире существенно варьирует в разных матчах и находится в диапазоне от 22 до 38 технико-тактических действий. Средние за игру показатели составляют при этом $27,6 \pm 8,1$.

Осуществленный нами корреляционный анализ показателей общего за матч количества вбрасываний мяча из-за боковой линии и результатом игры не выявил статистически значимой взаимосвязи рассматриваемых параметров. Таким образом, вбрасывание мяча как розыгрыш стандартного положения в футболе, как собственно игровое действие, не имеет существенного влияния на конечный результат игры. Вместе с тем пренебрегать этой, пусть и незначительной, составляющей технико-тактических приемов не следует, поскольку они, как известно, в современном футболе отражают тенденцию к сохранению мяча и возможности продолжения командой атаки [2].

По итогам проведенной работы представляется, что дальнейшее изучение вопроса должно осуществляться в трех основных аспектах:

- рассмотрение эффективности выполнения футболистами вбрасывания мяча;
- выявление возможных особенностей розыгрыша данного стандартного положения от участка футбольного поля, где оно выполняется;
- отличительные особенности выполнения вбрасывания мяча из-за боковой линии футболистами разного возраста и квалификации.

Литература:

1. Губа, В.П. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Советский спорт, 2013. – 562 с.
2. Зайцева, Т.В. Многолетняя динамика показателей соревновательной деятельности футболисток-юниорок / Т.В. Зайцева, А.П. Золотарев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – № 4. – Краснодар, 2016. – С. 8-9.
3. Золотарев, А.П. Футбол. Методологические основы многолетней

подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.

КАФЕДРА ТЕОРИИ, ИСТОРИИ И МЕТОДИКИ **ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ АКАДЕМИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ПИЛАТЕСА

Ж.Г. Аникиенко, М.М. Шестаков

Аннотация. В работе рассматриваются результаты использования в процессе академических занятий по физической культуре системы упражнений Пилатеса, эффективность применения которой выражается в улучшении показателей морфологического статуса и функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма студенток вуза.

Ключевые слова: вуз, студентки, академические занятия, физическая культура, эффективность, средства, пилатес.

Важным фактором, способствующим активному формированию устойчивой мотивации, интереса к занятиям физической культурой, по мнению специалистов, является применение инновационных средств физического воспитания. Одним из них является система фитнеса, используемая в процессе оздоровления населения. В результате инновационного развития указанных систем и методик образовалось особое направление оздоровительного воздействия на человека, получившее название «ментальный фитнес» [1, 2].

К ментальному фитнесу относится и система упражнений Пилатеса, созданная около ста лет назад немецким врачом, тренером и спортсменом Джозефом Пилатесом. В конце прошлого века метод Пилатеса был возрожден и модернизирован. Система Пилатеса воздействует на развитие физических качеств, на морфологический статус, на функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем, улучшает осанку, укрепляет иммунную систему, а также положительно влияет на психоэмоциональное состояние занимающихся. Эффективность системы базируется на принципах, гарантирующих ощутимый и продолжительный результат [1, 3].

С целью проверки возможности и эффективности использования средств Пилатеса в процессе академических занятий по физической культуре, в течение одного семестра было проведено исследование на базе Морского Государственного Университета имени адмирала Ф.Ф. Ушакова. Предварительно у студенток измерялся рост, вес, объем талии, таза, бедер, кожно-жировые складки. Принимались нормативы по физической подготовке.

В результате было установлено, что занятия Пилатесом оказали положительное влияние на уровень развития гибкости, силовой выносливости мышц верхних конечностей и брюшного пресса. Это подтверждается статистически достоверными изменениями соответственно количества подтягиваний в висе на низкой перекладине и числа поднимании туловища в сед из положения лежа на спине, а также увеличением глубины наклона вперед из положения стоя. Кроме того, у студенток улучшились и некоторые показатели физического развития. Так под воздействием занятий Пилатесом уменьшилась масса тела, абсолютный и относительный объем жирового компонента массы тела, обхват талии и ягодиц, а также уменьшилась

толщина кожно- жировых складок на животе и на линии талии. Также установлено, что нагрузка упражнений Пилатеса оказала положительное влияние и на функциональное состояние некоторых систем организма девушек. В частности, за этот период у них улучшились показатели дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

Литература:

1. Аникиенко Ж.Г. Сочетание традиционных физических упражнений и средств фитнеса в процессе физической подготовки студенток / Ж.Г. Аникиенко, М.М. Шестаков // Перспективы развития науки и образования: сборник научных трудов: материалы международной научно-практической конференции. – М.: «АР-Консалт», 2014. – С. 62-64.

2. Железняк, Ю.Д. Физическая активность и здоровье студентов вузов нефизкультурного профиля / Ю.Д. Железняк, А.В. Лейфа // Теория и практика физической культуры. - 2006. - № 12. - С. 46-47.

3. Буркова, О.В. Пилатес - фитнес высшего класса / О.В. Буркова, Т.С. Лисицкая. - М.: Центр полиграфических услуг «Радуга», 2005. - 208 с.

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ НА ПРИМЕРЕ ЗАНЯТИЙ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБОЙ

Н.В. Артеменко, Л.А. Якимова

Аннотация. В данной работе говорится о пользе скандинавской ходьбы в пожилом возрасте и о способах организации занятий физическим воспитанием.

Ключевые слова: здоровье, пожилой возраст, физическое воспитание, физические упражнения, скандинавская ходьба.

Успешность государства зависит от физически здорового населения. Современная российская политика направлена на соблюдение здорового образа жизни гражданами разного возраста. И пожилой возраст не исключение. Цель работы – изучение форм организации занятий физическими упражнениями для повышения умственной и физической работоспособности в пожилом возрасте. Предмет исследования – процесс физического воспитания людей пожилого возраста, объект – методики проведения занятий скандинавской ходьбой, которая, по мнению ученых, улучшает здоровье, нормализует функции организма пожилого человека [1, 2]. Задачи: изучить влияние скандинавской ходьбы на организм пожилого человека; выявить приоритеты в занятиях физическими упражнениями у пожилых лиц. Предполагается, что разработка методики и организация кружка скандинавской ходьбы привлекут пожилых людей к занятиям массовой физической культурой, повысят уровень их физического здоровья, умственной работоспособности, личного социального статуса.

В результате опроса группы лиц 55–60 лет с целью выявления мнений об основах здорового образа жизни и приоритетах в занятиях физическими упражнениями было выявлено следующее: заниматься физическими упражнениями пожелали все респонденты. 75 % пожилых людей хотели бы заниматься в организованной группе под руководством инструктора, 25 % – дома индивидуально. 75,8 % опрошенных считают физические упражнения полезными для поддержания здоровья и нормального функционирования организма, а 24,2 % – полагают, что для здоровья полезна не только физкультура, но и прием лекарственных препаратов. Респонденты (15 %) также отметили, что для занятий выбирают утреннюю гимнастику и закаливающие процедуры, 16,7 % выбрали силовые нагрузки, 17 % – простейшие спортивные игры, 51,3 % – аэробные нагрузки в виде оздоровительной ходьбы. В вопросах здорового образа жизни большинство опрошенных (92 %) не имеют вредных привычек, 8 % – воздержались от ответа. Полезную пищу употребляют 58 % респондентов, а 42 % могут позволить себе немного «вредной» пищи. Страдают гипертонией – 91 % опрошенных, 9 % – не жалуются на гипертонию, но при этом употребляют препараты от повышенного давления. Вышеизложенное указывает на большую заинтересованность пожилых людей в занятиях физическими упражнениями. Альтернативным видом занятий может быть скандинавская ходьба. Однако в литературе отсутствуют единые научно-обоснованные подходы к проведению в нашей стране организованных занятий скандинавской ходьбой с лицами пожилого возраста [1, 2].

Литература:

1. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. Учебник для вузов. – 4-е изд. исправл. и доп. / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – М.: «Советский спорт», 2012. – 619 с.

2. Теория и методика физической культуры: Учеб. для вузов / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. – 4-е изд., стер. – М. : Сов. спорт, 2010. – 464 с.

КЛАССИФИКАЦИЯ ОШИБОК В ТЕХНИКЕ ВЫПОЛНЕНИЯ ЮНЫМИ ГАНДБОЛИСТКАМИ БРОСКОВ МЯЧА ПО ВОРОТАМ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

К.В. Бурчуладзе, М.М. Шестаков

Аннотация. В публикации раскрывается факт наличия типичных ошибок при выполнении бросков мяча согнутой рукой сверху в опорном положении юными гандболистками 9–11 лет в процессе реализации традиционной методики обучения технике игры, состав которых классифицируется по частоте возникновения.

Ключевые слова: юные гандболистки, техника бросков мяча, типичные ошибки, частота возникновения, классификация.

Используемые в настоящее время в спорте средства и методы обучения технике гандбола позволяют осваивать новые двигательные действия лишь традиционным путем, через попытки начинающих воспроизвести заданное движение с последующим и постепенным исправлением всех возникающих при этом ошибок [1, 2]. Совершенствование методики начального обучения юных гандболисток технике выполнения бросков мяча требует учета возникающих при их выполнении типичных ошибок.

Анализ научно-методической литературы, опрос тренеров, а также педагогические наблюдения за техникой выполнения бросков мяча согнутой рукой сверху в опорном положении юными гандболистками 9–11 лет позволили определить состав встречающихся ошибок по фазам выполнения технического приема.

В частности, было выявлено 59 ошибок, которые встречаются у юных гандболисток при выполнении броска мяча согнутой рукой сверху в опорном положении на этапе начальной подготовки.

Выявленный состав ошибок при выполнении этих бросков мяча позволяет путем педагогических наблюдений установить частоту их возникновения у юных гандболисток на этапе начальной подготовки и классифицировать их по этому основанию.

С этой целью анализу подверглись тренировочные занятия юных гандболисток 9–11 лет групп начальной подготовки первого года обучения, в процессе которых занимающиеся выполняли по 30 бросков мяча согнутой рукой сверху из опорного положения.

В результате исследования было установлено, что при выполнении броска мяча согнутой рукой сверху из опорного положения юные гандболистки чаще всего допускают 28 (47,5 %) типичных ошибок, несколько реже 21 (35,6 %) ошибку и реже всего 10 (16,9 %) ошибок.

Таким образом, современная методика обучения девочек 9–11 лет технике игры в гандбол на этапе начальной подготовки не исключает появления большого числа ошибок при выполнении бросков мяча согнутой рукой сверху из опорного положения. Отсюда очевидна необходимость разработки такой методики начального обучения девочек 9–11 лет технике бросков мяча в гандболе, которая бы позволяла учитывать возникающие при их выполнении типичные ошибки.

Литература:

1. Игнатьева, В.Я., Петрачева, И.В. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах: метод. пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 216 с.

2. Лях, В.И. Учение и обучение двигательным действиям // Физическая культура в школе. – 2005. – № 2. – С. 8–10.

КОННАЯ СТРЕЛЬБА ИЗ ЛУКА. ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

В.Д. Данильчук, Д.В. Белинский, М.В. Махинова

Аннотация. Работа посвящена истории развития и перспективах конной стрельбы из лука.

Ключевые слова: лошадь, конная стрельба, стрельба из лука, лучники, мишень.

Стрельба из лука с лошади – одна из многих традиций, накопленных за долгую историю человечества, которая прошла путь от военного искусства до современного хобби, которое помогает людям приобщиться к старинным практикам и помочь в поисках своего места в мире.

Стрельба из лука с лошади широко практиковалась среди кочевых народов (скифов, сарматов, парфян) в Средние века. По мере распространения племен на Запад, их навыки переняли жители Восточной Европы (сарматы и гуны). На территории США в северо-американских прериях и южноамериканских пампасах стрельба из лука с лошади развивалась независимо, особенно искусными в этих упражнениях были индейцы племени команчи. В Японии стрельба из лука была частью самурайских традиций и называлась ябусамэ. На охоте и на войне ловкие стрелки из лука имели неоспоримое преимущество, из конных лучников формировались силы легкой (скифы, гуны, парфяне, печенег) или тяжелой (самураи, русские дружинники, турецкие тимариоты) кавалерии, которые различались по виду вооружения и тактике ведения боя. С развитием стрелкового оружия конные лучники потеряли свое значение в военных действиях и постепенно совершенно исчезли с полей мировых сражений.

Федерация конной стрельбы из лука (ФКСЛ) в России появилась недавно, официально она была зарегистрирована в мае 2017 года. За столь короткий срок наши лучники уже успели вступить в Международную ассоциацию конных лучников ИНАА, в которую входят спортсмены из более 25 стран, а ФКСЛ России стал официальным членом Всемирной федерации конной стрельбы из лука WNAF (штаб-квартира в г. Сеуле, Корея). Начав активно работать в феврале 2017 года, ФКСЛ России успела организовать несколько соревнований в Санкт-Петербурге, обучающие семинары и ряд турниров в Московской и Волгоградской областях. Наши лучники приняли участие в первом официальном немецком чемпионате по конной стрельбе из лука в Шенвальде и международных соревнованиях «Стрела в короне» в польской Познани.

Литература:

1. Волынский, С.М. Учебник верховой езды (содержание спортивной лошади, базовая подготовка новичков, техника и методика тренировки: выездка, манеж, троеборье). – Москва. 2005. – С. 95-115.
2. Горошко, К. Немного о конном спорте // Материалы Всероссийской студенческой научно-практической конференции. – 2016. – С. 76-79.
3. Brian Hoyer. Zara Phillips a revealing portrait of royal world champion // London, 2007.

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ, ПОБУЖДАЮЩИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ ШАХМАТАМИ

Е.С. Злыднева, В.А. Чернышов

Аннотация. В работе рассматривается вопрос о выявлении особенности мотивации к занятию спортом у начинающих шахматистов.

Ключевые слова: побуждение, мотивация, начинающие шахматисты, спорт, двигательная активность.

По мнению Р.А. Пилюяна: «Мотивация – особое состояние личности спортсмена, формирующееся в результате соотнесения им своих способностей и возможностей с предметом спортивной деятельности» [2]. В настоящее время вопросам набора в секции и выявления мотивов к занятиям спортом у начинающих спортсменов уделяется большое внимание, поскольку от поддержки и развития у них начальной мотивации во многом зависит эффективность их дальнейших занятий [1,3].

В результате проведенного исследования мотивации спортсменов, а также причин, побуждающих начинающих шахматистов к занятию спортом, было выяснено, что дети в возрасте 9–11 лет идут в спорт в основном по следующим причинам: чтобы стать чемпионом; потому что все друзья занимаются спортом; по совету родителей. Кроме того, их привлекает сам процесс игры, спортивные поединки, возможность общения в коллективе и интерес к решению шахматных задач. Приведенные выше причины, на основании которых дети приходят в шахматный спорт, являются наиболее часто называемыми, но их количество этим не исчерпывается. При этом большинство начинающих спортсменов называют по две и более причины, мотивирующие их к занятиям.

Полученные результаты позволяют говорить о том, что основными особенностями мотивации к занятию спортом у начинающих шахматистов является большое разнообразие мотивирующих причин, а также слабая концентрация спортсменов на какой-либо из них.

Литература:

1. Алешков, И.А. Опыт психологического анализа спортивной деятельности. - В сб.: Психология спортивной деятельности. – М.: изд. ВНИИФК, 2009
2. Пилюян, Р.А. Мотивация спортивной деятельности. – М.: Физкультура и спорт, 2012
3. Рощина, Т.А. Мотивация деятельности шахматистов. Юбилейный сборник научных трудов молодых ученых и студентов РГАФК. – М., 1998.

ОЛИМПЕЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА: СТРУКТУРА, ПРЕИМУЩЕСТВА И НЕДОСТАТКИ

С.А. Исмаилов, Ю.А. Прокопчук

Аннотация. В материалах рассмотрена структура олимпийского образования как воспитательной системы, включающей в себя перечень особенностей, достоинств и недостатков, центральным звеном которой служит единый воспитательный коллектив, состоящий из объединения детей и взрослых и требующий выполнения определенных условий, необходимых для эффективной реализации системы в современных рамках.

Ключевые слова: воспитание, образование, обучение, олимпизм, система, спорт.

Как педагогическое понятие, воспитание сочетает в себе три значимых признака: целенаправленность, квалифицированность и систематичность [1]. С целью описания педагогической деятельности в области олимпизма следует использовать определение олимпийского образования и воспитания в широких интерпретациях, составляющие которых – образование, воспитание и обучение в своих узких смысловых значениях [2]. Олимпийское образование воспринимается в виде деятельности, имеющей задачу формирования системы знаний, где в роли итога выступает совокупность усвоенных человеком понятий, сведений об основных идеалах, ценностях олимпизма, гуманизма. Олимпийское воспитание направлено на создание мотива, на выработку стимула к следованию стилю жизни, когда результатом является комплекс сформировавшихся потребностей в желании руководствоваться принципами «честной игры» в жизненных ситуациях. Олимпийское обучение связано со становлением системы умений и навыков, значимой частью которой представляется пропаганда идей олимпизма, проявление мужества и воли в спорте для формирования гармонично развитой личности. Воспитательная система собой мощный инструмент социализации. Особое условие создания олимпийской культуры кроется в социальной активности каждой личности [3]. Системообразующим элементом считается не ведущий вид деятельности, а цели воспитания, средства, методы и формы.

Важная миссия органов управления – содействие развитию и становлению воспитательных систем в образовательных учреждениях. Главная проблема заключается в том, что гуманистические воспитательные системы не выступают компонентами нынешней системы. Актуальными вопросами значатся как проблемы воспитания подрастающего поколения, так и ухудшение состояния его здоровья. Олимпийское образование имеет достоинство: в учебных заведениях делают выводы, что рациональный путь выхода из ситуации заключен непосредственно в его развитии. Основной недостаток состоит в отсутствии системности, непрерывности и преемственности в процессе организации, недостаточной разработке системы подготовки кадров, без чего нельзя сформировать направление для привлечения учащихся к олимпийской культуре на должном уровне.

Литература:

1. Поликарпова, Г.М. Олимпийское образование и воспитание как предмет педагогического исследования: дис. ... докт. пед. наук: 13.00.01. – Великий Новгород. – 2003. – 414 с.
2. Столяров, В.И. Олимпийское воспитание: Теория и практика / В.И.

Столяров. – М.: Национальное образование, 2014. – 402 с.

3. Харламов, И.Ф. Педагогика: Учеб. пособие / И.Ф. Харламов. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Юристъ, 1997. – 506 с.

ЗАЩИТА ПРАВ СПОРТСМЕНОВ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ СПОРТЕ

А.В. Касьянов, С.В. Фомиченко

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы форм защиты прав спортсменов в профессиональном спорте с учетом зарубежной практики применения института омбудсмана, исторически возникшего в Швеции и известного с 1809 года.

Ключевые слова: профессиональный спорт; права спортсменов; формы защиты; омбудсмен.

В современных условиях защита прав спортсменов является одной из основных задач законодательной и социальной деятельности государства в профессиональном спорте. Время показало сложность вопросов соблюдения прав спортсменов в спортивной практике, что повлияло на создание внесудебных форм их защиты, широко применяемых в зарубежной практике.

Следует отметить, что эффективность форм защиты определяется наличием системы социальных гарантий, позволяющих спортсменам обезопасить себя от последствий рисков профессиональной деятельности в таком виде спорта, как бобслей [2]. Занятие им сопряжено с высоким травматизмом и риском для здоровья спортсмена. Бобслей – зимний олимпийский вид спорта, суть которого заключается в скоростном спуске на управляемых санях (бобах) по ледяному желобу [1].

В спортивной литературе указаны разные мнения о формах защиты прав спортсменов. Но суть их заключается в определении эффективного способа восстановления нарушенного права самим спортсменом (самозащита) или посредством использования специальных процедур (судебных и внесудебных).

В зарубежной практике применяется такой механизм защиты прав человека (в том числе и спортсменов), как институт омбудсмана [3]. Омбудсмен – это специально назначаемое или избираемое независимое должностное лицо, которое выступает посредником в разрешении спортивных споров (выплата страховки, отстранение от участия в соревнованиях и др.), контролирует соблюдение спортивной организацией (спортивной администрацией) прав спортсмена. Он может проводить различные расследования, рекомендовать спортивной федерации, спортсмену определенную последовательность действий при возникновении конфликта во время проведения спортивных соревнований. Таким образом, можно резюмировать, что омбудсмен выступает в качестве независимой стороны при разрешении споров между спортсменом и спортивной администрацией, призванной законными средствами защитить его права и интересы.

Литература:

1. Бобслей – зимний олимпийский вид спорта [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/bobsley/>

2. Зайцев, А.Н. Организационные аспекты страхования в повышении конкурентоспособности спортсменов / А.Н. Зайцев, С.В. Фомиченко, С.С. Воеводина // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2016. – Т.1. – № 1. – С.34-37.

3. Тарасенко, А.А. Эффективность применения форм разрешения спортивных споров в современных условиях / А.А. Тарасенко, С.С. Воеводина // Физическая культура и спорт – наука и практика. – 2016. – № 2. – С. 21-27.

СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ ОСВЕДОМЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ И ТРЕНЕРОВ ОБ АНТИДОПИНГОВЫХ ПРАВИЛАХ

Э.С. Керн, М.В. Махинова

Аннотация. Проблемы, связанные с допингом, превратились в последние годы в один из основных источников спортивных новостей. Скандалы и их расследования зачастую заслоняют собой саму проблему, отодвигают на второй план работу, которую выполняют антидопинговые и другие спортивные организации, противодействуя антидопинговой угрозе. В итоге создается впечатление, что допинг всюду, его невозможно искоренить, а значит, лучше не бороться вовсе [3, 4].

Ключевые слова: знания специалистов антидопинговых правил, антидопинговые организации, профилактика применения допинга в спортивных организациях.

Отношение общества к использованию в спорте запрещенных методов и средств, которое можно описать как «нулевая терпимость», не может быть достигнуто в результате работы исключительно антидопинговых организаций. Главным средством становится предупреждение, образование, повышение уровня осведомленности и пропаганда чистого, честного и здорового спорта [1, 2].

Объектом нашего исследования были действующие спортсмены, обучающиеся в Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма на факультете спорта, а также слушатели факультета повышения квалификации, предметом исследования – их осведомленность об антидопинговых правилах ВАДА.

Материалы и методы исследования: анализ научно-методической литературы; статистический опрос 60 респондентов, из них 30 тренеров, средний возраст которых 32,5 года, и 30 спортсменов высокой квалификации, средний возраст 21 год.

Гипотеза исследования предполагает, что спортсмены и тренеры недооценивают важность изучения правил ВАДА, что приводит к конфликтам при сдаче антидопинговых проб, отсутствию грамотных апелляций в спортивный арбитражный суд, дисквалификациям и т. д.

В ходе исследования были выявлены следующие показатели: 29,7 % спортсменов и 41,9 % тренеров знают основные положения кодекса ВАДА, подтвердив предположение о низкой осведомленности о процедурах и правилах антидопингового контроля. По результатам исследования был сделан следующий вывод: для улучшения уровня знаний в области международной и отечественной антидопинговой политики необходима разработка и внедрение в учебный процесс образовательных программ соответствующей направленности.

Литература:

1. Дрогонова, Н.А. Допинг в современном спорте и спортивная этика // В сборнике: Диалогическая этика. Материалы международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 27-31.
2. Игнатьева, Л.Е., Киреева, Ю.В. Формирование антидопингового сознания обучающихся в системе физкультурно-спортивного образования // Проблемы современного педагогического образования. – 2016. – № 53-3. – С. 202-208.
3. Солдатенков, Ф.Н. Современное состояние антидопингового движения и возможности его развития в рамках физкультурно-спортивного образования // Ученые записки университета им. П.Ф.Лесгафта. – 2010. – № 2 (60). – С. 112.-116.

ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ГРУПП ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ПРИЗЫВУ РАЗНЫХ СОМАТИЧЕСКИХ ТИПОВ

В.Б. Коченков, М.М. Шестаков

Аннотация. В публикации раскрывается структура технологии формирования групп физической подготовки военнослужащих по призыву с учетом их соматотипа, степени соответствия ГУВ длины тела и ГУВ массы тела и уровня развития физических качеств.

Ключевые слова: военнослужащие по призыву, соматические типы, группы физической подготовки.

Объективная необходимость формирования однородных групп молодых военнослужащих в процессе физической подготовки обусловила необходимость разработки соответствующей технологии, позволяющей в комплексе учитывать особенности их телосложения и уровень развития физических качеств (рис.).

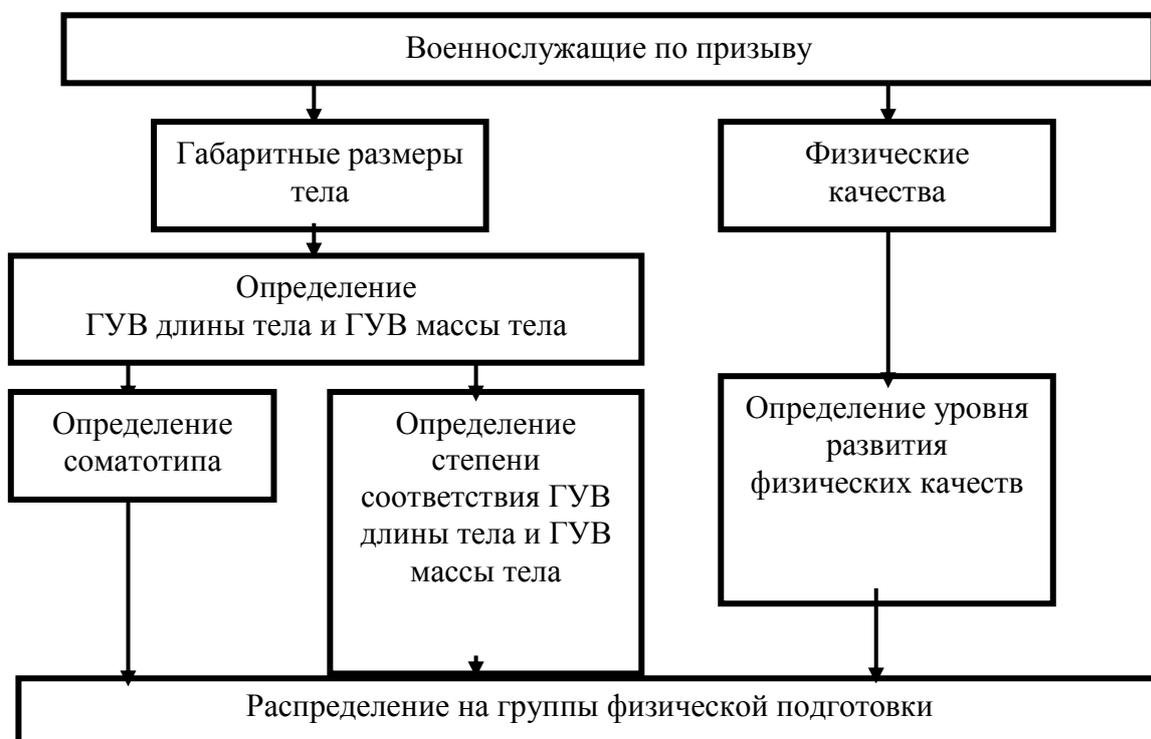


Рис. Структура технологии формирования групп физической подготовки военнослужащих по призыву с учетом их соматотипа, степени соответствия ГУВ длины тела и ГУВ массы тела и уровня развития физических качеств

Эта технология предусматривает следующий алгоритм последовательных и параллельных процедур:

1. Определение длины тела.
2. Расчет ГУВ длины тела.
3. Определение массы тела.
4. Расчет ГУВ массы тела.
5. Определение суммы ГУВ длины тела и ГУВ массы тела.
6. Определение соматотипа.

7. Определение степени соответствия ГУВ длины тела и ГУВ массы тела.
8. Тестирование физических качеств.
9. Определение уровня развития физических качеств.
10. Распределение на однородные группы физической подготовки.

Таким образом, результаты исследования позволили разработать технологию формирования однородных по решаемым задачам подгрупп военнослужащих по призыву на основе учета уровня физической подготовленности и особенностей их морфологического статуса.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТОДИК РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ 12-13 ЛЕТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ ФУТБОЛА

С.С. Купцов, М.М. Шестаков

Аннотация. В работе показана эффективность различных вариантов методики развития физических качеств учащихся 12-13 лет на основе использования средств футбола в процессе школьных уроков физической культуры.

Ключевые слова: школьники, урок, физическая культура, физические качества, методика, эффективность, средства футбола.

Одной из актуальнейших проблем современного общества является проблема здоровья подрастающего поколения. Она тесно связана с рядом экологических и социальных факторов. Важное место в решении этой проблемы занимает система физического воспитания, призванная решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи в процессе обязательных и других форм занятий физической культурой в условиях образовательных учреждений [2, 4].

Известно, что занятия спортом, в частности футболом, приводят к выраженному развитию двигательных способностей человека. Однако эффективность развития физических качеств средствами футбола у школьников в процессе занятий физической культурой во многом обусловлена наличием соответствующей методики их использования в составе традиционных физических упражнений [1, 3].

Исследования показали, что в возрасте 12-13 лет под влиянием обязательных занятий физической культурой по комплексной программе для учащихся 1 – 11 классов общеобразовательных школ в объеме 68 часов уровень физической подготовленности повышается только в челночном беге 3×10 м ($t=2,5$; $p<0,05$). Уровень же проявления других физических качеств сохраняется у школьников практически на прежнем уровне.

Систематические занятия футболом детей 12–13 лет, в дополнение к обязательным занятиям физической культурой в школе, вызывают более существенные положительные изменения уровня развития практически всех физических качеств, за исключением силовых способностей: бег 30 м - прирост 1,9% ($p<0,05$); челночный бег 3×10 м - прирост 2,5% ($p<0,05$); бег 1500 м – прирост 4,4% ($p<0,01$); прыжок в длину с места прирост 2,9% ($p<0,05$).

Реализация в процессе физического воспитания методики, основанной на развитии физических качеств путем выполнения на занятиях игровых футбольных упражнений и различных вариантов соревновательного упражнения, позволяет эффективно развивать только общую выносливость и координационные способности школьников 12-13 лет.

Реализация в процессе школьного урока по физической культуре методики комплексного развития физических качеств на основе использования средств футбола позволяет статистически достоверно повысить только уровень проявления скоростных и силовых способностей учащихся 12-13 лет.

Наиболее эффективной у школьников 12-13 лет оказалась методика развития двигательных способностей, в основе которой лежит использование средств футбола с преимущественной направленностью на совершенствование одного из физических качеств в процессе конкретного занятия, что выразилось в статистически достоверном приросте уровня развития всех показателей, но особенно - силовых,

скоростных и скоростно-силовых способностей.

Литература:

1. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002. – 864 с.

2. Рожков, П.А. Развитие физической культуры и спорта – приоритетные направления социальной политики государства / П.А. Рожков // Теория и практика физической культуры. – 2002. - №1. – С. 2.

3. Сучилин, А.А. Методологические основы исследования проблемы подготовки юных футболистов: монография / А.А. Сучилин, А.П. Золотарев, М.М. Шестаков. - Волгоград: ВГАФК, 2005. – 101с.

4. Шестаков, М.М. К проблеме педагогических здоровьесберегающих образовательных технологий / М.М. Шестаков, Р.Т. Попова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2007. - № 1-4. – С. 40 – 41.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

К.С. Лихобабенко, Л.А. Якимова

Аннотация. В данной работе говорится об оздоровительном значении физических упражнений для детей младшего школьного возраста.

Ключевые слова: физические упражнения, физическое воспитание, дети младшего школьного возраста, оздоровительные системы.

В современном обществе большое внимание уделяется физическому воспитанию школьников младшего возраста. Именно на этом этапе закладываются основы физического воспитания и развития.

Научные предположения в сфере физического воспитания детей младшего возраста станут наиболее эффективными на основе новейшей разработки комплекса оздоровительных упражнений. Целью настоящего исследования явилось повышение физической работоспособности детей младшего школьного возраста. Для решения намеченной цели поставлены задачи: изучение проблемы физического воспитания детей; составление комплекса оздоровительных упражнений для укрепления сердечно-сосудистой, дыхательной системы, опорно-двигательного аппарата.

Объектом исследования представленной темы выступает физическое воспитание детей младшего школьного возраста. Предметом исследования является применение оздоровительных упражнений в режиме учебного дня младшеклассников.

В связи с этим мы провели социальный опрос среди преподавателей, который показал, что 74 % опрошенных педагогов проводят уроки физической культуры с детьми младшего школьного возраста по комплексной программе Ляха В.И. и Зданевича А.А. (2011) и только 26 % предпочли разработать индивидуальную программу. На вопрос о необходимости включения утренней гигиенической гимнастики в учебный процесс младшеклассников только 9 % опрошенных проявило желание ее проводить, остальные (81 %) ответили отрицательно. Физминутку в течение учебных занятий также согласилось проводить меньшинство педагогов (10 % из опрошенных). Подвижные игры на переменах готовы проводить 10 % опрошенных учителей. При этом большинство учителей, работающих в младшей школе (74 %) согласны с тем, что физические упражнения оказывают оздоровительное значение на организм младшеклассников. На вопрос о времени занятий оздоровительными физическими упражнениями 36 % преподавателей ответили «утром», 23 % – «в обед», а 36 % – «к концу дня». Таким образом, из анализа литературы и проведенного анкетирования следует, что преподаватели младших классов в большинстве не имеют научно-методической грамотности в проведении оздоровительных занятий физическими упражнениями с детьми младшего школьного возраста [1,2,3], что требует разработки унифицированной программы проведения оздоровительных физических упражнений в режиме учебного дня младших школьников.

Литература:

1. Виленский, М.Я. Физическая культура в образовании и науке / М.Я. Виленский, Т.В. Скобликова, Л. И. Лурье. – М., 2013. – 175 с.
2. Скобликова, Т.В. Педагогические условия формирования физической культуры личности / Т. В. Скобликова. – М., 2008 – 120 с.

3. Якимова, Л.А. Физическая культура: учебно-методическое пособие. – Краснодар: КГУФКСТ, 2005. – 104 с.

РОЛЬ СЕМЬИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

С.В. Матына, Л.А. Якимова

Аннотация. В данной работе исследуется мнение и заинтересованность родителей в физическом воспитании своих детей старшего школьного возраста.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическое развитие, физические качества, старший школьный возраст.

В настоящее время уделяется внимание физическому воспитанию школьников - улучшают условия для проведения уроков физической культуры, более серьезно относятся к учителям физической культуры, создают условия для здорового образа жизни, создаются сообщества родителей по привлечению подростков в массовый спорт [1,2]. Цель исследования – привлечение родителей к созданию положительной мотивации у своих детей старшего школьного возраста к массовым занятиям физической культурой и спортом. Сформулированы задачи: исследование проблем физического воспитания детей старшего школьного возраста; изучение мнений родителей о физическом воспитании детей старшего школьного возраста.

Был проведен опрос родителей учащихся старшего школьного возраста. Большинство родителей считает (100 %), что в старшем школьном возрасте проводимые три урока физической культуры в неделю являются оптимальным количеством для поддержания здоровья, а также считают целесообразным разделение на юношей и девушек. По мнению 50 % родителей, на уроках физической культуры должны развиваться силовые способности в качестве основных; 16,6 % опрошенных считает, что в этом возрасте должна развиваться выносливость; 15 % родителей полагают, что основными физическими качествами в старшем школьном возрасте являются ловкость и гибкость. 18,4 % родителей полагают, что приоритетным должно быть развитие быстроты. На вопрос «Какое количество учеников в старшем школьном возрасте одновременно может контролировать учитель на уроке физической культуры», 41,7 % родителей ответили, что 15 человек; 25 % опрошенных считает, что учитель на уроке физической культуры одновременно может контролировать 20 учеников, это объясняется дисциплинированностью в этом возрасте и точными выполнениями распоряжений учителя; 16,6 % родителей утверждает, что только за 10 учениками может уследить учитель; 8,4 % интервьюированных предполагают, что учитель одновременно может контролировать 25 человек, однако 8,3 % родителей все же считает, что это всего 9 человек. На актуальный вопрос «Нужны ли детям старшего школьного возраста теоретические знания о физической культуре?» все респонденты ответили, что теория о физической культуре обязательно должна предшествовать практике, так как, не зная теории, ученики будут плохо усваивать практические знания, умения и навыки.

Таким образом, можно заключить, что отношение родителей к физическому воспитанию детей очень серьезно, большинство из них имеют физкультурную грамотность и способны работать со своими детьми по повышению уровня их физического развития.

Литература:

1. Холодов, Ж.К., Кузнецов, В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж. К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М., 2014. – 480 с.
2. Матвеева, А.П., Мельникова С.Б. Методика физического воспитания с основами теории / А.П. Матвеева, С.Б. Лескова. – М., 2015. – 240 с.

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КАК СРЕДСТВО РЕАБИЛИТАЦИИ В ГОДЫ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ

О.В. Назаренко, О.Ю. Антипцев

Аннотация. В работе рассматриваются актуальные вопросы научно-методического обеспечения лечебной физической культуры в годы Великой Отечественной войны.

Ключевые слова: лечебная физическая культура (ЛФК), реабилитация, научно-методическое обеспечение.

Известно, что физические упражнения в оздоровительных целях использовались на протяжении многих тысячелетий. В России их стали применять в лечебных целях еще в XVI–XVII вв. Об этом свидетельствуют сохранившиеся рукописные документы, так называемые лечебники. Со второй половины XVIII века появляются первые научные труды о лечебном применении физических упражнений. В 1765 году в Петербургской академии наук академик А.П. Протасов прочитал лекцию «О необходимости движений для сохранения здоровья».

Дальнейшее развитие лечебной физической культуры связано с развитием массового советского физкультурно-спортивного движения. В 1923 и 1924 гг. И.А. Багашов и И.М. Саркизов-Серазини на страницах журнала «Курортное дело» обосновали необходимость использования физических упражнений среди больных, направляемых в санатории и на курорты. В 1926 г. И.М. Саркизов-Серазини издает руководство «Физическая культура как лечебный метод», в котором излагались методики применения физических упражнений в сочетании с лечебным массажем.

В 1928 году вместо часто употребляемых терминов «кинезитерапия», «мототерапия», «врачебная гимнастика» был принят единый термин «Лечебная физическая культура».

Заметный вклад в развитие лечебной физкультуры и массажа внесли советские ученые: В.В. Гориневский, В.Н. Мошков, С.М. Иванов, В.К. Добровольский, Е.Н. Брусиловский и многие другие. В том же году по предложению И.М. Саркизова-Серазини в Московском институте физической культуры была создана первая в стране кафедра лечебной физической культуры, спортивного массажа и врачебного контроля,

В 30-е годы XX века продолжилось развитие и совершенствование отечественной системы лечебной физической культуры, врачебного контроля и массажа. В период 1927 - 1937 гг. был опубликован ряд научных статей с практическими рекомендациями. В 1935 г. вышло в свет первое руководство по ЛФК и спортивному массажу для институтов физической культуры [2].

Важную роль лечебная физическая культура сыграла в годы Великой Отечественной войны. Согласно приказу Наркомздрава СССР от 26.11.1941 г. предусматривалось проведение в эвакогоспиталях занятий по лечебной физкультуре. Таким образом, она стала обязательной частью комплексного функционального лечения, способствующего восстановлению не только функции поврежденного органа, но и функционального состояния организма в целом. В целом, это способствовало скорейшему выздоровлению раненых бойцов и улучшению их физической подготовленности.

В годы войны сотрудники физкультурных организаций и физкультурных

учебных заведений провели масштабную работу по организации занятий ЛФК в госпиталях и батальонах выздоравливающих. Количество и качество занятий лечебной физической культурой возрастали год от года. Если в начале войны регулярными занятиями ЛФК было охвачено лишь 25 % раненых, то к концу войны до 88 %. Успешной работе в этом направлении в значительной мере способствовало научно-методическое обеспечение ЛФК. [3]

В крупнейших городах страны были созданы научно-методические советы по ЛФК с целью оказания практической помощи госпиталям. В 1942 году в Саратове, Свердловске и Новосибирске было организовано Всесоюзное совещание по применению ЛФК при травмах военного времени. Также были изданы 2 книги по работе с ранеными в госпиталях: «Лечебная физкультура раненых», «Физические упражнения и здоровье ампутированных».

В годы войны значительную работу в организации научно-методического обеспечения деятельности в области лечебной физической культуры проделала кафедра ЛФК ГЦИФК. Многие преподаватели кафедры непосредственно проводили занятия по ЛФК в госпиталях, то есть их деятельность приобрела военно-практический характер.

В эвакуации в Свердловске (с 1941 по 1943 год) продолжалась подготовка методистов по ЛФК и массажу. В Свердловске студенты и преподаватели вели работу по ЛФК и массажу в качестве инструкторов и методистов в 11 госпиталях. Для нужд уральских госпиталей институт подготовил 164 методиста, закончивших специально созданные краткосрочные курсы [1].

Таким образом, использование передовых по тому времени научно-методических разработок советских ученых в области лечебной физической культуры во многом способствовали успешному использованию ЛФК при реабилитации раненных и тем самым приближали победу в Великой Отечественной войне.

Литература:

1. Бирюков, А.А. К 125-летию со дня рождения заслуженного деятеля науки, доктора медицинских наук, профессора Ивана Михайловича Саркизова-Серазини / А.А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина.- 2012. – № 5. – С. 4-12.
2. Сайт РГУФКСМиТ – [Электронный ресурс]. - URL: <http://www.sportedu.ru/museum/> (дата обращения: 12.12.2017.).
3. Транквиллитати, А.Н. Бойцы вернулись в строй / А.Н. Транквиллитати // Спортивная жизнь России. – 1985. – № 5. – С. 24-25.

ОЛИМПИЗМ – ОСНОВА ОЛИМПЕЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

С.С. Поздняков, Ю.А. Прокопчук

Аннотация. В данной работе рассматривается олимпизм как основа олимпийского образования и воспитания школьников, раскрыты цели и задачи олимпийского движения, представлена важность педагогической деятельности в рамках олимпийского движения для школьников.

Ключевые слова: олимпизм, олимпийское движение, цели и задачи олимпийского движения, воспитание школьников, педагогическая деятельность.

Олимпизм – философия жизни, объединяющая в единое целое достоинства разума, воли и тела. Олимпизм объединяет спорт с культурой и образованием, стремится создать образ жизни на основе радости от усилия, воспитательного значения хорошего примера и уважении универсальных этических принципов [1].

Цель олимпийского движения – способствовать построению лучшего мира посредством воспитания молодежи средствами спорта, без дискриминации и духе соблюдения принципов олимпизма. Олимпизм выражается в действиях, которые связывают спорт с культурой и образованием. Эта философия является важным элементом олимпийского движения и празднования Игр. Это также делает их уникальными. Чтобы помочь создать лучший мир посредством спорта, МОК разрабатывает программы, которые дают конкретные ответы на вопросы социального неравенства и бедности. МОК поддерживает многочисленные проекты в сотрудничестве с организациями, специализирующимися на оказании гуманитарной помощи и развития, включая заинтересованные стороны Организации Объединенных Наций и олимпийского движения [3].

Цель педагогической деятельности в рамках олимпийского воспитания и образования школьников – формирование у школьников знаний, которые ориентируют их на достойные внимания достижения в спорте, на физическую подготовку, позволяют правильно оценить и использовать потенциал спорта и физического воспитания [2]. Поддерживая ценности солидарности, командного духа и любви к спорту, олимпизм вдохновляет на взаимопонимание между людьми. Он учит преодолевать такие барьеры, как нищета, расизм и религия, чтобы обеспечить длительную дружбу со всеми [3].

В образовательном плане педагогическая деятельность предполагает формирование у школьников знаний об олимпийских играх и олимпийском движении, их истории, об основных идеалах и ценностях олимпизма; о спорте, средствах подготовки, достижениях; о гуманистическом потенциале спорта, а также о заключенных в нем возможностях для воздействия на культуру человека.

Литература:

1. Максименко, А. Теория физической культуры: учебник. Изд-во: Физическая культура, 2006.
2. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет / Л.П. Матвеев. – Санкт-Петербург: Лань, 2014. – 160 с.
3. Поликарпова, Г.М. Олимпийское образование как предмет исследования: дис. ... докт. пед. наук. – Великий Новгород, 1994.

ПРОБЛЕМЫ ЧАСТНОЙ МЕТОДИКИ ПРИКЛАДНОГО ЗНАЧЕНИЯ В АДАПТИВНОЙ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЕ

А.М. Севикян, М.В. Махинова, Д.В. Белинский

Аннотация. Одним из методов улучшения психосоматического здоровья является использование лошади в качестве инструмента терапевтического воздействия, что применяется во всем мире с высокой эффективностью. Рекомендуются детям с врожденными мозговыми нарушениями, посттравматическими и дегенеративными неврологическими симптомами [2, 3, 5].

Ключевые слова: иппотерапия, адаптивный конный спорт, дети с ДЦП и аутизмом, государственные бюджетные учреждения дополнительного образования.

В России иппотерапия широкого применения и развития не имеет. Анализ причин привел к следующим выводам: во-первых, данная методика не лицензируется, так как отсутствует в Перечне работ и услуг по оказанию медицинской помощи (Приказ Минздравсоцразвития России от 10 мая 2007 г. № 323). Следовательно, в ней отсутствуют критерии и оценка полученного эффекта на организм. Иппотерапия как методика становится бесконтрольна и небезопасна. Во-вторых, кадровое обеспечение отсутствует: в медицинских учебных заведениях не предусмотрены программы подготовки специалистов, освоивших технологию иппотерапии. Третьим препятствием является длительный процесс разработки и утверждения нормативно-правовой документации для признания методики на государственном уровне.

Отказ от использования иппотерапии на основании перечисленных выше причин, тем более запрет этого метода недопустимы, так как данный метод желаем и принимается большинством детей с ДЦП и аутизмом.

Наиболее обоснованным и логическим является путь признания иппотерапии начальным этапом в системе подготовки спортсменов в адаптивной верховой езде [1, 4].

Таким образом, решением общих и частных проблем использования иппотерапии как метода в реабилитации, социализации детей и подростков с ограниченными физическими и интеллектуальными возможностями становится признание ее начальным этапом подготовки в спортивной специализации «Адаптивный конный спорт» в государственных бюджетных учреждениях дополнительного образования на основании Постановления Правительства РФ от 15 апреля 2014 г. № 302 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», в котором предусмотрено развитие и финансирование адаптивного спорта. В результате юные спортсмены с инвалидностью обретают возможность личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения, организации содержательного досуга при высоком уровне безопасности.

Литература:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения: учебник – М.: КНОРУС, 2017. – 304 с.
2. Карпенкова, И.В. Контакт с ребенком с РАС на первых занятиях иппотерапией // Журнал «Иппотерапия». – 2013. – № 10.
3. Кащеева, М.А. Иппотерапия как психотерапевтический метод при лечении детей с детским церебральным параличом // Студенческие научные исследования. –

2015. – № 9.

4. Кузнецов, В.С. Физическая культура: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - 2-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2017. – 256 с.

5. Соболева, И.В., Давлидгильдеев, Р.З. Оздоровительная и адаптивная верховая езда как способ поддержания здоровья. XII международный междисциплинарный конгресс «Нейронаука для медицины и психологии», Судак, Крым, 2016.

ИЗУЧЕНИЕ КОМПОНЕНТОВ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У ЮНЫХ АКРОБАТОВ

А.М. Севикян, А.В. Плешкань

Аннотация. В работе говорится о том, что низкий уровень психологической подготовленности акробатов снижает возможность достижения запланированных результатов в соревновательной деятельности.

Ключевые слова: «анкета спортсмена», «опросник спортивной мотивации», тест «Помехоустойчивость спортсмена», «самооценка предстартового состояния».

Стремительное развитие спортивной акробатики сопровождается постоянным снижением победителей в соревновательной деятельности. С целью определения исходных показателей психологического состояния юных акробатов нами проводилось анкетирование по следующим методикам: «Анкета спортсмена», «Опросник спортивной мотивации», тест «Помехоустойчивость спортсмена», а также «Самооценка предстартового состояния» [1-5].

Полученные результаты свидетельствуют, что у всех участников более выражен физический компонент, который характеризует мышечные ощущения, двигательную активность, обуславливает эффективность выполнения движений. В то же время было установлено, что у них недостаточно выражен эмоциональный и когнитивный компоненты. Эмоциональный компонент проявляется в отношении к приближающимся соревнованиям и в форме переживания самому себе, в эмоциях - результат соответствия знаний спортсмена о благоприятных и нежелательных раздражителях, которые воздействуют на него в период подготовки к соревнованиям и участия в них. Когнитивный компонент характеризуется направленностью мышления спортсмена.

По полученным результатам можно сделать вывод о том, что у большинства спортсменов отмечается недостаточно устойчивый интерес к спорту и мотивация, направленная на соревнования. В этой связи в тренировочный процесс юных акробатов необходимо включать упражнения для повышения мотивации, направленной на тренировочный процесс и интерес к спорту.

Литература:

1. Гогун, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта. Учебное пособие. – М.: Академия, 2008. – 56 с.
2. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта. – М., 2006. – 45 с.
3. Ильин, Е.П. Психология спорта. – СПб, 2008. – 76 с.
4. Серова, Л.К. Психология личности спортсмена. – М., 2007. – 43 с.
5. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов / Хрестоматия под ред. И.П.Волкова, 2005. – 77 с.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ЛИЧНОСТИ

М.Н. Федотова, С.С. Шабельный, М.В. Махинова

Аннотация. Физическая культура имеет большое значение для развития личностных свойств и качеств человека в связи с самой ее общественной сущностью. Роль физической культуры в формировании личности достаточно высока. Она помогает развивать как физические свойства, так и нравственно – духовные качества человека. При выполнении различных видов физических упражнений у человека повышается настроение, работоспособность, уровень саморегуляции поведения. Взаимосвязь и согласованность коллективных действий, взаимная ответственность за достижение общих целей являются свойствами физической культуры, которые помогают самосовершенствованию личности. Занятия физической культурой определяются свободным и добровольным выбором человека, его личным отношением. Со временем они постепенно укрепляются в сознании и привычках, становятся чертами личности.

Ключевые слова: физическая культура, личность, человек, здоровый образ жизни, деятельность.

В процессе культурной деятельности человек развивает собственные ценности и стремится к самовыражению. В результате долговременной работы у человека формируются определенные задатки, которые воплощаются в собственной деятельности [1]. Известно, что человеческое развитие положено двумя причинами. Первая причина определяется биологическими характеристиками. При раскрытии особенностей естественного развития происходит прямое воздействие на человека [3]. Вторая причина характеризуется социальными потребностями общества в подготовке людей к различным формам и методам жизнедеятельности. Данная цель создает способы и средства влияния на развитие человека.

При анализе научно-методической литературы удалось установить, что постоянные занятия физическими упражнениями способствуют сохранению здоровья, красоты, молодости и долголетия человека [1,2]. Для построения правильного и здорового образа жизни следует соблюдать гигиенические нормы и правила поведения, а именно – создать благоприятный психологический климат в школьных и студенческих организациях, стимулировать занятия массовой физической культурой, правильно распределять режим труда и отдыха [4]. Важно уделить внимание сознательному отношению к занятиям физическими упражнениями, так как они способствуют правильному развитию всех систем жизнедеятельности человека (повышают выносливость организма, положительно влияют на работу сердца, тренируют дыхание, развивают костно-мышечную систему) [1].

В заключение можно отметить, что культурная деятельность формирует и развивает методы самовоспитания, саморазвития и самосовершенствования человека. Занятия физической культурой помогают человеку не только поддерживать уровень физического здоровья, но и способствуют активизации, направлению и развитию личностного потенциала, постановке значимых целей и выполняемых задач, воспитанию воли и характера [4].

Литература:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка. – М, 2013. – 431 с.

2. Решетников, Н.В. Физическая культура. – М, – 2006. – 152 с.
3. Лукьяненко, В.П. Физическая культура. – СГУ, – 2007. – 224 с.
4. Холодов, Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М, – 2005. – 480 с.

ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ СИСТЕМАТИЧЕСКОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ

С.А. Лаггао, М.М. Шестаков

Аннотация. В работе представлены результаты исследования мотивационно-потребностной сферы различных возрастных групп населения в аспекте использования полученных сведений при разработке муниципальных программ повышения самодеятельной двигательной активности жителей.

Ключевые слова: население, мотивы, потребности, двигательная активность, муниципальная программа.

В век высоких технологий, повышенной деловой активности - двигательная активность становится как никогда актуальной. Возникающая на основе таких потребностей система мотивов определяет направленность личности в области физического воспитания, стимулирует и мобилизует ее на проявление двигательной активности. В связи с этим мотивация данной деятельности приобретает важность, как на уровне индивидуума, так и общества в целом, что и обуславливает актуальность выбранной темы [1, 2, 3, 4 и др.].

Структура потребностей, интересов и мотивов систематических занятий физическими упражнениями в рамках самодеятельной двигательной активности изменяется в зависимости от возраста занимающихся.

В качестве основных мотивов занятий физическими упражнениями у жителей г. Краснодара выделяются такие как: «сохранить и укрепить здоровье»; «развить свой интеллект, расширить кругозор»; «более близкое общение с друзьями»; «отдохнуть, развлечься». На их долю приходится 83,3% общей дисперсии выборки.

Основными причинами, ограничивающими самодеятельную двигательную активность жителей г. Краснодара, являются: ослабленное здоровье; отсутствие свободного времени в связи с большой занятостью; отсутствие желаний и интереса; отсутствие условий для занятий. На их долю приходится 85,7% общей дисперсии выборки.

При построении программы самодеятельной двигательной активности населения должна учитываться возрастная специфика потребностей, интересов и мотивов занятий физическими упражнениями, включая предпочитаемые формы организации, вид спорта, место и время проведения занятий, а также рекомендуемые рациональные объемы нагрузки.

Структура потребностей, интересов и мотивов систематических занятий физическими упражнениями в рамках самодеятельной двигательной активности изменяется в зависимости от возраста занимающихся.

В качестве основных мотивов занятий физическими упражнениями у жителей г. Краснодара выделяются такие как: «сохранить и укрепить здоровье»; «развить свой интеллект, расширить кругозор»; «более близкое общение с друзьями»; «отдохнуть, развлечься». На их долю приходится 83,3% общей дисперсии выборки.

Основными причинами, ограничивающими самодеятельную двигательную активность жителей г. Краснодара, являются: ослабленное здоровье; отсутствие свободного времени в связи с большой занятостью; отсутствие желаний и интереса; отсутствие условий для занятий. На их долю приходится 85,7% общей дисперсии выборки.

При построении программы самодеятельной двигательной активности населения

должна учитываться возрастная специфика потребностей, интересов и мотивов занятий физическими упражнениями, включая предпочитаемые формы организации, вид спорта, место и время проведения занятий, а также рекомендуемые рациональные объемы нагрузки.

Литература:

1. Андриюшенко, Л.Б. Спортивно-ориентированная технология обучения студентов по предмету физическая культура / Л.Б. Андриюшенко// Теория и практика физической культуры.- 2002.-№2.- с.47-54.

2. Бальсевич, В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич.- М.: Теория и практика физической культуры, 2000.- 275с.

3. Рожков, П.А. Развитие физической культуры и спорта – приоритетное направление социальной политики государства / П.А. Рожков // Теория и практика физической культуры.-2002.-№1.-с2-8.

4. Рыбаков, В.В. К проблеме формирования национальной спортивной доктрины / В.В. Рыбаков, Л.М. АКуликов // Теория и практика физической культуры.- 2002.-№3.-с5-10.

ВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ И КОНДИЦИОННЫХ КАЧЕСТВ ВСАДНИКОВ, КАК УСТАНОВКА НА ДОСТИЖЕНИЕ ВЫСОКИХ СПОРТИВНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ В КОННОМ СПОРТЕ

Г.А. Шатохина, М.В. Махинова

Аннотация. В связи с высокой конкуренцией в конном спорте на мировой спортивной арене российским тренерам следует уделить особое внимание воспитанию личностных и кондиционных качеств всадников как залогоу установки на достижение высоких спортивных результатов в конном спорте.

Ключевые слова: конный спорт, конкур, выездка, учебно-тренировочный процесс, дифференцированная подготовка, личностные и кондиционные качества.

Конный спорт, начиная со времен своего зарождения, привлекает внимание десятков тысяч болельщиков и любителей. Выездка – отдельная дисциплина конного спорта, может быть, не самая зрелищная, но самая эстетическая. Грация и элегантность спортивной пары, легко, изящно и непринужденно выполняющей элементы высшей школы верховой езды, завораживает. Однако за этой легкостью исполнения стоят годы кропотливого труда и изнурительных тренировок. Грациозность, сила и выучка лошади в сочетании с личностными и кондиционными качествами наездника являлись залогом успеха и завоевания призовых мест, в том числе на мировой арене [3].

Для покорения вершины конного олимпа российским спортсменам необходимы многие составляющие, значительное место среди которых занимают личностные и кондиционные качества. Если спортсмен не понимает свою лошадь, не реагирует на ее малейшие движения и внутреннее состояние, он может потерять «связь» с четвероногим партнером и сдать позиции [1]. Это происходит и в том случае, когда личностные качества спортсмена достаточно развиты, а кондиционные не достигают должного уровня. Следовательно, параллельное всестороннее воспитание личностных и кондиционных качеств всадника является установкой на достижение высоких спортивных результатов в конном спорте.

Однако на практике, при отборе детей в конный спорт и на дальнейших этапах подготовки тренеры пользуются только типовыми программами, руководствуясь прежде всего технико-тактической подготовкой спортсменов и оставляя на последних позициях воспитание их личностных и кондиционных качеств, что, возможно, и является результатом отставания российских спортсменов от зарубежных по всем видам конного спорта, в том числе конкур и выездке [2].

Таким образом, необходимо акцентировать внимание в направлении дифференцированной подготовки наездников на всех этапах подготовки с учетом развития личностных и кондиционных качеств в равной значимости. При этом следует проводить периодический педагогический контроль такой подготовки, руководствуясь не только собственным мнением, но и на основе инновационной компьютерной диагностики, дающей возможность уловить все нюансы результативности проведенной тренером работы в годичном цикле учебно-тренировочного процесса.

Литература:

1. Белинский, Д.В. Участие женщин в соревнованиях по конному спорту // III Всероссийская научно-практическая конференция «Спорт, олимпизм, олимпийский край: навстречу XXII зимним Олимпийским играм и XI Паралимпийским зимним

играм 2014 года в городе Сочи» Сборник статей. – 2013, – С. 25-28.

2. Козлов, Е.В. Программа спортивной подготовки ГБОУДОДКО «СДЮСШОР с ипподромом» – СТЦ по прикладным видам спорта по виду спорта конный спорт / под ред. В.Б. Гусева. – Кострома, 2015. – 104 с.

3. Цветков, Д.В. Место и роль конного спорта в современном обществе / Д.В. Цветков // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Экономика и право. – 2011. – № 1. – С. 60-63.

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ РАЗРАБОТКИ
МОДЕЛИ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ИГРЕ В ШАХМАТЫ ДЕТЕЙ
МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА**
В.В. Шеронов, М.М. Шестаков

Аннотация. В работе представлены результаты разработки экспериментальной модели процесса начального обучения игре в шахматы учащихся младшего школьного возраста с нарушениями слуха в условиях специальных (коррекционных) образовательных учреждений II вида.

Ключевые слова: учащиеся, нарушения слуха, младший школьный возраст, шахматы, обучение, модель.

Исследования отечественных ученых показывают, что в шахматах заложен высокий потенциал для развития познавательной сферы личности и ее социальной адаптации [1, 2 и др.].

Учебные программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений II вида, предусматривают развитие у них познавательных процессов, с учетом индивидуальных и характерологических особенностей, их задатков и способностей [3]. Вместе с тем, использование такого эффективного средства как шахматы не находит должного отражения в содержании образовательного процесса у младших школьников с нарушениями слуха в связи с отсутствием соответствующей модели обучения [4].

Исследования показали, что психолого-педагогическими условиями реализации модели начального обучения шахматам являются: обеспечение необходимой слухо-речевой среды; алгоритмизация формирования шахматных знаний, умений, навыков на основе использования средств шахматного обучения; создание благоприятной развивающей игровой среды, воздействующей на интеллектуальную, мотивационную и эмоциональную сферы учащихся с нарушениями слуха; диагностирование процесса обучения.

Определено, что ведущими принципами обучения младших школьников с нарушениями слуха игре в шахматы на начальном этапе являются: гуманистической направленности; наглядности; доступности; социально-личностного развития; вариабельности и многообразия; оптимизации педагогического процесса.

Установлено, что обучение младших школьников с нарушениями слуха игре в шахматы на начальном этапе успешно реализуется, если соответствующая модель имеет четкую целевую ориентацию, структурную целостность, конкретизацию содержательных компонентов. Модель может быть представлена несколькими модулями: целевым; организационно-методологическим; содержательным; процессуально-деятельностным; контрольным.

Апробация разработанной модели начального обучения игре в шахматы учащихся младшего школьного возраста с нарушениями слуха в условиях педагогического эксперимента привела к существенному улучшению показателей игровой шахматной деятельности, организованной двигательной активности, координационных способностей, выносливости, всех показателей познавательной сферы, внимания, способностей к анализу и синтезу, наглядно-образного мышления, памяти и успеваемости предметам «математика» и «изобразительное искусство».

Литература:

1. Вершинин, М.А. Теория проектирования системы формирования логического мышления шахматистов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / М.А. Вершинин. – Волгоград, 2005. – 48 с.
2. Габбазова А.Я. Интеллектуальное развитие детей младшего школьного возраста в процессе обучения шахматной игре: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.07 / А.Я. Габбазова. – М., 2005. – 24 с.
3. Герасимова С.В. Педагогические условия социально-психологической адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья посредством занятий шахматами: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / С.В. Герасимова. – М., 2001. – 24 с.
4. Шеронов В.В. Модель начального обучения игре в шахматы младших школьников с нарушениями слуха / В.В. Шеронов, М.М. Шестаков // Физическая культура, спорт- наука и практика. - 2017. - № 3. - С. 8-14.

КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ

СИММЕТРИЯ И АСИММЕТРИЯ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

А.С. Апрыщенко, М.В. Малука

Аннотация. В данной работе рассматривается актуальность исследований функциональной асимметрии в эстетической гимнастике.

Ключевые слова: эстетическая гимнастика, симметрия-асимметрия, спортсмены.

Эстетическая гимнастика – сложнокоординационный, командный вид спорта, появившийся около ста лет назад в Финляндии. В России такая гимнастика получила признание лишь в две тысячи втором году, но за небольшой промежуток времени получила огромную популярность среди женского населения. Ее основу составляют танцевальные движения, а также элементы художественной гимнастики и акробатики, которые должны выполняться слитно, плавно перетекая из одного в другое, и значительно отличаться по динамике и амплитуде. Эти сложные двигательные координации характеризуются резко выраженной специфической моторной и сенсорной асимметрией [1]. Динамичность композиций эстетической гимнастики и насыщенность их сложными элементами с точки зрения координации и физической подготовленности ставят перед гимнастками и тренерами задачу симметричности выполнения двигательных комбинаций [2]. Известно, что выполнение сложнокоординационных элементов требует максимального и симметричного развития гибкости в сагиттальной и фронтальной плоскостях. Нарушение симметрии не только считается ошибкой при выполнении ряда технически сложных двигательных действий, но и является нарушением правил соревнований (в композиции необходимо равномерное выполнение элементов на доминирующую и недоминирующую сторону) [3]. Это требует решения проблемы ярко выраженной асимметрии, с чем часто сталкиваются спортсменки, например представительницы художественной гимнастики. В связи с этим большую актуальность приобретают исследования в области функциональной симметрии в детском спорте, когда юные гимнастки только начинают развивать необходимые физические качества и осваивать сложные элементы. В этот момент очень важно определить степень асимметрии и доминирующую сторону, чтобы в дальнейшем учитывать индивидуальные особенности каждой спортсменки уже на начальном этапе подготовки.

Литература:

1. Бердичевская, Е.М., Борисенко, Т.В. Проблемы асимметрии статического равновесия в эстетической гимнастике / Е.М. Бердичевская, Т.В. Борисенко // Адаптация в спорте состояние, перспективы, проблемы: материалы Междунар. науч. конф. – 2009. – С. 12-15

2. Бердичевская, Е.М., Малука, М.В. Функциональные асимметрии при выполнении отдельных элементов спортивной гимнастики у юных спортсменок // Е.М. Бердичевская, М.В. Малука // Мат. междунар. конф., посвящ. 65-летию Института возрастной физиологии РАО «Физиология развития человека». – М., 2009. – С. 95-96.

3. Ночевнова, П.В. Эстетическая гимнастика. История, техника, правила соревнований. / П.В. Ночевнова, Л.П. Морозова, Е.В. Конеева. – М.: Прометей., 2013 – С. 1-30.

ОТНОШЕНИЕ ТРЕНЕРОВ К ПРОБЛЕМЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ В ПОДГОТОВКЕ РЕГБИСТОВ

А.А. Баранчук, Е.М. Бердичевская

Аннотация. Анкетирование, проведенное с целью выявления отношения тренеров к проблеме функциональной асимметрии в подготовке регбистов, выявило разнообразие и нечеткость мнений по многим вопросам. 100% тренеров высказали заинтересованность в расширении знаний, связанных с научным обоснованием учета моторных асимметрий в тренировочном процессе.

Ключевые слова: регби, моторная асимметрия, анкетирование тренеров.

С целью выявления отношения тренеров к проблеме функциональной асимметрии в подготовке регбистов проведено анкетирование по специально составленным анкетам. Анкетирование проводилось на тренировочных сборах и соревнованиях различного ранга, таких как чемпионаты и Кубки России, международные турниры в г. Краснодаре, различных городах России. В анкетировании приняли участие 6 тренеров со стажем от 10 до 42 лет, имеющих высшее физкультурное образование.

Результаты опроса выявили разнообразие и нечеткость мнений по многим вопросам. Так, большинство тренеров (83 %) знает о существовании моторной асимметрии и определяет у учеников ведущую руку. Все респонденты имеют опыт тренировки леворуких учеников, однако для 83 % тренеров безразлично, кого тренировать – правшу или левшу, 17 % не знает ответа. Ведущую ногу определяют всего 67 % тренеров, при этом фиксируя внимание на «бьющей» ноге. Большинство (83 %) считают, что выбор «бьющей» ноги начинающих регбистов зависит от ведущей ноги, меньшинство (17 %) – от интуиции спортсмена. Однако только 33 % тренеров признают существование различий в физическом развитии и двигательных умениях у спортсменов с «ведущей» правой и левой ногой, 33 % – не признают, а 33 % не знают ответа. 50 % тренеров считают, что травматизм правой и левой ноги одинаков, 50 % не знают ответа. 83 % тренеров уверены, что игроки лучше используют приемы «ручка», «обыгрыш», «захват» правой рукой, 17 % – разницы не замечают. Странно, что при этом они же не учитывают особенности моторной асимметрии в тренировочном процессе. В отношении сочетания ведущей руки и ноги мнения разделились: 67 % считают, что это не имеет значения для «бьющего» регбиста, 17 % предпочитают правосторонний моторный профиль, 17 % – левосторонний. В результате только 33% тренеров целенаправленно используют в своей практике средства и методы тренировки, учитывающие моторную асимметрию, но при этом 50% из них пытаются увеличить асимметрию, а 50 % – уменьшить.

В заключение важно отметить, что заинтересованность в расширении знаний об асимметрии человека и учете их в научном обосновании тренировочного процесса высказали все 100% тренеров.

Литература:

1. Бердичевская, Е.М., Безверхий, П.Н., Борисенко, Т.В., Уварова, В.А. Инновационный подход в системе физиологического исследования в спорте высших достижений с позиций функциональной симметрии–асимметрии / Е.М. Бердичевская, П.Н. Безверхий, Т.В. Борисенко, В.А. Уварова // Материалы Международной научно-практической конференции «Современные аспекты подготовки кадров для Олимпийских и Паралимпийских игр: Ванкувер-Лондон-Сочи» (Краснодар, 14-18.10.2010). – Краснодар: КГУФКСТ, 2010. – С. 57-61.

ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ ПРАВОРУКИХ И ЛЕВОРУКИХ БОКСЕРОВ

Д.С. Бережко, К.К. Моисеев, А.С. Гронская

Аннотация. Представлен сравнительный анализ показателей силы, уравновешенности и подвижности возбуждения и торможения у квалифицированных боксеров в соответствии с физиологической нормой, критериями избранного вида спорта и мануальными предпочтениями.

Ключевые слова: боксеры, нервные процессы, двигательная асимметрия.

Бесспорное влияние на достижения спортсменов психологических факторов побуждает к поиску взаимосвязей параметров индивидуально-психологических свойств и успешности деятельности. Уравновешенность нервных процессов (НП) обеспечивает оптимальную реакцию и позволяет без лишних эмоций решать двигательные задачи. Подвижность НП обеспечивает быструю переработку образно-двигательной информации. Сила НП позволяет пребывать в том или ином состоянии длительное время. В боксе высокие требования предъявляются к умению управлять собой и формировать устойчивое функциональное состояние, позволяющее в экстренных условиях осуществить психомоторную деятельность с использованием технических действий, в значительной степени определяемых двигательной асимметрией (ДА). Сочетание этих параметров определяет актуальность исследования физиологических и психологических аспектов спортивной деятельности правой и левой [1, 2].

Силу, уравновешенность и подвижность НП по показателю времени двигательной реакции (ВР) в тесте с измерительной линейкой изучали у 11 праворуких и 5 леворуких боксеров 18-20 лет. Исследования проводили на базе ГБУКК «Многофункциональный спортивный комплекс». Средний показатель ВР составил $138 \pm 2,9$ мс, что свидетельствует о высокой подвижности НП. Устойчивость реакции (УР) $7,3 \pm 0,85$ у.е. указывает на среднюю с тенденцией к высокой уравновешенности НП, уровень функциональных возможностей (УФВ) $68,5 \pm 9,5$ у.е. характеризует их высокую силу. Сравнение показателей с учетом ДА выявило высокую степень достоверного преимущества ($p \leq 0,001$) ВР у леворуких и УР у праворуких боксеров. Значения УФВ на 35 % были выше у правой. Таким образом, типологические свойства нервной системы обследованных нами боксеров соответствуют критериям избранного вида спорта в плане развития качеств быстроты и ловкости, а также имеют закономерные отличия в зависимости от знака ДА.

Литература:

1. Горская, Г.Б. Психологические ресурсы самореализации спортсменов: динамический подход мастерства / Г.Б. Горская // Материалы VII Всерос. научно-практической конф. с международным участием «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации». – 2017. – С. 57-61.
2. Малазония, И.Г. Особенности асимметричных действий боксеров разного моторного фенотипа в изменяющихся кинематических ситуациях / И.Г. Малазония, А.С. Гронская // Журнал «Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта». – 2006. – Т. 11. – № 4. – С. 217-224.

ВЛИЯНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА ПСИХОФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

З.М. Горшанова, Л.В. Тройнина, Я.Е. Бугаец

Аннотация. В работе раскрываются преимущества современных фитнес-программ с точки зрения их влияния на психоэмоциональный статус женщин зрелого возраста.

Ключевые слова: женщина зрелого возраста, психоэмоциональное состояние, фитнес программы.

Повышение уровня женского здоровья является важной задачей оздоровительной физической культуры. Оздоровительные программы включают занятия, направленные в основном на развитие физических качеств и коррекцию телосложения. Однако здоровье является комплексным понятием, которое основывается не только на физиологических, но и на психологических составляющих.

Морфофункциональные особенности женского организма способствуют занятиям фитнесом. Однако женщины зрелого возраста часто сталкиваются с эмоциональным напряжением, этому способствует особый эмоциональный статус с повышенной возбудимостью и реактивностью нервной системы. Этим объясняется увлеченность женщин оздоровительными системами с выраженной эстетической направленностью. Поэтому внедрение различных средств физической культуры должно быть связано с увеличением их способности противостоять стрессам и гармонично взаимодействовать с окружающей средой [1, 2]. Появление новых фитнес-программ, таких как зумба, бодифлекс, оказывает положительное влияние на функциональное состояние женского организма, при этом они являются направлениями, способствующими развитию интереса к занятиям, что объясняется простотой, зажигаемостью и эффективностью физических нагрузок, оказывающих длительный, благоприятный эффект на здоровье. В то же время в существующих программах оздоровительной физической культуры недостаточно внимания уделяется построению занятий с учетом индивидуальных особенностей и мотивации [3]. Определенная интенсивность физических нагрузок должна учитывать специфические моменты возрастных физиологических изменений организма женщины, активизировать побудительные мотивы к занятиям, положительно отражаться на вовлеченности женщин в оздоровительно-тренировочный процесс, способствовать повышению положительного психоэмоционального настроения и, как следствие, улучшать физическое и функциональное состояния их организма.

Литература:

1. Бутченко, Л.А. Медицинские вопросы физической культуры женщины / Л.А. Бутченко, В.И. Данилова-Перлей, Р.Г. Сукиасян // СПб.: Гос. учреждение здравоохранения, межрайонный врачебно-физкультурный диспансер. – 2003. – № 1. – 15 с.
2. Сайтов, Р.М. Функционально-круговая тренировка в оздоровительном фитнесе / Сайтов Р.М., Лисицкая Т.С. // Теория и практика физической культуры. – 2013. – № 12. – С. 99 – 102.
3. Семеняга, Н.Н. Влияние авторского коррекционного комплекса на физиологический и психофизиологический статус женщин 46-56 лет // Автореф. дис. ... канд. биол. наук. – Челябинск, 2010. – 167 с.

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗМА ДЕТЕЙ ПЕРИОДА ВТОРОГО ДЕТСТВА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПЛАВАНИЕМ

Т.Н. Дзябенко, М.В. Малука

Аннотация. В работе представлены результаты анализа литературы, связанной с особенностями систем анаэробного энергообеспечения у пловцов второго детства. Выявлены задачи, указаны методы обработки результатов.

Ключевые слова: быстрота, юные пловцы, второе детство, плавание.

Все больше внимания уделяется исследованиям, связанным со спортивной деятельностью пловцов юношеского возраста (УТГ-1, УТГ-2 и т. д.). Это основывается на том, что рекорды первенств России с каждым годом все больше приближаются к рекордам чемпионатов России. Особый интерес вызывает то, что еще несколько лет назад пловцы на Первенстве РФ начинали показывать высокие результаты с 14 лет, а сейчас уже с 11–12 лет на главном турнире среди юных пловцов России «Веселый дельфин» [1,2].

Для выявления особенностей развития пловцов возраста 10-11 лет проводятся разнообразные исследования функций организма. Чаще всего исследуется кистевая и стантовая динамометрия, а также быстрота – с помощью традиционных методик и различных компьютерных программ (пример «АПК Функциональные асимметрии»), а также практических тестовых заданий (на суше и в воде) [3].

В проведенном исследовании тестировались функциональные особенности организма детей периода второго детства, занимающихся плаванием. Главными задачами работы являются:

1. Выявить особенности анаэробной производительности у пловцов периода второго детства.
2. Протестировать показатели быстроты.
3. Определить психофизиологические особенности пловцов периода второго детства.

В исследовании принимали участие 30 спортсменов – пловцов в возрасте 10–12 лет. У всех спортсменов определялись показатели дыхания, анаэробной работоспособности, быстроты по показателю ЛВДР и психофизиологические особенности каждого спортсмена индивидуально. Данные обрабатывались с помощью компьютерных программ Excel и Statistica 7.0.

Литература:

1. Погребной, А.И. Плавание. Теория и методика избранного вида спорта / Е.Г.Марьяничева, А.В. Аришин, Е.А. Сальникова, Н.Г. Скрынникова // Курс лекций. – ФГБОУ ВПО КГУФКСТ. Краснодар, 2008. – С. 448.
2. Малука, М.В., Дзябенко, Т.Н. // Материалы XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых. – ФГБОУ ВПО КГУФКСТ. Краснодар, 2016. – С. 78.
3. Соломатин, В. Р. Индивидуализация тренировки как резерв повышения эффективности подготовки в возрастных группах / В.Р. Соломатин, Н.Ж. Булгакова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. – С. 57-63.

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ОТБОРА ДЕТЕЙ В ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В КИКБОКСИНГЕ

К.К. Моисеев, А.С. Гронская

Аннотация. Формулируется проблема набора в группы начальной подготовки по кикбоксингу детей первого и второго детства с учетом физиологических закономерностей их роста и развития.

Ключевые слова: кикбоксинг, учебно-тренировочная программа, дети.

В настоящее время перед молодым специалистом, преподающим кикбоксинг, стоит непростая задача – выбор учебно-тренировочной программы (УТП) для группы первого года обучения. Усложняется этот выбор многообразием УТП в плане рекомендаций относительно возраста приема детей в секцию и количества занимающихся в одной группе. Так, программа 2009 года [2] рекомендует набор в группу начальной подготовки детей с 9 лет и возможность работы с экспериментальными группами от 5 лет. Минимальное число занимающихся – 12-20 человек. В УТП 2016 года для муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа по видам единоборств» [3] говорится о наборе в группу первого года обучения детей в возрасте 10–11 лет и 12–16, занимающихся в группе. В нашей школе МБУ ДО ДЮСШ «Виктория» г. Тихорецка согласно УТП 2017 года в группы начальной подготовки первого года обучения набирают детей с 8 до 11 лет, количество занимающихся – от 17 до 20. Тренировки проводятся под руководством тренера-преподавателя первой категории М.Т. Атажанова. В 2017 году набрано 3 группы. В 1-й и 2-й занимаются по 20 человек (5 девочек и 35 мальчиков 8–11 лет). Тренировки проводятся 2 раза в неделю во вторую смену по 3 академических часа в день. В 3-й группе 17 учащихся (15 мальчиков и 2 девочки 9–11 лет). Занятия проходят в первую смену 2 раза в неделю по 3 академических часа. Общее количество занимающихся – 57 (7 девочек 9–11 лет и 50 мальчиков 8–11 лет). Суммарное количество часов в трех группах – 18 в неделю.

Таким образом, отсутствие у авторов УТП по кикбоксингу единого мнения о наиболее благоприятном возрасте начала занятий определяет актуальность исследований успешности тренировочного процесса детей первого и второго детства с акцентом на физиологические закономерности их роста и развития. В связи с основными закономерностями возрастной периодизации строится программа обучения детей в школе, нормирование физических и умственных нагрузок, определение размеров мебели, обуви, одежды и др. [1]. Выбор УТП, на наш взгляд, также должен строго учитывать периодизацию, гетерохронность развития, а также критические и сенситивные периоды, переключающие организм ребенка на новый уровень онтогенеза и приспособляющие его функционирование к этим условиям.

Литература:

1. Бугаец, Я.Е. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Курс лекций / Я.Е.Бугаец. – Краснодар: ФГОУ ВО КГУФКСТ, 2016. – 96 с.
2. Головихин, Е.В. Программные требования для образовательных учреждений по кикбоксингу: Учебная программа / Е.В. Головихин, А.Г. Миткевич. – Ульяновск – Пермь, 2009. – С. 4-44.
3. Головихин, Е.В. Программа спортивной подготовки по кикбоксингу / Е.В. Головихин, О.В. Карпушева, Е.В. Килина, М.А. Сенникова. – Красноярск, 2016. – 144 с.

АНАЛИЗ ТРЕБОВАНИЙ К СИММЕТРИИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

Д.Э. Мокова, Т.В. Крайнова, Е.М. Бердичевская

Аннотация. Анализ Правил вида спорта «Эстетическая гимнастика» (2011–2017 гг.) выявил рост требований к симметрии двигательных действий спортсменок. Вдвое увеличилось количество обязательных элементов на неведущую ногу, особое внимание уделяется выполнению элементов с учетом «аспектов здоровья» – двустороннему развитию мышц и растяжке на обе ноги.

Ключевые слова: эстетическая гимнастика, симметрия двигательных действий.

Эстетическая гимнастика, начиная с 2003 года, признана в РФ новым видам спорта (Положение РФ от 15.01.2003) и в настоящее время относится к спорту высших достижений. В 2014 году была создана Программа «Развитие эстетической гимнастики в Российской Федерации до 2020 года» [1]. В ней подчеркивается отсутствие необходимого уровня спортивной науки в области эстетической гимнастики, медико-биологического обоснования тренировочного процесса. Поэтому целью проведенного нами анализа Правил вида спорта «Эстетическая гимнастика» (2011–2017 гг.), рассчитанных на разный возраст спортсменок, явилось формирование представлений о требованиях к симметрии технических действий, в результате чего выявлен их очевидный рост. Так, в 2012 г. в Международные правила соревнований внесены изменения, касающиеся увеличения количества технических элементов, выполняемых на неведущую ногу. Спортсменкам теперь необходимо продемонстрировать не менее двух равновесий (поворотов) и не менее двух прыжков, качественно выполненных всей группой на неведущую ногу и в неудобную сторону. За каждый недостающий элемент на противоположную ногу снижают 0,2 балла. Это большая потеря в спорте высших достижений, где место на пьедестале определяют сотые и тысячные балла. Требования к двусторонности действий предъявляются уже к начинающим гимнасткам 6–8 лет, например, при растяжке обеих сторон тела (со стоимостью 0,1 балла за движение вперед левый, вперед правый, в сторону, назад, всего 0,4 балла). В 8–10 лет при оценке мастерства композиция должна показать уровень двустороннего мышечного контроля, продемонстрировав минимум один прыжок и одно равновесие на правую и левую ногу. Ошибка композиции – ситуация, когда одна гимнастка использует в действиях противоположную ногу (в отличие от всей группы) или не выполняются элементы, демонстрирующие двустороннюю техническую подготовленность. Все элементы должны исполняться с учетом «аспектов здоровья», в том числе двустороннее развитие мышц и растяжка на обе ноги с правильным положением бедер и плеч [2]. Установленные закономерности аргументируют актуальность научно-обоснованного поиска способа коррекции симметрии–асимметрии применительно к различным базовым техническим элементам [3].

Литература:

1. Программа «Развитие эстетической гимнастики до 2020 года» https://vfeg.ru/doc/public/programm_2020.pdf
2. Правила вида спорта «Эстетическая гимнастика» https://vfeg.ru/doc/public/pravila_aest_gym_2017.pdf
3. Крайнова, Т.В., Бердичевская, Е.М. Современные тенденции методики

подготовки спортсменок в эстетической гимнастике. Учебно-методическое пособие / Т.В. Крайнова, Е.М. Бердичевская. – Краснодар: Экоинвест, 2015. – 70 с.

ВЛИЯНИЕ ПРОИЗВОЛЬНОЙ ГИПЕРВЕНТИЛЯЦИИ НА ПОЗНУЮ УСТОЙЧИВОСТЬ ПЛОВЦОВ

М.Е. Погудина, Я.Е. Бугаец

Аннотация. В работе раскрываются особенности изменения позной устойчивости у спортсменов под влиянием глубокого и частого дыхания. Найденные сведения о снижении вертикальной устойчивости у спортсменов обосновывают необходимость исследований произвольной гипервентиляции в спортивном плавании, совершенствования стартовых механизмов и скоростных способностей пловцов.

Ключевые слова: плавание, гипервентиляция, позная устойчивость.

При постоянном повышении уровня соревновательной результативности в плавании тренеры и спортсмены вынуждены находить новые способы совершенствования всех сторон подготовки [1, 2]. Способность поддерживать равновесие является важным техническим элементом, так как на соревновательной дистанции уменьшение времени выполнения старта дает спортсмену преимущество в прохождении первых метров. Известно, что пловцы довольно часто имеют дело с гипервентиляцией легких для предупреждения развития гипоксии, что в свою очередь может повлиять на позную устойчивость спортсмена [3].

В данной работе исследуются особенности влияния произвольной гипервентиляции на функцию равновесия у пловцов. Предполагалось, что увеличение частоты и глубины дыхания повлияет на функционирование вестибулярной системы. Главными задачами данной работы явилось:

1. Выявление особенностей вестибулярной устойчивости пловцов.
2. Определение изменения стабиллографических показателей под влиянием гипервентиляции в позе старта.

В тестировании принимали участие 10 спортсменов-пловцов высокой квалификации, имеющие разряды КМС и МС. Определяли показатели постуральной устойчивости спортсменов в состоянии покоя и после гипервентиляции с помощью метода стабиллометрии.

У спортсменов обнаружено негативное влияние увеличения амплитуды и частоты дыхательных движений на позную устойчивость на стабиллоплатформе. Результаты исследований позволили расширить сведения об особенностях адаптации вестибулярной системы пловцов под влиянием нарушения гомеостаза вследствие гипервентиляции и показали значимость стабиллографического тестирования для выявления особенностей вестибулярного аппарата у каждого спортсмена.

Литература:

1. Болобан, В.Н. Контроль устойчивости равновесия тела спортсмена методом стабиллографии / В.Н. Болобан, т. е. Мистулова // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2003. – С. 24-33.
2. Исаев, А.П. Особенности адаптации морфофункциональных показателей и системы внешнего дыхания у пловцов / Личагина С.А., Эрлих В.В. // Вестник Южно-Уральского государственного университета. – 2005. – С. 180-186.
3. Макаренкова, Е.А. Сравнительный анализ влияния произвольной гипервентиляции и физической нагрузки на функцию равновесия человека / Малахов М.В. [и др.] // Ярославский педагогический вестник. Естественные науки, – 2012. – С. 50-55.

ОСОБЕННОСТИ АЭРОБНОЙ И АНАЭРОБНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ЮНЫХ ТХЭКВОНДИСТОВ

М.Н. Танцура, Я.Е. Бугаец

Аннотация. В работе раскрываются особенности аэробных и анаэробных механизмов энергопродукции у детей периода второго детства, занимающихся тхэквондо.

Ключевые слова: аэробная работоспособность, анаэробная работоспособность, тхэквондо, дети периода второго детства.

Проблема повышения спортивного мастерства в единоборствах и сохранения здоровья в условиях возрастающих нагрузок на систему энергообеспечения требует углубленного изучения функционального состояния организма юных спортсменов [1]. Подготовка тхэквондистов направлена на повышение результативности тренировочного и соревновательного процессов, владение техническими приемами в условиях возрастающей сложности технико-тактического мастерства и противоборства. Интенсивность поединка, чередование периодов выбора позиции, передвижения, атакующие моменты зависят от уровня анаэробных механизмов, а скорость восстановления в ходе боя определяется мощностью аэробного процесса. В этих условиях определение аэробной и анаэробной работоспособности позволяет не только оценивать динамику физиологических процессов, но и прогнозировать готовность к выполнению соревновательной деятельности [2]. При этом детский организм характеризуется меньшей аэробной и анаэробной производительностью, что в определенной мере ограничивает развитие физической работоспособности, особенно в упражнениях, в которых анаэробные процессы энергопродукции играют существенную роль.

В детском возрасте формирование анаэробных энергоресурсов недостаточное, образование креатинфосфата в мышцах меньше, чем у взрослых, что значительно ограничивает алактатную работоспособность. Лактатная работоспособность детского организма также низкая, характеризуется меньшими запасами гликогена в мышцах, но значительным ростом количества образующейся молочной кислоты. При выполнении нагрузок с индивидуальной максимальной мощностью у детей, по сравнению с взрослыми, наблюдаются меньшие величины кислородного долга и концентрации лактата в крови. Максимальное развитие гликолиза и накопление молочной кислоты у детей возникает при выполнении работы с мощностью в два раза меньшей, чем у взрослого человека. В детском возрасте наблюдается интенсивное развитие аэробного пути ресинтеза АТФ, его возможности увеличиваются пропорционально массе тела. Однако если юный спортсмен рано приходит в спорт, а спортивные нагрузки не соответствуют его возрасту, это может ограничивать спортивные достижения [1]. Таким образом, контроль уровня развития аэробных и анаэробных возможностей у детей периода второго детства, занимающихся тхэквондо, позволит совершенствовать и научно обосновывать систему подготовки юных спортсменов.

Литература:

1. Павлова, В.И. Физиологические и психофизиологические особенности сенсомоторной адаптации у единоборцев разных квалификаций / В.И. Павлова, М.С. Терзи, Д.А. Сарайкин // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 6–7. – С. 1412–1417.

2. Терзи, М.С. Физиологические особенности адаптивных процессов у подростков в тхэквондо: дис. ... канд. биол. наук. – Челябинск, 2003. – 175 с.

КАРДИОРЕСПИРАТОРНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ПЕРИОДА ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА ПРИ ЗАНЯТИЯХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМОЙ БОДИФЛЕКС

Л.В. Тройнина, Я.Е. Бугаец

Аннотация. Проведено исследование кардиореспираторных показателей женщин второго периода зрелого возраста, занимающихся по системе бодифлекс. Обнаружены достоверные различия показателей дыхательной системы между исследуемой и контрольной группами.

Ключевые слова: бодифлекс, кардиореспираторные показатели, женщины второго периода зрелого возраста.

Проблема сохранения здоровья женщин в современном мире остается актуальной [1]. Женщины зрелого возраста, особенно второго периода, испытывают двигательный дефицит, снижение обмена веществ, работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем, уровня работоспособности, что требует поиска путей поддержания оптимального физического состояния и снижения риска развития заболеваний [2]. Поэтому регулярные физические нагрузки с учетом новых эффективных оздоровительных методик будут способствовать улучшению функционального состояния женского организма. В последние годы приобретает популярность дыхательная гимнастика бодифлекс, в которой сочетаются глубокое диафрагмальное дыхание с комплексом статических и динамических упражнений [1]. Исследования влияния системы бодифлекс как современного продуктивного оздоровительного комплекса, обеспечивающего оптимизацию физиологического состояния женщин зрелого возраста, представляется актуальным.

В исследовании принимали участие 18 женщины второго периода. Первую группу составили испытуемые, занимающиеся по системе бодифлекс (8 человек), вторая группа – контрольная (10 человек). Определяли жизненную емкость легких (ЖЕЛ) методом спирометрии и артериальное давление систолическое (САД) и артериальное давление диастолическое (ДАД) по методу Короткова.

Различия средних показателей артериального давления у женщин, занимающихся по системе бодифлекс, и в контрольной группе были недостоверны. САД составляло $139,25 \pm 2,89$ и $142,10 \pm 1,42$ мм рт.ст., ДАД – $87,75 \pm 2,46$ и $89,30 \pm 1,41$ мм рт.ст. соответственно. Респираторные показатели обнаруживали достоверные различия ($p < 0,001$) в исследуемых группах. ЖЕЛ в группе занимающихся женщин составила $3,50 \pm 0,13$ л, в контрольной группе – $1,45 \pm 0,12$ л.

Таким образом, можно заключить, что дыхательные упражнения, используемые в системе бодифлекс, способствуют положительным изменениям в респираторной системе у женщин второго зрелого возрастного периода.

Литература:

1. Ашрафуллина, Г.Ш. Эффективность занятий бодифлексом женщин среднего возраста при использовании изотонических поз и динамических упражнений / Г.Ш. Ашрафуллина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта – 2016. – № 5. (135). – С. 13-16.

2. Семеняга, Н.Н. Влияние авторского коррекционного комплекса на физиологический и психофизиологический статус женщин 46-56 лет: Автореф. дисс. ... канд. биол. наук. – Челябинск, 2010. – 167 с.

ОСОБЕННОСТИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ АСИММЕТРИИ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОКСЕРОВ

Д.С. Шипенко, Е.С. Тришин

Аннотация. Специфика бокса предопределяет специфические требования к проявлениям межполушарной асимметрии спортсмена. Однако специальных исследований, посвященных функциональным асимметриям в боксе крайне мало. В статье проводится анализ специфики индивидуального профиля асимметрии (ИПА) у квалифицированных спортсменов, специализирующихся в боксе.

Ключевые слова: индивидуальный профиль асимметрии, бокс, квалифицированные спортсмены.

Проблемы функциональной асимметрии привлекают все больше внимания физиологов спорта [1, 2]. Для целого ряда видов спортивной деятельности, в том числе и для бокса, доказано, что ИПА обеспечивает специфику технического и тактического арсенала атлета, что создает условия для абстрагирования, прогнозирования и эффективности его работы [2].

Обследован 21 квалифицированный спортсмен (МС, КМС, I разряд), средний возраст составил 20,5 лет. ИПА определяли в 43 тестах на предпочтение в моторике верхних и нижних конечностей, зрении, слухе. Рассчитывали степень асимметрии (в %). Материал статистически обработан с применением общепринятых компьютерных программ.

Показано, что у боксеров правостороннее доминирование распространялось как на моторные, так и на сенсорные функции (за исключением слуха). Так, «праворукие» боксеры встречались в 90 % случаев, «леворукие» – в 5 %. Амбидекстрия рук наблюдалась у 5 % спортсменов. Правая и левая ведущая нога выявлены у 67 и 14 % боксеров, соответственно, амбидекстрия – у 19 %. Немного реже встречалось «правшество» глаз (у 62 % боксеров), «левшество» глаз – 38 %. В асимметрии слуха наблюдалось равенство левосторонней и правосторонней латерализации: правое и левое ведущее ухо выявлено у 48% боксеров, а амбидекстрия составила 4 %.

Таким образом, структура распределения латеральных предпочтений у квалифицированных боксеров характеризуется акцентированием системы межполушарных взаимоотношений в сторону увеличения левополушарной функциональной активности. Специфика структуры распределения компонентов ИПА проявляется также часто встречающимися «левшами по глазу и слуху». Скорее всего, характер сенсомоторного доминирования отдельных признаков адекватен специфическим требованиям техники и тактики бокса, которые имеют отношение к асимметрии поз и локомоций, а также индивидуальным предпочтения в стиле ведения боя с соперником.

Литература:

1. Бердичевская, Е.М. Функциональная асимметрия и спорт / Е.М. Бердичевская, А.С. Гронская // Руководство по функциональной межполушарной асимметрии. Научное издание. – М.: Научный мир, 2009. – С. 647-691.
2. Тришин, Е.С. Сравнительная характеристика профиля функциональной асимметрии у квалифицированных спортсменов, специализирующихся в настольном теннисе и баскетболе / Е.С. Тришин, А.С. Тришин, Е.М. Бердичевская, Л.В. Катрич // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2012. – № 4. – С. 55-58.

КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

СОДЕРЖАНИЕ НАЧАЛЬНОГО ЭТАПА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕВОЧЕК 7–9 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИТНЕС-АЭРОБИКОЙ

М.М. Абрамова, Н.И. Романенко

Аннотация. В фитнес-аэробике используется широкий арсенал средств физической, тактической, хореографической подготовки, поэтому возникает необходимость формирования устойчивого интереса занимающихся девочек для достижения высоких спортивных результатов.

Ключевые слова: фитнес-аэробика, начальный этап подготовки, девочки 8–10 лет.

Фитнес-аэробика как вид спорта сформировалась не так давно, но при этом быстро обрела популярность во всем мире. Это массовый и эстетичный командный вид спорта, соединивший в себе все самое лучшее в теории и практике оздоровительной и спортивной аэробики. Особенно значимым является начальный этап подготовки, в котором закладывается основа будущего спортивного успеха. Это является причиной того, почему в учебно-тренировочном процессе необходимо рационально расставить акценты в оценке физических и технических показателей девочек 7–9 лет как в организационном, так и в методическом плане (в частности, первого года обучения), их психологической уравновешенности, их артистических навыков [3].

Начальный этап подготовки в фитнес-аэробике длится, как правило, 2–3 года, возраст спортсменов 8–10 лет. В этот период рекомендуемая частота занятий – 3 раза в неделю. Необходимо помнить, что на данном этапе процесс физического воспитания юных спортсменок должен состоять из технической, хореографической и артистической подготовки [2]. Такой комплексный подход обеспечивает формирование у ребенка потребности в занятиях спортом, позволяет разносторонне развивать спортсменов и, кроме того, закладывает основы для достижения максимальных спортивных результатов в будущем. В фитнес-аэробике девочками осваиваются, в первую очередь, базовые аэробные шаги и простейшие их связки, разнообразные движения рук и положения тела, а также упражнения, позволяющие сформировать у занимающихся хореографически грамотный стиль исполнения, навыки принятия и удержания осанки в движении.

Опираясь на содержание некоторых исследований [1, 3], можно сказать, что применение гимнастических, хореографических и танцевальных средств в процессе занятий обеспечивает выработку у спортсменок данного возраста навыков двигательной выразительности, пластичности и амплитуды движений.

Таким образом, на занятиях фитнес-аэробикой с девочками 7–9 лет большое количество тренировочного времени необходимо выделять на развитие у них творческих способностей. По нашему мнению, этот вопрос можно решить с помощью средств нетрадиционной авторской гимнастики, состоящей из упражнений на развитие чувства ритма, координационных способностей и хореографической грамотности.

Литература:

1. Абрамова, М.М. Методика развития координационных способностей в фитнес-аэробике у девочек 7–9 лет / М.А. Абрамова, Н.И. Романенко // Успехи современной науки и образования: сб. статей. – Краснодар. – 2017. – Т. – 1. – № 4. – С. 163-174.
2. Зиновьева, Ю.А., Золотухина, М.Н. Базовая оздоровительная аэробика: Учебное пособие / под ред. В.Н. Васильева. – Томск: Сибирский гос. мед. университет, 2010 –140 с.
3. Штода, М.Л. Модельные характеристики физической подготовленности квалифицированных спортсменов в фитнес-аэробике / М.Л. Штода, Д.Л. Миронов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. Тула. – 2013. – № 1. – С. 288-293.

ОСОБЕННОСТИ СТРУКТУРЫ МОТИВАЦИИ ЖЕНЩИН 40–45 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СИЛОВЫМ ТРЕНИНГОМ

А.О. Анисимова, Е.И. Ончукова

Аннотация. В работе изложены мотивационные предпочтения женщин 40–45 лет, занимающихся силовым тренингом с персональным тренером.

Ключевые слова: оздоровительная физическая культура, силовая тренировка, физическая культура, занятия, мотивация.

Здоровье женщины – это основа здоровой семьи. Основной проблемой женского здоровья является отсутствие адекватной двигательной активности, учитывающей состояние физической подготовленности женщин.

Проблема организации двигательной рекреации женщин 40–45 лет в последнее время привлекает пристальное внимание ученых в области оздоровительной физической культуры. Это связано, прежде всего, с возрастающим спросом на услуги в области оздоровительного фитнеса для женщин данного возраста. Большинство из них выражают желание чаще заниматься индивидуально силовыми упражнениями с персональным тренером.

Вследствие этого необходимы новые подходы к разработке содержания и оценки влияния оздоровительной физической культуры на женщин 40–45 лет. Поэтому данная работа является актуальной и своевременной.

Для адекватного построения тренировочного цикла было проведено предварительное анкетирование женщин 40–45 лет для выявления мотивационных предпочтений при занятиях физической культурой.

Были получены следующие результаты:

40 % респондентов отметили, что главной мотивацией к занятиям является коррекция проблемных зон (бедра-живот-ягодицы);

24 % респондентов отмечали главным для себя общее улучшение фигуры;

8 % женщин определили занятия силовым фитнесом как модное увлечение;

8 % называли другие факторы для посещения занятий.

В связи с полученными данными можно сделать вывод, что подавляющее большинство женщин 40–45 лет осознано относятся к выбору занятий силовым фитнесом с персональным тренером, а главной целью занятий ставят для себя улучшение телосложения и здоровый образ жизни. Лишь незначительная часть занимающихся выбирает занятия оздоровительной физической культурой для развлечения и в качестве модного хобби.

Литература:

1. Дворкин, Л.С. Влияние занятий хатха-йогой на функциональное и физическое состояние пожилых людей / Л.С. Дворкин, Е.И. Ончукова, М.В. Одегнал // Культура физическая и здоровье. – 2016. – № 5 (60). – С. 64-70.

2. Романенко, Н.И. Методика физического воспитания женщин зрелого возраста с использованием средств оздоровительной физической культуры (на основе соматотипа): учебно-методическое пособие/ Н.И. Романенко.- Краснодар, 2017. – 70 с.

3. Трофимова О.С. Влияние занятий фитнес-йогой на физическое состояние женщин 30–35-летнего возраста / О.С. Трофимова, Е.И. Ончукова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – № 3. – 2017. – С. 55-59.

ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ РЕКРЕАЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ БАСКЕТБОЛОМ НА ШКОЛЬНИКОВ-ПОДРОСТКОВ

А.Н. Белобородова, Е.И. Ончукова

Аннотация. В тезисах изложены особенности влияния рекреационных занятий баскетболом на общую физическую подготовленность подростков

Ключевые слова: рекреационные занятия баскетболом, подростки, общая физическая подготовленность.

Баскетбол является одной из популярных спортивных игр. Особая популяризация данной игры произошла на Кубани вследствие успешного выступления краснодарского баскетбольного клуба «Локомотив» [2]. Ранее наиболее предпочтительными видами спортивных игр при выборе детского вида рекреации являлись футбол, гандбол и регби. Но многие родители стали рассматривать баскетбол как альтернативную игру для детей подросткового возраста. Во многих работах достаточно хорошо изучено влияние баскетбола на физическое состояние спортсменов. Известно, что баскетбол это игра высокой интенсивности, где преобладающими физическими качествами являются быстрота и координационные способности.

Достаточно хорошо изучено влияние занятий баскетболом на спортсменов, и практически отсутствуют работы, оценивающие влияние оздоровительных рекреационных занятий на физическую подготовленность подростков [1]. Это и стало основой для проведения исследования, цель которого оценить влияние рекреационных занятий баскетболом на физическую подготовленность подростков.

Нами была организована секция занятий баскетболом на базе МОУ СОШ № 101 г. Краснодар. Занятия посещали мальчики 13–15 лет три раза в неделю длительностью по 1,5 часа. Педагогическое тестирование было проведено в начале и конце года для оценки эффективности занятий баскетболом и его влияния на физическую подготовленность подростков.

Структура каждого занятия предполагала традиционное построение: разминка, разучивание подводящих упражнений, отработка бросков и обводок, свободная игра, заминка, стретчинг.

В конце года было проведено тестирование физических качеств для оценки влияния рекреационных занятий баскетболом на физическую подготовленность подростков.

В результате полученных данных было выявлено, что к концу года скоростно-силовые качества улучшились на 56 %, координационные способности возросли на 42 %, выносливость на 27 %. Наименьшее изменение результата произошло по показателям гибкости, всего 9 %, что, возможно, объясняется гендерно-возрастными особенностями подросткового периода.

Литература:

1. Ганиев, Р.Г., Фомин, С.Г. Оценка уровня физической подготовленности молодых баскетболистов-школьников 16-17 лет // Актуальные проблемы, перспективы развития и совершенствования детско-юношеского баскетбола: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015. – С. 22-28.

2. Каменев, А.Л., Костикова, Л.В. Анализ соревновательной деятельности баскетболисток ведущих молодежных сборных команд Европы // Актуальные

проблемы, перспективы развития и совершенствования детско-юношеского баскетбола: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015. – С. 41-48.

ПОТРЕБНОСТИ ШКОЛЬНИЦ 13-14 ЛЕТ К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСОМ

Т.В. Гончар, Н.И. Романенко

Аннотация. В данной работе рассматривается проблема формирования физкультурных потребностей у школьниц средствами фитнеса, в частности базовой аэробикой. Рассмотрены как негативные, так и положительные факторы, влияющие на отношения к занятиям физической культурой.

Ключевые слова: физическая культура, школьницы, потребность, средства, фитнес, базовая аэробика.

На сегодняшний день мы являемся свидетелями значительных социально-экономических изменений, затронувших не только социальную структуру российского общества, но и сферу физической культуры.

В связи с тем, что процесс обучения в школе имеет стрессовый характер и в пубертатный период роста наблюдается снижение адаптационных возможностей организма, все вместе взятое приводит к развитию целого ряда заболеваний.

Одним из объяснений данных причин является гипокинезия, компьютеризация интересов и досуговых форм жизни ребенка. Среди учащихся часто наблюдается пассивность к видам двигательной активности, неохотное использование активных средства для свободного времяпрепровождения [2].

Решить проблему устранения негативного отношения учащихся в рамках принудительного формирования двигательных качеств на уроках физической культуры невозможно [1]. Необходимо также учитывать, что подростковый возраст является переломным моментом, важнейшим этапом в развитии мировоззрения и нравственности учащихся, в формировании у них убеждений и идеалов.

В связи с этим было исследовано состояние проблемы формирования физкультурных потребностей школьниц 13–14 лет. Установлены факторы, негативно влияющие на отношение к занятиям физической культурой. Среди них наиболее значимыми оказались: однообразная форма проведения занятий; высокие требования программы по физической культуре; большая загруженность по учебным предметам.

Среди положительных факторов у девочек выявлен интерес к средствам фитнеса, в частности к занятиям базовой аэробикой. Их привлекает организация занятий – поточный способ выполнения упражнений, музыкальное сопровождение: использование популярной, ритмичной музыки, включение координационных упражнений – разучивание комбинаций различными способами, личность инструктора, его харизма, владение вербальными и невербальными способами управления группой. Таким образом, важен процесс приобщения школьниц через повышенный интерес к видам двигательной активности.

Литература:

1. Абрамова, М.М. Методика развития координационных способностей в фитнес-аэробике у девочек 7–9 лет / М.М. Абрамова, Н.И. Романенко // «Успехи современной науки и образования». – 2017. – № 4. – Т. 1. – С. 163-165.
2. Занова, В.О. Программа физического воспитания старшеклассниц на основе средств фитнеса / В.О. Занова, Н.И. Романенко // Электронный журнал. «Бюллетень науки и практики». – 2016. – № 11 (12). – С. 316-320.

СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ФИТНЕС-КЛУБА

В.В. Грибкова, С.А. Евтых

Аннотация. В данной работе рассмотрено содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий для детей дошкольного возраста в условиях фитнес-клуба.

Ключевые слова: дети, дошкольный возраст, физкультурно-оздоровительные занятия, содержание, методика.

За последние десятилетия отмечается бурный рост и развитие фитнес-индустрии в России. Физкультурно-оздоровительные занятия ориентированы не только на взрослых, но и на детей. В спектре предоставляемых услуг особое место занимает пользование детской комнатой, в то время как родители этих детей находятся на тренировках. Задачей работника детской комнаты является включение детей в различные виды деятельности. При этом занятия должны быть построены таким образом, чтобы у ребенка появилось желание приходить сюда снова. Определение содержания и методики физкультурно-оздоровительных занятий для детей дошкольного возраста в условиях фитнес-клуба позволит специалистам в этой области не только удержать контингент занимающихся, но и повысить уровень их двигательной активности.

В научной литературе отмечается, что чем интересней и разнообразней происходит построение физкультурно-оздоровительных занятий, тем быстрее и эффективней реализация поставленных задач [1]. В этой связи целесообразно подбирать и использовать средства двигательного режима с учетом ведущей деятельности детей дошкольного возраста – игровой [2]. При этом упражнения должны отвечать их индивидуальным и анатомо-физиологическим особенностям [3].

Предполагается, что применение упражнений игрового стретчинга (20 %), аэробики (30 %), фитбол-гимнастики (25 %), детского пилатеса и фитнес-йоги (25 %) будет способствовать улучшению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста на фоне повышенного интереса к проводимым физкультурно-оздоровительным занятиям.

Литература:

1. Сайкина, Е.Г. Фитнес в модернизации физкультурного образования детей и подростков в современных социокультурных условиях: монография / Е. Г. Сайкина. – СПб.: Образование, 2008. – 301 с.
2. Фельдштейн, Д.И. Проблемы современного образования. – 2010. – № 2.
3. Мащенко, М.В., Шишкина В.А. Физическая культура дошкольника. – Мн.: Ураджай, 2000. – 156 с.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ФИТНЕС-КЛУБА

Т.В. Дорошенко, О.Г. Лызарь

Аннотация. В работе рассмотрены особенности реализации технологии формирования здоровья занимающихся в условиях фитнес-клуба в контексте применения современных программ фитнеса. Представлены результаты исследования по оценке «профиля здоровья» и функционального состояния девушек, занимающихся фитнес-тренировкой с целью формирования здоровья.

Ключевые слова: фитнес-планирование, физическая нагрузка, фитнес-тренировка, состояние, сердечно-сосудистая система.

В настоящее время состояние фитнес-индустрии в стране переживает бурный период развития. Самые разные категории населения выбирают занятия фитнесом не только для поддержания мышечного тонуса и улучшения физического состояния, но и как возможность профилактики негативного воздействия стресса на организм.

Ценностное отношение к здоровью и здоровому образу жизни, а также изменения, происходящие в социальном и экономическом статусе жителей крупных городов, способствуют популяризации фитнес-услуг и занятий в современных фитнес-центрах.

Эффективность занятий фитнес-тренировкой, обеспечивающей тренирующий, восстанавливающий, а в отдельных направлениях даже лечебный эффект, доказана целым рядом исследований, как медико-биологической направленности, так и исследованиями специалистов по физической культуре.

В то же время необходимо отметить, что специфика развития фитнес-индустрии, как в основном коммерческого проекта, на фоне отсутствия законодательных актов, предельно четко регламентирующих деятельность фитнес-клубов, снижает эффективность врачебно-педагогического контроля и защиты занимающихся от непрофессионального подхода в процессе реализации фитнес-услуг [2].

В рамках совершенствования технологии формирования здоровья населения в условиях фитнес-клуба были реализованы программы здоровьесбережения, основанные на рациональном фитнес-планировании и проведении занятий групповыми программами, комплексном фитнес-планировании занятий в тренажерном зале, а также комплексной и непрерывной работе с тренерским составом по вопросам современных тенденций в теории и методике развития фитнес-тренировки [1].

В ходе реализации предусмотренных мероприятий в условиях фитнес-клуба выявлены существенные улучшения «профиля здоровья» девушек, занимающихся фитнес-тренировкой, по всем компонентам (эмоциональное благополучие, степень психоэмоционального напряжения, состояние иммунитета, правильность питания, реакция ССС на физическую нагрузку).

В то же время проведенное исследование показателей физического состояния занимающихся позволило получить сведения о достоверном улучшении показателей восстановления ЧСС в пробе Мартине-Кушелевского, показателей ЧСС в покое, экскурсии грудной клетки, а также показателей гибкости, что свидетельствует о эффективности реализации предлагаемой технологии в условиях фитнес-клуба.

Литература:

1. Лызарь, О.Г. Совершенствование технологии формирования здоровья населения в условиях фитнес-клуба / О.Г. Лызарь, Т.В. Дорошенко. – Физическая культура, спорт и здоровье. – Йошкар-Ола, 2016. – № 28. – С. 117-122.
2. Тарасенко, А.А. Современные проблемы физкультурно-оздоровительной деятельности в сфере фитнеса / О.Г. Лызарь, В.И. Осик, С.С. Воеводина. - Физическая культура и массовый спорт – № 3. – 2014. – С. 71-76.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ СО СТАРШЕКЛАССНИКАМИ, ИМЕЮЩИМИ ИЗБЫТОЧНУЮ МАССУ ТЕЛА

М.В. Капуста, Е.И. Ончукова

Аннотация. В тезисах представлены особенности построения физкультурно-оздоровительных занятий со старшеклассниками, имеющими избыточную массу тела.

Ключевые слова: школьники, старшие классы, избыточная масса тела, фитнес, физкультурно-оздоровительные технологии.

Проблема борьбы с избыточной массой тела становится актуальной не только у людей среднего и старшего возраста, но и у школьников. Особенно остро эта проблема касается учащихся старших классов, так как они подвержены довольно большой нагрузке, связанной с учебной деятельностью и подготовкой к сдаче экзаменов. Из-за психологических переживаний, умственных перенапряжений и боязни приближающихся экзаменов у школьников не остается интереса и желания к занятиям физической культурой.

В связи с этим целесообразной становится разработка методических рекомендаций и содержания оздоровительных занятий с лицами старшего школьного возраста. Особое внимание стоит уделить школьникам с уже имеющейся избыточной массой тела, так как они подвержены развитию сопутствующих заболеваний, таких как артериальная гипертония, сахарный диабет, ожирение. Также необходимо понимать, что учащиеся с избыточной массой тела менее подвижны и не способны к точному контролю своего тела в пространстве, уровень физической подготовленности у таких школьников, как правило, ниже, чем у сверстников с индексом массы тела, находящимся в норме.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод, что при организации занятий со старшеклассниками необходимо включение в программу инновационных физкультурно-оздоровительных технологий, что позволит повысить эмоциональный фон занимающихся, привлечь большее количество занимающихся к регулярным физкультурно-оздоровительным занятиям и поможет учащимся снять психологическое перенапряжение.

Целесообразным будет включение в оздоровительное занятие элементов танцевальных фитнес-программ, степ-аэробики, фитбол-аэробики, функциональных упражнений, набирающих все большую популярность у молодежи, и элементов психорегулирующих фитнес-программ.

Особую роль в снижении массы тела необходимо отнести к упражнениям с отягощениями собственного тела, либо 20-30 % от собственного тела с большим количеством повторов.

Литература:

1. Бандаков, М.П. Дифференцированный подход к учащимся в процессе физического воспитания / Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 5. – С. 31–32.
2. Назаренко, Л.Д. Эстетика физических упражнений / Л.Д. Назаренко. М.: Теория и практика физической культуры, 2004. – 249 с.
3. Капуста, М.В. Особенности занятий силовой оздоровительной тренировкой девушек 16–18 лет / М.В. Капуста, Е.И. Ончукова. – Тезисы докладов XLIV научной конференц. студ. и молодых ученых КГУФКСТ (февраль-март 2017) г. Краснодар. – Часть 2. – С. 109-110.

ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИНХРОННОМ ПЛАВАНИИ

С ДЕВОЧКАМИ 8–10 ЛЕТ

Ю.Г. Котлярова, Е.И. Ончукова

Аннотация. В тезисах изложены особенности использования средств оздоровительной физической культуры в тренировочном процессе девочек 8–10 лет, занимающихся синхронным плаванием.

Ключевые слова: девочки, синхронное плавание, средства оздоровительной физической культуры.

Синхронное плавание – олимпийский вид спорта, где спортсменки выполняют в бассейне хореографические композиции под музыкальное сопровождение. Синхронное плавание по праву считается одной из самых утонченных и элегантных спортивных дисциплин. Первоначально этот вид спорта за его красоту и изящество называли «водным балетом», а самих спортсменок по сей день называют «русалочками». Обучение детей синхронному плаванию происходит не сразу. В начале юные спортсменки получают навыки плавания, различных способов передвижения в воде: на спине, на груди, на боку. Одновременно с плавательной подготовкой проходит развитие физических качеств в зале. Спортсменки работают над укреплением всех групп мышц, также неотъемлемой частью занятий является развитие гибкости и координации движений.

Для этого в тренировочный процесс могут включаться средства оздоровительной физической культуры. Для развития мышечной силы и выносливости наибольший положительный эффект дают программы степ-аэробики, система пилатес и применение силовых асан йоги. Развитие достаточно высокого уровня гибкости и подвижности в суставах достигается с помощью применения стретчинг-программ.

Координационные способности совершенствуются с использованием танцевальных программ, йоги и упражнений для баланса из фитнес-аэробики.

Наибольшее разнообразие по развитию физических качеств собирает в себе аквааэробика. Фитнес-программа аэробной направленности способствует развитию сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, что является важным для спортсменок синхронного плавания. Также занятия аквааэробикой оказывают закаляющее воздействие на организм занимающихся, вносят разнообразие в достаточно сложный и напряженный тренировочный процесс. В связи с вышеизложенным, необходимо разработать и внедрить в практику подготовки спортсменок синхронного плавания элементы фитнес-программ.

Литература:

1. Котлярова, Ю.Г., Ончукова, Е.И. Особенности занятий синхронным плаванием с девочками 8-10 лет// Тезисы докладов XLIV научной конференц. студ. и молодых ученых КГУФКСТ (февраль-март 2017) г. Краснодар. – Часть 2. – С. 112.
2. Максимова, М.Н. Теория и методика синхронного плавания / М.Н. Максимова. – М. : Сов.спорт, 2012. – С. 204-207.
3. Ончукова, Е.И., Деменко, В.Ф. Использование средств фитнеса в психофизической подготовке бойцов смешанных единоборств 18-21 лет / Наука: прошлое, настоящее, будущее: сборник материалов международной научно-практической конференции.– Иркутск: «Научное партнерство «Апекс»», 2017. – С. 41-44.

МОТИВАЦИЯ ЖЕНЩИН 35–50 ЛЕТ К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСОМ СИЛОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

А.С. Куземко, Н.И. Романенко

Аннотация. В работе рассмотрен потребностно-мотивационный компонент женщин зрелого возраста, посещающих фитнес-клуб.

Ключевые слова: фитнес, силовая направленность, мотивация, женщины 35–50 лет.

Для благополучного осуществления любой деятельности, в том числе и физкультурно-оздоровительной, доминантным компонентом является мотивация [1,2].

С целью анализа мотивационного аспекта к занятиям силовой направленности проводилось анкетирование женщин зрелого возраста, занимающихся в фитнес-клубе «Marks Gym» города Новороссийска.

Анализ мотивации женщин осуществлялся по данным анкетирования. Анкета включала вопросы о возрасте члена фитнес-клуба, сфере деятельности, мотивации к занятиям силовой направленности. В анкетировании приняли участие 30 женщин в возрасте 35–40 лет и 30 женщин 41–50 лет.

К основным мотивам, побуждающим женщин исследуемого возраста к занятиям силовой направленности, относятся: коррекция фигуры, укрепление здоровья, желание снизить негативное влияние профессиональной деятельности, которая является причиной нервного напряжения и стресса (снятие психологической нагрузки), повышение работоспособности, улучшение настроения и самочувствия. При этом происходит изменение мотивации в возрастном аспекте.

В первой группе (до 40 лет) основным мотивом является коррекция фигуры (23,3 %), на втором месте наряду с укреплением здоровья (16,7 %) – улучшение настроения, самочувствия (16,7 %). Далее снятие психологической нагрузки (13,2 %) и возможность провести полезно время для себя (13,2 %).

У женщин после 40 лет приоритеты распределились следующим образом. Ведущим мотивом является укрепление здоровья (36,6 %). Снятие психологической нагрузки (23,3 %) на втором месте. На третьем – повышение работоспособности (16,7 %).

На вопрос «Почему выбрали именно занятия силовой направленности?» большинство женщин ответили, что их работа связана с низкой активностью и они ведут малоподвижный образ жизни.

Таким образом, фитнес, который является инновационным видом оздоровительной физической культуры, привлекает своим разнообразием и способствует приобщению женщин к регулярным занятиям. Однако важно учитывать принцип биологической целесообразности в подборе физических упражнений, что обусловлено спецификой строения женского организма.

Литература:

1. Методика физического воспитания женщин 35–45 лет различного соматотипа с использованием средств оздоровительной физической культуры / Н.И. Романенко // Научно-методический журнал «Физическая культура, спорт – наука и практика». Краснодар, 2016. – № 4. – С. 44-48.

ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

П.С. Левчук, В.И. Осик

Аннотация. Работа посвящена обоснованию применения комплексного исследования показателей физического развития и функционального состояния студенток первого курса с применением компьютерного метода «Омега–М». Установлена высокая эффективность предложенного метода при оценке функциональных ресурсов студенток.

Ключевые слова: студенты, физическое развитие, функциональное состояние, здоровье, физическая культура, физкультурно-оздоровительные технологии.

Необходимость изучения состояния здоровья студентов физкультурных вузов обусловлена рядом объективных причин, среди которых главной является модельная роль педагога по физической культуре как ключевой фигуры в процессе формирования ценности здоровья и здорового образа жизни.

Цель исследования – определение основных характеристик физического развития и функционального состояния 20 студенток-первокурсниц 17–22 лет, обучающихся по направлению физическая культура, профиль – физкультурно-оздоровительные технологии. Оценка физического состояния первокурсниц проводилась в сентябре 2016 г. на базе лаборатории функциональной диагностики поликлиники ОАО «РЖД» г. Краснодара. Изучались индекс массы тела (ИМТ, кг/м²), динамометрии обеих кистей, частота сердечных сокращений, артериальное кровяное давление, жизненная емкость легких и объем форсированного выдоха. Функциональное состояние студенток определялось методом экспресс-диагностики с применением комплексного компьютерного исследования «Омега-М», в основе которого лежит анализ электрокардосигналов.

Анализ полученных результатов позволил заключить, что средние величины показателей физического развития (ИМТ, кистевая динамометрия) и основные характеристики сердечно-сосудистой и дыхательной систем у студенток в состоянии покоя, несмотря на значительные индивидуальные различия, соответствуют половозрастным нормам.

Однако изучение функционального состояния первокурсниц показало, что 10 % студенток имеют низкий уровень функциональных ресурсов, удовлетворительный уровень зафиксирован у 25 % обследованных, хороший уровень – у 55 %, а отличный уровень отмечен только у 10 % студенток (табл. 1).

Таблица 1 - Оценка функционального состояния студенток первого курса, обучающихся по направлению физическая культура, профиль – физкультурно-оздоровительные технологии (n=20) (%)

Низкий уровень	Удовлетворительный уровень	Хороший уровень	Высокий уровень
10	25	55	10

Результаты проведенного исследования позволяют заключить, что большинство

обследованных студенток, несмотря на декларируемую приверженность физической культуре и спорту, ведут образ жизни, характеризующийся невысоким уровнем двигательной активности как базовой составляющей физкультурно-оздоровительных технологий и ценностей здоровьесбережения. Применение метода комплексного компьютерного исследования «Омега-М» для оценки функционального состояния студентов при проведении скрининг-исследований позволяет получить более точное представление о функциональном состоянии будущих педагогов по физической культуре, что позволяет повысить эффективность формирования у них профессиональных компетенций.

Литература:

1. Белова, Г.Б. Формирование организационно-управленческой компетенции у студентов вузов физической культуры и спорта / Г.Б. Белова, И.В. Лаврентьева, Л.И. Мосеева, А.А. Лобашова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. – № 4. – С. 5-7.

2. Голикова, Е.М. Формирование здоровьесберегающей компетенции будущих педагогов в условиях персонифицированной образовательной среды / Е.М. Голикова, П.П. Тиссен, Ю.Г. Абакумова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. – № 1. – С. 54-56.

3. Чуян, Е.Н. Комплексный подход к оценке функционального состояния организма студентов / Е.Н. Чуян, Е.А. Бирюкова, М.Ю. Раваева // Ученые записки Таврического национального университета им. В.И. Вернадского. Серия «Биология, химия». Том 21 (60). – 2008. – № 1. – С. 123-139.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СИСТЕМЕ ПИЛАТЕС НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН 40-45 ЛЕТ

М.А. Маринович, О.С. Трофимова

Аннотация. В настоящей работе представлены результаты методики использования средств пилатеса на занятиях с женщинами второго периода зрелого возраста в фитнес-клубах и ее влияния на их функциональное состояние, уровень физического развития и физическую подготовленность.

Ключевые слова: женщины, пилатес, физическое развитие, физическая подготовленность, функциональное состояние.

Разработка эффективных способов решения сохранения и поддержания здоровья населения, в особенности лиц зрелого возраста, обусловлена его существенным снижением в последние годы и характеризует современный этап развития физической культуры в Российской Федерации.

Научные исследования О.В. Бурковой (2008); С.К. Рукавишниковой (2011); О.С. Трофимовой (2017) свидетельствуют, что одним из стержневых факторов сохранения и поддержания здоровья, замедления процессов старения, увеличения физической работоспособности женщин второго периода зрелого возраста становятся регулярные занятия фитнесом, а в частности занятия по системе Пилатес. Однако многие исследователи констатируют тот факт, что не более 20 % населения Российской Федерации систематически занимаются физической культурой и лишь только десятую часть из них составляют женщины 40–45 лет.

Целью исследования было разработать методику использования средств системы пилатес на занятиях с женщинами 40–45 лет в фитнес-клубе и дать оценку ее воздействия на уровень их физического развития, физической подготовленности и функционального состояния.

В исследовании участвовали 32 женщины 40–45 лет, которые были разделены на две группы, контрольную (16 человек) и экспериментальную (16 человек), посещающих занятия фитнесом в условиях фитнес-клуба «FORMAFITNESS» г. Краснодара.

Результаты эксперимента показывают, что применение средств пилатеса положительно влияет на данные физического развития и состава массы тела, в частности показатели исследуемых женщин в экспериментальной группе улучшились, индекс Кетле приблизился к уровню нормы, параметры окружности талии и массы тела снизились, а мышечная масса возросла. Следовательно, экспериментальная работа не только поддерживает уровень развития основных исследуемых параметров, но и корректирует инволюционные изменения в организме женщин 40–45-летнего возраста и достигает «развивающего» уровня занятий.

Функциональная подготовленность исследуемых женщин определялась по следующим показателям – частота сердечных сокращений в покое, артериальное давление, жизненная емкость легких, проба Штанге, ортостатическая проба. Наибольшего прироста достигли показатели функционального состояния в экспериментальной группе: ортостатическая проба – 27 %, проба Штанге – 36 %, ДАД – 10 %, ЧСС покоя – 6 %.

Подводя итоги использования методики применения средств пилатеса на занятиях в фитнес-клубе с женщинами 40-45 лет на показатели физической подготовленности, необходимо отметить, что улучшились такие физические

способности, как сила, гибкость, координация, быстрота и выносливость ($p < 0,05$).

Результаты исследования дают основание рекомендовать разработанную методику, которая оказывает положительное влияние на физическое состояние женщин 40-45 лет, для широкого практического применения при работе с женщинами, а также могут быть интересны широкому кругу специалистов в области фитнес-индустрии.

Литература:

1. Буркова, О.В. Влияние системы Пилатеса на развитие физических качеств, коррекцию телосложения и психоэмоциональное состояние женщин среднего возраста: дис. ... канд. пед. наук. – Москва, 2008. – 217 с.

2. Рукавишникова, С.К. Применение средств Пилатеса для коррекции функциональных нарушений позвоночника студенток вузов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – СПб., 2011. – 21 с.

3. Трофимова, О.С. Применение средств Пилатеса на занятиях с женщинами второго периода зрелого возраста / Трофимова О.С. // Материалы научной и научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ (23-30 мая 2017 г., г. Краснодар). – Краснодар. КГУФКСТ, 2017. – С. 171-173.

МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С ЖЕНЩИНАМИ 30–35 ЛЕТ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ УПРАЖНЕНИЙ ПСИХОРЕГУЛИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

А.В. Мироненко, С.А. Евтых

Аннотация. В данной работе рассмотрено содержание методики оздоровительных занятий с женщинами 30-35 лет с использованием упражнений психорегулирующей направленности.

Ключевые слова: женщины, физкультурно-оздоровительные занятия, методика, упражнения.

На сегодняшний день исследования многих авторов свидетельствуют об устойчивой тенденции к ухудшению состояния здоровья населения [2]. Особенно это касается женщин среднего возраста, которые выполняют многообразные социальные, производственные, политические, семейные, репродуктивные и воспитательные функции. Одним из решающих условий продуктивного выполнения этих функций является наличие общей высокой работоспособности, базирующейся на соматическом и психическом здоровье и нормальном физическом развитии женщины. В связи с этим, вопросы укрепления физического и психического здоровья [1], повышение физической дееспособности и профессионального долголетия женщин зрелого возраста приобретают особое значение.

Поэтому становится актуальной разработка такой методики занятий, которая бы способствовала не только повышению уровня физической подготовленности, функционального состояния, но и снятию психоэмоционального напряжения, улучшения настроения, самочувствия и повышения активности, что и определило цель настоящего исследования.

Разработанная методика оздоровительных занятий с женщинами 30–35 лет с использованием упражнений психорегулирующей направленности состоит из трех последовательных и взаимосвязанных блоков или частей. Первый блок (подготовительная часть) занятия, который содержит элементы йоги и дыхательных упражнений, что составляет 10 % тренировочного занятия. Второй блок (основная часть), где присутствуют элементы Пилатеса и йоги (асаны из различных исходных положений) – 50 % тренировочного занятия. Третий блок (заключительная часть), состоящий из элементов стретчинга (20 %) и медитативных техник (20 %).

Таким образом, предполагается, что разработанная методика оздоровительных занятий психорегулирующей направленности для женщин 30–35 лет будет способствовать улучшению их функционального состояния, уровня физической подготовленности, а также способствовать повышению активности, улучшению настроения и самочувствия.

Литература:

1. Абрамова, Т.Ф. Современные представления о научных основах тренировки женщин / Т.Ф. Абрамова, Н.Н. Озолин, В.А. Геселевич / Труды ВНИИФК. – М., 2013. – С. 183-194.
2. Васильев, Н.В. Здоровье и стресс / Н.В. Васильев. М.: Знание, 2011. – 160 с.
3. Добрынина, В.И. Влияние физической культуры на организм человека. – СПб.: «Питер – М», 2015. – 388 с.

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ И УМСТВЕННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ 3–4- Х КЛАССОВ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ТРЕНАЖЕРОВ

Н.А. Назаренко, Л.С. Дворкин

Аннотация. Для того чтобы выполнять физическую нагрузку на мышцы плечевого пояса, ног и туловища, было подобрано специальное упражнение, при выполнении которого дети должны были проявить в комплексе физические и умственные способности. Результаты исследования позволили дополнить информацию о возрастных характеристиках улучшения физических качеств, функциональных и умственных способностей школьников 9–10 лет на основе применения специального тренажера.

Ключевые слова: детский велотренажер, обратная связь, компьютерная технология, школьники, младшие классы.

Актуальность. Современное воспитание подрастающего поколения не может быть односторонним, оно должно опираться на комплексное образование, включающее в себя психическое, умственное и физическое развитие детей на основе поиска путей повышения их мотивации к более широкому применению современных педагогических технологий, в том числе и компьютерных, которые позволяют более эффективно адаптировать процесс управления и обучения [1]. Например, в форме диалога школьника и компьютерного комплекса, основанного на ответных реакция двигательной системы организма и их интеллектуальной и физической составляющей.

Цель исследования. Повысить уровень образовательного процесса школьников 9–10 лет на основе использования методики комплексного воздействия на развитие их физических, функциональных и умственных способностей.

Методика исследования. При помощи детского велотренажера, оборудованного обратной связью на основе компьютерного анализа, дети выполняли определенной величины нагрузки и одновременно решали интеллектуальные задачи. В исследовании принимали участие школьники 3 и 4 классов школы № 2 г. Краснодара: мальчики экспериментальной группы – 18 человек и девочек – 20 человек, соответственно сверстников из контрольной группы – 16 и 18 человек.

Результаты исследования. Исследования показали, что применение специальных тренажеров, позволяющих комплексно развивать физические и умственные способности детей 9–10 лет, позволило выявить следующие результаты. По физической подготовленности: - у мальчиков: 1 – кистевая динамометрия (левой руки) – 31,3 %, 2 – кистевая динамометрия (правой руки) – 26,7 %, 3 – сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу – 24,8 %, 4 – прыжок в длину с места – 8,4 %, 5 – бег на 30 м – 8,3 % и 6 – бег на 1 км – 4,8 %; у девочек: 1 - кистевая динамометрия левой руки – 45,1 %, 2 – сгибание и разгибание рук в упоре – 44,7 %, 3 – кистевая динамометрия правой руки – 32,9 %, 4 – бег 30 м – 17,3 %, 5 – прыжок в длину с места – 9,1 % и 6 – бег 1 км – 8,5 %. По функциональной и интеллектуальной подготовленности: - у мальчиков: 1 – проба Генчи – 64,5 %, 2 – проба Ромберга – 61,8 %, 3 – проба Штанге – 51,7 %, 4 – умственная работоспособность, 5 – PWC₁₇₀ – 71 %; у девочек: 1 – проба Генчи – 71,4 %, 2 – Проба Ромберга – 58,7 %, 3 – проба Штанге – 44,3 %, 4 – умственная работоспособность – 16,0 % и 5 – PWC₁₇₀ – 4,8 %.

Выводы. Создание искусственных условий в игровой среде в режиме

оптимального ответа организма на физическую и интеллектуальную нагрузку способствует комплексному физическому и умственному развитию детей младшего школьного возраста.

Литература:

1. Формирование физических способностей детей младшего школьного возраста на основе силовой аэробики / Н.И. Дворкина, Л.С. Дворкин. – Материалы научно-практической конференции ППС КГУФКСТ, Краснодар, 2016. – С. 141-144.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АЭРОЙОГОЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЖЕНЩИН 30–45 ЛЕТ

Н.А. Назаренко, О.С. Трофимова

Аннотация. В работе представлены результаты влияния занятий аэройогой на уровень развития физических способностей женщин 30-45 лет.

Ключевые слова: женщины, аэройога, йога в гамаках, физическая подготовленность.

На сегодняшний день существует более 20 разновидностей йоги, одной из которых является йога в гамаках, или аэройога. Это молодое направление, которое представляет собой классические упражнения хатха-йоги (выполнение асан), совершаемые в специальных гамаках, подвешенных к потолку.

По мнению многих авторов [1,3] занятия йогой, несомненно, приносят оздоровительный эффект организму, вытягивая позвоночник, снимают зажимы в поясничном и шейном отделах позвоночного столба, подтягивают мышцы, придавая им тонус. Помимо этого, за счет входящих в занятия дыхательных упражнений, занятия йогой регулируют работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Исследования Г.С. Селиверстовой (2017) доказали, что аэройога, как и фитнес-йога, оказывает положительное влияние на женский организм: уменьшает менструальные боли, избавляет от застоя крови в тазу, снимает напряжение с ног и помогает при смещении и опущении внутренних органов при применении перевернутых асан, а также координирует работу вестибулярного центра мозга, отвечающего за равновесие и ориентацию в пространстве [2].

В исследовании приняли участие 12 женщин в возрасте 30–45 лет. На первом занятии было проведено тестирование и получены первичные показатели уровня физической подготовленности. Группа женщин в возрасте 30–45 лет на базе фитнес-клуба «Real-force» г. Краснодара занималась в течение года аэройогой. Занятия проводились 3 раза в неделю по 60 минут каждое и включали в себя три части: подготовительную, основную и заключительную. В подготовительную часть входили разминка и дыхательные упражнения, в основную часть занятия были включены упражнения на растягивание (престретчинг) и разучивание различных асан, в том числе и перевернутых, в заключительной части – дыхательные упражнения, постстретчинг и медитация.

Через год занятий аэройогой было проведено повторное тестирование выявления эффективности занятий. Анализ данных выявил, что произошли достоверные изменения по всем изучаемым тестам. Показатели гибкости улучшились на 37,4 %, отмечен высокий показатель динамики пробы Ромберга – 32,7 %, что можно объяснить использованием специальных упражнений на равновесие. Силовые показатели кистевой динамометрии достигли прироста в 12,3 %.

Таким образом, полученные результаты свидетельствуют об эффективности использования занятий аэройогой женщинами 30–45 лет.

Литература:

1. Евтых, С.А. Влияние типа тренировочного занятия по фитнес-йоге на эмоциональное состояние женщин 20–35 лет / С.А. Евтых. – Психология и педагогика: теоретический и практический взгляд. – Уфа, 2015. – С. 44-46.
2. Селиверстова, Г.С. Аэройога как средство оздоровительной физической культуры / Г.С. Селиверстова, Д.С. Учасов. – Наука-2020. – 2017. – № 2 (13). – С.

112-117.

3. Трофимова, О.С. Влияние занятий фитнес-йогой на физическое состояние женщин 30–35-летнего возраста / О.С. Трофимова, Е.И. Ончукова // Физическая культура, спорт – наука и практика,. – 2017. – № 3. – С. 55-58.

**ВЛИЯНИЕ ИГРОВОГО МЕТОДА НА ФИЗИЧЕСКУЮ
ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ С
НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА**
Я.А. Никитина, Н.И. Дворкина

Аннотация. В педагогическом эксперименте была использована логоаэробика как система музыкально-двигательных, музыкально-речевых игр и упражнений. Итоги тестирования в конце учебного года показали прогресс в показателях прироста уровня физической подготовленности в группах мальчиков и в меньшей степени у девочек.

Ключевые слова: школьники, младшие классы, нарушение интеллекта, логоаэробика, физические качества, развитие, игровой метод.

Актуальность. Известна проблема физического воспитания ребенка с нарушением интеллекта. С одной стороны, применяются различные методики адаптивной физической культуры, которые предполагают ограничение в использовании традиционных средств двигательной активности для таких детей, а с другой – доказываемая эффективность применения проективно-смысловой методики или личностно-ориентированного подхода [1]. Однако во всех случаях все эти методики-подходы не обеспечивают в полной мере эффективную двигательную активность детей с нарушением интеллекта, которая в полной мере бы учитывала основной их дефект («умственную отсталость» и неполноценность аналитико-синтетической функции мышления). Учитывая это противоречие, возникла проблема поиска рациональных средств и методов физического воспитания детей с нарушением интеллекта на основе использования широких возможностей современных физкультурно-оздоровительных технологий.

Цель исследования. Научно обосновать игровой метод формирования двигательной активности школьников младших классов с нарушением интеллекта как эффективное средство повышения их физической подготовленности.

Методика исследования. В педагогическом эксперименте была использована методика из средств логоаэробики как системы музыкально-двигательных, музыкально-речевых игр и упражнений. Логоаэробика – это движение + речь, – это здоровое тело и чистая речь. В эксперименте принимали участие школьники младших классов: 12 мальчиков, 14 девочек, которые занимались 3 раза в неделю по 40 минут.

Результаты исследования. Занятия логоаэробикой включали различные виды упражнений, каждое из которых направлено на развитие каких-либо качеств, например, из средств общеразвивающих упражнений: силу, выносливость, гибкость, развитие координации движений рук и ног, улучшение осанки, обучение ориентированию в пространстве. Выявлен прогресс уровня физической подготовленности школьников. Однако более выраженные годовые изменения произошли в группе мальчиков по отношению к девочкам. В группе девочек наиболее выраженный показатель годового прироста был отмечен при выполнении наклона туловища (56 %), в метании мяча (24 %) и в сгибании и разгибании рук в упоре на перекладине (21,8 %). И совсем иной уровень относительного прироста результатов был зафиксирован у мальчиков. У них максимальный относительный годовой прирост был зафиксирован в сгибании и разгибании рук в висе на перекладине (83 %) и в прыжке вверх (33,1 %).

Выводы. Применение в занятиях по физическому воспитанию школьников

младших классов системы логоаэробики подтвердило свою эффективность: из восьми тестов физической подготовленности девочки в шести, а мальчики во всех случаях достоверно улучшили свои результаты по итогам учебного года.

Литература:

1. Физкультурно-оздоровительные технологии в системе физического воспитания и спорта образовательных учреждений / Н.И. Дворкина, Л.С. Дворкин, В.И. Осик, О.Г. Лызарь, уч.пособие. – 2 изд. – Краснодар: Экоинвест, 2016. – 328 с.

ВЛИЯНИЕ ТРЕНИРОВКИ СИЛОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН 21–35 ЛЕТ

В.Р. Орунжева, О.Г. Лызарь

Аннотация. В работе рассмотрена сущность силовой тренировки женщин в контексте применения доступных по технике выполнения физических упражнений. Представлены результаты исследования по оценке физической подготовленности и функционального состояния женщин, занимающихся по программе силовой тренировки.

Ключевые слова: женщины, силовая тренировка, физическая нагрузка, физические качества, состояние опорно-двигательного аппарата.

В настоящее время отмечается ухудшение состояния здоровья и уровня физической подготовленности населения России, особенно молодежи. Одной из причин этого явления специалисты называют недостаточную двигательную активность.

Частичное или даже полное исключение движения не является смертельно опасным для человека, однако может вызвать ряд серьезных, негативных изменений в его организме: снижение мышечного тонуса и, как следствие этого, нарушение осанки и работы внутренних органов, расстройство деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, ухудшение обменных процессов [1].

Одним из лучших способов достижения здоровья и продления молодости является женская атлетическая гимнастика и силовая аэробика, которая занимает существенное место в системе фитнес [2].

Предлагаемая методика физкультурно-оздоровительных занятий с женщинами 21–35-летнего возраста носила силовую и комплексную направленность включала в себя элементы атлетической гимнастики, комплексы силовой аэробики, а также хореографии и была направлена на коррекцию телосложения и улучшение психоэмоционального состояния занимающихся.

Анализ динамики антропометрических показателей женщин, занимающихся по методике силовой направленности, свидетельствует о положительной (но недостоверной) тенденции улучшения показателей телосложения. В то же время отмечается существенное улучшение физической подготовленности занимающихся – по силовой выносливости мышц брюшного пресса на 18,6 %, нижних конечностей – 15,4 %, по показателям гибкости на 14,7 %.

Проведенное психологическое исследование позволило определить, что использование предлагаемой физкультурно-оздоровительной методики способствует более выраженному снижению и нормализации тревожности женщин.

Таким образом, проведенный анализ полученных результатов исследования позволяет утверждать, что использование предлагаемой методики занятий силовой направленности позволяет производить эффективную и целенаправленную коррекцию телосложения женщин, при более выраженном улучшении показателей силовых способностей и гибкости отдельных звеньев тела и нормализации состояния тревожности занимающихся.

Литература:

1. Лызарь, О.Г. Совершенствование технологии формирования здоровья населения в условиях фитнес-клуба / О.Г. Лызарь, Т.В. Дорошенко // Физическая культура, спорт и здоровье. – Йошкар-Ола. – 2016. – № 28. – С. 117-122.

2. Тарасенко, А.А. Современные проблемы физкультурно-оздоровительной деятельности в сфере фитнеса / О.Г. Лызарь, В.И. Осик, С.С. Воеводина // Физическая культура и массовый спорт. – 2014. – № 3. – С. 71-76.

ПРОФИЛАКТИКА ВОЗРАСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ СРЕДСТВАМИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

П.А. Помельников, Н.Ю. Серопян

Аннотация. В тезисах представлено содержание оздоровительных занятий физической культурой для лиц пожилого возраста

Ключевые слова: пожилой возраст, двигательная активность, оздоровительная физическая культура, пищевое поведение.

Для пожилого возраста характерны изменения во всех системах организма. Ослабляется выработка гормонов, нарушается обмен веществ, снижается количество мышечной ткани, что, несомненно, влияет на гемодинамику, сократительную функцию миокарда и другое [1, 2, 3].

По мнению Яцемирской Р.С., одним из важных вопросов современности является постарение населения. Оно определяется такими факторами, как отчетливая тенденция к сокращению рождаемости в развитых странах и повышение пенсионного возраста. По сравнению с концом XVIII века, показатели смертности в 50–60-летнем возрасте в начале XXI века упали в четыре раза; смертность среди 70-летних в последнее время уменьшилась в два раза. Из этого вытекают проблемы социальной адаптации и поддержания трудоспособности населения данного возраста [1, 3].

Задачами ОФК являются: оказывать тонизирующее действие на нервную систему; стимулировать деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем; улучшать процессы обмена веществ; укреплять мышечную силу и подвижность в суставах; сохранять жизненно важные двигательные навыки и умения в полном объеме. В соответствии с перечисленными проблемами, нами были предложены следующие рекомендации по организации оздоровительных занятий физической культурой (ОФК):

В занятиях рекомендуется использовать:

- упражнения с использованием собственного веса тела;
- упражнения с предметами (гантелями малого веса, амортизаторами, фитболом);
- упражнения на координацию и гибкость;
- упражнения аэробной направленности (дозированная ходьба, легкий бег, плавание).

Также необходимо нормализовать пищевое поведение в соответствии с принципами рационального питания. Возможность современного человека увеличить продолжительность жизни еще на 15–25 лет очевидна. Для этого будет достаточным поддерживать высокий уровень двигательной активности, а также соблюдать правила здорового питания.

Литература:

1. Дворкин, Л.С., Ончукова, Е.И., Одегнал, М.В. Влияние занятий хатха-йогой на функциональное и физическое состояние пожилых людей // Культура физическая и здоровье. – 2016. – № 5 (60). – С. 64-70.
2. Трофимова, О.С., Ончукова, Е.И. Влияние занятий фитнес-йогой на физическое состояние женщин 30–35-летнего возраста // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2017. – № 3. – С. 55-59.
3. Социальная геронтология. Под общей редакцией Яцемирской Р.С. — М.: Издательство МГСУ «Союз», 1998. – 275 с.

МАС-РЕСТЛИНГ КАК НОВЫЙ ВИД ДВИГАТЕЛЬНОЙ РЕКРЕАЦИИ

И.И. Самохин, Е.И. Ончукова

Аннотация. В работе представлен обзор, посвященный развитию нового вида спорта – мас-рестлинга и перспективам его развития как массового вида двигательной рекреации.

Ключевые слова: двигательная активность, мас-рестлинг, двигательная рекреация.

Поиск новых видов двигательной активности, способный объединить людей различных возрастов и привлечь к занятиям физической культурой, остается одной из важных задач теории и практики физической культуры. В последние годы возрастает спрос на занятия единоборствами, различными видами фитнеса, экстремальными видами спорта, однако все эти направления требуют значительных экономических затрат на покупку инвентаря или оплату занятий с тренером [2].

Мас-рестлинг достаточно новый вид спорта для большинства обывателей, тем не менее уже отыгрывает позиции перед другими видами двигательной рекреации. Прежде всего это связано с тем, что мас-рестлинг достаточно демократичен в возрастном аспекте: им могут заниматься как взрослые мужчины, так и дети, женщины, ветераны.

Мас-рестлинг (якут. масс–тардыһыы, перетягивание палки) – это национальная система духовно-нравственного и физического воспитания личности. Данный вид двигательной активности зародился и стал частью культурного наследия малочисленного народа саха. Цель соревнования – перетянуть у соперника палку. В современном виде в данном спорте, конечно, уже изменились правила, появилась техника и стратегия при перетягивании, но сохранилась древняя философия народа саха – «выигрывает сильный духом человек». Этот вид двигательной рекреации является единственным способом выявления силовых способностей и выносливости занимающихся, так как является техничным видом спорта, где требуется изрядная функциональная подготовленность всех мышечных групп [1].

Однако, несмотря на это, для занятий якутским мас-рестлингом нет необходимости приобретать дорогостоящий инвентарь, он не требует специально оборудованных спортивных сооружений. Занятия можно проводить на обычной открытой спортивной площадке летом или в спортивном зале зимой: хватит половины площади волейбольного поля.

При кажущейся простоте мас-рестлинга, он помогает совершенствовать физическую подготовленность и развивать силовые способности атлетам, а низкий уровень травматизма и минимальное число противопоказаний к занятиям данным видом двигательной активности делают его все более популярным среди различных гендерных и возрастных групп [3].

Литература:

1. Борохин, М.И. и др. История развития мас тардыһыы (перетягивание палки) в Якутском государственном университете // Развитие физической культуры и спорта в Республике Саха РС(Я) в начале XXI века: состояние, проблемы и перспективы. – Якутск, 2001.

2. Ончукова, Е.И., Деменко, В.Ф. Использование средств фитнеса в психофизической подготовке бойцов смешанных единоборств 18–21 лет / Наука: прошлое, настоящее, будущее: сборник материалов международной научно-

практической конференции. – Иркутск: «Научное партнерство «Апекс»», 2017. – С. 41-44.

3. Попов, М.А., Захаров, А.А. Соревнования по ОФП как способ оценки уровня физической подготовленности мас-рестлеров // Физическая культура и спорт в современном обществе. – Материалы Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 70-летию Победы в Великой Отечественной войне. Ответственный редактор С.С. Добровольский. – М. – 2015. – С. 183-186.

ПРИМЕНЕНИЕ СМЕШАННЫХ СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ТРЕНИРОВКЕ ЮНЫХ КАРАТИСТОВ

И.М. Сиенко, Л.С. Дворкин

Аннотация. Занятия карате в возрасте 12–13 лет на основе использования смешанных силовых напряжений не только приводят к увеличению темпов развития силы, силовой выносливости, быстроты и скоростно-силовых качеств, но и положительно влияют на их эмоциональное состояние.

Ключевые слова: статические нагрузки, динамические нагрузки, юные каратисты, физическая подготовка.

Актуальность. Известно, что из основных физических качеств важнейшее прикладное значение принадлежит силе. Многочисленные труды отечественных и зарубежных исследователей свидетельствуют о низком уровне силовых возможностей в детском и подростковом возрасте [1]. Исследования, проведенные с участием молодых каратистов, позволяют говорить о том, что можно получить более эффективные результаты в росте силы, если правильно сочетать нагрузки динамического и статического характера. Однако таких исследований, направленных на поиск возможных путей использования статических напряжений в физической подготовке юных спортсменов, в том числе и в каратэ, с целью развития силы, выполнено недостаточно.

Цель исследования. Выявить влияние смешанных силовых напряжений (сочетающих в равной степени статические и динамические) на уровень физической подготовленности юных каратистов 12–13 лет.

Методика исследования. Педагогический эксперимент проходил в течение шести месяцев. Были выбраны статическое и динамическое упражнения: первый вариант экспериментальной методики заключался в сочетании в равной степени динамических и статических напряжений, второй вариант методики – выполнялись только динамические напряжения. Экспериментальная группа выполнила первый вариант методики, контрольная – второй.

Результаты исследования. Применение смешанных силовых упражнений (статических и динамических) в процессе физической подготовки юных каратистов в целом показало свою достоверную эффективность как для роста мышечной силы, силовой выносливости, так и для проявления быстроты и скоростно-силовых качеств. Шестимесячная экспериментальная физическая подготовка юных каратистов позволяет выявить особенности использования как динамических (миометрических) мышечных, так и смешанных силовых напряжений. Это видно из того, что через три месяца сила мышц достоверно выросла только в группе юных каратистов, которые использовали смешанные мышечные напряжения. Показатели абсолютного и относительного прироста результатов за шесть месяцев педагогического эксперимента во всех тестах, которые позволили оценить уровень развития быстроты, силы и скоростно-силовых качеств, были выше в группе, которая применяла смешанные мышечные напряжения. Применение динамических силовых напряжений во второй группе юных каратистов в целом позитивно повлияло на рост их физической подготовленности, хотя показатели прироста были ниже, чем в первой группе юных каратистов.

Выводы. Результаты исследований позволяют расширить теоретические положения о ведущей роли специальной силовой подготовки с использованием

смешанных силовых упражнений в видах единоборств, в особенности на этапе начального тренировочного процесса.

Литература:

1. Базовая физическая подготовка человека в онтогенезе / Научно-теоретические, методические, спортивные и возрастные аспекты. – Том 2 / под ред. Л.С. Дворкина. – Краснодар, Неоглори, 2011. – 596 с.

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ОБРАЗ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ВУЗА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Д.А. Смирнов, В.И. Осик

Аннотация. Изучение состояния здоровья и образа жизни студентов КГУФКСТ по направлению подготовки физическая культура, профиль физкультурно-оздоровительные технологии, проведенное в Центре здоровья г. Краснодара, показало, что 96,5 % обследуемых отнесены ко второй и третьей группам здоровья, так как имеют отклонения в состоянии здоровья и заболевания в стадии ремиссии.

Ключевые слова: вуз, студенты, физическая культура, здоровье, здоровый образ жизни, физкультурно-оздоровительные технологии.

Изучалось состояние здоровья и образ жизни студентов (19 девушек и 10 юношей) в возрасте 20–23 лет обучающихся по направлению подготовки физическая культура, профиль физкультурно-оздоровительные технологии. Исследования, проведенные в Центре здоровья (ГБУЗ «ККБ № 2» г. Краснодар), показали, что у большинства обследуемых определен низкий уровень кардиореспираторной подготовленности, у 46,5 % студентов имеются отклонения в деятельности сердечно-сосудистой системы, а также повышен уровень холестерина и сахара в крови. Оценка функции зрительного аппарата продемонстрировала наличие у 25 % студентов снижения остроты зрения и у 15 % - повышенное внутриглазное давление. Расчет соотношения жирового и мышечного компонента массы тела позволил заключить, что у 10 % обследуемых девушек и юношей имеются отклонения от нормативов индекса массы тела за счет избытка или недостатка жирового или мышечного компонентов. Анализируя результаты социологического исследования по выполнению рекомендаций здорового образа жизни, проведенного методом анонимного анкетирования, можно заключить, что у 93 % студентов наиболее выраженными факторами риска являются гиподинамия, несбалансированное и нерациональное питание и низкая устойчивость к стрессу, что согласуется с исследованиями ведущих ученых и практиков в области физической культуры [1,2].

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости повышения результативности образовательных программ в области физической культуры и спорта при подготовке бакалавров по физкультурно-оздоровительным технологиям. Следует обращать особое внимание на формирование у будущих педагогов личностной физической культуры и мотивации выполнять базовые рекомендации здорового и безопасного образа жизни.

Литература:

1. Егорычева, Э.В. Эффективность образования по физической культуре у студенток с различным медицинским статусом / Э.В. Егорычев // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. – 2013. – № 4. – С. 66-69.
2. Маджуга, А.Г. Здоровьесберегающее образование как базовый концепт в структуре профессионально-прикладной подготовки будущего учителя / А.Г. Маджуга // Высшее образование сегодня. – 2009. – № 8. – С. 86-90.

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ АЭРОБИКОЙ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.В. Соловьева, Е.И. Ончукова

Аннотация. В работе представлены особенности организации занятий танцевальной направленности с детьми дошкольного возраста на основе учета особенностей их развития.

Ключевые слова: старший дошкольный возраст, танцевальная аэробика, занятия, организация, двигательная активность.

Дошкольный возраст – благоприятный период для развития различных видов деятельности, направленных на развитие личности ребенка. Одним из предпочтительных и востребованных направлений двигательной активности детей дошкольного возраста являются занятия танцевальной направленности. Танец помогает выразить ребенку эмоции и передать их окружающим, учит взаимодействовать с партнером, с социальной группой, развивает коммуникационные способности

Однако при организации танцевальных занятий с детьми дошкольного возраста необходимо учитывать возрастные особенности данного периода. Наиболее важным при организации занятий является правильный подбор и темп музыкального сопровождения. Это необходимо для правильного дозирования нагрузки и предотвращения переутомления детей.

При построении занятий с детьми дошкольного возраста необходимо придерживаться следующей структуры:

- дыхательные упражнения и игровой прелестречинг;
- основная часть с разучиванием танцевальных движений;
- основная часть со свободным танцем;
- заминка, игровой постстретчинг, релаксация.

Рекомендуемое время занятий танцевальной направленности должно составлять не более 60 минут, основная часть высокой интенсивностью не более 30 минут.

Особенностью организации занятий танцевальной направленности для детей дошкольного возраста является использование в содержательной части занятий игровых заданий, игрового стретчинга, имитационных упражнений. Необходимо обращать внимание на правильность выполнения танцевальных упражнений, выявлять неточности в выполнении упражнений и сразу вносить коррекцию, чтобы не допускать развития неправильных стереотипов танцевальных движений.

Занятия танцевальной хореографией для детей старшего дошкольного возраста – это эффективное средство развития когнитивных способностей, коммуникативных и лидерских качеств, эмоциональной сферы.

Литература:

1. Горбунова, Е.И. Программа физического воспитания детей-левшей старшего дошкольного возраста «Левшонок». – Учебно-методическое пособие / Е.И. Горбунова, Ю.К. Чернышенко, Е.М. Бердичевская. – Краснодар, 2009. – 108 с.
2. Трофимова, О.С., Хабиева, У.Р. Использование фитбол-аэробики в физическом воспитании детей дошкольного возраста / О.С. Трофимова, У.Р. Хабиева / ОБРАЗОВАНИЕ, НАУКА И ИННОВАЦИИ. Сборник статей по материалам международной научно-практической конференции. В 2-х частях. – Севастополь, 2017. – С. 44-46

ФОРМИРОВАНИЕ ЗНАНИЙ ПО ОСНОВАМ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ У ШКОЛЬНИКОВ ВЫПУСКНЫХ КЛАССОВ

В.И. Спродис, Н.И. Дворкина

Аннотация. Целенаправленное формирование знаний выпускников школы в области физкультурно-оздоровительных технологий способствует формированию их физического состояния и улучшению здоровья, что косвенно подтверждает положительное влияние на состояние мотивационно-потребностной сферы школьников. Это подтверждается увеличением общего уровня их физической подготовленности.

Ключевые слова: школьники, выпускные классы, физкультурно-оздоровительные технологии, базовые знания.

Актуальность. Ведущие специалисты в области физического воспитания указывают на низкую эффективность знаний школьников о физическом воспитании, особенно знаний о современных физкультурно-оздоровительных технологиях, которые в настоящее время являются самыми популярными в нашей стране [1]. Становится очевидным, что проблема связана с отсутствием научно обоснованной программы и методологической поддержки формирования основ специальных знаний и методических навыков в физической культуре для учащихся выпускных классов общеобразовательных школ, которая является предметом актуальности этого исследования.

Цель исследования. Обосновать содержание и методику овладения базовыми знаниями в области физкультурно-оздоровительных технологий школьников выпускных классов

Методика исследования. Эксперимент проводился в естественных условиях в виде экспериментальных занятий по альтернативной программе из средств физкультурно-оздоровительных технологий, разработанной нами в процессе прохождения практики студентов с углубленным изучением основ знаний по физической культуре. В нем приняли участие мальчики и девочки 10–11-х классов в количестве 40 человек. Все участники эксперимента были разделены на 2 группы, одна из которых была экспериментальной, а другая – контрольной.

Результаты исследования. В процессе педагогического эксперимента произошло достоверное улучшение качества знаний, о чем свидетельствует смещение показателей у большинства школьников экспериментальных групп (до 70 %) из зоны «типичного» «уровень усвоения» (этап «В» абстракции, «удовлетворительно») в зону «эвристический» уровень освоения учебного материала, соответствующая прогностической стадии абстракции (этап «В» - «хороший» балл). В экспериментальных группах после окончания эксперимента 22 % школьников показали отличные знания (уровень «G» – «креативный» уровень ассимиляции, показатель «отлично»), которые не были обнаружены ни в одной из контрольных или экспериментальных групп до начала эксперимента. В относительно короткий период адаптации технологический и педагогический подход и новые формы организации образовательной деятельности позволили существенно повлиять на отношение старшеклассников к занятиям физической культурой, сориентировать их на формирование их собственной телесности.

Выводы. Социологические и педагогические исследования позволили оценить

уровень соответствия между традиционным содержанием общего среднего образования в сфере физической культуры и требованиями современной жизни. Было установлено, что в экспериментальной группе юношей прирост показателя физической подготовленности составил 38,7 %, а у девушек 31,4 %, в то время как в контрольных группах, соответственно, 5,1 и 6,6 %.

Литература:

1. Здоровьесберегающее образование: современные факторы развития / под ред. Н.И. Дворкиной, О.Г. Лызря. – Самара: ООО «Офорт», 2016. – 206 с.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА В РАЗВИТИИ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МУЖЧИН

К.С. Труфанова, О.Г. Лызарь

Аннотация. В работе рассматривается содержание силовой тренировки мужчин с применением популярных, экстремальных видов спорта. Представленные результаты исследования подтверждают эффективность использования экстремальных видов спорта, как средства развития силовых способностей мужчин первого периода зрелого возраста.

Ключевые слова: мужчины, экстремальные виды спорта, физическая нагрузка, силовая тренировка, методика.

В настоящее время наиболее острая проблема, требующая неотложных мер и способствующая формированию большого количества соматических заболеваний, заключается в снижении уровня развития физических качеств и недостаточной двигательной активности населения. Отмечаемый уровень двигательной активности населения не в состоянии обеспечить безопасный уровень здоровья [2].

Экстремальные виды спорта, такие как скалолазание и отдельный его вид боулдеринг, требуют от мужчин комплексного развития всех физических качеств, при наиболее акцентированном развитии силовых способностей, выносливости, ловкости и конечно гибкости. В то же время использование предлагаемых видов экстремального спорта позволит оказывать существенное профилактическое воздействие при таких состояниях, как гиподинамия, гипокинезия и гипотония мышц, а также при дефиците двигательной активности у мужчин в целом.

Предлагаемая методика развития силовых способностей мужчин основывалась на применении упражнений на скалодроме, естественном рельефе, на фингерборде, а также на кампусборде и была ориентирована на увеличение силовых показателей мышц плечевого пояса и верхних конечностей мужчин, при сопутствующем улучшении психо-эмоционального состояния [1].

В процессе проведенного педагогического исследования выявили, что применение экстремальных видов спорта оказало значительное влияние как на уровень развития силовых способностей мужчин, так и на их психологическое состояние. Выявили, что в тесте сгибание/разгибание рук в висе на перекладине и сгибание/разгибание рук в упоре лежа средние показатели мужчин увеличились на 29 %; в висе на двух руках итоговые результаты улучшились на 55,5 %; в лазании по канату итоговые результаты мужчин повысились на 58 %.

Результаты психологического тестирования, свидетельствовали о том, что занятия скалолазанием положительно влияют на мотивацию к занятиям двигательной активностью, самочувствие, а также на показатели, характеризующие настроение мужчин.

Таким образом, полученные в ходе исследования данные позволяют утверждать, что включение в программу оздоровительной тренировки мужчин первого зрелого возраста экстремальных видов спорта положительно сказалось на развитии силовых качеств при соблюдении условий индивидуализации процесса дозирования физической нагрузки.

Литература:

1. Лызарь, О.Г. Скалолазание как эффективное средство развития силовых способностей мужчин / О.Г. Лызарь, С.Г. Марченко, К.С. Труфанова // Физическая

культура, спорт и здоровье. – Йошкар-Ола. – 2017. – № 29. – С. 28-32.

2. Тарасенко, А.А. Современные проблемы физкультурно-оздоровительной деятельности в сфере фитнеса / О.Г. Лызарь, В.И. Осик, С.С. Воеводина // Физическая культура и массовый спорт. – 2014. – № 3. – С. 71-76.

СУБЪЕКТЫ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОГО ВУЗА

А.С. Федянина, А.А. Тарасенко

Аннотация. В работе рассматриваются особенности организации управленческой деятельности спортивного вуза, что связано с его правовым статусом и организационной структурой как образовательной организации высшего образования.

Ключевые слова: спортивный вуз, субъекты управления, организационная структура, спортивный менеджмент.

Особенности организации управленческой деятельности спортивного вуза заключаются в наличии двух составляющих менеджмента – административного и коллегиального, что обусловлено его правовым статусом как образовательной организации [2,3]. В результате анализа литературы по спортивному менеджменту установлено, что непосредственное управление деятельностью спортивного вуза осуществляет ректор, избираемый конференцией работников и обучающихся с последующим утверждением учредителем (Министерством спорта России) [3]. Он несет ответственность за стратегию развития вуза, сохранение его стратегических ресурсов при принятии решений в образовательной, научной, воспитательной и организационно-хозяйственной деятельности. В этом направлении своей работы ректор руководит деятельностью проректоров, принимая решение с учетом коллективного обсуждения. Кандидаты на должность ректора государственного спортивного вуза проходят обязательную аттестацию учредителем.

Проректоры вуза осуществляют контроль соблюдения структурными подразделениями правил внутривузовской деятельности, способствуя расширению самостоятельности и ответственности руководителей факультетов и кафедр посредством функции управления финансами в соответствии с программой развития вуза, принятой ученым советом – коллегиальным органом управления. Текущее руководство факультетами вуза осуществляют деканы, являющиеся одновременно председателями советов факультетов. Кафедрами руководят заведующие, выбираемые на ученом совете вуза и утверждаемые в должности приказом ректора.

Таким образом, управленческая деятельность спортивного вуза связана с процессом его развития как образовательной организации, в которой распределены и согласованы компетенции, полномочия и ответственность ее субъектов.

Литература:

1. Воеводина, С.С. Управление образовательной организацией как сложной социально-экономической системой / С.С. Воеводина, Е.П. Гетман // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / Под ред. А.И. Погребного. Т. 18. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 169-176.

2. Гетман, Е.П. Контроль знаний как значимая функция менеджмента в вузе / Е.П. Гетман: материалы конференции (21-27 июня 2016 года, г. Краснодар) / ред. коллегия: С.М. Ахметов, А.А. Тарасенко, Г.Д. Алексанянц, Ю.К. Чернышенко, М.М. Шестаков, А.И. Погребной. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 74-77.

3. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ // Консультант Плюс. Законодательство. Версия Проф [Электронный ресурс] / АО. – М., «Консультант Плюс». – 2018.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННОГО ОБОРУДОВАНИЯ В СИСТЕМЕ ПИЛАТЕС

Ю.А. Чудная, Н.И. Романенко

Аннотация. В последние годы система Пилатес набрала значительную популярность. Все большее внимание и акцент уделяются на разновидности оборудования, которое можно использовать в процессе тренировки. Наиболее востребованным и эффективным сегодня является большое оборудование, позволяющее создать индивидуальный план тренировок с учетом особенностей занимающегося и разнообразить выполняемые упражнения.

Ключевые слова: фитнес, система Пилатес, большое оборудование.

К сожалению, в современном мире у большинства населения нашей планеты возникают стрессы и перенапряжения центральной нервной системы. Методика Пилатес – тренировка психоэмоциональной направленности, которая предполагает выполнение упражнений, направленных на развитие и укрепление глубокой мускулатуры тела и подходящих для людей любого возраста, пола и уровня физической подготовленности. По сравнению с другими фитнес-программами, пилатес имеет преимущества: в одной тренировке развиваются три физических качества: сила, гибкость и координация; используя принципы Пилатес, повышается осознание физической формы тела и улучшается контроль над ним; корректируется осанка и исправляются мышечные асимметрии; улучшаются обменные процессы в организме, восстанавливается психоэмоциональный баланс.

Тренировка делится на три уровня: Пилатес мат, Пилатес с малым оборудованием и Пилатес с большим оборудованием для высокого уровня физической подготовленности. Пилатес с большим оборудованием (студийный формат) предполагает оснащенную материальную базу для занятий, то есть студию, которая может включать следующие тренажеры: reformer, cadillac, spinescorrector, chair, ladderbarel или различные их вариации.

Анализ научно-методической литературы показывает, что в современном мире Пилатес стал средством реабилитации № 1 не только для профилактики заболеваний занимающихся оздоровительной физической культурой [1,2], но и для поддержания симметричных силовых показателей у американских спортсменов, его активно используют теннисисты, футболисты и другие профессиональные спортсмены.

Литература:

1. Романенко, Н.И. Влияние занятий фитнесом на физическую подготовленность женщин среднего возраста различного соматотипа / Н.И. Романенко // Научно-методический журнал «Культура физическая и здоровье». – Воронеж. – 2011. – № 5 (35). – С. 35-38.
2. Филимонова, О.С. Влияние средств фитнеса на физическое состояние женщин 35–45 лет различного соматотипа / О.С. Филимонова, Н.И. Романенко // Научно-методический журнал «Физическая культура, спорт – наука и практика». – Краснодар. – 2014. – № 1. – С. 51-53.

КАФЕДРА ФИЛОСОФИИ, КУЛЬТУРОВЕДЕНИЯ И СОЦИАЛЬНЫХ КОММУНИКАЦИЙ

СУЩНОСТЬ И ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПРОГРАММНОГО ТУРИЗМА

П.А. Аветисян, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Рассмотрены сущность и особенности программного туризма, предполагающего комплексное обслуживание потребителей. Отмечено, что каждая туристская программа должна ориентироваться на определенного потребителя с учетом его запросов. Поэтому на сегодняшний день особенно актуальным является программный туризм.

Ключевые слова: туризм, программный туризм, туристская программа, комплексное обслуживание.

Одним из условий расширения туристского рынка, стала организация турфирмами комплексного обслуживания по определенным программам. Создание специальных программ сделало возможным усовершенствование уровня обслуживания в сфере туризма [1].

Программное обслуживание - это комплексное предоставление определенного набора услуг туристу в процессе преодоления им пространства, подчиненное одной цели, побудившей его к решению собственных проблем с помощью путешествия [2]. Программа обслуживания - это набор запланированных услуг, распределенный по дням и времени их предоставления.

В связи с увеличением конкуренции на международном туристском рынке многие турфирмы стали предлагать своим клиентам комплексное обслуживание по определенно подобранной программе, что увеличило рынок, позволило предприятиям специализироваться на определенном виде программ и позволило повысить уровень обслуживания потребителей туруслуг.

Программный туризм - это комплексный подход к подготовке обслуживания туристов, полностью учитывающий их интересы в соответствии с целью путешествия, возрастом туристов, составом группы, социальной принадлежностью и др. В программном туризме, исходя из конкретной темы тура, komponуется набор требуемых услуг, непосредственно зависящий от главной цели путешествия. Также этот набор основных услуг, который является ключевым в создании программного тура, состоит в свою очередь из сопутствующих подцелей путешествия и дополняющих услуг [2].

Туристское программирование требует к себе особого подхода, так как правильный подход отражает в себе не только обязательные характеристики тура, но и качество, оптимальность и психологическую подготовку потребителя к пользованию и восприятию этого набора услуг. Каждая туристская программа по обслуживанию должна ориентироваться на определенного потребителя и соответствовать целям, которые он преследует. Соответственно, на современном этапе развития программного туризма, необходимо его углубленное изучение как одного из ведущих понятий в туристской деятельности. На наш взгляд, такой подход к рассмотрению различных программ туристских путешествий, расширение самого понятия, значительно облегчит процесс организации туристской деятельности.

Литература:

1. Ильина, Е.Н. Туроперейтинг: организация деятельности: учебник / Е.Н. Ильина. – М.: Финансы и статистика, 2001.
2. Основы туризма: учебник / коллектив авторов; под ред. Е.Л. Писаревского. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 384 с.

О НЕОБХОДИМОСТИ ВОЗРОЖДЕНИЯ РУССКИХ НАРОДНЫХ ПРАЗДНЕСТВ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ

А.М. Артемьева, Г.Н. Сологуб

Аннотация. В данной работе говорится о необходимости возрождения русских народных празднеств, будучи фундаментом патриотических убеждений и чувств они свято хранят и отражают историю, обычаи и традиции национальной культуры.

Ключевые слова: праздник, традиции, культура, народы, обряды.

«Традиция», «обычай», «обряд» – эти слова могут напомнить о силе прошлого, о той силе, которая стремится подавить все новое, но это мнение глубоко ошибочно.

Обычаи и традиции – важные и неотъемлемые элементы культуры любого народа, в том числе и русского. Являясь хранителями исторической памяти, они напоминают человечеству зачастую о том самом лучшем, что было достигнуто в общественной и личной жизни народа за прошедшие годы.

Русский народный праздник как элемент социального и культурного наследия является одной из важных составляющих жизни (наряду с трудом и войной), сохраняет в себе ключи не только к пониманию культуры любого этноса, но и к умению жить вместе, поэтому работа над восстановлением исконно русских праздничных действий очень актуальна на современном этапе.

О возрождении и сохранении русской народной культуры и русских народных празднеств говорили такие научные деятели, как: И.М. Снегирев, И.П. Сахаров, А.В. Терещенко, А.Н. Веселовский, Н.И. Костомаров, С.В. Максимов, М.М. Бахтин, П.Г. Богатырев, Г.П. Блинов, В.Е. Гусев, М.М. Громыко, А.И. Мазаев, А.Ф. Некрылова, В.Я. Пропп, Н.И. Савушкина, И.А. Хренов, А.С. Каргин, Б.Н. Путилов и др.

В их работах отмечается потребность обращения к художественной культуре народа в современном мире, создания государственности страны на национальном и культурном многообразии, признания ценности каждого отдельного этноса и организации условий для их изучения и сохранения в наше время.

Опираясь на многочисленные исследования культурологов, историков и этнографов, в той или иной мере исследовавших проблемы русской народной культуры, а также собственные теоретические поиски, мы пришли к выводу, что возрождение забытых обрядов, традиций, обычаев и празднеств сегодня становится одним из эффективнейших методов приобщения молодежи к прошлому, своим корням, истории, культуре, быту народа. Будучи фундаментом патриотических убеждений и чувств, они являются связующим звеном в осознании неразрывной связи со своими предками и традиционным укладом жизни своего народа.

Невероятная ценность традиций, обычаев, праздников заключается в том, что они свято хранят и отражают облик того или иного этноса, его особенности и характерные черты, благодаря которым один народ имеет возможность отличаться от другого.

Таким образом, можно сделать вывод, что современная праздничная культура как никогда подвержена влияниям извне, но, несмотря на это, она пополняется вновь возрождающимися исконно русскими празднествами, которые напоминают об истории, обычаях, традициях и обрядах нашей многонациональной страны.

Литература:

1. Сахаров, И.П. Сказания русского народа. – М., 1990 г.
2. Снегирев, И.М. Русские простонародные праздники и суеверные обряды. – М., 1990 г.
3. Некрылова, А.Ф. Русские праздники, увеселения, зрелища. – Л., 1984, – 11 с.

ВОСПИТАНИЕ ТОЛЕРАНТНОСТИ У ШКОЛЬНИКОВ

А.Н. Бабченко, Г.Г. Плотникова

Аннотация. Формирование толерантности у школьников является основой для будущего развития цивилизации, основой взаимопонимания между различными народами с их религией, особенностями культуры, возможностью избежать мировых войн.

Ключевые слова: многонациональность, толерантность, эмпатия, этническая культура, национальные особенности.

Проблема толерантности всегда рассматривалась учеными как средство сохранения мира, основа взаимопонимания между различными народами с их религией, особенностями культуры, как возможность гармоничного развития цивилизации.

В последние годы в связи с миграцией народов, развитием массовых коммуникаций, глобализации экономики, резким расслоением мировой цивилизации по экономическим, социальным и другим признакам, а также связанным с этим ростом нетерпимости, терроризма, развитием религиозного экстремизма, обострением межнациональных отношений, вызванных локальными войнами, проблемами беженцев, роль толерантности как показателя культуры людей особо важна.

Россия – одно из самых многонациональных государств мира. Ее населяют свыше 190 больших и малых народов, различных по происхождению, языку, культуре, особенностям быта, но тесно связанных общностью исторических судеб. Такое многообразие этносов на территории России сложилось исторически. Сформировалась определенная культура взаимоотношений. Страны Европы не имеют в своих государствах такое разнообразие этносов, но в силу воспитания и культуры большинство европейцев толерантно относятся к эмигрантам. В переводе с латинского «толерантность» означает терпение. Именно терпение считается одним из значимых качеств для многих профессий, в частности учителя. С великим терпением учителю предстоит воспитывать в школьниках толерантность, начиная с начальных классов, когда формируется чувство культурной идентичности, культурной принадлежности, поиск приемлемых социальных ролей, интерес к общению за рамками ближайшего социума, потребность во взаимопризнании и взаимопонимании с окружающим миром. Развивая у учащихся миролюбие, необходимо делать акцент на таких понятиях, как мир, свобода, равенство, личность, взаимодействие, демократия, права, ответственность, справедливость. Здесь уместно применение спортивных игр, соревнований, конкурсов, где дети различных национальностей будут находиться в равных условиях и оцениваться будут по уровню своих знаний и навыков. В соревновательной деятельности учащиеся учатся сопереживать и поддерживать своих игроков. Игры воспитывают дружбу, взаимопонимание и поддержку, командный дух и честную борьбу.

Литература:

1. Кукушкина, И.Н. Формирование гражданского согласия и толерантности : младшая ступень общеобразоват. школы / И.Н. Кукушкина // Культур. жизнь юга России. – 2017. – № 2. – С. 104–105.
2. Шалин, В.В. Толерантность: культур. норма и полит. необходимость / В.В. Шалин. – Ростов-на-Дону: Сев. Кавказ. науч. центр высш. шк., 2015. – 255 с.

К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ УЧЕТА ЭТНИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ТУРИСТОВ

И.К. Баркая, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Тезисы посвящены важности учета этнических особенностей туристов, при составлении и реализации зарубежных туров, что является актуальным для всех туристских предприятий.

Ключевые слова: туризм, народ, этнос, традиции и обычаи, этнические особенности туристов.

Этнос – межпоколенная группа людей, которая объединена длительным совместным проживанием на определенной территории, общим языком, культурой и самосознанием. У каждого этноса есть свои уникальные традиции и обычаи, которые могут в корне отличаться от традиций других народов. Этнические особенности сформировались под влиянием таких факторов, как географическая среда, этническое окружение и его культурное воздействие на этнос, традиции и обычаи, которые были унаследованы от предков, религия и прочие [2].

Обычаи и традиции другого для туриста народа могут оказать на его большее внимание, чем смена климата или отсутствие привычной пищи и санитарных условий. На психическое состояние туриста оказывают влияние его контакты с местными жителями [1].

Специалисту в сфере туризма необходимо учитывать этнические особенности всех туристов, так как понимание туристских мотивов позволяет обеспечивать соответствие спроса и предложения и, как результат, повышение конкурентоспособности предприятия за счет удовлетворения потребностей туриста в конкретном туристском продукте [1].

Но это не так легко, потому что порой представители народов, которые много лет не бывали за пределами своей родины, думают, что их жизненный уклад и поведение являются единственно правильными, и поэтому любые отклонения от их стереотипов кажутся странными или даже враждебными.

Правила общественного поведения в тех или иных странах часто отличаются от правил поведения в месте постоянного пребывания туриста. И так как турист впервые с ними знакомится, то он даже и не пытается приспособиться к ним или изменить свои взгляды специально во время пребывания в другой стране. В первую очередь различия касаются классовых позиций, семейных отношений и оценки ценностных категорий [1]. Следовательно, туристским предприятиям необходимо заранее информировать туриста о важных этнических особенностях народов, которые проживают в месте временного пребывания туриста.

Таким образом, можно сделать вывод, что учитывать этнические особенности туристов, их традиции и обычаи очень важно. Если специалисты в сфере туризма отнесутся к этому вопросу со всей серьезностью и ответственностью, то в конечном итоге это приведет к повышению спроса на туристском рынке.

Литература:

1. Жукова, М.А. Менеджмент в туристском бизнесе: учебное пособие / М.А. Жукова. - 2-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2006. – 192 с.
2. Юрченко, А.А., Рагер, Ю.Б. Этнографический туризм в России: проблемы и перспективы / Современные тенденции в науке и образовании. Сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции: В 6 частях. – М.: ООО «Ар-Консалт». – 2014. – С. 155-162.

РОЛЬ ДОКУМЕНТАЛЬНОГО МАТЕРИАЛА В СОЗДАНИИ ТЕАТРАЛИЗОВАННОГО КОНЦЕРТА

А.А. Береговой, Г.Г. Плотникова

Аннотация. Рассматривается значение документального материала как первоосновы создания зрелища, а также его роль в реализации творческого метода театрализации.

Ключевые слова: театрализация, документальный материал, массовое зрелище, театрализованный концерт.

Театрализованный концерт сегодня широко распространен как один из видов массового зрелища, он представляет собой вид досуга, который востребован и актуален в настоящее время. Важное и особенное событие является основой праздника, определение «праздник» в культурологии – «часть культуры, являющаяся общественным событием торжественного характера, отдельная от повседневности и быта, проводимая в свободное от работы время» [2, С. 45].

Согласно мнению Н.П. Шилова, спецификой сценария театрализованного представления выступает документальная основа. Действительно, документ в виде аудио- и видеозаписей, частей фильмов, зафиксированных выступлений реальных героев – основной материал режиссера театрализованного представления. Документы в настоящее время являются важными составляющими искусства, его основа, которая стала частью праздничной культуры, принимая вид театрализованного представления, требует его обязательного наличия.

Создание сценария и постановка зрелища, равно как и написание драматургии на документальной основе, требует соблюдения художественного баланса, в котором на паритетных эстетических началах бытовали бы гармонично документальное и художественно-условное. Но в настоящее время документ как первооснова, как база для создания театрализованного зрелища применяется редко. Таким образом, творческий метод театрализации попадает в один ряд с художественной иллюстрацией, представляя, по существу, лишь более сложную ее разновидность.

Документальный материал – это информация о людях, явлениях, событиях, имеющих место в реальной действительности. Носителями данной информации выступают бумага, кино, видео- и аудиопленка, жесткий диск. Материал, который собран согласно теме будущего сценария, представляет собой смысловой ряд. На пересечении этих рядов и появляются оригинальные сценарные решения. Каждый из них по мере развития тянет за собой определенный лексический шлейф.

Театрализация – синтез документального и художественного материала с целью создания художественного образа, а также своеобразный творческий метод, который имеет глубокое социальное и педагогическое обоснование, и наиболее близко стоит к искусству. Благодаря своей социально-педагогической и художественной многофункциональности, театрализация выступает и как оригинальная обработка жизненного, документального материала, и как уникальная организация поведения и действия массы людей.

Литература:

1. Плотников, А.В. Сценарное мастерство: учебно-методическое пособие. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 39 с.
2. Сазонова, А.И. Документ в структуре театрализованного представления и праздника // Журнальный клуб Интелрос. – 2015. – С. 2-3.

ТАНЕЦ КАК СПОСОБ ОБЩЕНИЯ СО ЗРИТЕЛЯМИ

Т.В. Болдырева, Г.Н. Сологуб

Аннотация. В предлагаемой работе танец рассматривается как язык тела, как рисунок, визуализирующий слово, чувства и эмоции.

Ключевые слова: танец, вид искусства, человеческое тело, невербальное общение.

Танец – это вид искусства, в котором тело человека является главным инструментом, с его помощью можно выразить все чувства, эмоции и слова. Искусство танца развивалось и совершенствовалось на протяжении многих лет, поэтому считать, что он служит лишь развлечением или просто досугом, для людей было бы ошибочно.

По мнению американского хореографа М. Грехем, танец – это тайный язык души [1]. Он является одним из способов общения со зрителем. Танец может показать целую историю, печаль или радость испытывает танцор можно увидеть и понять с помощью эмоций и его внешней и внутренней энергии. Однако главным его помощником является музыка. Для исполнителя каждый танец это возможность рассказать всему миру о тех чувствах, которые переполняют его душу. Во время выступления он общается со зрителем языком своего тела. Каждый танец адресован кому-то, и зритель может почувствовать это в движениях, в эмоциях и во взгляде, увидеть для себя что-то важное, вспомнить какие-то жизненные ситуации и просто насладиться моментом. Также танец дает танцору воспитание характера и тела, понимание искусства, психологическое раскрепощение, развитие музыкальности и чувства ритма, улучшение внешних данных и настроения.

Существует множество видов танцев, и каждый из них имеет свой характер. У каждого народа есть свои особенности исполнения, даря неповторимое настроение, танец должен быть показан в нужном месте и в нужное время. Если в танцевальном номере участвуют более двух людей, очень важно, чтобы они чувствовали и взаимодействовали друг с другом. Ведь выходя на сцену с общей историей, каждый из них очень важен в этот момент. Правильно подобранный костюм, музыка и световое оформление также помогают исполнителю и зрителю полностью окунуться в предлагаемые обстоятельства. Через хореографию можно передать идею, чувство и колорит. Общение зрителя и танцора происходит невербальным способом, все, что он хочет сказать, он показывает при помощи мимики и жестов, точных движений своего тела.

Таким образом, можно отметить, что танец это один из способов общения со зрителями. Танцор при помощи языка тела общается с ними, рассказывая о себе или своей жизни. В каждый танец вложена душа, которая помогает ему быть услышанным.

Литература:

1. Кюль Т.: Энциклопедия танцев от А до Я. – М.: Мой мир, 2008.
2. Сологуб, Г.Н. История и основные тенденции развития танцевального спорта на современном этапе // Научный журнал «Студенческий форум». – 2017. – № 5-1 (5). – С. 9-12.
3. Плотникова, Г.Г., Тищенко, Е.С. Праздник как важнейшая составляющая социокультурной реальности XXI века / Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 44-48.

ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ РЕЖИССЕРСКОГО СЦЕНАРИЯ ДЛЯ НОВОГОДНЕГО ТЕАТРАЛИЗОВАННОГО ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

В.С. Вертинская, И.Н. Подольская

Аннотация. В работе рассмотрены особенности подготовки режиссерского сценария театрализованного представления. Отмечено, что при создании сценария новогоднего праздника необходимо придерживаться как традиционной основы, так и современных тенденций праздничной культуры.

Ключевые слова: режиссерский сценарий, массовые зрелища, праздничная культура, театрализованные представления, новогодний праздник.

Режиссура театрализованных представлений и праздников (РТПП) есть деятельность, направленная на создание массовых зрелищ, имеющая в основе исторический и документальный материал, который собирается в архитектуру сценария. Так, Д.М. Генкин считает, что «сценарий – это подробная литературно-режиссерская разработка содержания театрализованного праздничного действия» [1]. Немаловажным является вопрос об особенностях подготовки режиссерского сценария в режиссуре театрализованных представлений и праздников, направленной на создание массовых зрелищ. Основой любого сценария театрализованных представлений и праздников является эпизодное построение, заимствованное у театра, имеющее в основе художественно-педагогическое воздействие на зрителя. Бертольд Брехт писал, что при монтаже очень важно обогащать сценарий новыми элементами в действии за счет необходимости прерывания главного действия.

Приходится признать, что кажущаяся разнородность и разнообразие праздников только результат «оптического обмана зрения». Ведь сценарий массового праздника не только ведется по предварительно написанному сценарию, но и имеет особенность – повторять комплекс, некие обязательные составляющие любой традиции. Именно таким комплексом является цепочка ритуалов. Один из наиболее известных стал новогодний ритуал. Размер сценария для данного праздника способен варьироваться от трех страниц текста до целостного «произведения». Настолько значительное отличие объясняется довольно просто: сценарий, написанный для Кремлевской елки, отличается в объеме и размахе сюжета от сценария для детского сада в провинции. При этом, вне зависимости от размера сценария, в нем находится подбор конкретных сюжетных ходов и надлежащее клишированное вербальное формирование. К примеру, время могут украсть или же оно остановится и т. п. Тем самым массовое предвкушение какого-то важного момента и демонстрирует его долгожданность. Помимо этого, логичность новогоднего сюжета никак не учитывает вероятность победы «сил зла». Значительна в данной взаимосвязи и роль воспитательного момента – изменение отрицательного персонажа. По сути дела, из года в год происходит не только некая борьба добра и зла, но и становится неизменной структура участников такого противоборства. И основная роль, невзирая на новшества, все же отводится Дедушке Морозу и Снегурочке. Положительных героев в сценарии численно больше, бесспорно, это связано с передаваемой истиной «Добро побеждает Зло».

Кропотливое «управление» действием праздника обуславливает неосуществимость отличия заданного сценария, а с ним и отличия хода времени. «Новейшей чертой современного новогоднего праздника является полное отсутствие антагониста» [2], пишет С.Г. Леонтьева. Прослеживается тенденция постепенного

снятия конфликтности сюжета. Режиссеры постулируют впечатлительность и чувствительность нервной системы не только ребенка, не готового к потрясениям, но и взрослого, по этой причине негативное поведение, как представляется организаторам, способно испугать их, огорчить и даже разочаровать. Поэтому при создании новогоднего театрализованного представления важно не только придерживаться традиций, взятых от предков, но и соблюдать современные тенденции развития праздничной культуры.

Литература:

1. Генкин, Д.М. Массовые праздники. – М.: Просвещение, 1975. – С. 145.
2. Леонтьева, С.Г. Детский новогодний праздник: сценарий и миф // Отечественные записки. – 2003. – №. 1. – С. 242-256.

ИННОВАЦИОННЫЕ РАЗРАБОТКИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕДПРИЯТИЙ ГОСТИНИЧНОЙ ИНДУСТРИИ

Е.А. Владимирова, Т. А. Самсоненко

Аннотация. Тезисы посвящены инновационным разработкам в гостиничной индустрии. Данные разработки в гостиничном бизнесе являются вспомогательным способом продвижения гостиничного продукта.

Ключевые слова: сфера гостеприимства, дополнительные услуги, эффективность, гостиничная индустрия, гостиничные услуги.

Инновации в гостиничной индустрии развиваются быстрыми темпами. Причина такого развития заключается в следующем: привлечь как можно большее количество туристов, заинтересовать своим отелем, своим брендом, расположить гостя к себе и тем самым сделать его постоянным клиентом, увеличить прибыль предприятия [1].

На основе статистики рассмотрим процесс внедрения инновационных разработок в деятельность отелей Краснодарского края с 2007 по 2017 гг. В предкризисный 2007 год Кубань приняла до 15 млн. туристов, соответственно у отелей не была актуальной проблема внедрения инновационных технологий. Однако в дальнейшем 2008-2009 гг., когда в кризисный период число туристов уменьшилось и составило чуть более 12 млн. чел., гостиничные предприятия стали работать над инновационными технологиями с целью привлечения туристов. В 2014 году к XXII зимним Олимпийским играм на территории

г. Сочи появилось большое количество отелей, что привело к появлению конкуренции на рынке гостиничных услуг. В связи с этим некоторые отели стали совершенствовать свою деятельность путем внедрения инновационных технологий и дополнительных услуг. Тем не менее на данный момент существует проблема неспособности гостиничных предприятий удовлетворить запросы клиентов, что в свою очередь снижает их конкурентоспособность на рынке гостиничных услуг. Проведенные маркетинговые исследования предпочтений туристов выявили некоторые их пожелания и на их основе обеспечили соответствующее предложение, что позволит повысить заполняемость номерного фонда [1]. Для повышения эффективности работы представлен пример инновационных технологий, рекомендуемых для внедрения в деятельность крупного гостиничного комплекса:

1. «Интерактивное меню» на предприятии питания гостиничного комплекса. Интерактивное меню – это экран, встроенный в стол, за которым отдыхают посетители. При помощи данного гаджета они могут посмотреть все блюда, предлагаемые в данном ресторане, вместе с их фотографиями, вызывать такси, поиграть [2].

2. Экологичность – это путь отелей к сохранению природной энергии. Она включает в себя солнечные панели на крыше для нагрева воды, ветряные генераторы для выработки электроэнергии, а непосредственно гостям отеля предлагаются экополотенца, экопродукты, а также другие экоматериалы.

Сегодня клиенты гостиничных предприятий предъявляют большие требования к ассортименту гостиничных услуг, что также влияет на их прибыль. Грамотно разработанные услуги и инновационные программы уже в скором времени принесут предприятиям индустрии гостеприимства доход и успех.

Литература:

1. Агарева, В.А. Развитие гостиничного бизнеса в рамках внедрения новых

услуг: необходимость и перспективы развития // Концепт. – 2015. – № 05 (май). – ART 15171. - 0,3 п. л. - URL: <http://e-koncept.ru/2015/15171.htm>. (дата обращения 20.11.2017)

2. Джум, Т.А., Юрченко, А.А., Рагер, Ю.Б. Мероприятия сферы питания и программы сферы культуры в ресторанной практике / Наука и образование в XXI веке: теория, практика, инновации. Сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции: в 4 частях. – 2014. – С. 98-102.

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРИЗМА НА ТЕРРИТОРИИ РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕЯ

А.В. Гаспарян, Т.А. Самсоненко

Аннотация: Рассмотрены проблемы организации экологического туризма в Республике Адыгея и перспективы его дальнейшего развития в регионе, а также представлено оптимальное решение данных проблем.

Ключевые слова: туризм, организация туристской деятельности, экологический туризм, активный отдых, экологическая безопасность региона.

В настоящее время экологический туризм является одним из самых развивающихся секторов туристской индустрии. При рациональной организации туров данный вид туризма становится важным источником для экономики [1].

Экологический туризм – это путешествия к относительно неискаженным или незагрязненным областям с уникальными природными объектами. Он включает в себя изучение окружающей природной среды и служит для улучшения обстановки в этой среде [1].

Республика Адыгея по своим природно-климатическим предпосылкам и богатому ресурсному потенциалу является перспективным районом для развития экологического туризма. Однако из-за недостаточного получения информации о регионе и факторов, влияющих на организацию туристского продукта, туристская деятельность в сфере экологического туризма осуществляется не в полной мере. Еще одной проблемой региона является экологическая безопасность, которая находится под угрозой. Большая часть территории Адыгеи имеет статус особо охраняемых природных территорий, некоторые места включены в почетный список ЮНЕСКО. Целенаправленное развитие экотуризма в республике позволит улучшить туристическую индустрию региона и повысить экономическое развитие, не нанося вместе с тем непоправимого вреда местности [2,3].

Для более широкого использования туристского потенциала Республики Адыгея необходимо подробно изучить перспективы развития экологического туризма в регионе, что будет способствовать осуществлению туристской деятельности в полной мере. Также следует ужесточить контроль за поведением туристов, что позволит сохранить природные ресурсы данной территории.

Адыгею можно по праву считать одним из центров экологического туризма в России. Перспективы развития данного вида туризма значительны, однако используются не в полной мере. На территории республики есть все предпосылки для успешного развития экологического туризма. Кроме того, этот вид туризма здесь может стать важным компонентом устойчивого развития природных территорий [3].

Литература:

1. Кусков, А.С. Основы туризма: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. –М.: КНОРУС, 2008. – 120 с.
2. Полухина, В.А. Особо охраняемые природные территории Южного и Северо-кавказского федеральных округов как объекты показа в экотуризме / В.А. Полухина // ВГУ. – 2015. – № 13. – С. 67-71.
3. Шарафан, Т.А. Перспективы развития экологического туризма в Республике Адыгея / Т.А. Шарафан // Вестник магистратуры. – 2014. – № 32. – С. 102-104.

ИСТОРИЧЕСКИЕ ЭТАПЫ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В КИТАЕ

М. Го, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Рассматривается становление и развитие физической культуры в Китае на определённых исторических этапах, отмечены особенности и причины изменения в процессе развития физической культуры.

Ключевые слова: этап, становление, развитие, физическая культура, Китай.

В настоящее время система физической культуры Китая внимание привлекает многих ученых [1]. Исторические этапы становления и развития физической культуры в Китае имеют свои особенности. Первый этап развития физической культуры Древнего Китая (со времен первобытного общества до середины XIX века) называется этапом самостоятельного развития, его главная особенность – военная физическая подготовка [2]. В этот период создавалась оздоровительная и философская традиция в физической культуре Китая.

Второй этап развития физической культуры в новой эпохе Китая (с середины XIX века до середины XX века) называется этапом интеграционного развития. После окончания Опиумных войн наступает период навязывания и вместе с тем внедрения в Китае западного образа жизни и культурного мышления [2]. Это период интеграционного развития физической культуры под влиянием теоретических основ западной физической культуры.

Третий этап это развитие физической культуры современного или Нового Китая (середина 20 века до настоящего времени). В этом периоде развития физической культуры Китая выделяется несколько этапов:

1) с 1949 года до конца 50-х годов – благоприятный период в отношениях между СССР и Китаем. Главное направление развития физической культуры в этот период – полное копирование «советской модели» [3].

2) с конца 50-х годов до 1966 года – период после ухудшения дипломатических отношений между СССР и Китаем. В Китае начался период самостоятельного поиска в развитии физической культуры.

3) с 1966 года до 1976 года – десятилетняя культурная революция в Китае, которая полностью нарушила политические, экономические и социальные порядки в Китае, в том числе развитие физической культуры.

4) с 1976 года до 1992 года – период восстановления в развитии физической культуры в Китае.

5) с 1992 года до настоящего времени – период массового высокоскоростного развития физической культуры в Китае.

Таким образом, этапы становления и развития физической культуры в Китае зависят от исторических событий в жизни государства. Отметим, что в настоящее время государственная политика направлена на развитие массовой физической культуры.

Литература:

1. Горбатенко, Т.Б. История массовой физической культуры в Китае // Вестник БГУ. – 2010. – № 13. – С. 30-32.
2. Liu Chaoqun. The historical changes of Chinese sports culture // Journal of Shanxi Institute of Energy. – 2000. – №. 13 (4). – С. 72-73.
3. Wang Huazhuo. Discussion on historical experiences of China modern physical

education curriculum in the past hundred years [J] // China Sport Science And Technology.
– 2004. – № 40 (5). – С. 65-68.

АНИМАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ФОРМА АКТИВНОГО ДОСУГА

А.А. Гонтарева, Г.Г. Плотникова

Аннотация. В работе раскрывается содержание понятия «анимация», выявляются функции анимационной деятельности как формы активного досуга.

Ключевые слова: анимация, свободное время, социально-культурная деятельность человека, система культурно-досуговой деятельности.

Вопросы усталости, депрессий, суеты, стресса и бытовых забот всегда волновали и будут волновать людей, связанных с работой. У данных причин плохого настроения и самочувствия есть так называемый «антидот» – это досуг. В 50-е годы прошлого столетия Ж.Р. Дюмазедье определил досуг как формулу «трех D»: *delassiment* (расслабление), *divertissement* (развлечение) и *developpement* (развитие), а в последствии, заменив термин «досуг», ввел новый термин – «анимация».

«Анимация» – побуждение к полноценной рекреационной, культурно-досуговой, образовательной, социально-культурной деятельности человека; организованный процесс развлечений и физических упражнений, обеспечивающий население двигательной активностью и коммуникацией. В основе термина «анимация» находятся латинские слова: *anima* – душа; *animatus* – одушевление, что означает воодушевление, одухотворение.

«Досуг», «рекреация» и «анимация» – термины, схожие по целевой направленности. Работая, каждый хотя бы раз мечтал по-настоящему отдохнуть. И не просто меняя деятельность работы, а отдохнуть и душой, и телом, то есть направить свое свободное время в русло настоящего отдыха. Здесь и появляется у человека потребность в анимационной деятельности. Ее суть заключается в следующем: она осуществляется в свободное время и увлекает отдыхающих в активные формы культурного досуга; она отличается добровольностью и ограничивается этнически-национальными и религиозными особенностями; характеризуется многоликостью и разнообразием на основе разных интересов и предпочтений людей; носит гуманистический, культурологический, развивающий, оздоровительный и воспитательный характер.

Поскольку анимационная деятельность носит многосторонний характер, то ее функции: рекреационная, адаптационная, образовательная, развивающая, воспитательная и гедонистическая определяются социальным назначением.

Если рассматривать социум в качестве целостной культурной системы, решающей определенные социально-регулятивные задачи, то в основу такого рассмотрения будет положено деление общества на социальные сегменты носителей креативной, традиционной и массовой культуры как разные варианты образа и качества жизни, отношения между которыми определяются как один из источников культурной динамики. А анимационная деятельность настолько распространена в различных слоях и сегментах общества, что с уверенностью можно сказать, что она является неотъемлемой частью нашей жизни, нашего досуга, а значит, частью, компонентом системы культурно-досуговой деятельности.

Литература:

1. Курило, Л.В. Теория и практика анимации: Ч.1. Теоретические основы туристской анимации: Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2006. – 195 с.
2. Флиер, А.Я. Вектор культурной эволюции // Обсерватория культуры. – 2011. – № 5. – С. 4-16.

ТУРИЗМ КАК СПЕЦИФИЧЕСКИЙ ВИД ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А.И. Думнов, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Рассмотрен туризм как специфический вид досуговой деятельности, позволяющий человеку удовлетворять личные нематериальные потребности в различных сферах жизнедеятельности.

Ключевые слова: туризм, досуг, досуговая деятельность, туризм как вид досуга.

Развитие культуры человека проявляется в его взаимодействии с природой. Человек расширяет свой кругозор, восстанавливает запас сил, познает мир, этому помогает такой вид деятельности как туризм.

Туризм – это временное перемещение граждан в другую страну или местность на срок от 24 часов до 6 месяцев с целью лечения, оздоровления, посещения родственников и других целей, без занятия оплачиваемой деятельностью [2].

Досуг – это деятельность для удовольствия человека, его развлечения, самосовершенствования. Люди занимаются этим видом деятельности не для получения материальных благ, а потому что она им нравится. При этом ученые считают, что досуг в большей степени относится к рекреационной деятельности человека, позволяет удовлетворить потребность в восстановлении физических и моральных сил [2].

Туризм как вид досуговой деятельности стал нормой к концу XX века и с каждым годом приобретает все более массовый характер, становится доступнее для многих слоев населения. Это происходит за счет расширения связей между странами почти во всех сферах жизни, будь то торговля, здравоохранение, образование и многое другое, у людей появляются потребности в изучении нового, расширении своего кругозора, в отдыхе, лечении или обучении в других странах мира.

Научно-техническая революция в настоящий момент шагает очень быстрыми темпами, вследствие чего происходят постоянные политические и экономические изменения, и людям необходимо быстро адаптироваться к этим достижениям, нововведениям и прочим изменениям в быстроменяющемся мире. Для быстрой адаптации необходимо иметь устойчивое психическое здоровье, так как идет высокая информационная нагрузка. Туризм как вид досуговой деятельности отлично справляется с этими функциями. Он позволяет человеку восстановить душевное равновесие, отвлечься от повседневных проблем, помочь справиться с постоянным психическим напряжением, а также создает условия для накопления и поддержания физических сил.

Социальной составляющей туризма является обеспечение потребностей в различных услугах: культурно-познавательных, коммуникативных, организации активного и творческого отдыха, путешествий и др. [1].

Следовательно, туризм как специфический вид досуговой деятельности предоставляет человеку возможность удовлетворять его личные, нематериальные потребности в общении с природой, другими людьми, познавать мир, восстанавливать психические и физические силы, повышать его трудоспособность.

Литература:

1. Максютин, К.Н. Туризм как сфера культурно-досуговой деятельности: основные понятия // Вестник КазГУКИ. – 2010. – № 4. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/turizm-kak-sfera-kulturno-dosugovoy-deyatelnosti->

основные понятия (дата обращения: 24.12.2017).

2. Сидоркина, В.М. Туризм как вид досуга / В.М. Сидоркина, Е.Н. Вдовина // Вестник МГУ. – 2011. – № 3. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/turizm-kak-vid-dosuga> (дата обращения: 24.12.2017).

РЕПЕТИЦИЯ В СМЕШАННЫХ ТВОРЧЕСКИХ ГРУППАХ КАК МЕТОД ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ

А.А. Егорова, А.В. Плотников

Аннотация. Исследование посвящено анализу процесса работы режиссера со смешанными творческими группами, основаниям оценки мотивационных принципов для работы исполнителей с ограниченными возможностями.

Ключевые слова: мотивация, инклюзивная группа, процесс творчества, режиссер.

Мотивация, как один из способов социального влияния, часто применяется в режиссуре. Режиссер способен своей идеей мотивировать зрителя к чему-либо через смыслы и выводы. В то же время, проводя различные тренинги, режиссер помогает исполнителю раскрепощаться и в дальнейшем развиваться и получать удовольствие от результатов, которых они достигают во время выступлений, тем самым мотивируя их не прекращать совершенствоваться.

Процесс творчества сам по себе рождает мотивацию к самоопределению, самовыражению и самореализации личности, независимо от ее физических и интеллектуальных способностей. Поэтому существование смешанных творческих групп, которые также называют инклюзивными, имеет большое значение для современного общества. В отношении исполнителей с ограниченными возможностями культурно-досуговая деятельность может представлять собой один из процессов создания условий для организации свободного времени, имеющий связь с реализацией их интересов, обладающий личностно-развивающим характером и социально-ценностной ориентацией. Работая с инклюзивной группой, режиссеру следует помнить, что такие исполнители отличаются особенной хрупкостью взаимодействий с миром, поэтому методы репетиции должны быть спланированы в соответствии с их особыми возможностями.

К сожалению, практика создания смешанных творческих групп исполнителей с ограниченными возможностями не имеет большого распространения в нашей стране. Например, первый в России театр слепых и слабовидящих «Внутреннее зрение» насчитывает не многим более 45 лет. Создатель театра Элла Иосифовна Варшавская – человек, отдавший всю жизнь своему необыкновенному детищу. Годы работая в своем театре, режиссер создала собственную систему освоения драматургического материала незрячим актером. На спектаклях Эллы Иосифовны зрители могли забывать о том, что на сцене незрячие люди. Актеры запоминали мимику, интонации, считали шаги до предметов или ориентировались на звук.

Таким образом, для режиссера важно уметь мотивировать своих исполнителей во время репетиционного процесса, создавая благоприятную среду для их самосовершенствования, переоценки своих возможностей и преодоления собственных страхов и слабостей.

Литература:

1. Лордкипанидзе, Н. Актер на репетиции. – М.: «Искусство», 1978.
2. Маслоу, Абрахам. Мотивация и личность. – СПб: Евразия - Москва, 2014. – 478 с.
3. Бутова, А.В., Плотников, А.В. Художественная самодеятельность как инструмент развития мотивации к творчеству студентов в социокультурном пространстве // Молодежный научный форум: гуманитарные науки. – 2017. – № 1 (40). – С. 47-53.

ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ РЕПЕТИЦИОННОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО НАПРАВЛЕНИЮ РЕЖИССУРА

А.В. Ефимова, А.В. Плотников

Аннотация. Исследование описывает основные принципы мотивации участников репетиционной работы режиссера массового зрелища, методики организации учебно-методического процесса обучения бакалавров.

Ключевые слова: мотивация, репетиция, постановочный план, особенности, интересы участников работы режиссера.

Сегодняшний зритель, смотря на массовую творческую площадку, даже не догадывается, какая глубокая и профессиональная работа режиссера проводилась с постановочной группой массового зрелища. Режиссер создает собственные мотивационные принципы, которые позволяют собрать постановочную группу, определить границы ее репетиционной работы и последовательно воплотить усилиями собранных профессионалов свой замысел.

Репетиция является ключевым методом в организации учебно-методической, воспитательной и образовательной работы бакалавра в вузе. По готовности к проведению репетиции можно судить об уровне профессиональной квалификации бакалавра-режиссера и его мотивационных принципов [2].

Для мотивации режиссера нужна четко продуманная стратегия. Стратегией мотивации является способ стимулирования на продвижение исполнителя вперед к будущему результату. Для этого режиссеру необходимо осознать внутренние источники мотивации каждого участника постановочной команды. Стратегии мотивации обычно формируются вокруг ключевых ценностей. Режиссер должен разобрать с участниками основания их интересов и все задачи замысла будущего зрелища.

Таковыми основаниями для исполнителей могут стать: общественное, творческое движение и личные интересы. Выделим два контекста стимулирования к деятельности – положительная (стимулирование к работе и движению) и отрицательная (повышенное требование к дисциплине) мотивация. И та и другая способствуют достижению цели [1].

Независимо от методики режиссера, мотивация учебной постановочной группы к работе является одной из функций его организационно-управленческого вида профессиональной деятельности и регламентируется в учебном процессе ФГОС ВО. Поэтому к способам стимулирования исполнителей важно относиться очень внимательно. Вывод: в создании эффективной системы мотивирующих оснований для работы постановочной группы залог успеха замыслов каждого режиссера [3].

Литература:

1. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. — 2-е изд. — СПб.: Питер; М.: Смысл, 2003. — 860 с.
2. Плотников, А.В., Синькова, В.С., Сценарно-режиссерский замысел как педагогическая программа // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль – март 2017 г., г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Часть 2. – С. 172-173.
3. Плотникова Г.Г. Особенности проектирования образовательного процесса по учебной дисциплине в условиях высшего профессионального образования // Проблемы современного педагогического образования. – 2017. – № 57-6. – С. 37-43.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ИМИДЖА ПЕРВИЧНОЙ ПРОФСОЮЗНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Е.М. Ефремова, Э.А. Орлова

Аннотация. В работе с помощью анкетного опроса изучается общественное мнение студентов КГУФКСТ об имидже Первичной профсоюзной организации Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. Делается вывод о том, что нужно учитывать интересы целевой аудитории организации, а также разработать стратегию, так как это позволит улучшить имидж Профкома.

Ключевые слова: имидж, вуз, студенты, организация, опрос, мероприятия, исследование.

Обучаясь в вузе, студенты активно участвуют в общественной жизни университета. Для студента направления «Реклама и связи с общественностью» это особенно актуально, так как их профессиональная деятельность после окончания вуза может быть напрямую связана с взаимоотношениями с различными организациями и категориями общественности.

Имидж – это коммуникативная единица для работы с массовым сознанием. Иными словами, это упрощенный образ чего-либо, в котором остаются только наиболее важные характеристики [2]. А корпоративный имидж – это представление об организации, сложившееся у потребителей, деловых партнеров, конкурентов, определяющее ее место на рынке и ее взаимоотношения с внешней средой [1]. Обладая компетенциями и навыками создания и развития имиджа организации, автор исследования поставил цель усовершенствовать имидж первичной профсоюзной организации Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (далее по тексту профком).

На первом этапе исследования было изучено общественное мнение среди студентов об имидже профкома на сегодняшний день. При этом во время опросов исследователь старался затронуть все элементы имиджа организации: личность руководителя, узнаваемость организации, состояние информирования общественности и взаимодействие профкома с другими подразделениями вуза.

По итогам опроса предстоит разработать шаги по совершенствованию элементов имиджа. Промежуточным звеном между опросом и управленческим решением должны стать мероприятия, способствующие узнаваемости, информированности, эффективному взаимодействию с лидером организации и подразделениями. Прежде всего, это встречи со студентами, специальные мероприятия и круглые столы.

Только тесный контакт с аудиторией, разработка стратегии и учет интересов студентов могут способствовать совершенствованию имиджа первичной профсоюзной организации КГУФКСТ.

Литература:

1. Акопян, М.С. Значимость имиджа для организации. Корпоративная идентичность // Молодой ученый. – 2017. – № 19. – С. 113-115.
2. Берлова, О.А., Захаров, В.П., Колесникова, В.Б., Кочинева А.Л. Игра на информационном поле. Журналистика и PR для «зеленых». / Ред.-сост. Берлова О.А. – М.: Изд-во МСоЭС, 2003. – 207 с.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦВЕТА И ФИРМЕННОГО СТИЛЯ В РЕКЛАМНОЙ ПРОДУКЦИИ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Т.В. Жданова, Э.А. Орлова

Аннотация. Рассмотрена одна из ключевых проблем в коммуникационной сфере, связанная с оптимизацией процесса создания фирменного стиля и цвета в спортивной организации.

Ключевые слова: фирменный стиль, рекламная продукция, спортивная организация.

Целью любой спортивной организации является проведение спортивных соревнований, учебно-тренировочных и других мероприятий, связанных со спортивной деятельностью, а также популяризация своего вида спорта и продвижение команды к новым спортивным высотам. Большое значение в продвижении фирменного стиля играет рекламная продукция [1].

Актуальность вопроса связана с ситуацией, сложившейся в коммуникационной сфере деятельности спортивной организации. Часть спортивных организаций имеют разработанный фирменный стиль и цвет и эффективно используют его в имиджевой и рекламной продукции (форме, значках, календарях, кружках, печатной продукции и пр.). Другие организации только работают над этой проблемой и на сегодняшний день законченного лаконичного фирменного стиля не имеют.

Фирменный стиль – это общность элементов стиля, идентифицирующих принадлежность к конкретной организации, отличающих ее от конкурентов [2]. При этом спортивные организации, имеющие фирменный стиль, не всегда удовлетворены имеющимися элементами стиля, в частности рекламной продукцией, о чем свидетельствуют опросы общественного мнения болельщиков, а порой и игроков и сотрудников команд. Рекламная продукция – это материал, который представлен в виде брошюр, сувениров, а также другими предметами с изображением логотипа организации. Фирменный стиль и используемая цветовая палитра должны не просто гармонично просматриваться в рекламной «картинке», на фирменном бланке, на форме спортсмена или атрибутике болельщика, они должны олицетворять собой организацию, команду, спортсменов и тот спортивный дух, который присущ им.

Основываясь на данных, полученных в ходе проведения маркетингового исследования методом фокус-группы, было выявлено, что респонденты при выборе того или иного логотипа представленных спортивных организаций опирались на знания и представления более успешных организаций и проводили ассоциативную линию между логотипом и видом спорта, который представляет компания. Для оптимизации процесса создания фирменного стиля и цвета для конкретной спортивной организации важно учитывать психологические аспекты и опыт применения цветов в различных спортивных организациях.

Литература:

1. Бондаренко М.Р., Душкевич А.В., Рябенко, Г.В. Применение маркетинга в деятельности спортивных организаций // Реформирование управления на современном предприятии. Сборник материалов XIV Международной научно-практической конференции. – 2014. – С. 27-30.

2. Цурри, О.Г. Фирменный стиль в создании благоприятного имиджа компании // Альманах теоретических и прикладных исследований рекламы. – 2016. – № 1. – С. 91-96.

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ И ПРОБЛЕМЫ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКОЙ РЕСПУБЛИКЕ

А.А. Звягинцев, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Анализируются проблемы, препятствующие развитию спортивного туризма в Республике Карачаево-Черкесия, и рассмотрены возможности преодоления этих проблем.

Ключевые слова: спортивный туризм, Карачаево-Черкесская Республика, проблемы развития спортивного туризма.

Спортивный туризм является одним из самых востребованных видов туризма. Он привлекает людей любых возрастов и профессий, поскольку в современных условиях спорт закономерно начинает представлять собой необходимую часть жизни человечества [2]. Спортивный туризм разделяется по видам (лыжный, горный, водный и т. д.), чем и привлекает огромное количество туристов. Он динамично развивается в различных регионах РФ, активно рекламируется и продвигается туристскими предприятиями.

Отдельно можно выделить Карачаево-Черкесскую Республику, мягкий климат которой способствует развитию спортивного туризма в любое время года, а атмосферный пейзаж способен полноценно «окунуть» гостей в спортивную среду. Ежегодно в Карачаево-Черкесии проходят различные сезонные соревнования, как для спортсменов-любителей, так и для профессионалов. Летом – это рафтинг, спортивное ориентирование, зимой же горные лыжи, сноуборд и др. [1]. Гостям доступны горнолыжные трассы, на которых можно заниматься различными видами зимнего спорта, такими как горные лыжи, скибординг, горный сноубординг и пр. [1].

Сейчас проблемы спортивного туризма в Карачаево-Черкесии можно разделить на две группы: 1. гостиничные услуги (низкоквалифицированный персонал, высокая стоимость апартаментов); 2. техническое несоответствие мер безопасности (отсутствие материально-технической базы, несоответствие стандартного оборудования, несоответствие стандартам специализированных маршрутов). Для решения вышеуказанных проблем необходимо:

– целенаправленное финансирование, направленное на создание материально-технической базы, что обеспечит безопасность;

– разработка новых маршрутов, что в свою очередь будет способствовать привлечению туристов, а соответственно и финансов, которые частично покроют затраты на создание материально-технической базы и часть которых можно будет направить на обновление гостиничного сервиса;

– повышение квалификации обслуживающего персонала, которое приведет к естественному отбору специалистов сервиса и туризма и повышению качества обслуживания.

Литература:

1. Боташев, Р.Б. Анализ и оценка привлекательности регионального турпродукта Карачаево-Черкесской Республики // Пространство экономики. – 2009. – № 3-2. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/analiz-i-otsenka-privlekatelnosti-regionalnogo-turprodukta-karachaevo-cherkesskoj-respubliki> (дата обращения: 13.01.2018).

2. Лихолет, Т.Н. Проблемы и перспективы развития спортивного туризма в России // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – С. 164-165.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ КОНГРЕСС-ТУРИЗМА В РФ

С.В. Зубенко, Т.А. Самсоненко

Аннотация. В тезисах рассмотрено значение конгресс-туризма как отрасли туризма, его доля в российском туристском бизнесе, перечислены меры для развития индустрии деловых встреч.

Ключевые слова: конгресс-туризм, МІСЕ-индустрия, деловая поездка, бизнес-туризм, принимающая сторона, въездной туризм.

Как показывает зарубежная практика, деловой туризм считается на сегодняшний день наиболее перспективной, активно развивающейся и прибыльной отраслью туристского бизнеса. Само понятие «деловой туризм» появилось сравнительно недавно, в 70-80-е годы XX века в Европе и США [2]. Несмотря на это, в связи с быстрым ростом числа деловых контактов темпы увеличения объемов делового туризма достигли 9 %, тогда как туризма в целом – 5 %. По прогнозам специалистов, в ближайшие годы показатели роста бизнес-путешествий будут расти [2].

В связи с развитием международных и межличностных контактов на мировом уровне произошло обособление мощной «индустрии встреч» – МІСЕ-индустрии, что означало возникновение нового вида туризма, связанного с организацией конгресс-туров [1].

По данным ВТО, конгресс-туризм является одним из самых прибыльных видов туризма в мире, особенно для принимающей стороны, которая получает гораздо больший доход, чем от других видов туризма, а также укрепляет деловые, политические и экономические международные связи. Расходы на деловую поездку в 3-4 раза превышают затраты массового туриста, по статистике ВТО, доля конгрессно-выставочного туризма в общем объеме деловых поездок составляет 10-12 % [1].

На данный момент в России наблюдается увеличение спроса на конференц-услуги. Статистические исследования по данной проблеме, начиная с 2002 года, отмечают ежегодный рост занятости конференц-залов в гостиницах на 8%. По сведениям консалтинговой компании HCD Group, ежегодно только в Москве проходит более 150 крупных конгрессно-выставочных мероприятий, при этом среднее мероприятие собирает 100-300 участников, что соответствует среднеевропейскому уровню. По прогнозам специалистов, к 2020 г. объемы доходов от делового туризма в нашей стране превысят 3 млрд долл., а более 50% всех туристов будут приезжать в Россию с деловыми целями [1].

Развитие конгресс-туризма в России является очень перспективным направлением, и для успешного функционирования индустрии деловых встреч необходимо изучение и анализ зарубежного опыта, наличие развитой городской инфраструктуры, средств размещения и питания, систематическое проведение маркетинговых исследований в этой области.

Литература:

1. Бондарев, В.В. Развитие конгресс-туризма в РФ // Сервис+. – 2007. – № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitiye-kongress-turizma-v-rf> (дата обращения 28.10.17).

2. Миюская, Ю.А., Самсоненко, Т.А. Деловой туризм как перспективное направление туристской отрасли Краснодарского края // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Часть 1. – С. 242-243.

СПЕЦИФИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ФУНКЦИЙ КЛАССИЧЕСКОЙ РЕЖИССУРЫ В РЕПЕТИЦИОННОМ ПРОЦЕССЕ ЗРЕЛИЩА

О.Ю. Котигрובה, А.В. Плотников

Аннотация. Исследование касается особенностей использования важных функций классической режиссуры в использовании режиссером метода репетиций при подготовке массового зрелища на каждом этапе репетиционного процесса.

Ключевые слова: функции классической режиссуры, этапы репетиционной работы, коллективная природа зрелищного творчества.

Массовое зрелище как форма творческой деятельности человека является коллективным действием, требует присутствия и непосредственного участия группы авторов или постановщиков. Профессиональная деятельность режиссеров, организующих творческую активность с участием разных профессионалов, всегда будет занимать значительное место в массовой культуре народа. Специфика зрелищного произведения заключается в том, что у его участников имеется возможность творчески выразить свои способности к развитию и фантазии [1].

В каждом человеке живет потребность в зрелищах. Многочисленные попытки в истории трансформировать или реформировать зрелищные интересы терпели неудачи, повышая сопротивление и агрессию социальных обществ. Сегодня массовые зрелища представляют собой фундаментальный институт массовой культуры, одну из основных форм коллективного поведения людей. История развития режиссуры подтверждает, что потребность в организации людьми массовых зрелищных форм есть элемент развития профессиональной культуры. В режиссуре классического театра выделяют функции, которые становятся основанием репетиционного процесса и массовых зрелищ. Среди них стоит выделить: организационную, педагогическую, просветительскую, художественную [2].

С реализации художественной функции начинается в режиссуре уникальный замысел каждого зрелищного события, который выражается в функциях просветительской и педагогической в репетициях. Процесс реализации режиссерского замысла зрелища становится концентрированным выражением организационной, просветительской и педагогической функций режиссера, когда его деятельность, выстраивая результат зрелищного события, просвещает участников постановочной группы зрителей. В застойном периоде метод репетиций позволяет режиссеру не только разобрать конструкцию будущего зрелища, но и осмыслить его художественно-эстетические ценности, создать инструментарий их донесения до зрителя.

Вывод: представление результатов массового зрелища зрителю становится палитрой для красок художника, местом организация выразительных средств замысла, системой управления большими группами сотрудников и зрителей в режиссерской деятельности. Здесь совмещаются функции и виды профессиональной деятельности режиссера, которые осваиваются еще на этапе получения профессии по ФГОС ВО: режиссерско-постановочный, организационно-управленческий, культурно-просветительский, научно-исследовательский, проектный в едином пространстве создаваемого зрелищного события.

Литература:

1. Борщ, В.А. Специфика подготовки режиссера массовых зрелищ / Виктория Борщ // Информационно-культурологическое и искусствоведческое образование в

контексте болонского процесса: Материалы научной конференции 13-14 декабря 2005г. – Х.: ХГАК. – С. 156-160.

2. Плотников, А.В. Культурология режиссерского замысла зрелищ // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 136-141.

ИМИДЖ И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ РАБОТА ОРГАНИЗАЦИИ (МОДЕЛИ СТРУКТУРНОЙ КООРДИНАЦИИ)

А.В. Кузмина, А.В. Тонковидова

Аннотация. Публикация посвящена проблеме совершенствования имиджа организации посредством проведения физкультурно-спортивной работы.

Ключевые слова: имидж, физкультурно-спортивные мероприятия, спартакиада.

В процессе данного исследования нами была рассмотрена работа в Краснодарских электрических сетях по созданию и развитию имиджа, с одной стороны, и работа, проводимая в рамках физкультурно-спортивной деятельности, с другой стороны.

При помощи метода экспертного опроса и анализа документов, SWOT-анализа было выяснено, что два данных вида деятельности организации осуществляются недостаточно скоординировано, и, учитывая данные исследований, которые говорят о высокой мере воздействия физкультурно-спортивных мероприятий на имидж организации как в нашей стране, так и в зарубежной практике, нами были разработаны и предложены модели структурной координации физкультурно-спортивных мероприятий и мероприятий, связанных с имиджем организации [1].

Первая модель структурной координации связана с внутренней коммуникацией и проведением в ПАО «Кубаньэнерго» уже на протяжении 17 лет спартакиад, а также включением в уже налаженные связи нового звена, а именно, структурных подразделений ПАО «Кубаньэнерго». Новая структурная система включает следующие элементы: «головное подразделение – структурные подразделения – физкультурно-спортивные мероприятия – имидж организации». По результатам проведенного опроса можно сказать, что: во-первых, данная модель способствует сплочению коллектива, развитию системы внутренней коммуникации, созданию и повышению имиджа организации и совершенствованию физкультурно-спортивной работы.

Вторая модель связана с развитием в рамках проведения спартакиад внешней коммуникационной составляющей деятельности организации. В структурную систему «головное подразделение – структурные подразделения – физкультурно-спортивные мероприятия – имидж организации» мы включаем такой компонент, как дополненный новыми разделами сайт организации, где будут публиковаться спортивные достижения. Потенциальные и действующие клиенты могут стать зрителями или даже участниками спортивных мероприятий.

Данные модели должны быть скоординированы между собой, являясь средством как совершенствования имиджа, так и физкультурно-спортивной работы организации.

Литература:

1. Корпоративный спорт – средство формирования имиджа: [Электронный ресурс]. М., 2011. URL: <http://sport-print.ru/blog/korporativnyy-sport-sredstvo-formirovaniya-imidzha.html>. (Дата обращения: 03.01.2018).

КОМПОНЕНТЫ ПРОДВИЖЕНИЯ НА РЫНОК АГРОФИРМЫ

А.В. Кузмина, А.В. Тонковидова

Аннотация. Публикация рассматривает перспективные элементы развития сферы агротуризма и проблему продвижения на рынок агрофирмы.

Ключевые слова: продвижение, ярмарки, выставки, связи с общественностью, сайт.

В процессе исследования нами была проанализирована работа агрофирмы «Гладковское подворье». Применяв методы экспертного опроса и анализа документов, SWOT-анализа нами были выделены сильные и слабые стороны в деятельности агрофирмы.

На основании проведенного исследования определены два вектора (компонента) в развитии агрофирмы, которые будут способствовать продвижению ее на рынок.

Ими стали, во-первых «связи с общественностью» и создание сайта организации, который должен включать в себя как логотип, так и «историю-легенду», философию, миссию, сведения о сотрудниках, информацию о деятельности, рекламный блок, общественную и благотворительную работу [2].

Вторым вектором должно стать развитие на территории агрофирмы агротуризма, который является перспективным элементом развития сферы туризма и в данном случае может привлечь потенциальных клиентов [1]. В соответствии с основными видами деятельности организации возможно реализовать: винный, охотничий/рыболовный, пчелиный, лесной виды агротуризма.

Третьим вектором в системе продвижения на рынок агрофирмы может стать участие в ярмарках и выставочных мероприятиях, которые самым существенным образом способствуют продвижению на рынок. В рамках участия в ярмарках и выставках возможно проведение рекламных акций: раздача сувенирной продукции, заранее разработанных буклетов (в том числе и туристической направленности), показ видеороликов о работе агрофирмы [3].

Для успешной реализации данных векторов в развитии фирмы необходима их координация.

После проведенного экспертного опроса и интернет-опроса было выяснено, что как сотрудники агрофирмы, так и клиенты поддерживают данную стратегию продвижения агрофирмы.

Система координации, направленная на усовершенствование внешних коммуникативных связей и элементов, должна включать в себя такие компоненты как агрофирма (головной офис) – структурные подразделения - сайт – ярмарки – выставки -клиенты – клиенты-туристы.

Литература:

1. Сельское хозяйство России: проблемы и перспективы / Сделано у нас. URL: <http://sdelanounas.ru/blogs/16850/> (дата обращения 15.01.2018).

2. Служба маркетинга предприятия (организация по отраслям) / B2 Blogger.com. URL: <http://b2blogger.com/articles/manage/32.html> (дата обращения 13.01.2018).

3. Смена курса. Потребители, реклама, продажи – расставляем новые приоритеты // Маркетолог. – 2015. – № 1. – С. 11-12.

СОГЛАСОВАНИЕ ДОКУМЕНТАЛЬНЫХ И ХУДОЖЕСТВЕННЫХ МАТЕРИАЛОВ В РЕЖИССЕРСКОМ ЗАМЫСЛЕ

А.В. Липина, А.В. Плотников

Аннотация. В работе определены принципы согласования документального и художественного материалов в процессе подготовки режиссерских замыслов массовых театрализованных зрелищ, на которые опираются и в процессе обучения бакалавры-режиссеры и режиссеры-профессионалы.

Ключевые слова: режиссерский замысел, факты жизни, факты искусства, принципы согласования документального и художественного, ответственность режиссера.

Сегодня режиссер массовых зрелищ находится в непрекращающемся состоянии поиска уникального замысла. Процесс создания режиссерского замысла начинается с поиска острой социальной или проблемной информации из реальной жизни для определения авторской идеи. Чаще всего источниками таких идей становятся документальные или художественные материалы. Отбираемая информация представляет оценку социальных явлений, анализ взаимоотношений людей, личного опыта, интернет-новостей, всего того, что может явиться основой режиссерского поиска, вдохновить его на создание уникального замысла будущего зрелища.

На этапе получения высшего образования будущие бакалавры в работе с накопленной информацией осваивают профессиональные компетенции отбора и систематизации, изучения и анализа фактических данных и выразительных средств будущего зрелища, определенные ФГОС ВО направления 51.03.05 Режиссура театрализованных представлений и праздников. Из общего объема собранных выразительных элементов, режиссер конструирует замысел зрелища. Ограничивает документы и факты в предлагаемых обстоятельствах реального события, определяет форму зрелища, жанровые и стилевые особенности, развивает в композиции заложенный в социальной проблематике конфликт, планирует репетиционную работу с исполнителями. Режиссерский замысел воплотится на сценической площадке только в согласованном взаимодействии всего объема художественных средств и документальных материалов. Потому на этапе обучения будущих режиссеров и в профессиональной деятельности, главными компетенциями режиссера в работе с замыслом становятся мобильность, творческая свобода поиска, упорство и ответственность, что помогает развитию авторской идеи и снимает любые сомнения в создании замысла зрелища. Режиссер в профессиональной культуре обязательно воспитывает особое творческое видение или «чутье», которое состоит в умении почувствовать тень необычного нового, не всеми увиденного, полезного и такого близкого, идущего изнутри в бесконечной суматохе дней и серости обыденного.

Подводя итоги, можно сделать вывод, что согласование художественного и документального материалов ведет к успешному решению режиссерского замысла с последующим выходом на раскрытие идейно-художественного смысла массового театрализованного зрелища.

Литература:

1. Мордасов, А.А. Изучаем режиссуру праздников. – Челябинск, 2014.
2. Синькова, В.С., Плотников, А.В. Сценарно-режиссерский замысел как педагогическая программа // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов

и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль – март 2017 г., г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Часть 2. – С. 172-173.

3. Плотников, А.В. Режиссерский замысел художественно-спортивной программы как феномен культуры зрелища // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2017. – № 3. – С. 69-74.

PR-СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ИМИДЖА РЕГБИ-КЛУБА «КУБАНЬ»

Э.В. Мазурова, Р.А. Запороцкий

Аннотация. В данной работе рассматриваются такие вопросы, как история развития регби в России, влияние представителей этого вида спорта на общественную жизнь, а также работа специалистов по связям с общественностью и маркетологов, чья деятельность связана с формированием имиджа этого вида спорта.

Ключевые слова: регби, соревнования, СМИ, имидж, болельщики, регби-клуб «Кубань» .

Регби существует в России примерно столько же, сколько футбол и хоккей. Как сообщает официальный сайт Федерации регби России, первые упоминания об официальных матчах относятся к началу прошлого века. Но, в отличие от футбола и хоккея, регби по-настоящему «народной» игрой в XX веке у нас не стала. Главная причина - ресурсы были направлены на развитие хоккея, который был политическим инструментом в противостоянии с Западом, а также футбола, который объединял миллионы людей [1].

Сегодня регби все так же остается спортом «второго» эшелона, находясь в тени футбола, хоккея и баскетбола. Бюджеты профессиональных клубов и федерации этих видов спорта позволяют им постоянно находиться в верхних строках информационных сообщений. Но регби все же удается оставаться в информационном поле. А в некоторых регионах страны даже быть серьезно представленными на просторах СМИ. Пример – успешная работа регби-клуба «Кубань» в информационном поле Краснодарского края, где игра пользуется интересом у болельщиков и журналистов.

Подобные результаты стали возможны благодаря выбранной PR-стратегии по формированию положительного имиджа этого вида спорта, в основе которой не только эксплуатация спортивных успехов, но и кропотливая работа специалистов по связям с общественностью с болельщиками, органами государственной власти, СМИ и спонсорами. Одной из визитных карточек клуба на сегодняшний день является работа с болельщиками на домашних матчах. Высокую оценку эта деятельность получает в ведущих СМИ. «В лучших джентльменских традициях» - с таким заголовком вышла публикация в «Краснодарских известиях» о спорт-пикнике – традиционном мероприятии, предваряющем домашние матчи клуба [2]. А встречи со спортивными журналистами, направленные на формирование имиджа клуба, широко осветил телеканал «Кубань 24» [3].

Литература:

1. Официальный сайт Федерации регби России [Электронный ресурс]. Режим доступа <http://www.rugby.ru/istoriya> 23.01.2018 г.
2. Официальный сайт газеты «Краснодарские известия», [Электронный ресурс]. Режим доступа http://kiazeta.ru/news/city/v_luchshikh_dzhentlmenskikh_traditsiyakh/?sphrase_id=149757 22.01.2018 г.
3. Официальный сайт телекомпании «Кубань 24» [Электронный ресурс]. Режим доступа <http://kuban24.tv/item/rk-kuban-ustroil-match-mezhdu-sbornymi-zhurnalistov-krasnodarskih-smi-161438> 23.01.2018 г.

ОСОБЕННОСТИ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ СТРУКТУРЫ ВОКАЛЬНОГО НОМЕРА В КОНЦЕРТЕ

К.Н. Мануйлова, И.Н. Ронь

Аннотация. В работе раскрываются основные принципы целостности вокального номера. Отмечено, что внутри художественной структуры вокального номера четко отмечается тенденция к развитию синтеза таких искусств, как вокал, актерское мастерство и режиссура.

Ключевые слова: номер, драматургия, вокал, жанр, художественная структура.

По своей внутренней художественной структуре вокальный номер следует жестким законам и принципам, которые существуют сегодня на эстраде. Актуальность заключается в анализе эстрадных законов применительно к работе режиссера-постановщика над песней.

Любой концерт состоит из калейдоскопа номеров, состав которых обычно определяет качество этого представления. Номер – это главная художественная единица эстрады. И вокальный номер не является исключением. Понятие «номер» пришло на эстрадные подмостки из цирка. Оно означало порядковый номер, место, которое занимает артист в очереди выступления в программе. За кулисами цирка ещё перед выходом на арену вывешивалась рукописная программа, в которой были указаны номера выступлений артистов по порядку.

Художественная структура современного вокального номера довольно разнообразна. Но все-таки самой главной составляющей всегда остается неповторимая индивидуальность эстрадного артиста [1]. Нестандартный, яркий вокальный номер всегда имеет еще одну важную составляющую своей художественной структуры – это его драматургия. Драматургия — теория и искусство построения драматического произведения, а также сюжетно-образная концепция такого произведения. Если есть драматургия, обязательно появится персонаж, тема, событие, действие, конфликт.

В настоящее время внутри художественной структуры вокального номера четко отмечается тенденция к развитию синтеза таких искусств, как вокал, актерское мастерство и режиссура. Песня, опирающаяся на драматургию, сегодня очень хорошо принимается публикой. Еще в конце 1960-х гг. вокалисты чувствовали необходимость в участии режиссуры, которая бы смогла объединить вокал и мастерство актера, чтобы добавить в вокальный номер большую выразительность.

По своей внутренней художественной структуре вокальный номер складывается точно так же, как и номера других жанров. Соответственно, следует тем же довольно жестким законам, существующим сегодня на эстраде. Прежде всего – это ограничение выступления артиста по времени [2].

Следующим отличительным признаком вокального номера является то, что его нужно создавать как самостоятельное и законченное произведение эстрадного искусства.

Итак, цельность номера проявляется в том случае, если соблюдается самый важный общий принцип, касающийся всех жанровых разновидностей, – создаваемое произведение должно опираться на такие выразительные средства, которые принадлежат исключительно конкретному эстраднему жанру. В противном случае и у исполнителя, и у зрителя может создаться впечатление нелепости всего происходящего на сцене.

Литература:

1. Дмитриев, Ю. Номер. Эстрада России. XX век. – М., 2004. – 452 с.
2. Варшавский, Я. Настоящая эстрада. Эстрада без парада. – М.: Изд. «Искусство», 1991. – 229 с.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИТНЕС-ТУРИЗМА

Д.Ш. Мисриева, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Рассмотрено понятие «фитнес-туризм», проанализированы его особенности, показаны основные этапы разработки фитнес-тура.

Ключевые слова: фитнес-туризм, здоровье, спорт, отдых, фитнес-тур.

Сегодня, в условиях загрязнения окружающей среды, снижения здоровья человека, повседневной напряженности за счет ускорения темпа жизни, все большей популярностью пользуется оздоровительный отдых, к которому можно отнести и фитнес-туризм. Фитнес-туризм - это активный досуг, совмещающий отдых как таковой, с физическими нагрузками, способствующими оздоровлению организма [2].

Особенностями фитнес-туров являются неотъемлемые условия их реализации. Например, обязательное наличие спортивного инвентаря и соответствующего снаряжения или возможность его проката в организации тренировочных мероприятий. Также, в программе тура обязательно должно быть предусмотрено время для отдыха туристов и запланировано время для проведения экскурсий или других развлекательных (не спортивных) мероприятий. Важной особенностью является питание клиентов, именно поэтому организаторам следует заранее обговорить этот вопрос с представителями гостиницы, кемпинга или другой базы проживания туристов. Не менее значимым аспектом является кадровый персонал, то есть необходимо позаботиться о наличии сертифицированных инструкторов, которые будут главными наставниками клиентов на тренировках. Кроме того, нужно организовать медицинский пункт и позаботиться о наличии у всех занимающихся медицинской страховки [1].

Разрабатывая фитнес-тур, следует делать это поэтапно и придерживаться определенной структуры. Для начала необходимо провести маркетинговое исследование по выявлению потенциальных клиентов и оценке конкурентов. Затем исследовать материально-техническую базу и составить маршрут, который будет интересен и актуален. Определив целевую аудиторию, можно приниматься за проектирование бизнес-плана, после чего, продемонстрировав его заинтересованным партнерам, заключить с ними договора о сотрудничестве. Далее следует подобрать кадры для реализации тура (в первую очередь, это инструктора) и разработать для них фитнес-программы и экскурсионные листы (дополнительно). Чтобы о продукте узнали, его нужно прорекламировать. Желательно провести экспериментальную проверку тура. И, наконец, завершающим этапом является реализация фитнес-тура через посредников, тур-агентов и фитнес-клубы [2].

Подводя итог, можно отнести фитнес-туризм к нетрадиционным, но перспективным направлениям активного отдыха. Данный вид туризма можно охарактеризовать как доступный, а главное - полезный для здоровья досуг. Основным минусом является дороговизна фитнес-тура, но она окупается индивидуальным вниманием инструктора к каждому клиенту. Таким образом, фитнес-туризм новая, но достаточно интересная в силу своих особенностей и перспективная туристская область.

Литература:

1. Бабичева, Э.И. География фитнес-туризма / Э.И. Бабичева // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2015. – № 1-6. – С. 120-121.
2. Бабичева Э.И. Управление проектами разработки и реализации фитнес-

туров туроператорами РФ / Э.И. Бабичева // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2015. – № 2-4. – С. 139-140.

ОРГАНИЗАЦИЯ ОСВЕЩЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ВУЗА (НА ПРИМЕРЕ КГУФКСТ)

А.А. Никульников, Э.А. Орлова

Аннотация. В работе рассматривается вопрос возможности и необходимости организации освещения специальных мероприятий вуза, проводимых досуговым центром, и размещения этой профессиональной PR-информации на сайте вуза.

Ключевые слова: вуз, студенты, досуговый центр, мероприятия, освещенность, информированность.

Студенческая жизнь в университете очень многогранна и не заканчивается одним лишь обучением. На базе университета существуют и активно работают студенческие организации, такие как: профком, студенческий совет и досуговый центр. Эти организации работают со студентами по всем направлениям: учебная деятельность, развлекательные и спортивные мероприятия, мероприятия, посвященные конкретному событию, и т.д.

Работа студенческих организаций освещается в вузе разными способами и через разные каналы связи. Используются такие методы, как «сарафанное радио», активно применяются социальные сети, такие как «ВКонтакте», «Инстаграм», информация вывешивается на стенды факультетов, а также на сайте вуза.

Информация о деятельности этих организаций доходит до студентов, и обычно мероприятия проходят с достаточным количеством участников и публики, но, как показывает практика, не всегда все проходит так, как запланировано. Не все студенты осведомлены, а если и владеют информацией, то недостаточно заинтересованы в участии, даже в качестве зрителя.

В нашем исследовании мы ставим задачу использования умений и навыков студентов направления «рекламы и связи с общественностью» в деле рекламного-информационного и PR-сопровождения специальных мероприятий вуза, проводимых с участием досугового центра. Для этого нам предстоит подготовить целый ряд документов и разместить их на сайте вуза:

- 1) История предприятия в лицах.
- 2) Хронология успешных мероприятий с фото- и видеоматериалами, т.е. фактически подготовка бэкграундера.
- 3) Создать рекламную продукцию для популяризации деятельности подразделения с учетом пожеланий руководителя.

Заключение: для повышения информированности студентов о деятельности досугового центра необходимо подготовить ряд документов, разместить их на сайте вуза, тесно контактировать со студентами и информировать их о работе центра.

Литература:

1. Официальный сайт КГУФКСТ [Электронный ресурс]. Режим доступа <http://kgufkst.ru/kgufk/html/dosug.html> 23.01.2018

РЕЖИССЕРСКИЙ ЗАМЫСЕЛ ТЕАТРАЛИЗОВАННЫХ ЗРЕЛИЩ

И.М. Овчаренко, А.В. Плотников

Аннотация. В статье исследуется процесс создания режиссерского замысла театрализованных зрелищ в студенческой среде.

Ключевые слова: режиссерский замысел, события, зритель, выразительные средства.

Сегодня нет ни одного значительного события в жизни города, села, области, которое не было бы отмечено театрализованным концертом или зрелищем. Современное общество с каждым годом накапливает в себе все больше навыков в режиссерском замысле.

Замысел – это художественное отображение поставленной сценической и педагогической задачи в предлагаемых обстоятельствах и пространственно-пластической разрешенности. В работе режиссера зрелищ часто применяется как решение.

Понятие режиссерского замысла – очень важно в процессе работы над созданием театрализованных зрелищ. Он определяет не только, что будет ставиться, но и как это будет осуществляться. Всеволод Мейерхольд говорил, что у хороших режиссёров «что и как должно рождаться одновременно». Мыслям и фантазиям режиссёра нет границ, поэтому он делает всё, что ему вздумается [2].

Замысел – это то, что придумал режиссер и как он хочет показать это зрителю. Существует несколько этапов замысла: определение темы и идеи. Режиссер-сценарист должен продумать все события, происходящие на сцене. Важно четко и последовательно изучить материалы, связанные с тематикой зрелищного мероприятия. Самое главное, чего нужно добиться, это придумать «изюминку» в зрелище, чтобы зрителю было интересно. Чтобы ему хотелось смотреть происходящее на сцене с удовольствием.

А также самое ответственное во всем происходящем - свет, музыка, образы, пространство. Это помогает выразить действительность и насыщенность всех дней, в «однодневной» жизни на сцене. Сценическое решение и многое другое. Все это должно быть обдуманно режиссером, нарисовано на бумаге. Только тогда, с этими установками, можно начинать прогоны, репетиции. И достичь великолепного результата, к которому стремился режиссер, со своей командой.

Вывод: замысел художественного зрелища, по мнению Б. Н. Петрова, становится инструментом эмоционально-эстетического, идейно-смыслового, композиционного и соревновательного конструирования педагогических моделей общения со зрителями и контактной работы со студентами [1].

Литература:

1. Петров, Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления: Основы режиссуры, технологии, орг. и методики: учеб. пособие для студентов высш. и сред. проф. учеб. заведений физ. культуры. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 351 с.

2. Плотников, А.В. Режиссерский замысел художественно-спортивной программы как феномен культуры зрелища // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2017. – № 3. – С. 69-74.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

И.О. Олейников, Т. А. Самсоненко

Аннотация. Рассмотрены проблемы развития туризма для детей школьного возраста, предложены меры по преодолению сложностей в развитии данного вида туризма.

Ключевые слова: туризм, туризм для школьников, Краснодарский край, виды туризма.

Краснодарский край имеет разнообразные природные богатства, в нём представлены горы, леса, поля, степи, реки и озёра. Помимо этого, край славится приятным климатом, который способствует развитию туризма. Также край имеет богатую историю, на его территории находится множество памятников истории и архитектуры, исторических мест (места сражений ВОВ и Гражданской войны). Все эти факторы дают неограниченное поле деятельности для такого вида туризма, как туризм для детей школьного возраста.

Туризм - не только средство физического развития, его немаловажной функцией является нравственное воспитание туриста. Туризм важен не только для самих школьников, которые, раскрываясь в походе совсем с другой стороны, учатся лучше понимать себя и своих одноклассников, но и для их учителей, которые становятся гораздо ближе к детям, находясь с ними в практически равных условиях [2].

Школьникам туризм очень интересен, они всегда с охотой соглашаются пойти в поход, ведь детям свойственна тяга к новым приключениям. Однако, помимо явных преимуществ, данный вид туризма имеет и сложности, связанные, в первую очередь с организацией походов.

Во-первых, это огромное количество бюрократических ограничений, вместе с тем в Роспотребнадзоре ведется работа по устранению излишних требований из документов, регулирующих сферу детского туризма [1].

Во-вторых, пассивное отношение к данному виду деятельности очень многих учителей. Это связано с наказуемостью любой инициативы, в результате никто ничего и не пытается делать.

В-третьих, отсутствие какого-либо финансирования не только школьных выездов, как таковых, но и невыплата какой-либо премии учителям, которые проявляют такую творческую инициативу, учитель скорее терпит ущерб от таких походов.

Для решения указанных проблем можно принять следующие меры: поощрение инициативы учителей и введение в школьную смету расходов на организацию походов, расширение программ обучения организации школьного туризма, создание современных систем подготовки учителей, мотивация работников сферы туризма, которые учувствуют в организации таких походов.

Таким образом, можно сделать вывод, что правильно организованное и проведенное туристское путешествие обеспечивает хороший отдых, физическое развитие и спортивное совершенствование ребят, расширяет кругозор, воспитывает коллективизм, любовь к природе, дисциплинированность, самостоятельность и инициативу.

Литература:

1. Баркая, И.К., Юрченко, А.А. К вопросу о развитии детского туризма в

России // Студент. Аспирант. Исследователь. – 2016. – № 11 (17). – С. 212-216.

2. Хоменко, А.В. Организация туристско-краеведческой деятельности детей в условиях развития современного образовательного учреждения // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2011. – Т. 17. – С. 85-91.

КРОССФИТ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ФИТНЕС-ТУРИЗМА

Д.С. Орманджи, Т.А. Самсоненко

Аннотация. В тезисах рассмотрено перспективное направление фитнес-туризма, получившее название кроссфит. Отмечено, что в последнее время тренировки кроссфит стали активно включаться в программы фитнес-туров.

Ключевые слова: туризм, фитнес-туры, фитнес-туризм, кроссфит.

Повсеместно такое направление, как фитнес-туризм, набирает огромную популярность, тем самым привлекая к себе интерес. Люди, интересующиеся состоянием своего здоровья, предпочтительно ведут здоровый образ жизни, придерживаются правильного питания, посещают спортзалы, при этом отказываясь от вредных и пагубных привычек. Многие из них принимают участие в выездных фитнес-турах [1].

Учёными из Бостонского университета было доказано, что даже незначительная физическая активность несёт здоровью больше пользы, чем пассивность. Во время фитнес-туров участники группы смогут улучшить своё физическое состояние и форму, тем самым повысив качество жизни.

В общем понимании кроссфит - это программа тренировок, либо комплекс фитнес-упражнений, который способствует проработке всех мышечных групп, а также воспитывает силу и выносливость спортсмена. Создателем кроссфита является американец Грег Глассман. Ему принадлежит абсолютно новая методика тренировок и база упражнений. Она активно распространилась среди тренеров и спортсменов [3].

За последнее десятилетие тренировки кроссфит стали активно включать в программы фитнес-туров. При подготовке тура необходимо подобрать отель, отвечающий всем требованиям для осуществления фитнес-программы. Во время фитнес-тура необходима организация отелом специального питания, обязательное наличие тренажерных залов, бассейна и сауны, площадок для тренировок под открытым небом. Заранее участники выбирают дату проведения тура, а затем формируется группа. Очень часто подобные туры создаются при фитнес-центрах, так как основная масса потенциальных участников находится именно там [2]. Знаменитые фитнес-инструкторы осуществляют рекламную деятельность своих услуг в социальных сетях, тем самым привлекают внимание к подобным турам. Данные туры стали очень популярны и востребованы, т.к. для участия не требуется специальная физическая подготовка. Фитнес-туризм постепенно набирает популярность и становится более доступным для жителей мегаполисов и небольших городов России [1].

Оздоровление поколений всегда являлось непростой задачей, но благодаря кроссфиту возможно решить эту всемирную проблему, для этого необходимо развивать данную форму социальной активности и внедрять фитнес-туризм в общество. Большую поддержку в развитии кроссфита оказывает туризм, он помогает привлечь больше заинтересованных людей к этому направлению. К немаловажным достоинствам можно отнести живое общение и новые знакомства среди граждан различных стран мира.

Литература:

1. Бабичева, Э.И. География фитнес-туризма / Э.И. Бабичева // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2015. – № 1-6. – С. 120-121.

2. Бабичева Э.И. Управление проектами разработки и реализации фитнес-туров туроператорами РФ / Э. И. Бабичева // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2015. – № 2-4. – С. 139-140.

3. Ural Gym. Кроссфит, или «убийственный» тренинг. – [Электронный документ] URL <http://ural-gym.ru/> (дата обращения 04.11.2017)

ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ КОННОГО ТУРИЗМА В ОЗДОРОВЛЕНИИ РЕКРЕАНТОВ

Т.В. Осипенко, Л.Г. Битарова

Аннотация. В работе рассматривается роль конного туризма в оздоровлении людей, его популяризация отличительные черты и перспективы развития в стране и мире в целом.

Ключевые слова: популяризация конного туризма, иппотерапия, верховая езда, наездник, конные прогулки, перспективы развития.

Актуальность данной работы состоит в том, что на данный момент большим спросом у туристов пользуются активные виды отдыха, способствующие оздоровлению организма. Приобретает широкую популярность среди населения спортивно-оздоровительный, конный туризм. Но рекреационные возможности иппотерапии используются недостаточно для людей с инвалидностью.

Под конным туризмом подразумевается активный отдых, заключающийся в прохождении туристического маршрута на лошадях верхом или в упряжке за пределами конюшни с преодолением локальных и протяженных препятствий [2]. С начала 60-х годов 20 столетия многие страны подверглись «конной лихорадке». Этому способствовали условия жизни коренных горожан, так как их здоровье ухудшалось в результате повышенных нервных нагрузок, недостаточной физической активности. В связи с этим, помимо широко рекламируемых бега, гимнастики, ходьбы и других физических упражнений внимание людей снова было обращено к лошади [1]. В древности Гиппократ утверждал, что раненые и больные идут на поправку быстрее, если ездят верхом, это освобождает человека от негативных мыслей, вызывает радостные и позитивные эмоции. Существует специальная лечебная верховая езда – иппотерапия. Термин «иппотерапия» происходит от греческого слова «hippos», что означает лошадь, и «therapy» - терапия, и переводится как лечение лошадью [2]. Иппотерапия - методика преодоления различных недугов, в том числе детского аутизма, основанная на взаимодействии человека с лошадью, на обучении верховой езде. Это естественный способ лечения, не причиняющий боли и внутреннего дискомфорта. Сильное биополе лошади и температура тела, которая на 1,5 градуса выше человеческой, приводят к высокой результативности. Конный туризм служит эффективным средством духовного и физического развития личности, воспитания бережного отношения к природе, прекрасная возможность познакомиться с жизнью, историей, культурой и обычаями народов. Конный туризм в России активно развивается на Алтае, в Карачаево-Черкесии, Кабардино-Балкарии, Адыгее, Краснодарском крае (поселок Ольгинка, район Лаго-Наки). Иппотерапия развита в основном в Краснодаре, Сочи, станицах Анастасиевской и Варениковской, но не применяется в комплексном санаторно-курортном лечении.

Для популяризации конного туризма и иппотерапии необходима работа со всеми каналами СМИ, подготовка рекламно-информационных материалов, проведение выставочной деятельности, формирование имиджа и его включенность в санаторно-рекреационную деятельность.

Литература:

1. Питка, Я.А. Социально-рекреационные возможности конного туризма / Я.А. Питка // Научный результат. Серия: технология бизнеса и сервиса. – 2015. – № 2 (4). – С. 14-21.

2. Иванова, Н.В. Спортивно-оздоровительный туризм: учебное пособие / Н.В. Иванова. – Москва: Дашков и К°, 2015. – 255 с.

КЛАССИЧЕСКАЯ РЕЖИССУРА КАК ОСНОВА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ РЕЖИССЕРА МАССОВЫХ ЗРЕЛИЩ

Д.В. Павлов, А.В. Плотников

Аннотация. Исследование представляет основания для анализа классических принципов профессиональной культуры режиссера зрелищ в сфере массовой культуры зрелищ, важных для бакалавров.

Ключевые слова: классическая режиссура, профессиональная культура, массовое зрелище, сверхзадача, художественный смысл произведения.

Режиссура массовых зрелищ как вид профессиональной деятельности опирается на принципы и правила классической режиссуры драмы по созданию выразительного сценического действия. И сегодня классические правила драмы Аристотеля формируют требования к современной постановочной культуре режиссера массового зрелища, среди которых: наличие героя, развитие конфликта, создание композиции в предлагаемых обстоятельствах, ограничивающих сценическое действие [1].

Важно выделить специфические особенности форм режиссерской работы для: театра и кино, эстрады и цирка, театрализованных представлений и иных современных массовых зрелищ. Нужно понимать режиссерское искусство как систему действий по творческой организации всех выразительных элементов зрелища на создание единого, гармонически целостного смысла художественного произведения. Благодаря работе режиссера сценические действия приобретают идейно-стилистическое единство и общую смысловую целеустремленность: то, что Станиславский называл «сверхзадачей спектакля» [2].

Именно профессиональная культура режиссера создается на основе: обучения, сплочения и вооружения своей идеей армии-команды исполнителей, чтобы потом бросить ее в смысловую постановочную атаку. Режиссер функционально призван объединять усилия других профессионалов, направлять их к общей цели - сверхзадаче спектакля.

Хотя режиссура массовых театрализованных представлений нацелена на активное вовлечение зрителя в процесс действия, массовые зрелища полностью создаются из элементов классической драматургии и режиссуры. Невыразительные и бесконфликтные зрелища уничтожают идентификацию зрительского внимания, вызывают скуку и пассивность восприятия массового действия.

Следовательно, классическая, по мнению К.С. Станиславского, сверхзадача режиссера театра по преобразению зрителя спектакля из созерцателя или участника в подлинного знатока и мастера создаваемого художественного произведения искусства остается актуальной и для режиссуры массовых зрелищ, когда даже репетиция зрелищного произведения становится настоящим уроком для зрителя - активного участника - героя массового сценического действия.

Литература:

1. Плотникова, Г.Г., Тищенко, Е.С. Праздник как важнейшая составляющая социокультурной реальности XXI века // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 214-218.

2. Плотников, А.В. Этапы проектирования режиссерского замысла зрелищ // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической

культуры, спорта и туризма. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 138-140.

3. Плотников, А.В. Режиссерский замысел художественно-спортивной программы как феномен культуры зрелища // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2017. – № 3. – С. 69-74.

ФЕСТИВАЛЬ КАК СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНЫЙ ФЕНОМЕН

О.И. Перепеченая, Г.Г. Плотникова

Аннотация. В работе описаны характерные признаки феномена фестиваля в социокультурном контексте.

Ключевые слова: фестиваль, культура, творчество.

Историческое развитие фестивальной культуры уходит в глубину столетий и относится к «первым массовым праздникам на заре культур. Постоянное присутствие праздника в культурах всех эпох и народов заявляет о том, что он выполняет уникальные функции по отношению к обществу. Фестиваль, включив в себя имманентные функции праздника и социокультурные функции, обусловленные спецификой современной эпохи, играет роль массового площадного праздника в современной мировой культуре. К тому же, если другие разновидности мировой праздничной культуры более или менее локализованы, то фестиваль охватил весь цивилизованный мир» [1]. В социально-культурном пространстве фестиваль создает необходимые условия для коммуникации между представителями национальных и этнических сообществ и культур: происходит обмен творческим, социальным и духовным опытом, создаются новые продукты совместного творчества.

В собственных работах Д. Кланч типологизирует фестивали следующим образом: профессиональные (посвящены новым технологиям, используемые в различных профессиональных сферах), исторические (приурочены к конкретному историческому событию, эпохе, легенде, обряду и т.п.), фестивали современных информационных технологий (демонстрирующие лучшие достижения в технике, компьютеризации и т.п.) [2]. Масштаб, массовость, периодичность проведения, основное содержание - эти факторы выступают значимыми смыслообразующими компонентами фестиваля. Фестиваль является организационно-художественной формой творчества. Он несет особенную атмосферу праздника, демонстрирует наилучшие достижения художественных коллективов и исполнителей.

Таким образом, фестивали способствуют созданию максимально широкого поля для творческого взаимодействия как специалистов в области различных видов искусств - театра, музыки, кинематографа и т.п., так и зрителей. Современный фестиваль располагает большим количеством методов, реализуется в культуротворческих, культуроохранных, рекреативных, образовательных и коммуникативных технологиях социально-культурной деятельности и представляет собой немаловажную социокультурную среду воспитания.

Литература:

1. Николаева, П.В. Семиотика фестиваля как формы праздничной культуры.: автореф. дис. ...канд. культурол. наук – Краснодар, 2012. – 15 с.
2. Кланч, Д. Будущее репертуарного театра в Центральной и Восточной Европе: реформа или трансформация // Экология культуры. – 2002. – № 1. – С. 128-152.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ОХОТНИЧЬЕ-РЫБОЛОВНОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

Л.М. Петрашкевич, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Раскрываются проблемы и перспективы развития охотничье-рыболовного туризма на территории Краснодарского края.

Ключевые слова: туризм, охотничье-рыболовный туризм, охота, рыбалка.

Краснодарский край имеет разнообразную флору и фауну, обладает большим разнообразием видов лесных, степных, горных животных. Это обусловлено тем, что на юге Краснодарского края берёт начало Главный Кавказский хребет, а север представляет из себя огромную равнину, занимающую две трети территории края. Помимо природных богатств, край обладает одной из самых развитых в России туристских инфраструктур, в совокупности это обуславливает перспективность развития охотничье-рыболовного туризма в крае.

Под охотничьим туризмом принято понимать временные выезды граждан РФ на территорию охотничьих угодий для занятия охотой [1]. В данном виде туризма очень часто охотник не ставит самоцелью добычу трофея, главное для него – общение с природой, отдых. Не случайно существует фотоохота, видеоохота, все это позволяет отнести данный вид туризма к познавательному туризму. В среде охотников часто проводятся соревнования на меткость стрельбы, выносливость и умение выживать в дикой природе, которые привлекают множество туристов. То же самое касается и рыболовства, этот вид туризма ещё более популярен и является традиционным для населения Краснодарского края. Среди рыболовов края очень часто проводятся соревнования, съезды и иные мероприятия. Охотничье-рыболовный туризм это активный вид туризма, который развивает морально-волевые качества, способствует единению человека с природой и является отличным средством рекреации [2].

Кроме преимуществ, этот вид туризма имеет и проблемы, такие как высокая цена снаряжения, нелояльность к туристам оружейного законодательства, транспортные проблемы.

Помимо перечисленных проблем, нельзя забывать также о таком явлении, как браконьерство. Охотники и рыболовы не способствуют развитию браконьерства, им интересно добыть трофей честным путём, но они попадают под действие законов, призванных ограничить деятельность браконьеров. Нельзя забывать и о несоответствии цены средств размещения и качества предоставляемых ими услуг, многие охотничьи базы пока далеки от европейских стандартов. И, безусловно, главная проблема охотничье-рыболовного туризма – это высокая стоимость услуг.

Подводя итог, можно выделить несколько важных проблем, препятствующих развитию данного вида туризма в регионе: высокие транспортные издержки, частое несоответствие цены и качества средств размещения, неудобные для охотников ограничительные меры государства, высокая цена услуг.

Литература:

1. Стребкова, Л.Н. Перспективы развития охотничье-рыболовного туризма в Новосибирской области // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2015. – № 2-7. – С. 255-258.
2. Черепанов, К.Н. Проблемы и перспективы развития охотничьего и рыболовного туризма в Пермском крае (на примере Соликамского района) // -Вестник ПГГПУ. – Серия № 1. Психологические и педагогические науки. 2016. № 2-1. URL:

<http://cyberleninka.ru/article/n/problemy-i-perspektivy-razvitiya-ohotnichiego-i-rybolovnogo-turizma-v-permskom-krae-na-primere-solikamskogo-rayona>
обращения: 24.12.2017).

(дата

ЭТАПЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РЕЖИССЕРА-ПОСТАНОВЩИКА С ПОСТАНОВОЧНОЙ ГРУППОЙ

Ю.А. Поджигун, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Рассмотрены основные этапы работы режиссера-постановщика с постановочной группой, выявлены основные проблемы в работе режиссера при подготовке и проведении мероприятий.

Ключевые слова: постановочная группа, режиссер-постановщик, постановка.

Начиная работу над замыслом представления, главный режиссер формирует группу людей, состоящую из профессионалов, единомышленников, которые могли бы ему помочь при подготовке мероприятия. По мнению Петрова Б.Н., «главный режиссер-постановщик практически не может сам поставить все представление от начала и до конца – слишком велик объем работы» [2]. Именно поэтому существует такое понятие, как постановочная группа, которая может заняться постановкой отдельных эпизодов и номеров какого-либо представления.

Первоначально режиссер разрабатывает композиционно постановочный план представления. Когда он полностью готов, следует собрать постановочную группу, заранее распределив все эпизоды на каждого члена постановочной группы. Режиссер должен донести всю важную информацию, касающуюся замысла и идейно-тематической основы представления, рассказать о сценарном плане и композиционном решении, а также определить задачи каждому члену группы. Очень важно прийти к единому пониманию в представлении всей концепции. Определить основные постановочные принципы каждого момента, рассказать о выбранных «изюминках» постановки. Сделав все это, можно приступать к работе с каждым постановщиком индивидуально, более углубленно разъясняя каждый эпизод. Инициатива по вопросу встречи в процессе работы должна исходить от обеих сторон, как со стороны режиссера, так и со стороны исполнительской группы.

Выполняя свою работу, каждый исполнитель может обратиться к главному режиссеру с вопросом или предложением. В этом случае режиссер обязан дать все ответы на интересующие вопросы и решить, принимать данное предложение или нет. Отметим, что на каждом постановщике лежит большая ответственность за подготовку своей части мероприятия, так как режиссер не может присутствовать на каждой репетиции, а также постоянно осуществлять за ними контроль.

Из исследования Кудашова В.М., касающегося изучения и анализа затруднений в работе режиссера в период подготовки и проведения спортивно-художественных праздников, было выявлено, что «на первом месте в перечне перечисленных трудностей оказался недостаток отведенного времени...» [1]. Это ещё раз подтверждает особую важность работы постановочной группы.

Таким образом, главным аспектом в деятельности режиссера-постановщика является правильное распределение задач между участниками постановочной группы, контроль исполнения работы, умение донести свою идею до публики, тогда его цель была достигнута.

Литература:

1. Кудашов, В.Ф. Анализ трудностей в работе спортивного режиссера // Учебные записки. – 2007. – № 3 (25). – С. 28-32.
2. Петров, Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления. – М.: ТВТ Дивизион, 2014. – 392 с.

ОБРАЗ СПОРТСМЕНА В СОВРЕМЕННОЙ ПРЕССЕ

Ю.А. Примакова, С.Г. Казарина

Аннотация. В публикации рассматриваются характеристики одного из центральных персонажей социального института спорта и физической культуры – спортсмена. Работа основана на изучении материалов современной прессы. Авторы делают вывод о субъективно-моральных и ценностно-смысловых характеристиках спортсмена.

Ключевые слова: пресса, спортсмен, спортивный дискурс, профессиональная речь, характер, лингвокультурный персонаж.

В сфере спортивного дискурса выявляются характеристики различных лингвокультурных персонажей: тренера, спортсмена, спортивной команды, комментатора, которые оказывают определенное воздействие на различные социальные группы, связанные со спортивной сферой деятельности. Целенаправленно формируемый в русскоязычной прессе образ спортсмена используется в целях популяризации или дискредитации спорта [1].

Образ спортсмена формируется посредством действия комплекса разнообразных факторов. Спортсмен является носителем профессионального сленга, отличающегося от современного русского литературного языка, в котором присутствуют характеристики представителей различных видов спорта, клички, речёвки, прозвища, дополняющие образ спортсмена, используются шутки, часто представляющие собой аллюзийные цитаты («Уходя, гасите всех» - о представителях каратэ, бокса).

Образ спортсмена неоднозначен на страницах современной прессы: вспыльчивость, грубость, недоброжелательное отношение к соперникам и журналистам служат предпосылкой формирования негативного мнения, которое базируется на основе двух критериев: умственного и технико-тактического. В основу образа спортсмена положены характеристики черт характера, его достижения, спортивные результаты и такие добродетели, как мужество, благородство, чувство товарищества.

Литература:

1. Позднышев, Е.В. Имидж спортсмена: Паблик рилейшнз в спорте. Научно-методическое издание. Часть 1. – К.: «ЧПП», 2003. – 106 с. [Электронный документ] URL [<http://uchebana5.ru/cont/2627596.html>] (дата обращения 15.12.2017)

АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И РАЗВИТИЯ ВЪЕЗДНОГО ТУРИЗМА В РФ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

И.А. Саква, Т.А. Самсоненко

Аннотация. В тезисах рассмотрен анализ состояния и развития въездного туризма в Российской Федерации.

Ключевые слова: въездной туризм, рынок, турист, инфраструктура, туристские поездки.

Туризм как экономическая отрасль имеет огромное значение в решении общественных задач государства, обеспечивая формирование дополнительных рабочих мест, увеличение занятости и рост благополучия жителей [1].

Развитие въездного туризма представляет собой актуальную проблему, поскольку в Российской Федерации его эффективному становлению в значительной мере препятствует отсталость инфраструктуры, дефицит государственного стимулирования развития данного вида туризма и помимо прочего недостаток научных исследований в данной отрасли [3].

Наша страна богата уникальными природными и рекреационными ресурсами, объектами национального и мирового культурного и исторического наследия, что в значительной степени вызывает интерес у российских и иностранных туристов. Но такие факторы, как: малоразвитая, а во многих регионах и отсутствующая инфраструктура; недостаток современных гостиниц туристского класса; дефицит современных транспортных средств для автобусных перевозок туристов; отсталость индустрии развлечений; нехватка информации на иностранных языках; отсутствие системы продвижения туристского продукта РФ на мировом туристическом рынке - ограничивают развитие въездного туризма [1, 3].

Обращаясь к статистике по въездному туризму в РФ за первые 3 месяца 2017 года (с 1 января по 31 марта), можно увидеть, что число въездных туристских поездок снизилось на 2,5%, по сравнению с аналогичным периодом 2016 г., и составило, по данным Федеральной службы государственной статистики (Росстата), 4,4 млн. человек. Однако на фоне данного снижения наблюдается увеличение въездных туристов из стран Юго-Восточной Азии: Китай (КНР) (183 тысячи поездок, +32% по сравнению с I кварталом 2016 г.), Южная Корея (23 тыс., +28%) и Япония (13 тыс., +8%) стали лидерами роста въездного туризма в Россию в 2017 году по итогам первых 3 месяцев. Вьетнам и Таиланд также показали двузначный рост числа туристских поездок в Россию в I квартале 2017 года [2].

Таким образом, из вышесказанного можно сделать вывод об актуальной и аргументированной необходимости активизации участия государственных структур в решении первостепенных вопросов по развитию въездного туризма в Российской Федерации.

Литература:

1. Антонян, С.А. Проблемы и перспективы развития внутреннего и въездного туризма в России / С.А. Антонян, А.А. Переверзева // Ученые записки Тамбовского отделения РoCMY. – 2017.
2. Итоги въездного туризма 2017: [Электронный документ] URL <http://turstat.com/inboundtravelrussia3months2017> (дата обращения 02.11.2017).
3. Самсоненко, Т.А., Юрченко, А.А. Особенности развития въездного туризма в Российскую Федерацию на основе природно-ресурсного потенциала // Материалы

научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 147.

СТРУКТУРА И ЛЕКСИЧЕСКОЕ НАПОЛНЕНИЕ РЕКЛАМНОГО СЛОГАНА

В.В. Саламандык, С.Г. Казарина

Аннотация. В работе рассмотрен вербальный элемент основной части рекламного сообщения - слогана. Авторами приводятся примеры благотворного влияния различных языковых средств на запоминаемость и эффективность воздействия на потребителя рекламного слогана.

Ключевые слова: языковые средства, рекламный слоган, части речи, лексика русского языка, тропы и фигуры речи.

Реклама используется обществом в целях продвижения товаров самого широкого назначения, при этом наибольшее внимание уделяется вербальному оформлению бренда или товара, независимо от её вида: транспаранта, штендера, табло и пр.

Исследование корпуса слоганов (объём-87 единиц) позволило нам проследить тенденцию «упрощения» стиля текстового содержания, приближения его к устно-разговорной речи. Широкое употребление обиходно-бытовой лексики и фразеологии, эмоционально-экспрессивных выражений с глаголами в повелительном наклонении заменяют книжные синтаксические конструкции [1] («Проголодался? Сникерсни!» (Snickers); «Не дай себе засохнуть!» (Sprite); «Бери от жизни все!» (Pepsi)). Фразы, побуждающие к действию, в условиях обилия рекламных текстов стали восприниматься как клише (например, «Позвони и купи сейчас», «Спрашивайте в магазинах», «Испытай новый вкус»), поэтому свежо и привлекательно выглядят разговорные формы (сникерсни, не оплошай и др.), оживляющие рекламное обращение и привлекающие внимание потребителя.

Рекламный слоган имеет лаконичный характер, поскольку его краткость и эмоциональное воздействие на воспринимающего информацию (реципиента) обуславливают хорошее запоминание. В синтаксической организации рекламного текста преобладают простые предложения, например, «Управляй мечтой! (автоконцерн Toyota)»; «Есть перерыв. Есть Кит-Кат» (Kit-Kat); «Yandex – «найдётся всё»».

В рекламных слоганах чаще, чем слова иных частей речи, употребляется имя существительное. С помощью субстантива именуются предметы и явления, при этом рекламист использует чрезвычайно широкий семантический потенциал существительных для обозначения всего спектра чувств, эмоций, артефактов, имеющих различные физические и эстетические характеристики, воспринимаемые соответствующими сенсорными системами человека. Абстрактные значения субстантивов обуславливают передачу информации о преимуществах товара: «Bounty. Райское наслаждение»; «Галина Бланка. Любовь с первой ложки».

Исследование слоганов позволяет утверждать, что сила их воздействия тем выше, чем проще и легче вызываются ими ассоциации. Специалисты добиваются того, чтобы потребитель представлял себе образ рекламируемого продукта с наилучшей стороны. В составлении текста слогана акцент ставится на употреблении прилагательных качественного разряда или на образованных от них наречий: «Рондо. Свежее дыхание облегчает понимание»; «Молоко вдвойне вкусней, если это Milky Way!»; «Русское радио. Все будет хорошо».

Разнообразные тропы и фигуры речи привлекают внимание читателя и оказывают на него эстетическое воздействие [2]. В исследуемом корпусе рекламных

слоганов достаточно часто используемыми оказались языковая метафора - троп, обозначающий некоторый класс предметов, явлений для характеристики или наименования объекта, входящего в другой класс («В животе ураган? Принимай «Эспумизан!»); олицетворение-наделение рекламируемого товара свойствами живых существ («Tefal – Ты всегда думаешь о нас»); эпифора - лексический повтор в конце текста («Майский чай — любимый чай!») и др.

С целью успешного осуществления рекламного проекта и выполнения функции сбыта товара, а также для активизации спроса на продукцию и для расширения рынка специалисты рекламных текстов используют потенциал лексики русского языка, разнообразие синтаксических структур, возможности словообразования, слова различной частеречной принадлежности.

Литература:

1. Сергеева, А.В. Социология рекламной коммуникации. – М.,1996.
2. Арнольд, И.В. Семантика. Стилистика. Интертекстуальность. – СПб.,1999. – 243 с.

НЕВЕРБАЛЬНАЯ РЕЧЬ В КОММУНИКАЦИИ

М.В. Свириденко., С.Г. Казарина

Аннотация. В работе рассмотрена специфика невербального общения, выявляются виды и особенности невербального языка. Рассматриваются неязыковые виды коммуникации, их значение и правила использования, основные коммуникационные средства. Проведено исследование влияния невербальных сигналов на противоположный пол, сопоставление различных приемов и элементов невербальной коммуникации в различных странах, облегчающее и дополняющее вербальное общение на национальном и межнациональном уровнях.

Ключевые слова: невербалика, коммуникация, язык, информация, сигналы.

Невербальное общение - вид общения, для которого характерно использование неречевого, несловесного поведения в качестве главного средства передачи информации, организации взаимодействия, формирования образа и понятия о партнере для осуществления влияния на другого человека [1].

Невербальная коммуникация осуществляется органами сенсорной системы человека, на основе чего и формируется канал принятия и передачи информации в коммуникативном акте. Рассмотрение элементов невербального общения помогает лучше понять способы, с помощью которых обеспечивается внутрикультурная или межкультурная виды коммуникации.

Мимика, жесты, телодвижения человека частично являются врожденными и служат сигналами для получения ответной реакции [2]. Так, например, жесты - это выразительные движения головой, рукой или кистью руки, совершаемые с целью общения и, как правило, сопровождающие размышления носителя языка или его состояние. Использование в коммуникации невербальных средств происходит как спонтанно, бессознательно, так и осознанно, в частности, в манипулятивных стратегиях.

Воздействия невербальных факторов формирует, как правило, первое впечатление о человеке. В процессе коммуникации любого вида невербальные действия взаимосвязаны с вербальным общением и могут служить его регуляторами.

Невербальная коммуникация есть поведение, сигнализирующее о характере взаимодействия и эмоциональных состояниях индивидов, поэтому прочтение несловесных элементов общения способствует достижению высокой степени взаимопонимания одноязычных и разноязычных коммуникантов.

Литература:

1. Лабунская, В.А. Невербальное поведение (социально-перцептивный подход). – Ростов-н/Д. Изд-во Ростовского ун-та, 1986. – 35 с.
2. Дубина, Л.В. Исследование невербальных средств коммуникации. – М.: Лаборатория книги, 2012. – 175 с.

КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СФЕРА РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ РЕЖИССЕРА ЗРЕЛИЩА

В.В. Синькова, А.В. Плотников

Аннотация. В работе раскрывается тема формирования профессиональной культуры бакалавров направления подготовки «Режиссура театрализованных представлений и праздников в культурно-досуговой сфере».

Ключевые слова: социокультурная анимация, профессиональная культура, досуг, праздник, режиссер театрализованных представлений и праздников.

Культурно-досуговая сфера деятельности развивалась вместе с обществом. В настоящее время существует установленная теория и практика этой сферы, обобщающая в себе исторический опыт. Массовые праздники, представления и зрелища были отражением всех происходящих общественных процессов.

Культурно-досуговая деятельность дает неограниченные возможности для режиссеров театрализованных представлений и праздников. В современных условиях огромное значение для их деятельности представляет синтез знаний, профессионального мастерства, авторских концепций и социальных заказов общества. Работа над культурно-досуговой программой представляет собой многогранный процесс, включающий в себя все стороны творческой деятельности режиссера, имеющий свои особые черты, но всегда направленный на решение педагогических задач.

В современном мире возрастает потребность в грамотной организации досуга. Человеку хочется ощущать себя в гармонии с миром, но в настоящее время люди ограничены в свободном времени, поэтому праздники и выходные дни являются основой социальной жизни. Следовательно, режиссеру театрализованных представлений и праздников необходимо понимать, что от правильно организованного досуга зависит морально-психологический климат в обществе.

Проанализировав основные понятия и историю социокультурной анимации, можно выделить ряд задач, которые должен решить режиссер при написании досуговой программы: снятие стресса; восстановление духовных и физических сил; формирование общения в социуме; создание положительных эмоций; сплочение коллектива и т.д. [2].

Режиссер театрализованных представлений и праздников в процессе работы над социокультурной программой изучает условия, которые ведут к тому или иному способу развития человека, находит методы, с помощью которых сможет содействовать благоприятному развитию социума. Анимационное воздействие на человека в процессе досуга решает проблему становления, развития, сохранения и восстановления его здоровья. Также важно понимать, что, объединяя формы культурно-просветительской работы, праздник становится средством проявления социально оправданной нравственной позиции по отношению к существенным вопросам жизни общества.

Режиссура социокультурной анимации является основным направлением деятельности, в процессе создания которой режиссер театрализованных представлений и праздников может освоить общепрофессиональные компетенции.

Литература:

1. Плотникова, Г.Г., Тищенко, Е.С. Праздник как важнейшая составляющая социокультурной реальности XXI века // Интегрированные коммуникации в спорте и

туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 214-218.

2. Суртаев, В.Я. Социологическое исследование молодежного досуга: теория, история, практика / В.Я. Суртаев. – СПб.: Просвящение, 2000. – 132 с.

КУБАНЬ: ТУРИЗМ И КАЗАЧЕСТВО – ПЕРЕЗАГРУЗКА

Т.И. Совмен, Ю.Г. Бич

Аннотация. В работе анализируются предложения по использованию культурных традиций казачьего населения края для более активного привлечения потока туристов на Кубань.

Ключевые слова: Атамань, казачья рать, военизация, туризм, коневодство.

Опыт культурного комплекса казачьей станицы «Атамань» показал неиссякаемый интерес к казачеству как уникальному служилому сословию России. Это раскрывает большие возможности по привлечению туристов со всего мира в наш регион. Следует активнее показывать обряды и традиции казачества в столице края. Это, например, обряды жизненного цикла, такие как крещение ребенка, свадьба, проводы в армию, которые у казаков имели свои особенности, были военизированы. Демонстрировать таковые можно в парке «Солнечный остров», где четверть века назад уже был подобный опыт. Сотрудники КГИАМЗ успешно проводили экскурсии на базе выставки предметов казачьего быта из историко-археологического музея.

Многодневную экскурсию «Ратная доблесть казаков» можно начинать с посещения краснодарского ипподрома (рассказать его историю), по возможности посмотреть скачки; посетить Красноармейский конный завод (рассказать об истории уникального совхоза Майстренко, известного на весь Советский Союз), рассказать о традициях коневодства, лошадях, выращенных на Кубани, которые брали и сейчас берут призы на международных выставках. Организовать показ конных традиций служилых людей. Сделать театрализованные представления – реконструировать обряд крещения «сажание ребенка на коня и опоясывания саблей»; проводы в армию, джигитовки, состязания в рубке лозы, камыша. Рассказать об удивительных представлениях-джигитовках казаков-эмигрантов (например, группе Елисеева), какие проходили с успехом в разных странах мира и поражали воображение иностранцев [1]. Показать фото афиш с их прославленными «живыми пирамидами».

В ходе посещения Краснодарского исторического музея им. Е.Д. Фелицина в зале Великая Отечественная война на Кубани рассказать о воинской славе казаков. На Кубани во время ВОВ был сформирован 4-й гвардейский кавалерийский корпус из людей непризывного возраста, которые прошли гарнило Гражданской и Первой мировой войн, а также молоденьких казаков. Это корпус дошел до Праги и наводил ужас на фашистов [2].

В завершение этой 3-дневной экскурсии - проехать на любую конно-спортивную базу по краю (Лаго-Наки или Абинский район) и покататься на лошадях, получив навыки конной езды, а также полюбоваться богатой природой края и, возможно, посетить места воинской славы.

Литература:

1. Бич, Ю.Г. Физкультурная и оборонно-массовая работа молодежных организаций в период с 1918 по июнь 1941 года (на материалах Кубани, Дона и Ставрополя): Автореф. дис. ... канд. истор. наук. - Краснодар, 1992. – 16 с.

2. Рубан, М.Л., История физической культуры и спорта на Кубани: Методические рекомендации / М. Рубан. – Краснодар: КГАФК, – 1994. – С. 14-16.

МАССОВЫЕ СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ КАК СРЕДСТВО БОРЬБЫ С ВРЕДНЫМИ ПРИВЫЧКАМИ

А. С. Сотников, Г. Н. Сологуб

Аннотация. В работе говорится о влиянии вредных привычек на жизнь человека, а в качестве профилактики предлагается проведение массовых спортивных мероприятий, цель которых заключается в предупреждении потребления наркотических и прочих веществ.

Ключевые слова: вредные привычки, массовые спортивные мероприятия, профилактическая работа.

В современном мире наблюдается следующая картина, с каждым днем вредных привычек становится все больше, а люди даже не пытаются от них избавиться. Вредные привычки ставят под угрозу жизнь человечества, а именно ее рушит сам человек, не подозревая о том, что, подавшись вредным привычкам, он вредит не только себе, но и окружающим. Привычка - сложившийся способ поведения, осуществление которого в определенной ситуации приобретает для индивида характер потребности, который «побуждает совершать какие-нибудь действия, поступки». Поэтому, начиная с самого раннего возраста, необходимо вырабатывать в детях полезные привычки и приложить усилия, направленные на борьбу с вредными привычками. Под вредными привычками мы будем понимать специфический образ жизни, оказывающий негативное влияние на здоровье человека, а именно: злоупотребление алкоголем, наркоманию и курение. Ни для кого не секрет, что из-за вредных привычек рушатся семьи, родителей лишают родительских прав, дети попадают в детские дома, с каждым годом увеличивается смертность, а самое страшное заключается в том, что подрастающее поколение, начиная употреблять алкоголь, наркотики, даже не подозревает, какие болезни уничтожат молодой организм.

На сегодняшний день эффективным средством борьбы с пагубными привычками является профилактическая работа, цель которой заключается в предупреждении потребления токсических, наркотических и прочих веществ. Исходя из данной проблемы, в качестве выпускной квалификационной работы нами было выбрано, организовано и проведено массовое спортивное мероприятие «Я выбираю жизнь» на базе Дома культуры учащейся молодёжи Краснодарского края в рамках акции «Единый день профилактики против наркомании, табакокурения, алкоголизма» в парке 30-летия Победы г. Краснодара в форме квестов и агитбригад. Было приглашено 2000 студентов образовательных организаций. Целью мероприятия было не только в яркой и образной форме донести учащимся, что спорт помогает развить такие физические качества, как силу, выносливость, быстроту, ловкость и гибкость, но и формирует позитивное отношение молодёжи к здоровому образу жизни и является эффективным средством в борьбе с вредными привычками.

Литература:

1. Сологуб, Г.Н. / Институт СМИ как канал политической коммуникаций // Молодежь в современном мире: проблемы и перспективы: сборник материалов XIII Международной научно-практической Интернет-конференции. – 2017. – С. 550.

2. Пилоян, Р.А. Мотивация спортивной деятельности. – М.: Физкультура и спорт, 2012.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРАКТИКА КАК СФЕРА МЕЖКУРСОВОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ БАКАЛАВРОВ-РЕЖИССЕРОВ

Ф.Г. Степанова, А.В. Плотников

Аннотация. Рассматривается проблема планирования программы учебной и производственной практики студентов-бакалавров, задачи бакалавров-режиссёров в ходе освоения компетенций на базе практики.

Ключевые слова: профессиональная практика, организация, взаимодействие, досуг, адаптация студентов.

Ежегодно для адаптации будущих режиссеров в профессиональной среде организаций художественно-спортивной деятельности, структуры управления высшим образованием и вузовское студенческое сообщество формируют инструментарий для взаимодействия работодателей и образовательного учреждения в процессе реализации целей и задач профессиональной практики. Профессиональная практика служит для создания необходимых условий для получения первичных и профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности, а затем освоения их в формах профессиональной деятельности на базе практики.

В организованных вузом формах проведения практики студенты во взаимодействии друг с другом значительно легче овладевают постановочными навыками и организационными инструментами специфики профессионального направления деятельности. Студентам проще осознать и освоить умения и навыки, через отработку практических методик и элементов организации досуговой и физкультурно-спортивной работы с аудиторией в составе сводной постановочной группы, опираясь на выполнение функций и обязанностей, которые эффективнее выполняются в практической деятельности.

В состав участников вошли: научно-педагогические работники образовательного учреждения, исполняющие учебные задачи методистов и руководителей практики по направлению, студенты дневной формы обучения и представители предприятия ДСОК «Криница». Студенты 1, 2, 3 курсов сформированы в смешанные составы 4-сменных творческих постановочных групп-бригад, режиссерами каждой постановочной группы-бригады, руководителем практики, назначены студенты 3 курса. Для разграничения функциональных полномочий на базе практики для студентов 1 курса определен приоритет активного исполнительского участия в массовых, художественно-спортивных программах и проведение спортивно-оздоровительных мероприятий. В задачи студентов 2 и 3 курсов внесены – создание режиссерских замыслов зрелищных программы; организация и управление постановочной группой; реализация режиссерских замыслов выразительными средствами в рамках планируемой тематической сетки смены.

Государственные компании на условиях договоров становятся базами практики для студентов-бакалавров высшего образования, занимаются услугами оздоровления и отдыха детей, а значит, вынуждены повышать запросы к уровню профессиональной компетентности студентов на период практики и их временного трудоустройства. Низкий уровень профессиональной компетентности выпускаемых вузами бакалавров в период их профессиональной адаптации определяет недоверие работодателей к таким сотрудникам и обязывает руководителей вузовской практики вырабатывать

новые формы создания профессиональных, прежде всего, компетенций молодых режиссеров еще на этапах учебной и производственной практики.

Литература

1. Плотников, А.В. Проектирование модели профессиональной практики в условиях подготовки режиссеров театрализованных представлений и праздников: учебно-методическое пособие. – Краснодар: КГУФКСТ. – 2015.

ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ЗАИМСТВОВАННОЙ ЛЕКСИКИ В СОВРЕМЕННОМ РУССКОМ ЯЗЫКЕ

Д.А. Столпяга, О.О. Айвазян

Аннотация. В работе рассматриваются особенности применения зарубежных слов в русском языке. Описываются основополагающие причины и условия заимствования из других языков. Выявляются позитивные и негативные стороны подобного явления.

Ключевые слова: современный русский язык, заимствованная лексика, внеязыковые и внутриязыковые заимствования, речевая культура общества.

В настоящее время в современных условиях развития речевой культуры общество все чаще сталкивается с использованием иностранных слов в процессе общения. Особенно явно данный факт проявляется в речи молодого поколения. При этом можно выделить положительные и отрицательные факторы внедрения иностранной лексики в русскую речь.

Обоснованием актуальности данной тематики является то, что использование иностранных слов в повседневном общении между людьми неуклонно растет, вследствие межкультурного общения, что искореняет проявление интолерантного характера.

Стоит сказать о том, что наш лексикон имеет достаточно долгую историю развития.

Русская нация в процессе своего исторического развития имела различные социокультурные взаимосвязи с народностями по всему миру. Итогом этих взаимосвязей стало большое количество заимствованных иностранных слов, которые пришли в русскую лексику.

Заимствование лексики делает каждый язык богаче, придает более широкие возможности эмоциональной окраске речи, не ущемляя его самостоятельности, так как не подлежит глобальному изменению основной словарь языка, не подлежат изменению также основополагающие грамматические законы.

Для современного общества процесс заимствования зарубежных слов является вполне естественным и даже, можно сказать, неизбежным явлением. Сейчас, безусловно, возросло использование иностранной лексики, по сравнению с советским временем.

Заимствование слов из иностранной лексики – явление, которому достаточно трудно препятствовать. Следует, рассмотреть причины такого явления, как применение зарубежных слов в русском языке. Данные причины необходимо разделить на две основные группы: внеязыковые и внутриязыковые.

Причины внеязыкового заимствования включают в себя: тесные политические, торгово-экономические, промышленные и культурные связи между представителями и носителями языков. Нужно отметить, что данные связи ведут к формированию особой формы влияния, которая наиболее часто встречается, – заимствование слова вместе с его определением. Например, с появлением в повседневной жизни человека таких изобретений, как автомобиль, конвейер, радио, кино, телевизор, лазер и многих других, в русскую лексику вошли и их названия, не являющиеся изначально исконно русскими.

Далее стоит отметить такую причину, как придание значения с помощью иноязычного слова какому-либо специальному роду предметов или понятий,

которые до этого назывались всего лишь одним русским (или заимствованным до этого нового слова) словом. Потребность в узком значении вещей и определений приводит к заимствованию множества научных и технических терминов, к примеру, таких как: «релевантный» – «существенный», «локальный» – «местный», «трансформатор» – «преобразователь» и так далее.

Среди причин и условий заимствования стоит отметить, какая роль отводится общественной оценке иностранного слова как более престижного, чем аналогичное по лексическому значению слово из русской лексики: «презентация» вместо «представление», «эксклюзивный» вместо «исключительный» и так далее.

Из этого следует, что все причины появления в русском языке заимствованных слов подвергаются классификации по двум основным критериям, каждый из которых объясняется в вышеописанном тексте. Данные причины могут служить подтверждением того, что заимствование является фактором развития любого языка в целом.

Обсуждая вопрос о возможности того или иного заимствования, следует помнить, что плохи не сами заимствованные слова, а их неточное, неправильное употребление, применение их без надобности, без учета жанров и стилей речи, назначения определенного высказывания.

Стоит подчеркнуть, что в присутствии в родном языке новых слов из других языков не наблюдается ничего критического, они заимствуются вследствие общения между различными народами. Кроме того, заимствования являются показателем естественного развития языка и его интеграции в международное общество.

Кроме вышесказанного, необходимо четко понимать и различать значение используемых иностранных слов, так как в этом случае они могут наносить вред нашей речи и языку в целом, применяясь в ошибочных или неточных значениях. Однако очень часто пришедшие в язык новые иностранные слова позволяют заменить целые словосочетания одним новым словом, что нельзя оценивать отрицательно. В случае использования неправильного смысла слов теряется смысл их появления в языке в целом.

В результате проведенного исследования нужно отметить, что заимствованные слова играют положительную роль в современной речи, если использовать их в правильных значениях и не применять «засилие» собственной речи ими. В современном информационном обществе влияние различных языков друг на друга невозможно искоренить, поэтому следует научиться правильно оценивать и положительно воспринимать этот факт, но не позволять иностранному языку всецело заменить свой родной (русский) язык.

Литература:

1. Ашинова, З.Ш., Айвазян, О.О. Культура речи и ее влияние на этику общения в современных социально-экономических условиях развития общества / З.Ш. Ашинова, О.О. Айвазян // Материалы всероссийской научно-практической конференции «Социально-экономические аспекты развития современного общества в постолимпийский период», 28 февраля – 1 марта 2015 г., Краснодар. – С. 15-19.

2. Формановская, Н.И. Речевой этикет и культура общения. – М., 2013. – С. 34-40.

3. Ayvazyan O. Development of building skills of forensic speech as a factor of formation of communicative culture of future specialists of law in modern sociocultural reality / O. Ayvazyan // GESJ: Education Science and Psychology, Georgian Technical University, Georgia, Tbilisi, 2016. – No.5(42). – pp. 71-73.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ МАЛОГО ГОСТИНИЧНОГО БИЗНЕСА НА КУРОРТАХ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

И.В. Сурнина, Т.А. Самсоненко

Аннотация. В работе рассматривается развитие гостиничного комплекса на Черноморском побережье. Особенности малого гостиничного бизнеса. Сезонность как важный фактор существования отелей и других средств размещения.

Ключевые слова: гостиничный бизнес, мини-отели, сезонность, средства размещения, курорты.

В настоящее время гостиничный комплекс является важной частью развития туристского бизнеса страны и региона. Средства размещения способствуют удовлетворению первостепенных потребностей туристов в проживании. Уникальные природные и рекреационные ресурсы Краснодарского края каждый год привлекают путешествующих в Сочи, Туапсе, Анапу, Геленджик и другие курортные города, а так же делают край перспективным направлением развития гостиничного бизнеса, привлекая многочисленных инвесторов [2]. Всё больше инвестиций вкладывается в развитие туризма Черноморского побережья России, а темпы строительства отелей в Сочи и Анапе опережают столичные, поэтому с каждым годом привлекательность этих курортов возрастает. Большинство средств размещения - малые отели, имеющие обычно 10-30 номеров, служебные помещения, рецепцию, кафе или ресторан. Преимущество мини-отелей - возможность гибко реагировать на изменяющийся спрос, вовремя меняя ценовую политику, что делает их привлекательными для инвесторов [1]. Одной из основных особенностей бизнеса на курортах является сезонность. Полная загруженность отелей, санаториев и других средств размещения наблюдается только в летний период с июля по сентябрь. В зимний период некоторые гостиницы приостанавливают деятельность или сдают в аренду банкетные залы. Работают только около половины заведений, а загруженность в этот период не превышает 30% [1, 2]. Большим отелям особенно трудно приходится в межсезонье, чтобы выжить, им приходится сокращать количество персонала, обслуживание номерного фонда, уменьшать объёмы закупок продукции. В этом плане маленькие отели меньше зависят от сезонности.

Негативной особенностью курортов является недостаточно развитая инфраструктура санаториев, отелей и пансионатов. В городах Краснодарского края работает много санаториев и гостиниц, построенных еще в советское время, эти средства размещения давно технически устарели и не отвечают потребностям современных туристов. Требуется совершенствование материально-технической базы, выравнивание сезонного дисбаланса наполняемости туристских предприятий и продолжение оказания государственной поддержки развитию туризма. Создание качественно нового туристического продукта и развитие событийного туризма в регионе обеспечит круглогодичную загрузку предприятий данной отрасли [1, 2].

Литература:

1. Джум Т.А., Юрченко А.А., Рагер Ю.Б. Специфика малого бизнеса в сервисной практике / Социально-экономические аспекты развития современного общества в постолимпийский период: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – 2015. – С. 137-145.

2. Особенности гостиничного бизнеса на курортах Краснодарского края [Электронный документ] URL <http://www.anapa-retro.ru/135.php> (дата обращения 30.10.2017).

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РЕСПУБЛИКАХ СЕВЕРНОГО КАВКАЗА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

Р.А. Схаляхо, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Рассмотрены особенности развития физической культуры и спорта в республиках Северного Кавказа. Установлено, что привлечение населения, особенно молодежи, к занятиям физической культурой и спортом будут способствовать оздоровлению и воспитанию всесторонне развитой личности.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, здоровье, Северный Кавказ, Республика Адыгея.

Развитие физической культуры и спорта в Северо-Кавказском регионе имеет свои специфические особенности, характеризующиеся глубокими историческими традициями и многонациональным населением. Географическая среда (климат, рельеф) и этническая среда - это та основа, на которой сформировались основные принципы физической культуры и спорта народов Северного Кавказа [1].

Говоря о развитии физической культуры и спорта, необходимо упомянуть об определяющей роли государства. Речь идет о федеральных целевых программах территориальной направленности, а также других стратегических документах, предусматривающих развитие спорта и физической культуры в республиках Северного Кавказа [2].

В последние годы созданию достойных условий для занятий физкультурой и спортом в республиках Северного Кавказа уделяют самое пристальное внимание [2]. Строятся современные спортивные комплексы и многофункциональные площадки, открываются футбольные поля, реализуются меры по поддержке талантливых спортсменов. Развитие спорта - одно из приоритетных направлений работы глав республик.

Большое значение уделяется развитию физической культуры и спорта в Республике Адыгея. Министерство спорта РФ отметило республику наградой за активную работу по реализации федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы». В Республике культивируется 46 видов спорта, среди которых наиболее приоритетными являются: самбо, дзюдо, греко-римская борьба, пулевая стрельба, гандбол, футбол и др.

За последние годы в Адыгее построено значительное число спортивных объектов. В частности, завершено строительство и готов к открытию ФОК у х. Гавердовского, завершается масштабная реконструкция республиканского стадиона, активно идет строительство стрелкового комплекса. В этом году планируется начать возведение Ледового дворца и еще одного спортивного комплекса.

Успех в массовом привлечении населения республик Северного Кавказа к систематическим занятиям физической культурой и спортом, особенно молодежи, позволит улучшить здоровье, воспитать волевые и морально этические качества личности, а также воспитать одаренных спортсменов, которые в будущем пополнят список олимпийских чемпионов нашей страны.

Литература:

1. Доев, В.К. Социальные аспекты развития физической культуры и спорта в Северо-Кавказском регионе / Вестник Университета (Государственный университет управления). – 2016. – № 1. – С. 238-241.

2. Доев, В.К. Эффективность управления физкультурно-спортивной деятельностью региона. Рейтинг республик Северного Кавказа / Национальные интересы: приоритеты и безопасность. – 2014. – № 18. – С. 44-48.

ПРИЕМ МОЛЧАНИЯ В ТЕАТРАЛЬНОЙ ЭСТЕТИКЕ М. МЕТЕРЛИНКА А.А. Тихонова, С.В. Супрун

Аннотация. В работе рассматривается использование М. Метерлинком художественного приема молчания.

Ключевые слова: художественный прием, театральная эстетика, драматургия, прием молчания.

Прием молчания является базовым элементом символистского театра Метерлинка. Тишина и молчание на театральной сцене всегда наполнены смыслом.

Прием молчания включает в себя несколько составляющих. Это активное использование пауз. В это время не произносятся слова и не производятся какие-либо действия. Цель паузы состоит в том, чтобы, не отвлекая партнера и зрителей, дать возможность прочувствовать трагизм или драматизм происходящего на сцене, осмыслить сказанную реплику, ее «второй план», «непроизносимое». Паузы в определенные моменты пьесы (начало действия, кульминация, развязка) могут нести в себе различный смысл, восприниматься зрителями по-разному. Молчание в начале действия создает осязаемое напряжение, помогает сосредоточиться на предмете диалога или монолога, часто обозначает начало важной темы. Молчание в середине пьесы может указывать на значимость принятого решения, на подготовку к серьезному действию, на обращение к воспоминаниям, уход в себя. В финале пьесы с помощью молчания подводятся итоги, обозначается трагическая закономерность происходящего. Прерывание молчания, нарушение тишины тоже несет в себе определенную смысловую нагрузку.

Прием молчания включает в себя технологию создания внешних условий. Ведущую роль играет место действия в пьесе, время действия, одежда персонажей, сценография, декорации.

Он соотносится с невербальной коммуникацией. Герои выражают свои мысли и чувства при помощи мимики, пантомимики, позы, жестов и т.д. Невербальная информация помогает правильно обозначить авторские акценты в пьесе.

Таким образом, прием молчания был включен в театральный процесс М. Метерлинком. Прием молчания придает репликам более глубокий смысл, дополняет диалоги и монологи, делая их законченными и полными, позволяют полноценно и всесторонне раскрыть авторский замысел. Молчание и тишина могут нести в себе тревогу, нетерпеливое ожидание, чувство определенности и другие переживания.

Прием молчания – необходимая и очень информативная составляющая театральной эстетики М. Метерлинка.

Литература:

1. Бердяев, Н.К философии трагедии. Морис Метерлинка [электронный ресурс] // http://www.krotov.info/library/02_b/berdyayev/1902_049.htm
2. Метерлинка, М. Сокровище смиренных. Погребенный храм. Жизнь пчел. – М.: Агни, 2000.
3. Шкупаева, И.Д. Бельгийская драма от Метерлинка до наших дней. – М.: Искусство, 1973.

РАЗВИТИЕ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА В РОССИИ

А.А. Трефилова, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Анализируется современное состояние детско-юношеского туризма в России, рассмотрены основы нормативно-правового регулирования данного вида туризма.

Ключевые слова: детско-юношеский туризм, детский и подростковый туризм, детские туристские программы.

Анализируя состояние детско-юношеского туризма в России, необходимо отметить, что на данный момент в законодательстве такое определение отсутствует [1].

Одним из комплексных средств социального развития детей и юношества является детско-юношеский туризм, который реализуется в таких формах, как рекреационно-спортивная, познавательно-исследовательская, общественно полезная деятельность.

Детско-юношеский туризм оказывает сильное влияние на формирование в подрастающем поколении самодисциплины, коммуникабельности, адаптации к условиям жизни, позволяет решать несколько важных задач: воспитательных, оздоровительных, образовательных и пр. Характерными формами реализации этого вида туризма являются туристский лагерь, поход, путешествие, экскурсия.

Детско-юношеский туризм в РФ развивается на государственной основе в виде системы центров детско-юношеского туризма, станций юных туристов, секций спортивного туризма и при спортивных школах. В ноябре 2014 года Постановлением Правительства РФ № 1163 был создан Координационный совет по развитию детского туризма, который разрабатывает Федеральные целевые программы и мероприятия по усовершенствованию детско-юношеского туризма в России [2].

Важнейшим фактором в развитии детского и подросткового туризма стал Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2018 годы». В данном документе предусмотрены разнообразные меры по созданию благоприятной среды для жизни детей в РФ.

В настоящее время детские туристские программы имеют ярко выраженную сезонность, приуроченную к праздникам и каникулам. Ассортимент программ активно расширяется, появилось большое количество развлекательных, познавательных, экскурсионных и военно-патриотических маршрутов, также разработана Национальная программа детского культурно-познавательного туризма. В 2017 году Национальная программа детского туризма «Моя Россия» включала в себя 12 маршрутов и была рассчитана на детей от 12 до 17 лет из 85 регионов России, финансирование осуществлялось за счет федерального бюджета. Наиболее популярными регионами для оздоровления и отдыха детей и подростков в РФ, являются: Алтайский край, Краснодарский край, Республика Башкортостан, а также Крымский федеральный округ.

Для того чтобы успешно развивать детский и подростковый туризм в РФ необходимо формировать новую систему детских и юношеских маршрутов, активизировать строительство и модернизацию оздоровительных лагерей, совершенствовать нормативно-правовую основу.

Литература:

1. Омельченко, В.И. Современное состояние и перспективы развития детско-юношеского туризма в Российской Федерации // Вестник академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2016. – № 2. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/sovremennoe-sostoyanie-i-perspektivy-razvitiya-detsko-yunosheskogo-turizma-v-rossiyskoj-federatsii> (дата обращения: 24.12.2017).
2. Постановление Правительства РФ от 04.11.2014 № 1163 «О Координационном совете по развитию детского туризма в Российской Федерации». URL: <http://government.ru/docs/15583/> (дата доступа 21.12.2017).

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ПРОЕКТИРОВАНИЯ ПОСТАНОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В РЕЖИССУРЕ ТПП

А.В. Трофимова, А.В. Плотников

Аннотация. Исследование описывает основные этапы проектирования постановочной работы режиссера массового зрелища, смысловые принципы и инструменты репетиционного процесса в режиссуре.

Ключевые слова: этапы постановочных процессов, постановочный план, особенности репетиционной работы режиссера.

Создание бакалавром-режиссером театрализованного представления формируется на основании последовательного плана организационной и творческой работы профессионала над материалом замысла будущего зрелищного события [1]. Проектирование постановочного процесса в режиссуре театрализованных зрелищ включает четыре этапа.

Первый этап. Создание режиссерского замысла зрелища на основе всестороннего изучения фактических материалов, создания авторской идеи, синопсиса истории замысла, а также действенного анализа документально-художественной драматургической основы. На этом этапе режиссёру важно развернуто описать на бумаге представление о «замысленном результате», стараясь как можно точнее его связать с героями осваиваемого события.

Второй этап. Конструирование режиссерского сценария зрелища - необходимая стадия реализации, создание драматургической и литературной основы, где кратко описывается сценарный ход развития замысла сценического действия зрелища.

Третий этап. Отбор выразительных средств замысла. Важнейшая задача режиссёра - это отбор состава исполнителей, музыкального и светового решений, а также сценографического решения пространства замысла.

Четвертый этап. Организация репетиционного процесса - разработка репетиционного плана для слаженной работы состава постановочной группы [3].

Готовясь к репетиционной работе с исполнителями, режиссер театрализованных представлений и праздников обсуждает особенности своего замысла с художником, композитором, звукорежиссером, а также заведующим постановочной частью.

Таким образом, постановочное планирование становится важнейшим видом профессиональной деятельности режиссера театрализованных представлений и праздников, которому должно уделяться особенное внимание еще на этапе учебно-методической работы по подготовке бакалавров-режиссеров в вузе [2].

Литература:

1. Разработка и оформление выпускной квалификационной работы (бакалаврской работы): учебно-методическое пособие // авт.-сост. А.В. Плотников, Г.Н. Сологуб. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 88 с.

2. Плотникова, Г.Г. Проектирование дидактической системы подготовки бакалавра к профессиональной деятельности в социально-культурной среде // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 255.

3. Плотников, А.В. Этапы проектирования режиссерского замысла зрелищ // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 138-140.

СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ

А.Н.Усатая, Г.Н. Сологуб

Аннотация. В данной работе спортивная аэробика рассматривается не только как один из молодых видов спорта, включающий в себя элементы гимнастики, акробатики, танцев, но и как эффективное средство физического воспитания.

Ключевые слова: спортивная аэробика, здоровье, физические качества.

На сегодняшний день одним из самых молодых и перспективных видов спорта, направленных на развитие физических качеств и морфологических показателей, является спортивная аэробика. Направление аэробика исследовал в своем труде «Аэробика» 1963 г. американский врач Кеннет Купер, он изучил влияние аэробных нагрузок на организм человека.

Спортивная аэробика - вид спорта, включающий в себя элементы гимнастики, акробатики, базовой аэробики и танцев [1].

В 1980 г. аэробика официально получила статус спортивной. А в 1995 году Международная федерация гимнастики включила аэробику в список официальных видов спорта; в 1998 году в Москве провели первый студенческий чемпионат России, собравший около 76 участников. В настоящее время более 20 000 ребят в России занимаются спортивной аэробикой, приобщаются к дисциплине [1]. Спортивная аэробика занимает серьезные позиции в мире, ежегодно проводятся различные фестивали, соревнования, турниры и на более высоком уровне всемирные игры, где принимают участие спортсмены из разных стран. С каждым годом цифра занимающихся растет, спорт становится привлекательным для молодежи.

Спортивная аэробика, есть некий синтез в проявлении формы движений, комбинаций, в проявлении силы, быстроты, ловкости, направленный на развитие физических и морфологических качеств, на влияние развития нравственного и духовного уровня нынешнего поколения. Занятия спортивной аэробикой проходят под музыкальное сопровождение, что очень важно для эмоционального фона, на основе этого у занимающихся совершенствуются музыкальные способности [2, с.152]. У занимающихся появляется мотивация к достижению целей, к развитию и укреплению здоровья своего организма.

Точная техника выполнения движений связана с привлечением хореографии (аэроденса) в спортивную аэробику. Для развития техники танцевальных элементов, в основе которой лежат парно-групповые упражнения, применяется силовая тренировка, а также средства общей физической подготовки. Этот вид спорта комплексно воздействует на организм, включая в себя сложно-координационные виды спорта: художественную, спортивную, акробатическую гимнастику.

Спортивную аэробику можно с уверенностью назвать универсальным средством физического воспитания молодого поколения, она влияет на всестороннее развитие личности, повышает запас энергии, улучшает настроение, укрепляет здоровье.

Литература:

1. Электрон. журн. — Режим доступа:
<https://динамо96.екатеринбург.рф/sportivnye-otdeleniya/sportivnaya-aerobika>

2. Сологуб Г.Н. К вопросу необходимости музыкального воспитания студентов по направлению подготовки: 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников» // Успехи современной науки и образования. – 2016. – Т. 4. – № 7. – С. 151-153.

РУССКИЙ ЯЗЫК В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

К.Т. Хаитова, С.Г. Казарина

Аннотация. В работе рассмотрена специфика интернет-коммуникации, выявляются особенности и отдельные характеристики русского языка в Интернете. Выясняются цели введения невербальных знаков, использования капс-лока, знаковых аналогов. Рассматриваются отклонения от различных видов речевой нормы, факты несостоятельности носителей русского языка в сферах пунктуационной и орфографической грамотности. Приводятся результаты анализа, проведенного авторами на основе текстов, размещённых в социальных сетях, и позволившего оценить речевую ситуацию, а также сделать вывод о необходимости повышения культуры речи на страницах Интернета.

Ключевые слова: Интернет, интернет-сленг, социальные сети, русский язык, языковая норма, анкетирование.

Интернет как особая коммуникативная среда и как ранее не существовавшая сфера реализации языка принесла с собой новые способы общения, стереотипы речевого поведения, ранее не используемые формы существования языка. В современном обществе стремительно идет формирование нового стиля в русском языке, который можно обозначить как «стиль интернет-общения». Отличительными признаками такого стиля общения являются упрощённая лексика, запечатленная разговорность, произношение, повторяющее написание, при этом привнесённым признаком является его спонтанность, не свойственная письменной форме изложения информации при реальном общении.

Проведенное авторами анкетирование, в котором участвовали три группы исследуемых носителей русского языка от 15 до 45 лет, общее количество которых составило 72 человека, позволило сделать вывод о том, что независимо от возраста и социальной позиции (школьники, студенты, профессионалы) все пользователи Сети прибегают к передачи информации посредством пиктограмм, сленговой речи, объем употребления которой, как правило, обратно пропорционален возрасту анкетированного.

Орфографические отклонения имеют стихийный или традиционный характер и воспринимаются поэтому привычно, например, «щас», «чо», «ваще», «мона» (можно). Орфографические ошибки носят в себе уже привычный, сакраментальный характер, но данный факт не отменяет употребление слов в нормальной форме и не изменяет правил русского языка.

Статистические данные о пользовании знаками препинания свидетельствуют, что половина пользователей избегают знаков препинания при общении в Интернете, рассчитывая на то, что их отсутствие не препятствует пониманию текста собеседником. Более того, авторы выяснили, что точка в этом пространстве несет в себе некий оттенок агрессии, ее наличие свидетельствует об обрыве разговора или показывает недовольство коммуниканта, поэтому вместо точки прибегают к постановке запятой, переходу на новую строку или к использованию смайликов.

Интернет-сети характеризуются высокой словообразовательной активностью, в результате которой появляются окказионализмы, в частности, глагольные единицы, такие как «гуглить», «забанить», «флудить», «кликнуть» и прочие. Среди прочих явлений лексико-семантического уровня можно отметить использование аббревиатур и их разновидностей – акронимов.

С появлением глобальной сети существенно меняется значимость текста в социальном плане, так как в Интернет-сообществе человек-образ равен тексту, что особенно ярко проявляется в чатах, где реализуется базовое стремление индивида к творческому самовыражению [1]. При этом нехватка визуальных характеристик образа, его телесности и наглядно выраженных эмоциональных состояний компенсируются путем введения в виртуальный дискурс типизированных эмоциональных реакций – «смайликов», то есть пиктограмм, отображающих эмоцию и получивших достаточно широкое распространение [2].

Интернет стал своеобразным способом проверки грамотности населения страны, потому что реальная грамотность проявляется именно в те моменты, когда речь необдуманна, спонтанна. Рассмотренный материал позволил сделать вывод о необходимости повышения культуры речи в Интернет-среде.

Литература:

1. Горошко, Е.И. Лингвистика Интернета: формирование дисциплинарной парадигмы // Жанры и типы текста в научном и медийном дискурсе. – Орел: Картуш, 2007. – Вып.5. – С. 223-237.
2. Радзиевская, Т.В. Текстовая коммуникация. Textoобразование // Человеческий фактор в языке: Коммуникация. Модальность. – М., 1998. – С. 98-127

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ПОДРОСТКОВ ИЗ НЕБЛАГОПОЛУЧНЫХ СЕМЕЙ ПОСРЕДСТВОМ АНИМАЦИОННЫХ ПРОГРАММ

М.Д. Цыбулько, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Рассматривается роль анимации в социализации подростков из неблагополучных семей. Предложены разнообразные анимационные мероприятия для работы с подростками.

Ключевые слова: анимация, анимационные программы, подростки, социализация.

Социализация подростков - это процесс формирования ценностей, норм и принципов поведения в обществе, а также знаний, умений и навыков [1].

При работе с подростками из неблагополучных семей анимация нацелена на достижение следующих задач: снижение уровня общей и школьной тревожности, достижение поставленных целей, повышение уверенности в себе, приобщение к здоровому образу жизни, воспитание настойчивости, мужественности, обучение навыкам конструктивного общения, снижение агрессии, усвоение правил морали и раскрытие творческого потенциала. Анимация направлена на развитие нравственных, эстетических, патриотических, творческих и физических качеств [2]. Все эти направления взаимосвязаны, и поэтому в процессе воспитания личности подростка важен комплексный подход.

В первую очередь, анимация направлена на нравственное воспитание подростков, которое можно осуществлять с помощью следующих анимационных мероприятий: ролевые игры, психологические тренинги, встречи с интересными личностями и просмотры кинофильмов.

Гражданское воспитание подростков необходимо осуществлять через встречи с ветеранами и организацию помощи им, проведение занятий по изучению истории нашей страны, тренингов, игр, мероприятий по воссозданию событий, быта, культуры прошлого, просмотр кинофильмов, пронизанным духом патриотизма, и др.

Физическое воспитание можно реализовывать через различные спортивные игры, мастер-классы по новым видам спорта, встречи с людьми, которые достигли определенных высот в спорте, обучение различным видам боевых искусств мальчиков и обучение танцам девочек, а также объединяющие командные игры.

Творческое и эстетическое воспитание необходимо осуществлять через игры, в которых нужно найти нестандартное решение, мастер-классы по изобразительному искусству, пению, танцам, актерскому мастерству, игре на различных музыкальных инструментах, встречи с представителями различных творческих профессий, посещение театров, музеев и выставок и пр. [2].

Значение анимации в процессе социализации подростка трудно переоценить. Анимация является действенным способом ее коррекции, позволяет с максимальной эффективностью воздействовать на нравственный облик и мировоззрение подростков.

Литература:

1. Багаутдинова, Р.Р. Педагогические возможности культурно-досуговых учреждений в решении проблем социализации современной молодежи // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – 2010. – № 3. – С. 48-50.
2. Волина, А.И., Самсоненко, Т.А. Особенности анимационной деятельности в

школах студенческого актива // Всероссийская научно-практическая конференция «Молодежный спортивный и спортивно-оздоровительный туризм: современное состояние и перспективы развития». – 2016. – С. 18-21.

ДИАЛЕКТИКА МИФА И РЕКЛАМЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

П.С. Чиж, А.В. Тонковидова

Аннотация. Публикация посвящена оценке диалектической взаимосвязи рекламы и мифологии в современном обществе.

Ключевые слова: реклама, миф, мифология, наука, симулякры, симуляции, мировоззрение.

В современном обществе реклама и мифология тесно переплетены. Так, и в мифе, и в рекламе присутствует суггестивный компонент, эмоциональная аргументация. Жан Бодрийяр говорит о том, что мир рекламы состоит из «симулякров», которые компануются в «симуляции», и человек живет и существует не в реальном событийном жизненном мире, придавая самостоятельно значение и значимость происходящему, а находится в иллюзорном [1].

Создается некая коллективная виртуальная фантазийная реальность, в которую верят как в правду, возникает наивное отношение к действительности. Как, древние греки, наблюдая различные явления природы: дождь, ветер, землетрясение, грозу, переносят на них черты человека, так и рекламные сообщения зачастую уводят человека от реальности, не дают рационально выстроить свою позицию в отношении определенных продуктов, событий, услуг, личностей.

При мифологическом объяснении явлений самым главным является не доказательство, а убеждение. Зачастую реклама также формирует иррациональное, ненаучное мировоззрение. Примером этому могут служить рекламные ролики финансовых пирамид и других «уникальных продуктов», уникальность которых ничем не подтверждена. В мире мифа и рекламы объяснение не связано с поиском внутренних законов развития, оно алогично. Язык, как правило, метафоричен.

Научное объяснение явлений природной и социальной действительности основывается на определенной методологии, инструментарии, на доказательстве, предполагающем логическую последовательность. В науке применяют логику к эмпирической реальности и к языку. Научные теории принципиально проверяемы. При научном прогнозировании (даже явлений природы) основываются на фактах, естественно-научных предпосылках. Невозможно при научном объяснении убедить людей, что дождь пойдет после ритуального танца вокруг костра, как это возможно при мифологическом мировоззрении [2].

Но миф в отличие от рекламы не сознательно искажает явления действительности. Реклама бывает и утопична, а «утопия» в дословном переводе означает «негдея», таким образом, объяснение связано не с доказательством, а с созданием выгодной концепции, не отвечающей реальному положению дел.

Литература:

1. Бодрийяр, Ж. Симулякры и симуляции / Ж. Бодрийяр. – М.: Постум, 2015. – С. 248.
2. Библер, В.С. От наукоучения к логике культуры. Два философских введения в двадцать первый век / В.С. Библер. – М.: Издательство политической литературы, 1991. – 146 с.

ПРОБЛЕМА СМЕНЫ ИНСТРУМЕНТАРИЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А.Г. Чуприна, А.В. Тонковидова

Аннотация. В публикации рассмотрена проблема смены инструментария в педагогике и естественных науках.

Ключевые слова: инструментарий, парадигма, научная революция, педагогика, естественные науки, деятельность.

Т. Кун в своей работе «Структура научных революций» указывает, прежде всего, на то, что уверенность в смене инструментария возникает в периоды кризисной науки, когда возникают аномалии, которые невозможно объяснить, используя традиционный инструментарий, причем, как правило, мировоззренческая картина ученых еще находится в рамках традиционной парадигмы на фоне появления новой научной теории, зачастую в рамках исходной парадигмы. Кун приводит пример из истории химии газов, которая как наука сформировалась во многом под влиянием инновационного для того времени инструментария – воздушного насоса и его применения в химическом эксперименте. Причиной нового витка в биологии было изобретение микроскопа, а в астрономии телескопа [1].

Как и в естественных науках, в гуманитарных, в частности в педагогике, также возникает проблема смены инструментария.

Компьютер, Интернет и даже сотовый телефон как инструментарии образовательного процесса привели к кардинальному изменению самой системы образования. Потребности информационного общества потребовали введения новых образовательных стандартов.

Информационные технологии применяются как при проведении педагогических исследований (on-line опросы, анкетирования и т.д.), так и при внедрении инновационных дистанционных обучающих программ, виртуальных учебников, или электронной образовательной среды.

Фонды оценочных средств также претерпевают изменения на современном этапе развития педагогики. Они также гармонично включаются в электронную образовательную среду.

Проводятся компьютерные тестирования в режимах on-line и of-line. Вводятся электронные дневники, журналы, ведомости, формируются электронные портфолио студентов и преподавателей.

Возможны видеоконференции, видеолекции с интернет-трансляцией.

Смена инструментария при проверке подлинности текстов курсовых работ, дипломных работ привела к повышению их качества и оригинальности.

Литература:

1. Кун, Т. Структура научных революций / Т. Кун. – М.: АСТ, 2015. – 234 С.
2. Библер, В.С. От наукоучения к логике культуры. Два философских введения в двадцать первый век / В.С. Библер. – М.: Издательство политической литературы, 1991. – 235 с.

ОСОБЕННОСТИ ПЛАСТИЧЕСКОГО МИЗАНСЦЕНИРОВАНИЯ В РЕЖИССУРЕ МАССОВЫХ ЗРЕЛИЩ

С.С. Чухрай, А.В. Плотников

Аннотация. В работе рассмотрено определение понятия мизансценирования и принципы применения метода в работе режиссеров массовых зрелищ.

Ключевые слова: мизансценирование, пластические сцены, принципы работы режиссера с мизансценированием.

Особенности построения пластических мизансцен заключаются в правильной подаче рисунка, драматургического развития и художественных задач. Мизансцена является ярким примером выразительного средства в массовом действии. Выполнение организационных задач так же важно: подготовка плана мизансцен, сбор исполнительского состава, подготовка места проведения мероприятия, отработка синхронности пластики на репетициях.

Мизансцена массового зрелища - расположение исполнителей на площадке по отношению к пространству. Идеальная мизансцена не существует в программе номера, действия или мероприятия автономно: она цельно сформирована и призвана решать ряд художественных задач, в совокупности с другими мизансценами [1]. Первоочередная задача постановщика – с ее помощью показать внутреннее содержание действия. Пластическая мизансцена должна раскрывать смысл и образ в полной мере. Знание законов построения действия, смены ракурсов, пластической совместимости элементов - несомненно играют большую роль в постановке мизансцен. По своему назначению мизансцены делятся на: основные (раскрывают основную мысль номера, эпизода или блока) и переходные (промежуточные построения, осуществляющие переход от одного действия к другому) [2].

Массовая пластическая сцена это пространство для точной разработки различных танцевальных и пластических партий. Принцип темы с вариациями, столкновение действия и контрдействия, принцип кордебалета, принцип двух сторон, принцип дифференциации по группам, принцип канона и построения рисунка являются основой в пластической постановке [3].

Пластическая мизансцена не предполагает действовать отдельно от всего замысла. Она ярче выражает мысль каждой сцены только в детальной разработке системы мизансценирования. Вывод: при постановке массовых пластических сцен, режиссер должен применять метод монтажа, постоянно следить за развитием идейно-тематического содержания зрелища, разрабатывать уникальные замыслы пластического действия и уметь организовывать исполнительский состав.

Литература:

1. Петров, Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления. Основы режиссуры, технологии, организации и методики / Б.Н. Петров. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. 120 с.
2. Плотников, А.В. Культурология режиссерского замысла зрелищ // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. –2017. –Т. 1. – № 1-1. – С. 136-141.
3. Подольская, И.Н., Павлов, Д.В. Значение занятий сценической пластикой и хореографией для актера // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа, февраль-март 2017 г. Краснодар, ч. 2.

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

А.И. Шевлюга, Т.А. Самсоненко

Аннотация. Рассмотрены перспективы развития экстремального туризма в Краснодарском крае на основе имеющего ресурсного потенциала.

Ключевые слова: экстремальный туризм, активные виды отдыха, экстремальные развлечения.

Экстремальный туризм - это активные виды отдыха и путешествий, связанные с определенным риском [1]. В своем современном понимании экстремальный туризм начал формироваться в начале 20 века, в это время стали появляться альпинизм, рафтинг, прыжки с парашютом.

Краснодарский край, является тем местом, где развитие экстремального туризма с каждым годом набирает обороты. За прошедший год наш край посетило более 12,5 млн. туристов, из них третья часть приходится на любителей экстремального туризма. Большая часть экстремальных развлечений сосредоточены на юге края. Рассмотрим самые известные и востребованные из них.

Одним из популярных мест является горнолыжный курорт Красная Поляна (район Сочи), включающий в себя множество снежных трасс, подъемники, пункты аренды инвентаря. Также в Сочи находится SKYPARK AJ HACKETT SOCHI, имеющий подвесной пешеходный мост над рекой Мзымтой, длина которого почти 500 м., а высота более 200 м., знаменитый роунджампинг-прыжок в пропасть на глубину более 60 метров, со страховкой и пр. [2]

Курортом, предоставляющим разнообразные услуги экстремального туризма, является Геленджик. Туристам предлагаются дайвинг, различные джип-туры, посещение сафари-парка с двумя канатными дорогами (1500 и 1200 метров), а также аквапарк «Золотая бухта» - самого крупного в России, его средняя посещаемость в сезон составляет более 1,5 млн. человек [2].

Экстремальные услуги предлагаются также в Анапском районе Краснодарского края. В 2008 г. состоялся чемпионат мира по кабельному вейкбордингу (воднолыжный спорт), который проходил в так называемом воднолыжном парке, единственном на Черноморском побережье. В Анапе предлагают заняться дайвингом, поучаствовать в гонках на яхтах и, самое интересное, - заняться парапланеризмом (поселок Сукко).

Отметим, что Краснодарский край богат ресурсами, которые позволяют развивать такие виды экстремального туризма, как альпинизм, горный туризм, рафтинг и т.д. (Апшеронский, Мостовский, Сочинский районы) [2].

Таким образом, экстремальный туризм в Краснодарском крае является перспективным видом туризма и привлекает все большее количество туристов не только из различных регионов РФ, но и зарубежных стран.

Литература:

1. Биржаков, М.Б. Введение в туризм / М.Б. Биржаков. – СПб.: 2011. – 210 с.
2. Кружков, Д.А. Состояние и перспективы развития экстремального туризма в Краснодарском крае / Д.А. Кружков, В.О. Немцова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – Т. 1. – С. 112-114.

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

А.А. Шишлаков, Т. А. Самсоненко

Аннотация. Рассмотрены перспективы развития сельского туризма в Краснодарском крае, отмечена его роль в повышении жизненного уровня населения и стабильности сельских регионов.

Ключевые слова: туристическая отрасль, сельский (аграрный) туризм, Краснодарский край.

Сельский, или аграрный, туризм - это относительно новая туристическая отрасль в России. Все большее количество людей предпочитает отдых в экологически чистых районах, а мировая практика показывает высокую популярность этого вида отдыха, которую выбирают, как правило, жители мегаполисов.

Кубань - отличное место для развития и продвижения сельского туризма. Благоприятный климат, моря (Черное и Азовское), горы, степные просторы, разнообразие флоры и фауны – все это является богатой ресурсной базой для развития аграрного и экологического, а также этнографического туризма. В силу этого развитие сельского туризма на территории Краснодарского края является актуальным [1].

Традиционный сельский туризм подразумевает проживание туристов в деревне или селе, в совокупности с осмотром местных достопримечательностей, пешими, конными прогулками, оздоровительными мероприятиями (бани, фитотерапия), организуется рыбалка, общение с домашними животными, знакомство с традициями национальностей и их ремеслами.

Сельский туризм, кроме развития сельской местности, способствует еще и экономическому росту региона в целом. Например, создает новые рабочие места, повышает уровень образованности населения, отчисляет налоги в бюджет, создает стабильность сельских регионов, привлекает инвестиции в свою деятельность [2].

Сегодня особенно популярными формами сельского туризма на Кубани являются: винные туры, посещение чайных домиков, где проводятся церемонии чаепитий, страусных ферм, рыбалка, посещение пасек (дома меда) и охота. Наблюдается тенденция к популяризации такого направления, как животноводство, так как используются сельскохозяйственные и экзотические виды животных, птиц и рыб [1].

Кроме того, в Краснодаре каждый год проводятся мероприятия по привлечению потенциальных клиентов. Агропромышленная выставка «Кубанская ярмарка» является площадкой для демонстрации своей продукции различными фермерскими хозяйствами и обмена опытом по организации сельского туризма [2].

Таким образом, совершенствование сельского туризма и его продвижение может выступать как механизм развития сельской территории за счет поступления существенных средств в бюджет, обеспечения сельского населения работой, а также будет способствовать повышению жизненного уровня населения Краснодарского края.

Литература:

1. Самсоненко, Т.А., Минченко, В.Г. Винный туризм как основа развития агротуристического направления в Краснодарском крае // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2017. – Т. 1-1. – С. 268-273.

2. Самсоненко, Т.А., Юрченко, А.А., Рагер, Ю.Б. Перспективы развития агротуристического направления в Краснодарском крае // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – Т. 1. – С. 120-122.

ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА КАК ОБЛАСТЬ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ РЕЖИССЕРОВ

А.В. Яблуновская, А.В. Плотников

Аннотация. В работе рассмотрено развитие профессиональных компетенций режиссеров в условиях производственной практики.

Ключевые слова: режиссер, производственная практика, профессиональные компетенции, профессиональная деятельность.

Производственная практика представляет собой модель для развития профессиональных компетенций обучающихся в условиях реального предприятия. В соответствии с ФГОС ВО направления 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников» режиссер в результате освоения образовательной программы должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам профессиональной деятельности [1].

Ежегодно студенты направления проходят производственную практику на базе ДСОК «Криница». Эта площадка позволяет освоить все виды профессиональной деятельности: режиссерско-постановочной, организационно-управленческой, художественно-просветительской, научно-исследовательской, проектной [2].

В ходе режиссерско-постановочной деятельности студент отрабатывает важные профессиональные компетенции: разрабатывает авторские замыслы досуговых художественно-спортивных программ; организует процесс создания творческой работы постановочной команды из числа студенческой бригады и отдыхающих в отряде. Организационно-управленческая деятельность развивает: умение работать в творческом коллективе, организацию и проведение художественных проектов и спортивных соревнований, физкультурных и подвижных игр для детей. Для художественно-просветительской деятельности производственная практика одна из лучших сфер реализации: художественного воображения и эстетического воспитания личности. В процессе научно-исследовательской деятельности происходят: отбор и анализ результатов практики для создания новых тематических границ в будущих сменных заданиях базы практики; формирование исследовательских предположений об основах профессии, которые закрепляются в проблемных статьях. Проектная деятельность включает в себя компетенции по: выбору и использованию инновационных режиссерских технологий в систематизации методик создания и реализации режиссерских проектов.

По материалам исследования мы делаем вывод: производственная практика для бакалавров-режиссеров – это система освоения компетенций всех видов профессиональной деятельности в условиях выполнения реальных производственных задач базы практики с учетом выполнения учебно-методических задач высшего образования [1].

Литература:

1. Плотникова, Г.Г. Проектирование модели самостоятельной работы студента вуза по учебной дисциплине / Г.Г. Плотникова // Проблемы современного педагогического образования. – 2016. – № 53-7. – С. 167-175.

2. Плотников, А.В. Проектирование модели профессиональной практики в процессе подготовки режиссеров театрализованных представлений и праздников // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 57-64.

КАФЕДРА ЭКОНОМИКИ И МЕНЕДЖМЕНТА

ФИТНЕС-ИНДУСТРИЯ КАК ЭКОНОМИЧЕСКИ ЭФФЕКТИВНАЯ СФЕРА БИЗНЕСА

А.В. Ащеулов, О.А. Гавриляченко

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы развития фитнес-индустрии, обусловленные востребованностью услуг в данной области и реализацией государственной политики популяризации здорового образа жизни и влияющие на потребность спортивных клубов в спортивных менеджерах, способных разрабатывать бизнес-проекты в данном сегменте рынка.

Ключевые слова: фитнес-индустрия, бизнес, спортивный менеджер, спортивный клуб.

Фитнес-индустрия является одним из наиболее развивающихся направлений малого и среднего бизнеса. Создание различных фитнес и спортивных клубов активно поддерживается государством в рамках спортивной политики и популяризации здорового образа жизни. В начале своего развития фитнес-индустрия была представлена рядом иностранных брендов, имеющих филиалы в основном в крупных городах страны. На данный момент фитнес-индустрия активно развивается, ежегодно появляется значительное количество новых брендов, открываются филиалы существующих российских брендов (которые являются лидерами индустрии), увеличивается число потребителей.

По данным Министерства спорта РФ, в 2016 г. количество фитнес и спортивных клубов в России увеличилось на 91,6 %, по сравнению с данными 2012 г., а численность пользователей услуг фитнес-индустрии за тот же период возросла в 2 раза [1].

Фитнес и спортивные клубы предоставляют широкий спектр услуг (занятия на силовых и кардиотренажерах; плавание и аквааэробика; групповые программы (аэробика, танцы, йога, пилатес); персональные тренировки; занятия по различным единоборствам; занятия по игровым видам спорта; детский фитнес; скалолазание и т. д.), что позволяет привлекать потребителей различных возрастных групп, заинтересованных в разнообразных спортивных направлениях. Это обеспечивает стабильную и постоянно возрастающую прибыль организациям фитнес-индустрии. По данным Министерства спорта РФ, объем продаж фитнес-услуг в 2016 г., по сравнению с 2012 г., вырос на 99,5 % (54,8 млрд. руб.) [1].

Предприятия фитнес-индустрии являются прибыльным, востребованным у потребителей, активно развивающимся видом бизнеса. В связи с этим актуальной является подготовка спортивных менеджеров, обладающих компетенциями управляющего и способных составлять бизнес-проекты спортивных организаций.

Литература:

1. Официальный сайт Министерства спорта РФ - <https://www.minsport.gov.ru/>

УПРАВЛЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ФУТБОЛЬНЫМ КЛУБОМ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Л.Х. Байрыева, С.С. Воеводина

Аннотация. В работе рассматриваются особенности управления профессиональным футбольным клубом, связанные с его основным ресурсом – игроками и вопросами страховой защиты от риска их потери.

Ключевые слова: профессиональный спортивный клуб, управление, риски в футболе, страховая защита.

Особенности управления профессиональным футбольным клубом связаны с его правовым статусом как коммерческой организации и его основным ресурсом – игроками. В литературе отмечается травмоопасность футбола, которая выступает в качестве одного из рисков в деятельности профессионального спортивного клуба. Следствием травмы игрока или его болезни являются затраты клуба, связанные с выплатой его заработной платы помимо социальных гарантий, предусмотренных трудовым законодательством [2].

Это положение надо учитывать при управлении профессиональным футбольным клубом. Поскольку «покупка» нового игрока предполагает определенные затраты, что составляет (по данным литературы) 2/3 расходной части бюджета клуба, необходима страховая защита профессиональных футбольных клубов от риска безвозмездной потери игрока [1].

Эффективность управления профессиональным футбольным клубом связана с его спортивными результатами, которые в конечном итоге влияют на бюджет клуба как коммерческой организации. Это положение характерно как для российских, так и для европейских футбольных клубов.

Управление профессиональным футбольным клубом осуществляет администрация (в лице президента и профильных руководителей) и включает следующие основные направления: анализ информации об учебно-тренировочной и соревновательной деятельности футболистов, ее материально-техническом обеспечении; правовое сопровождение деятельности клуба; разработку программ, влияющих на достижение заданного эффекта профессиональной деятельности клуба, учет и контроль принимаемых решений. Целесообразно учитывать и стиль руководства, влияющий на уровень организации персонала спортивного клуба.

Управленческие решения (продажа прав на телетрансляции, реклама, трансферы игроков) в деятельности профессионального футбольного клуба влияют на доходные статьи его бюджета, которые в основном формируются за счет спонсорских средств, и могут минимизировать его расходы.

Литература:

1. Зайцев, А.Н. Организационные аспекты страхования в повышении конкурентоспособности спортсменов / А.Н. Зайцев, С.В. Фомиченко, С.С. Воеводина // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2016. – Т. 1. – № 1. – С. 34-37.
2. Тарасенко, А.А. Актуальные проблемы личного страхования спортсменов в современных условиях / А.А. Тарасенко, С.В. Фомиченко, С.С. Воеводина // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – № 3. – С. 81-88.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНЫМИ ОРГАНИЗАЦИЯМИ

П.Д. Бахтурина, Л.А. Гремина

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы оценки эффективности управления спортивными организациями с учетом алгоритма принятия качественных управленческих решений, учитывающих адаптацию внутренних управленческих процессов к вопросам этики спортивного менеджмента.

Ключевые слова: оценка, эффективность, управленческое решение, спортивная организация, спортивный менеджмент.

Принятие управленческих решений в спортивных организациях должно носить научный характер и основываться на применении методов научного познания [3]. Оценку эффективности управленческого решения можно представить в виде логически последовательных стадий: 1) обнаружение и изучение проблемы является важным этапом в принятии решения руководителя (выявление проблемы имеет несколько этапов: установление причин проблемной ситуации (неудачное выступление команды может объясняться конфликтом между руководством и игроками, недостаточной мотивацией спортсменов и т. п.) и сбор, и отбор внешней и внутренней информации (анализ спортивного рынка, изучение финансовых отчетов, приглашение специалистов-консультантов и т. п.); 2) установление ограничений и критериев, которые сужают возможности в принятии управленческого решения. Руководитель обязан рационально определить критерии будущего решения (при аренде спортивного помещения заранее задаются специальные критерии, которые должны устроить заказчика); 3) выявление альтернатив – определение набора возможных вариантов решения диагностированной руководителем проблемы; 4) оценка альтернатив и предполагаемых вариантов последствий принятия решения. В коммерческих организациях в качестве одного из главных критериев принятия решения используют прибыль, чаще именно с этих позиций оценивается возможный вариант управленческого решения [2]. В некоммерческих спортивных организациях этим критерием может стать предоставление лучших услуг при меньших затратах; 5) выбор варианта решения является сутью последнего этапа. Качество решения будет зависеть от того, насколько рационально определена и взвешена каждая альтернатива решения [3]. На этом этапе довольно часто на первое место выдвигается опыт руководителя, который в некоторых случаях удовлетворяется не самым оптимальным, а приемлемым решением, которое позволяет устранить выявленную проблему. Принятие решений считается главным пунктом в спортивном менеджменте, требующим подключения всего процесса управления спортивной организацией и установления обратной связи [1]. Представляется затруднительным четко выделить в результатах деятельности спортивной организации ту часть, которая является непосредственным результатом эффективности принятых руководителем управленческих решений. Свое воздействие оказывают внешние факторы. Тем не менее, эффективность управления спортивной организацией складывается из качества принимаемых решений.

Литература:

1. Воеводина, С.С., Гетман, Е.П., Гремина, Л.А. Предпринимательство в физической культуре и спорте: экономико-правовые аспекты: коллективная монография. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 216 с.

2. Гремина, Л.А. Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2015. – № 4. – С.55-61.
3. Лазарев, В.Н. Управленческие решения. — Ульяновск: УлГТУ, 2013. – 56 с.

ВОСТРЕБОВАННОСТЬ ВЫПУСКНИКОВ СПОРТИВНОГО ВУЗА НА РЫНКЕ ТРУДА

П.Г. Галат, С.С. Воеводина

Аннотация. В работе рассматриваются факторы, влияющие на востребованность выпускников спортивного вуза на рынке труда в условиях рыночных отношений.

Ключевые слова: спортивный вуз, выпускники, востребованность, рынок труда, работодатели.

Современное развитие спортивной отрасли в России, разработка и применение профессиональных стандартов в области физической культуры и спорта предполагает изменение в содержании высшего образования в данной сфере. Что требует, прежде всего, от спортивных вузов поиска инновационных технологий воспитания и обучения, направленных на совершенствование образовательного процесса с целью подготовки востребованных рынком труда специалистов (бакалавров, магистров).

Так, доля трудоустроенных выпускников в Краснодарском крае (по данным ежегодного мониторинга эффективности вузов России) по направлению «Физическая культура» в 2015 году составила 74,1 %, в 2016 г. – 75 %, в 2017 г. – 65 %. Средняя заработная плата в спортивной отрасли – 23,25 тыс. руб. [2]. Для сравнения (по данным интернет-портала «Труд») самые высокооплачиваемые профессии на Кубани – это менеджер по продажам (135 тыс. руб.), менеджер по продажам элитной недвижимости (119 тыс. руб.), сварщик (95 тыс. руб.), погрузчик на складе (70 тыс. руб.) [1].

Особую важность имеет обретение выпускниками не только внутренней готовности к ответственному выполнению профессиональных обязанностей, но и понимание реальных требований к ним со стороны работодателей как специалистам в постоянно меняющихся обстоятельствах практической деятельности. Так, среди основных рисков своей деятельности работодатели называют недостаток квалифицированных кадров 72 %.

Стихийно складывающийся у студентов и выпускников опыт социальных отношений, необходимый для поиска работы, установления оптимального характера взаимоотношений с работодателем, умения реализовать свое право на защиту в условиях безработицы, далек от норм деловой.

В этом процессе особую роль играет служба содействия трудоустройству студентов и выпускников вуза, одной из функций которой является взаимодействие с работодателями в организации практики, стажировок и дальнейшего трудоустройства. Как правило, работодатели приглашают стажерами студентов-бакалавров 3-4 курсов. Но в настоящее время это положение касается и студентов 2 курса (что дает возможность получить рекомендации для дальнейшего трудоустройства и материал для выполнения выпускной квалификационной работы с согласия работодателя).

Литература:

1. Работа в России. Официальный интернет-портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://trudvsem.ru>.
2. Результаты мониторинга эффективности деятельности Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://indicators.miccedu.ru/monitoring/inst.php?id=1747>.

ПРЕВЕНТИВНЫЕ МЕРЫ АНТИДОПИНГОВОЙ ПОЛИТИКИ В СПОРТЕ

А.И. Гуцуляк, С.С. Воеводина

Аннотация. В работе рассматриваются превентивные меры пресечения использования запрещенных допинговых средств в спорте на основе анализа российского и зарубежного опыта.

Ключевые слова: допинг, превентивные меры, спорт, антидопинговая политика, ответственность.

Проблема борьбы с применением в спорте запрещенных допинговых средств и методов является одной из сложных в зарубежной и российской спортивной практике.

На сессии Совета Европы в Страсбурге (1963 г.) было определено понятие «допинг». Это введение в организм здорового человека или употребление им самим каким бы то ни было путем чуждого организму вещества, физиологической субстанции в избыточных объемах или неестественным путем с единственной целью искусственного и нечестного повышения спортивной производительности этого лица в связи с его участием в спортивных соревнованиях [1].

В законодательстве многих государств предусмотрена административная и уголовная ответственность за использование допинга в спорте, что связано с использованием превентивных мер в системе государственного спортивного менеджмента. Обязанность знания и соблюдения спортсменами, тренерами антидопинговых правил и порядок проведения допинг-контроля предусмотрены в российских профессиональных стандартах «Спортсмен» и «Тренер» [2].

В законодательстве ряда европейских государств (Испания, Италия, Франция, Швейцария) также предусмотрены превентивные меры борьбы с употреблением допинга в спорте. К ним относятся: выдача спортивной лицензии спортсмену при условии предоставления им медицинского документа об отсутствии данных об употреблении допинга (Испания); сообщение спортсменом о каждой медицинской консультации, по результатам которой выдаются рецепты (Франция). В отношении спортивного врача, допустившего нарушение антидопингового законодательства, законодательством Франции предусмотрена дисквалификация на срок от 1 года до 4 лет, а в Испании закреплено наказание в виде штрафа от 3000 до 40 000 евро. Такие меры ответственности предусмотрены и для спортивного судьи, руководителя спортивной организации, связанной с подготовкой, участием спортсмена в спортивных мероприятиях.

Литература:

1. Комплекс мер по реализации Национального плана борьбы с допингом в российском спорте, принятого Независимой общественной антидопинговой комиссией 1 февраля 2017 г.: распоряжение Правительства РФ от 10 июля 2017 года № 1456-р // Консультант Плюс. Законодательство. Версия Проф [Электронный ресурс] /АО «Консультант Плюс». – М., 2017.

2. Гуцуляк, А.И. Антидопинговое воспитание студентов спортивного вуза / А.И. Гуцуляк, С.С. Воеводина // Материалы научной и научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (23-30 мая 2017 года, г. Краснодар): материалы конференции // ред. коллегия: С.М. Ахметов, А.А. Тарасенко, Г.Д. Алексанянц, Ю.К. Чернышенко, М.М. Шестаков, А.И. Погребной. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 98-100.

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СПОРТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ ЗА РУБЕЖОМ

Г.А. Дейнека, С.С. Воеводина

Аннотация. В работе рассматриваются особенности государственного спортивного менеджмента за рубежом, что связано с государственным устройством и пределами ответственности публичной власти за развитие спортивной отрасли.

Ключевые слова: спорт, государственное управление, зарубежная практика спортивного менеджмента.

В российском законодательстве определен территориальный принцип государственного управления спортом. Государство, в лице Министерства спорта России, разрабатывает стратегию развития отрасли и ее правовое обеспечение на уровне регионов и муниципалитетов посредством соответствующих органов управления решаются вопросы развития спортивной инфраструктуры, массовой физической культуры и спорта [1, 2].

В зарубежной практике спортивного менеджмента государственное управление реализуется департаментами, министерствами, либо структурными подразделениями других государственных органов. Например, в Австралии – это Департамент спорта и отдыха, в Австрии – Министерство обороны и спорта, в Аргентине – Министерство образования и спорта, в структуре которого действует Секретариат по спорту, физическому воспитанию и отдыху. В Германии в структуре Федерального министерства внутренних дел есть отдел по делам спорта.

В некоторых государствах (Куба, Перу, Португалия, Чили) функцию государственного управления в спорте осуществляют государственные учреждения – Институты, которые имеют статус юридического лица и собственное имущество. Это – Национальный институт спорта, физического воспитания и отдыха Кубы, Португальский институт спорта и молодежи, Национальный институт спорта при Министерстве спорта Чили [3].

В литературе к негосударственным организациям, выполняющим функции государственного спортивного менеджмента, относят Австрийскую федеральную спортивную организации, Ирландский спортивный совет, Национальный совет по спорту в Мексике.

Таким образом, государственный спортивный менеджмент в зарубежных странах зависит от государственного устройства и модели управления спортивной отраслью.

Литература:

1. Воеводина, С.С. Предпринимательство в физической культуре и спорте: экономико-правовые аспекты / С.С. Воеводина, Е.П. Гетман, Л.А. Гремина / Коллективная монография. – Краснодар: КГУФКСТ. – 2016. – 252 с.

2. Опрышко, А.М. Формы и методы государственного управления в области физической культуры и спорта / А.М. Опрышко, С.С. Воеводина // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2017 г., г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 213-215.

3. Тарасенко, А.А. Государственное и муниципальное управление в области физической культуры и спорта. Курс лекций / А.А. Тарасенко, С.С. Воеводина. – Краснодар, КГУФКСТ. – 2016. – 135 с.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ГОРНОЛЫЖНЫХ КОМПЛЕКСОВ

Д.Х. Жапуева, Т.А. Кирбабина, Е.П. Гетман

Аннотация. В работе поднимается проблема развития российских горнолыжных комплексов с позиции финансирования, организации и совершенствования тренировочного процесса в горнолыжном спорте, и предлагаются пути ее решения.

Ключевые слова: горнолыжный комплекс, спортсмен, спортивная подготовка, горнолыжный спорт, финансирование.

В настоящее время в России большое внимание уделяется развитию горнолыжного спорта. Создаются новые горнолыжные комплексы (далее – ГЛК), открывается все больше трасс для катания. В сезоне 2017–2018 гг. горноклиматический комплекс Сочи открывает очередную канатную дорогу, что добавит 8 км дополнительных трасс, а вся вместе зона катания составит 102 км [2].

Государство вроде бы создает предпосылки для развития горнолыжного спорта, но стандартное наличие ГЛК не предполагает нужных условий для развития профессионального спорта. Так, на текущий момент действует чуть больше 200 горнолыжных кластеров. Из них большая часть предназначена для катания на трассах любителей, нежели квалифицированных спортсменов. Основная часть «подходящих» трасс находится за границей. К ним можно отнести такую трассу, как Ханенкам в австрийском Китцбюэле. Она предназначена для скоростного спуска и считается самой технически сложной трассой [3].

Россия вложила огромные средства в постройку горнолыжного комплекса в Сочи в 2014 году. Например, объект под названием «Горная карусель» стоил около 80 млрд. рублей, а горнолыжный центр «Роза Хутор» – 85,7 млрд. рублей. Но, если брать за основу тренировочный процесс, то появляется проблема подготовки спортсменов. Основная часть имеющихся горнолыжных комплексов не в полной мере приспособлена для подготовки спортсменов высокого класса. Для того чтобы выступить на высоком уровне, нужно тренироваться непосредственно, на трассах, максимально приближенных к соревновательным. Так, например, трасса слалома должна быть проложена на склоне с уклоном от 33 до 45 %, а перепад высот для женщин составляет 120–220 м, для мужчин 140–220 м [1]. Несмотря на разнообразие ГЛК в нашей стране, сборные команды все равно предпочитают тренироваться за границей, что очень отражается на финансовом состоянии спонсируемых организаций. Федерация горнолыжного спорта и сноуборда России выделяет немалые средства для проведения подобных тренировок.

Следует перераспределить финансирование в сторону преобразования наших ГЛК. Это повысит уровень инфраструктуры района, в котором будет находиться данный специализированный комплекс, а также создаст благоприятные условия для подготовки спортсменов высокого класса.

Литература:

1. Обучение и совершенствование техники катания на горных лыжах и сноуборде. Учебно-методическое пособие / под редакцией В.И. Данилина. – 2009. – С. 152–154.
2. Сезон катания [Электронный ресурс]. режим доступа <http://www.yugopolis.ru>;
3. Ханенкам — трасса не для слабонервных [Электронный ресурс]. Режим доступа - <http://skistop.ru>.

УПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ШКОЛОЙ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Т.А. Кирбабина, С.С. Воеводина

Аннотация. В работе рассматриваются особенности управления спортивной школой как образовательной организацией дополнительного образования детей и организацией, осуществляющей спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки.

Ключевые слова: спортивная школа, управление, спортивная подготовка, образовательная организация.

Особенности управления спортивной школой обусловлены ее статусом как образовательной организации дополнительного образования детей и спортивной организации, реализующей федеральные стандарты спортивной подготовки [2].

Сочетание указанных видов деятельности (образовательной и спортивной) предъявляет повышенные требования к результатам ее работы (подготовке спортивного резерва), кадрам, материально-технической базе, а также поиску эффективных организационных форм и методов планирования, анализа и контроля учебно-тренировочного процесса, что непосредственно связано с вопросами спортивного менеджмента [1].

Для решения этих вопросов необходимо определить, какая из сфер деятельности спортивной школы является ведущей – спортивная подготовка или обучение, воспитание средствами физической культуры. Оба компонента важны, но их взаимодействие определяет применимые методы управления и соответствующее законодательство – спортивное или образовательное [3].

Более того, спортивная подготовка предполагает наличие следующих видов контроля деятельности спортивной школы: внешнего (осуществляет Министерство спорта России), общественного (общероссийские спортивные федерации) и внутреннего (руководитель, его заместители по направлениям работы).

Следует отметить и особенности оплаты труда тренерско-преподавательского состава спортивной школы, осуществляющей спортивную подготовку. Размеры окладов устанавливаются руководителем с учетом квалификационных требований к профессиональной подготовленности, сложности и объема трудовой функции.

Литература:

1. Воеводина, С.С. Управление образовательной организацией как сложной социально-экономической системой / С.С. Воеводина, Е.П. Гетман // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / Под ред. А.И. Погребного. Т. 18. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 169-176.
2. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ // Консультант Плюс. Законодательство. Версия Проф [Электронный ресурс] / АО «Консультант Плюс». – М., 2018.
3. Тарасенко, А.А. Управление качеством услуг в области физической культуры и спорта / А.А. Тарасенко, С.В. Фомиченко, С.С. Воеводина / Физическая культура и спорт – наука и практика. – 2016. – № 2. – С. 32-37.

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ

Л.Э. Кириленко, А.С. Тютюнников

Аннотация. Управление спортивной организацией занимает одно из ключевых мест в системе спортивного менеджмента, что предполагает поиск инновационных методов управления в условиях динамизма внутренней и внешней среды, с целью решения задач стратегического развития спортивной организации.

Ключевые слова: управление спортивной организацией, методы управления, стратегическое управление, инновационные подходы.

Современный руководитель должен в совершенстве владеть методами управления спортивной организацией, независимо от сферы ее деятельности: будь то спортивный клуб, детско-юношеская спортивная школа, секции по видам спорта и прочее.

Руководитель использует методы управления на основе специфики отношений, в рамках которой происходит его взаимодействие с подразделениями и конкретными сотрудниками, деятельность которых направлена на развитие спортивной организации. На этом основании методы управления спортивной организацией подразделяются на организационные, административные, экономические и социально-психологические.

Эффективное применение методов управления спортивной организацией требует от руководителя и его менеджеров постоянного творческого поиска, научных подходов, обращения к передовой российской и международной практике, учета условий изменения внутренней и внешней среды спортивной организации.

На практике большая часть руководителей не уделяют особого внимания модернизации методов управления, оставаясь консервативными в данном направлении. Но в условиях меняющейся среды необходим поиск новых инновационных подходов в управлении спортивной организацией и ее коллективом. В этих целях можно предложить следующее:

- использовать инновационные стратегии в управлении – плановую и систематическую ликвидацию отжившего, что позволит высвободить человеческие ресурсы, например за счет внедрения новых информационных программ управления персоналом; программ психологического тестирования сотрудников и их участия в психологических тренингах на формирование позитивного психологического климата в коллективе;

- воспитание собственных кадров, знающих организацию изнутри и умеющих управлять коллективом;

- привлечение в организацию специалистов, способных проводить своевременную объективную диагностику, прогнозную оценку перспективности вариантов новых методов управления.

Литература:

1. Блеер, А.Н. Управление спортивной организацией. Ученое пособие / А.Н. Блеер, Е.В. Кузьмичева. – М.: ГЦОЛИФК, 2014. – 402 с.

2. Новиков, Д.А., Иващенко, А.А. Модели и методы организационного управления инновационным развитием фирмы – М.: ЛЕНАНД, 2006. – 211 с.

3. Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта. Учебное пособие / А.В. Починкин. – М.: Спорт, 2016. – 31 с.

ПРОФИЛЬ ПОТРЕБИТЕЛЯ-ЗРИТЕЛЯ В СПОРТЕ НА ОСНОВЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ КРИТЕРИЕВ ПОВЕДЕНИЯ

А.Е. Лисицын, Е.П. Гетман

Аннотация. Психологический фактор – один из основных побудительных факторов, определяющих поведение современного потребителя на спортивном рынке. В работе рассматриваются ключевые критерии потребителя в спорте и психологические факторы, влияющие на поведение потребителя спортивных товаров и услуг.

Ключевые слова: психологические факторы, потребитель спортивных товаров и услуг, потребность, профиль потребителя, спортивный рынок.

Важным объектом изучения в маркетинговом исследовании является потребитель: изучаются процесс принятия решений о покупке, реакции на покупку, факторы, определяющие его поведение, с целью моделирования потребительского поведения.

Совокупность личностных, культурных, социальных, психологических, природно-климатических и национальных факторов влияет на поведение покупателей и принятие ими решения. К психологическим факторам относятся: мотивация, тип личности, восприятие, ценности, убеждение, отношение и стиль жизни [1].

Ключевая потребность – это то, что для человека является самым важным, значимым и необходимым в жизни, причем – с самого детства.

Профиль потребителя – это комплекс ключевых демографических и психологических характеристик пользователя или целевой аудитории продукта. Как правило, он включает в себя возрастные характеристики, пол, семейное положение, уровень образования и дохода, географическое расположение и поведенческие факторы. Используя эту информацию, можно проанализировать психологические факторы и попытаться описать ключевые критерии потребителя в спорте.

По результатам исследования можно так описать профиль потребителя-зрителя вида спорта спортивная акробатика – это юноши и девушки от 16 лет, ведущие здоровый образ жизни, физически развитые, активно занимающиеся спортом (конкретные высокие спортивные цели — звания, разряды, титулы), целеустремленные и, в определенной степени, тщеславные. Они живут преимущественно в городах (непосредственной близости от спортивных центров, тренажерных и аэробных залов). Уровень дохода средний (в силу возраста), образование – среднее (в силу полной занятости).

Для формирования устойчивого и осознанного интереса молодежи к занятиям спортом стоит проводить его популяризацию в ходе и после всевозможных соревнований, именно в этот период молодые люди проявляют наибольшую заинтересованность. Спорт представляется не только как приносящая радость личная активность, но и как возможность самореализации, построения карьеры.

Литература:

1. <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-factory-potrebitelskogo-povedeniya>.
2. http://studbooks.net/910547/marketing/psihologicheskie_aspekty_pokupatelskog_o_povedeniya.
3. https://studopedia.ru/10_181197_potrebiteli-fizkulturno-sportivnih-uslug-i-motivi-ih-povedeniya.html

АСПЕКТЫ НАЧИСЛЕНИЯ АМОРТИЗАЦИИ

Е.С. Машенко, Л.В. Подгорелова

Аннотация. Амортизационные начисления - существенный механизм управления инвестиционной политикой организации, который целесообразно направлять на материальное обеспечение реальных проектов.

Ключевые слова: амортизация, начисление, метод, основные средства.

Амортизация представляет собой плавное переключение объемов основных средств на результаты производственной деятельности: выпускаемые изделия, работы, услуги. Она начисляется одним из следующих методов: линейным; уменьшаемого остатка; списания стоимости по сумме чисел лет срока полезного использования; формирования амортизации соответственно величине выполненных работ.

При начислении налога на прибыль можно применять только два метода амортизации – линейный или нелинейный. Исключением являются объекты, амортизация которых формируется постепенными изменениями согласно третьего пункта статьи 259 НК РФ [2]. Изменить выбранный способ формирования амортизации можно только по окончании очередного налогового периода. Организация, выбравшая линейный метод начисления амортизации, определяет ее по каждому объекту. При выборе нелинейного метода амортизацию следует начислять отдельно по каждой амортизационной группе. Смена способа формирования амортизации обуславливает необходимость выявления остаточной стоимости амортизируемых активов. Ее определяют по правилам, определенным статьей 257 НК РФ [2]. Остаточную стоимость рассчитывают на начало года, с момента которого официально разрешено использование способа постепенных увеличений инвестиций. Целесообразность оптимизации основных фондов обуславливает оптимизацию переоборудования предприятия для формирования амортизационных отчислений, позволяющих осуществлять инвестиционную политику [1]. Описываемый вид отчислений является значимым вариантом оптимизации развития организаций, стимулирования дальнейших усовершенствований в их производственной деятельности.

Литература:

1. Булатов, А.С. Экономика: Учебник. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрист, 2014. – 896 с.
2. Налоговый кодекс Российской Федерации: часть первая и вторая. – М.: Юрайт, 2006. – 391 с

СТАТИСТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ В СПОРТИВНОМ МЕНЕДЖМЕНТЕ

А.И. Прохода, Е.В. Мирзоева

Аннотация. В работе изучаются особенности методов статистики в спорте. Описываются основные методы статистики, их возможное применение в спортивном менеджменте.

Ключевые слова: статистические методы, спорт, менеджмент, анкетирование, обобщающие показатели.

Наличие высококвалифицированных спортивных менеджеров, обладающих необходимыми профессиональными компетенциями, является условием развития спортивных организаций [1]. В то же время современный менеджмент без статистических методов исследования и прогнозирования не сможет ориентироваться на достижение высоких результатов, так как именно с помощью методов статистики определяют перспективность спортсмена, анализируют параметры различных сторон учебно-тренировочного и соревновательного процессов, контролируют эффективность нагрузок и оценивают степень адаптации к большим физическим нагрузкам [3]. Кратко рассмотрим особенности статистических методов применительно к спортивному менеджменту [2].

Так, применяя наблюдение, менеджер спортивной организации получает первичные данные о разных сторонах явления, которое изучается. Применяя методы массовых статистических наблюдений, он обеспечивает полноту, репрезентативность получаемой информации. Также используется анкетирование в форме открытых и закрытых вопросов. Сводка и группировка материала предполагает разделение всего массива данных на однородные группы и подгруппы. Проводится подсчет результатов в каждой группе, оформляются полученные результаты в виде статистических таблиц. После проведения группировки проводится анализ обобщенных данных наблюдения по выделенным группам и в целом. Такой процесс называется сводка. Отметим также, что методы группировки могут различаться в зависимости от задач исследования, которые возникают в процессе функционирования спортивных организаций.

Анализ результатов для получения объективных выводов о состоянии анализируемых объектов и закономерностях их развития называется обработкой статистических показателей. Для этого применяют обобщающие статистические показатели: абсолютные, относительные и средние величины, вариации и статистические индексы. Выявляются причинно-следственные связи, закономерности, оцениваются эффективность и возможность экономических и управленческих спортивных событий.

Особенности применения методов статистики в спортивном менеджменте заключаются в первую очередь в возникающих трудностях по сбору статистических данных, особенно в массовом спорте. Как правило, требуется проведение высокочрезвычайных операций, а также сбор данных может занимать большие временные промежутки. У граждан наблюдается негативное отношение к участию в анкетировании.

Однако спортивные организации, а также организации, имеющие на балансе спортивные объекты, обязаны ежегодно сдавать в органы статистики специальную форму отчетности, что позволяет собирать достаточно большой массив реальных данных, для анализа которых необходимы статистические методы.

Литература:

1. Воеводина, С.С. Предпринимательство в физической культуре и спорте: экономико-правовые аспекты: коллективная монография. – Краснодар, 2016. – 282 с.
2. Гетман, Е.П. Экономическая статистика / Е.П. Гетман, Н.С. Даллада. – Краснодар, 2012. – 100 с.
3. Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учеб. пособие. – М.: Советский спорт, 2016. – 264 с.

КОРПОРАТИВНЫЙ СПОРТ: ЕГО ЗНАЧИМОСТЬ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИЙ И ПРЕДПРИЯТИЙ

А.В. Тараненко, Е.П. Гетман

Аннотация. В работе представлен анализ значимости развития корпоративного спорта предприятиями и организациями для обеспечения их конкурентных преимуществ в современных рыночных условиях.

Ключевые слова: корпоративный спорт, управление, предприятие.

Корпоративный спорт возможно рассматривать с двух сторон. С одной стороны, как коллективные занятия сотрудников предприятий и организаций разнообразными видами спорта и двигательной активности в рабочее и нерабочее время. С, другой стороны его можно обозначить как соревнования по любым видам спорта среди работников данного предприятия или организации. Главными целями и задачами корпоративного спорта являются: формирование в коллективе командного духа, его сплочение и повышение уровня здоровья сотрудников, а, следовательно, и улучшение качества их труда.

Затрагивая историю, можно отметить, что уже в начале 90-х годов XX века корпоративный спорт начинает представлять собой всемирное организованное движение, международная организация по продвижению которого находится в Питерборо (Великобритания). Данная общественная организация представляет собой совет, состоящий из бизнесменов, известных политиков и значимых государственных деятелей, создавших комитет, который организует ежегодные Всемирные корпоративные игры [2].

Любая компания, фирма, организация, функционирующая в нынешних рыночных условиях, ставит своей целью быть максимально успешной, а также развивать и совершенствовать конкурентные преимущества перед другими компаниями, что даст возможность увеличения прибыли. При выявлении конкурентных преимуществ главенствующую роль играет персонал, от состояния здоровья которого и будет зависеть уровень успешности фирмы, предприятия, компании.

Осознание высокой значимости человеческих ресурсов заставляет руководителей предприятий и организаций любых направлений деятельности и различных форм собственности создавать наиболее благоприятные условия для укрепления здоровья работников. Организовывать занятия в рамках корпоративного спорта возможно в различных вариантах. Например, организация открывает и развивает свой собственный спортивный центр в специально построенных или приспособленных помещениях на территории предприятия. В этом случае руководство подбирает и привлекает к работе специалистов по рекреации или тренеров по видам спорта. При организации совместных занятий работников предприятий в арендуемых спортивных сооружениях (спортивных залах, стадионах или бассейнах) руководство фирмы или предприятия на основе договора, заключаемого между организацией и спортивным объектом, частично или полностью оплачивает «корпоративную карту» для своих сотрудников.

Компании, уделяющие большое внимание и вкладывающие деньги в корпоративный спорт, становятся более привлекательными для потенциальных работников, партнеров, клиентов, а следовательно, формируют положительный имидж на внешнем рынке [1].

Результаты, полученные в процессе изучения данного вопроса, дают возможность утверждать, что корпоративный спорт как новое социально-экономическое явление требует внимания и изучения как с практической, так и с теоретической стороны.

Литература:

1. Билецкая, Е.З веских «за» потратить деньги на корпоративный спорт [Электронный ресурс]. Режим доступа [http:// www.gd.ru/articles](http://www.gd.ru/articles)
2. Несмеева, А.С чего начинался корпоративный спорт [Электронный ресурс]. Режим доступа [http:// www. inside-pr/ ru zhurnal](http://www.inside-pr.ru/zhurnal)

ОРГАНИЗАЦИЯ УПРАВЛЕНИЯ В СФЕРЕ РОССИЙСКОГО СПОРТА

К.В. Туманян, Е.П. Гетман

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы реализации полномочий в области управления физической культурой и спортом на региональном и муниципальном уровнях в их взаимосвязи с деятельностью спортивных организаций.

Ключевые слова: органы управления, физическая культура и спорт, спортивные организации.

В области физической культуры и спорта органы исполнительной власти субъектов РФ, а также местного самоуправления на региональном и муниципальном уровнях выполняют обязанности, связанные с исполнительной и законодательной деятельностью.

Российский Олимпийский комитет, созданный 16.03.1911 г., является общероссийским союзом общественных объединений, граждан РФ и российских юридических лиц и выполняет обязанности, связанные с пропагандой в РФ принципов олимпийского движения, развитием спорта высших достижений и массового спорта. Паралимпийский комитет России является общероссийской общественной организацией и занимается подготовкой выступления сборных команд инвалидов России на Паралимпийских играх и других международных соревнованиях.

Спортивные клубы, школы, образовательные и научные учреждения осуществляют тренировочную, соревновательную, физкультурную, а также образовательную, воспитательную и научную деятельность в области физической культуры и спорта на территории РФ. Количество спортивных сооружений, по данным Министерства спорта РФ, в 2016 г. составило 290947 единиц [2].

Предприятия спортивной промышленности осуществляют производство продукции физкультурно-спортивного и туристического назначения. Можно перечислить следующие российские компании спортивной промышленности: ООО «Спарта», ООО МК «Олимп Сити», ЗАО «Завод игрового спортивного оборудования», ООО «Авелон Спорт», НАО «Акроспорт», группа компаний «Спортика», ООО «Атлант-Спорт» и т. д. Средства массовой информации также являются одним из ключевых инструментов популяризации и развития физической культуры и спорта в России. Можно назвать такие популярные издания и интернет-порталы, как «Спорт-Экспресс», «Советский спорт», «Р-спорт», «Спорт день за днем», «Футбол России», «Лыжный спорт», «Российский стадион», Чемпионат.com, F1news.ru и т. д. У министерств, федераций, спортивных школ и клубов (по различным видам спорта) существуют официальные сайты. В рамках телевизионного вещания, турниры международного масштаба, такие как Олимпийские игры, чемпионаты мира и Европы, универсиады, активно освещаются основными федеральными каналами (Первый канал, Россия 1). В соответствии с поручениями и указами президента РФ на базе АО «Газпром-Медиа Холдинг» создан телеканал «Матч ТВ», в рамках которого также осуществляется вещание тематических телеканалов, таких как «Наш футбол», «Матч Боец», «Матч Игра», «Матч Арена» и т. д. Также существует отдельный тематический телеканал «КХЛ ТВ», транслирующий игры Континентальной хоккейной лиги [1].

Учитывая представленные выше данные по структуре управления государственной политикой в области физической культуры и спорта, можно сказать,

что Российская Федерация обладает всеми необходимыми компонентами управления для исполнения своих полномочий в области физической культуры и спорта.

Литература:

1. Воеводина, С.С. Предпринимательство в физической культуре и спорте: экономико-правовые аспекты: коллективная монография. – Краснодар, – 2016. – 282 с.
2. [http: www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru)

ФИНАНСОВАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ СТРАХОВЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

П.С. Чиж, М.Г. Коваленко

Аннотация. В работе рассматривается значение страхового механизма в обеспечении финансовой устойчивости страховых организаций в современных условиях развития страхового рынка.

Ключевые слова: страховой механизм, страховые организации, финансовая устойчивость, страховой рынок.

Для обеспечения безопасности интересов и ценностей граждан в ходе практических исследований экономических отношений был детально разработан механизм страхования, который на данный момент и занимается осуществлением необходимой безопасности [1].

Страхование активно применяется для предоставления защиты самых разнообразных отраслей народного хозяйства, для обеспечения производства при наступлении страхового случая путем предоставления необходимых финансовых средств и, что немаловажно, для предотвращения чрезвычайных случаев, которые могут снизить уровень благосостояния граждан. Помимо этого, страхование имеет способность самостоятельно регулировать и вносить коррективы в производственный процесс, так как входит в сферу финансово-кредитных отношений [2].

Главным условием жизнеспособности механизма страхования является умение страховщика своевременно выполнять обязательства, указанные в договоре, при подаче претензий по полису при условии наступления страхового случая. Следовательно, большая роль отводится оценке финансового состояния страховщика.

Страховой рынок – это особая социально-экономическая структура, некоторая сфера денежных отношений, в которых объектом покупательского спроса является обеспечение страховой безопасности, идет процесс формирования предложения. Условием, без которого не может существовать страховой рынок, является общественная потребность в страховых услугах и, следовательно, наличие страховых компаний, которые будут в состоянии произвести необходимые процедуры. Для выработки стратегии и тактики по развитию предприятия, прежде всего, используют анализ финансово-хозяйственной деятельности страховой компании. Также, помимо этого, возможны еще и такие явления, как: анализ планов и организаторских решений, осуществление контроля по выполнению этих решений, выявление пределов повышения эффективности производства, объективная оценка деятельности предприятия – разница между ожидаемыми и полученными результатами, оценка работы подразделений и сотрудников организации.

Для повышения финансовых показателей также используется ряд некоторых направленностей:

1. Создание устойчивого страхового портфеля.
2. Максимизация выгодных характеристик перестраховочной защиты [3].

Литература:

1. Бакиров, А.Ф. Формирование и развитие рынка страховых услуг / А.Ф. Бакиров, Л.М. Кликич. – М.: Финансы и статистика, 2016. – 304 с.
2. Гвозденко, А.А. Основы страхования / А.А. Гвозденко. – М.: Финансы и статистика, 2014. – 320 с.
3. Прокошин, В.А. Финансово-правовое регулирование страховой деятельности в современной России / В.А. Прокошин, Н.Н. Косаренко. – М.: Флинта, 2014. – 208 с.

КРАСНОДАРСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ ВЫСШЕГО СЕСТРИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ТАКТИКА ФЕЛЬДШЕРА ПРИ ВЫЯВЛЕНИИ САХАРНОГО ДИАБЕТА НА АМБУЛАТОРНО-ПОЛИКЛИНИЧЕСКОМ ЭТАПЕ

О.Ю. Беликова, А.М. Горшкова

Аннотация. Раскрыта роль фельдшера на этапе выявления сахарного диабета, отмечена зависимость развития сахарного диабета от самоконтроля респондентов.

Ключевые слова: сахарный диабет, самоконтроль, глюкоза, инсулин, поджелудочная железа, диета, толерантность.

Материалы и методы: был проведен сравнительный анализ отчетной документации МБУЗ «Городская поликлиника № 17», г. Краснодар за 2016–2017 гг.; изучали структуру респондентов с сахарным диабетом (СД). Использовался метод наблюдения и методы математической статистики при обработке полученных данных. Была разработана анкета для респондентов, содержащая 20 вопросов. Выделена контрольная группа респондентов в количестве 30 человек. Изучали уровень знаний по вопросам, касающимся состояния здоровья респондентов. Из них: мужчин – 9 человек (30 %), женщин – 21 человек (70 %). Средний возраст респондентов – от 28 лет до 87 лет. Распределение респондентов по типам СД: гестационный диабет – 1 человек (11,1 %), латентный диабет – 1 человек (11,1 %), предиабет – 3 человека (33,3 %), стероидный диабет – 2 человека (22,2 %), почечный диабет – 1 человек (11,1 %), бронзовый диабет (гемохроматоз) – 1 человек (11,1 %). По данным анализа заболеваемости респондентов увидели, что из 2187 пациентов в 2016 году у 157 человек (7,1 %) тот или иной тип диабета был выявлен впервые; в 2017 году количество респондентов с впервые выявленным диабетом составляло 55 человек из 2235 (2,46 %).

Выводы: 1. На учете по поводу СД на начало 2017 года всего состояло 2235 пациентов, по сравнению с 2187 пациентами в 2016 году. Имеет место рост числа заболевших СД по сравнению с предыдущим годом. 2. Наблюдается рост числа заболевших СД 1-го типа в 2016 году по сравнению с 2017 г. 3. Отмечается незначительное снижение процента пациентов, имеющих СД 2-го типа в 2017 году. 4. Ранее выставленный диагноз в 2017 г. имел место у 31 больного (1,4 %), причем 100 % из них имели СД 2 типа. 5. Одной из причин снятия с диспансерного учета является смерть пациента. Наблюдается снижение смертности пациентов от осложнений СД с 122 чел. (72,2 %) – в 2016 г. до 21 чел. (45,6 %) в 2017 г. Это связано с тем, что продолжают внедряться в медицинскую практику новые медикаментозные противодиабетические препараты, инсулины нового поколения. 6. Большинство заболевших – респонденты в возрасте от 51 до 87 лет. Часто диагноз «сахарный диабет» выставляется только после развития осложнений, которые начинают проявляться через несколько лет от начала заболевания. 7. Значительное количество респондентов имеют один или несколько факторов риска развития диабета, которые уже привели к развитию заболевания.

Литература:

1. Аметов, А.С. Сахарный диабет 2-го типа и сердечно-сосудистые заболевания: столкновение двух глобальных неинфекционных эпидемий / А.С.

Аметов, М.А. Лысенко // Русский медицинский журнал. – 2013. – № 13. – 802 с.

2. Влияние сахарного диабета 2-го типа на выраженность суставного синдрома у больных гонартрозом / Л.Г. Стронгин [и др.] // Проблемы эндокринологии. – 2013. – № 4. – С. 17-20.

**ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ШКОЛЫ САМОКОНТРОЛЯ САХАРНОГО
ДИАБЕТА В ГОСУДАРСТВЕННОМ БЮДЖЕТНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ «ДЕТСКАЯ КРАЕВАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА»
Е.В. Богатюк, Э.О. Магаева**

Аннотация. Цель современной диабетологии – грамотный самоконтроль, который позволяет предотвратить развитие сосудистых осложнений. При самоконтроле сахарного диабета 1-го типа пациент не только определяет сахар в моче, в крови в домашних условиях, но и правильно интерпретирует полученные данные, принимает верное решение по изменению плана лечения.

Ключевые слова: самоконтроль, сахарный диабет, структурированная программа, обучение, сосудистые осложнения, эффективность.

С 2009 года на базе детского эндокринологического отделения ГБУЗ ДККБ функционирует школа самоконтроля сахарного диабета. Ежегодно в ней обучаются 150–200 человек (детей и родителей). Отработка практических навыков проходит под наблюдением врача-эндокринолога, профессионального психолога, диетолога, медицинской сестры.

Семинары подготовлены в соответствии со структурированной программой, разработанной университетской клиникой г. Дюссельдорфа и утвержденной приказом Министерства здравоохранения от 06.05.1997 № 35. Занятия по данной программе разделены на учебные единицы и учебные шаги.

Также для обучения используется адаптированная для восприятия детей программа, разработанная Институтом детской эндокринологии ФГУ «Эндокринологический научный центр».

Главная цель обучения в школе самоконтроля – понимание того, что коррекция лечения должна проводиться в зависимости от сахара крови, питания, физической нагрузки пациентами самостоятельно.

Улучшение метаболического контроля, качества жизни, уменьшение отрицательного воздействия сахарного диабета на повседневную жизнь являются результатом обучения в школе самоконтроля [1].

В современной концепции ведения больных сахарный диабет трактуется как «образ жизни» [2].

Основная задача обучения – это создание у пациента стойкой мотивации на применение полученных знаний в повседневной жизни.

Обучение больные проходят как индивидуальное, так и групповое.

Также обязательно проводится медицинская реабилитация пациентов с сахарным диабетом в амбулаторных условиях. Результатами реабилитации детей, больных сахарным диабетом, являются повышение качества жизни, предотвращение или отсрочка развития специфических осложнений сахарного диабета.

Литература:

1. Школа сахарного диабета: [электронный ресурс]. [2013]. URL: <http://www.kanash-crb.med.cap.ru/562681/566210/Page.aspx>.
2. Аметов, А.С., Валитов, Б.И., Черникова, Н.А. Терапевтическое обучение больных: прошлое, настоящее, будущее // Сахарный диабет. – 2012. – № 1. – С. 71-77.

СОСТОЯНИЕ ГАСТРОДУОДЕНАЛЬНОЙ СЛИЗИСТОЙ ОБОЛОЧКИ И ПЕЧЕНИ У БОЛЬНЫХ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ И ХРОНИЧЕСКИМИ ГЕПАТИТАМИ

Ю.Ю. Борисов, О.А. Чернобривец

Аннотация. В работе убедительно доказано, что хронический гепатит оказывает заметное влияние на выраженность изменений структуры гастродуоденальной слизистой оболочки у больных язвенной болезнью.

Ключевые слова: хронический гепатит, язвенная болезнь, слизистая оболочка.

По современным представлениям, изменение структуры слизистой оболочки играет важную роль в ульцерогенезе [1, 2]. Исходя из этой гипотезы, были поставлены следующие цели и задачи исследования: 1) выявить особенности эндоскопической картины у пациентов с язвенной болезнью двенадцатиперстной кишки (ЯБ ДПК) и хроническими гепатитами (ХГ); 2) проанализировать морфологические изменения гастродуоденальной слизистой оболочки (ГДСО) у больных с ЯБ ДПК при ХГ в зависимости от степени активности по результатам гистологических исследований.

Методы исследования: больным, находившимся под наблюдением, проводился комплекс исследований, включавший фиброэзофагогастродуоденоскопию (ФЭГДС) с биопсией; биоптаты печени получали при лапароскопическом исследовании.

Результаты: обследовано 23 больных с ЯБ ДПК и ХГ, подтвержденным морфологически, и 20 пациентов с ЯБ ДПК. У больных с ЯБ ДПК и ХГ достоверно чаще (у 39 %, $p < 0,05$) в сравнении с пациентами с ЯБ ДПК (у 10 %) встречались эрозии слизистой оболочки луковицы ДПК, а также отмечалась тенденция к более частому развитию папиллита (у 13 % против 0 %). Затем пациенты с ЯБДПК и ХГ были разделены на 3 группы по степеням активности: 1 – со слабовыраженным и минимальноактивным ХГ (6 чел.), 2 – с умеренным ХГ (8 чел.), 3 – с тяжелым ХГ (9 чел.). По данным ФЭГДС, поверхностный гастрит отмечен соответственно по группам у 33 %, 50 %, 67 %; эрозивный – у 33 %, 25 %, 33 %; атрофический в 1 группе – у 17 % и во 2 – у 12,5 %; во 2 группе у 25 % – гиперпластический гастрит и у 12,5 % полипы желудка. Катаральный бульбит встречался у 33 %, 37,5 %, 22 %; эрозивный – у 33 %, 25 %, 56 % соответственно по группам. Дивертикулы ДПК выявлены у 12,5% и 11% пациентов в 2 и 3 группах, папиллит – у 17 % и 25 % в 1 и 2 группах соответственно. Дуоденогастральный рефлюкс определялся у 17 % в 1, 12,5 % – во 2 и 11 % в 3 группах. Достоверных различий по анализируемым показателям между группами не получено.

Выводы. Нами не выявлена взаимосвязь между выраженностью морфологических изменений в ГДСО и степенью гистологической активности ХГ у пациентов с ЯБ ДПК. Однако достоверное различие между группами с наличием и отсутствием ХГ позволяет предположить, что ХГ оказывает влияние на выраженность изменений при ЯБ ДПК, значение может иметь этиология ХГ (**например, вирусы**).

Литература:

1. Борисов, Ю.Ю., Щербинина, И.Г. Патогенетическая роль нарушений структуры слизистого барьера желудка в ульцерогенезе // Гастроэнтерология Санкт-Петербурга. – 2017. – № 1. – С. 69-70.
2. Borisov, Yu. Yu. Secretory function of the stomach and rheological properties of gastric mucus in peptic ulcer disease // The scientific heritage. – 2017. – № 9. – pp. 16-19.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ ГАСТРОЦЕПИНА И АТРОПИНА НА СОСТОЯНИЕ СЛИЗИСТОГО БАРЬЕРА ЖЕЛУДКА У БОЛЬНЫХ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ

Ю.Ю. Борисов, К.В. Макаrchук

Аннотация. В работе показано, что селективный М-холинолитик гастропепин, в отличие от атропина, у больных язвенной болезнью повышает сниженные в исходном состоянии упругоэластические параметры слизи и укрепляет резистентность слизистой оболочки желудка.

Ключевые слова: гастропепин, желудочная слизь, язвенная болезнь.

Данные литературы свидетельствуют, что нарушения слизеэластической функции желудка играют важную роль в язвенной болезни [1, 2]. Поэтому целью настоящей работы явилась сравнительная оценка влияния двух популярных противоязвенных препаратов - блокаторов периферических М-холинорецепторов гастропепина и атропина на желудочное слизеэластическое выделение у больных язвенной болезнью (ЯБ).

Материалы и методы: обследовано 45 больных ЯБ (37 мужчин и 8 женщин). Гастропепин (10 мг) вводили внутримышечно, а атропин (0,1 мг) – подкожно через час после начала внутривенного капельного введения пентагастрина в субмаксимальной дозе (1 мг/кг массы тела). Упругоэластические (реологические) свойства слизистого геля, выделенного из желудочного сока центрифугированием, оценивали с помощью прецизионного ротационного вискозиметра «Rheotest-2» (Германия). При этом определяли его предел упругости (дин/см²) и два значения эффективной вязкости (сП): при низкой ($D=11,1 \text{ с}^{-1}$) и высокой ($D=4860 \text{ с}^{-1}$) скоростях сдвига.

Результаты: блокада периферических М-холинорецепторов гастропепином и атропином сопровождается существенным снижением общего объема желудочного секрета, выработки кислоты, пепсина и неперсина, представленного главным образом гликопротеинами слизи (в среднем на 18,1–63,6 %; здесь и далее $p<0,05$). В то же время эффект анализируемых препаратов на реологические свойства желудочной слизи существенно различается. Так, в ответ на введение гастропепина упругоэластические свойства слизи достоверно возрастают: предел упругости – на 52,4 %, эффективная вязкость, измеренная при низкой скорости сдвига, – на 58,8 %, а эффективная вязкость, измеренная при высокой скорости сдвига, когда матрикс геля разрушается, – на 45,7 %. При этом сниженные в исходном состоянии реологические параметры слизи достигают нормальных значений у половины больных. В отличие от гастропепина, атропин не оказывает заметного влияния на реологические свойства желудочной слизи.

Таким образом, селективный периферический М-холинолитик гастропепин у больных ЯБ существенно повышает сниженные в исходном состоянии упругоэластические свойства слизи и, следовательно, может повышать резистентность слизистой оболочки желудка.

Литература:

1. Борисов, Ю.Ю. Состояние слизистого защитного барьера желудка у больных язвенной болезнью двенадцатиперстной кишки // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 2. – С. 317.
2. Борисов, Ю.Ю., Ломоносова, Г.Г., Ворончихина, Ю.К. Влияние мизопростала на желудочную цитопротекцию при язвенной болезни // Экспериментальная и клиническая гастроэнтерология. – 2015. – № 5 (117). – С. 78.

**ВЛИЯНИЕ БЛОКАДЫ КАЛЬЦИЕВЫХ КАНАЛОВ НА
СЛИЗЕВЫДЕЛИТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЖЕЛУДКА
У БОЛЬНЫХ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ
Ю.Ю. Борисов, Л.А. Саруханян**

Аннотация. В работе показано, что блокатор кальциевых каналов финоптин у пациентов с язвенной болезнью повышает сниженные в исходном состоянии реологические параметры желудочной слизи и тем самым укрепляет резистентность слизистой оболочки желудка в отношении эндогенных и экзогенных гастротоксических агентов.

Ключевые слова: финоптин, желудочная слизь, язвенная болезнь.

Согласно современным представлениям, нарушения слизевого выделения функции желудка играют важную роль в ульцерогенезе [1, 2]. Целью проведенного исследования явилось изучение эффекта блокатора кальциевых каналов финоптина на реологические свойства желудочной слизи, связанные с цитопротективной устойчивостью слизистого барьера желудка, и основные характеристики секреторной работы желудка.

Обследовано 45 больных дуоденальной язвой (32 мужчины и 13 женщин). Желудочную секрецию исследовали по стандартной методике в базальном состоянии и после субмаксимальной пентагастриновой стимуляции. Финоптин вводили в дозе 5 мг внутривенно струйно. С помощью прецизионного ротационного вискозиметра «RHEOTEST-2» (Германия) давали оценку реологическим свойствам слизистого геля; определяли предел упругости (ПУ, дин/см²) и эффективную вязкость (ЭВ, сП).

Установлено, что в ответ на однократную терапевтическую дозу финоптина существенно снижаются данные базальной и стимулированной выработки кислоты, бикарбонатов и пепсина (в среднем 1,3–1,5 раза, $p < 0,05$). Финоптин, кроме того, значительно изменяет упруговязкие свойства нативной слизи: ПУ увеличивается в среднем на 22,0–57,1 %, а ЭВ1 – на 56,8–62,0 %. Вышеперечисленные параметры достигают нормальных значений у 70 % и 50 % больных с гиповязким синдромом.

Таким образом, можно сделать вывод, что кальций играет немаловажную роль в регуляции слизевого выделения деятельности эпителиоцитов желудка. У пациентов с дуоденальными язвами блокада кальциевых каналов финоптином сопровождается не только выраженным торможением базального и стимулированного кислото- и пепсиновыделения, но и увеличением упруговязких свойств слизи. Полученные материалы расширяют клинко-фармакологическую характеристику блокаторов кальциевых каналов и говорят о необходимости их применения для коррекции патологий реологических свойств слизи у лиц с дуоденальными язвами.

Литература:

1. Борисов, Ю.Ю., Щербинина, И.Г. Патогенетическая роль нарушений структуры слизистого барьера желудка в ульцерогенезе // Гастроэнтерология Санкт-Петербурга. – 2017. – № 1. – С. 69-70.
2. Borisov, Yu.Yu. Secretory function of the stomach and rheological properties of gastric mucus in peptic ulcer disease // The scientific heritage. – 2017. – № 9. – pp. 16-19.

МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДЕТЕЙ, СТРАДАЮЩИХ ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ КОЖИ

М.В. Ефремова, В.В. Ступина

Аннотация. Проведено комплексное изучение медико-социальных проблем организации помощи детям, страдающим хроническими дерматозами, с целью оптимизации медицинской помощи и улучшения качества их жизни.

Ключевые слова: дерматозы, качество жизни, медико-социальные характеристики.

В структуре хронических дерматозов от 50 до 80% составляют атопический дерматит, экзема и псориаз, которые характеризуются длительным течением с частыми рецидивами, малой эффективностью традиционной терапии [1, 2].

На базе Краснодарского кожно-венерологического диспансера (детское отделение) проведено исследование методом анкетного интервьюирования родителей. Всего опрошено 20 респондентов.

Результаты. Изучая социологический статус, выяснилось, что в выборке незначительно ($p > 0,05$) преобладали мальчики – 13 (65 %), 15 (75 %) детей лечение получали амбулаторно, 9 человек (45 %) – посещали детские дошкольные учреждения, 15 (75 %) – обучались в школе, 85 % респондентов проживают в городах. По материальному состоянию 75,8 % семей имеют приличный достаток.

В 46,1 % случаев больной ребенок является единственным, в 21,8% разница в возрасте с ближайшим по возрасту братом или сестрой не превышает 2 лет, а в 32,1 % такая разница составляет 2 года и более. 33,6 % детей были на искусственном вскармливании, 20,6 % отлучены от груди в период от 2 до 6 месяцев, а 44,7 % получали грудное молоко 7 месяцев и более.

Наличие профессиональных вредностей на рабочем месте в течение года до наступления беременности отметили 4,2 % женщин и 10,4 % мужчин. Вредные привычки (курение) до и во время беременности имели 11,6 % матерей и 31,4 % отцов. О злоупотреблении алкоголем уведомили 2,3 % матерей и 8,0 % отцов. Возраст матерей колебался от 16 до 41 года, отцов 18–50 лет.

На наличие токсикозов во время беременности указали 47,3 % женщин. Доношенными родились 85,6 % детей. 36,2 % матерей отметили наличие родовой травмы, асфиксии и других отклонений во время родов у детей.

Дебют заболевания наступал в среднем в возрасте $8,5 \pm 0,2$ лет. В 50% случаев заболевание впервые зарегистрировано в возрасте от 5 до 13 лет.

Активными видами спорта занимались 36,4 % опрошенных. По дополнительным программам, на курсах – 28,5 %. Замеченными при курении были 8,6 %, употребляющими алкоголь – 1,7 %, наркотики – только один ребенок.

Таким образом, выявленные особенности медико-социально характеристик больных с аллергическими дерматозами могут быть применены для разработки индивидуальных мер профилактики данной патологии.

Литература:

1. Кубанова, А.А., Тихонова, Л.И. Дерматология в России. Реальность и перспективы. //Вестник дерматологии и венерологии. – 2004. – № 2. – С. 4-11.
2. Кубанова, А.А. Развитие Российской дерматологии на современном этапе (по материалам доклада I Российского съезда дерматовенерологов) // Вестник дерматологии и венерологии. – 2005. – № 6. – С. 9-11.

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА РАЗВИТИЕ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ У ДЕТЕЙ

Я.А. Круглая

Аннотация. Работа посвящена влиянию факторов окружающей среды на развитие и течение бронхиальной астмы у детей. Автор доказывает, что на развитие заболевания влияет образ жизни и уровень загрязненности окружающей среды. Это достигнуто путем исследования данных, полученных при опросе пациентов и при анализе медицинских карт стационарных больных, страдающих бронхиальной астмой.

Ключевые слова: бронхиальная астма, организм.

В последнее время ученые отмечают увеличение количества пациентов с диагнозом бронхиальная астма. Это одно из наиболее распространенных хронических неспецифических заболеваний легких у детей. Чаще всего это заболевание прослеживается и после взросления. Распространенность бронхиальной астмы в мире среди детского населения достигает 5–10 %. У детей и подростков это заболевание встречается чаще, чем у взрослых. В лечении этого заболевания очень важно устранить саму причину его возникновения.

На базе «МБУЗ ДГКБ №1» г. Краснодара были проведены исследования. В качестве объекта исследований были опрошены пациенты и отобраны 40 медицинских карт стационарных больных, находившихся на лечении в педиатрическом отделении и страдающих бронхиальной астмой.

Выяснилось, что у детей, проживающих в городах, наличие бронхиальной астмы прослеживается чаще, чем у детей, проживающих в сельской местности. Это связано с уровнем загрязнения окружающей среды (атмосферы). Еще одним фактором, влияющим на возникновение бронхиальной астмы, являются условия проживания детей (стесненные условия, отсутствие удобств).

Наряду с лечением необходимо соблюдение индивидуально подобранной диеты. Из рациона заболевшего исключаются аллергенные продукты, которые оказывают положительное влияние на течение бронхиальной астмы. Это особенно важно для детей, страдающих пищевой аллергией.

Таким образом, исследования подтвердили, что бронхиальная астма – «не болезнь, а образ жизни». Поэтому очень важно соблюдать все медицинские рекомендации при лечении бронхиальной астмы.

Литература:

1. Балаболкин, И.И. Актуальные проблемы педиатрии: Сб. научных трудов / И.И. Балаболкин // Казанский медицинский институт. – Казань, 2014. – С. 16-22.
2. Болезни органов дыхания у детей. Руководство для врачей / С.В. Рачинский, В.К. Таточенко, Р.Г. Артамонов и др. – М.: Медицина, 2015. – 496 с.
3. Ненашева, Н.М. Бронхиальная астма: Карманное руководство для практических врачей / Н.М. Ненашева. – М.: Издательский холдинг «Атмосфера», 2014. – 96 с.

ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ПАТОЛОГИИ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

Н.В. Сотникова, А.О. Сергеева

Аннотация. Выделены факторы риска развития патологии желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) как у детей, так и у старшей возрастной группы.

Ключевые слова: факторы риска, вредные привычки, гиподинамия, питание, наследственная отягощенность.

Медицинская статистика отмечает, что в последние десятилетия патологии желудочно-кишечного тракта заняли в списке заболеваний ведущее место [1].

Вопросы профилактики гастроэнтерологических заболеваний тесно смыкаются с вопросами раннего выявления и определения факторов риска формирования данной патологии. Поэтому знания медицинских сестер о принципах профилактики патологии ЖКТ на сегодняшний день являются актуальным вопросом [2].

Нами было проведено исследование на базе МБУЗ Городская поликлиника № 13. Выборочно были взяты 30 пациентов, которые были разделены на две группы: дети от 10 до 18 лет – 13 человек, взрослые от 19 до 50 лет – 17 человек.

В ходе проведенного исследования мы выявили у пациентов ряд факторов риска развития заболеваний желудочно-кишечного тракта. У пациентов детского возраста (1 группа) преобладают: несоблюдение режима и качества питания (69 %), недостаточное использование свежих овощей и фруктов в питании (85 %), еда всухомятку (62 %), неудовлетворительные жилищно-бытовые условия (69 %) и наличие множественных кариозных зубов (77 %). У пациентов старшего возраста (2 группа) присутствуют все вышеперечисленные факторы, но в большинстве случаев выявлены следующие: частое употребление острых, пряных, копченых блюд (82 %), гиподинамия и недостаточное пребывание на свежем воздухе (76 %), нервно-психические перегрузки и длительные отрицательные эмоции (65 %), а также наличие вредных привычек (100 %).

На основании проведенного исследования, было выявлено, что у всех респондентов имеются факторы риска развития заболеваний желудочно-кишечного тракта, причем у большинства в течение жизни проявлялись различные симптомы данной патологии, и у 12 из 30 на основании лабораторных исследований был установлен диагноз желудочно-кишечного заболевания.

Нами было проведено анкетирование пациентов с целью выявления их мнения о деятельности медицинских сестер.

По мнению большинства респондентов (60 %), основная роль в устранении факторов риска и профилактики заболеваний ЖКТ отводится медицинским сестрам, которые должны обеспечить пациентов в полном объеме информацией о данной группе заболеваний и разъяснить принципы профилактики развития данного недуга. Хотя, по мнению медицинских сестер, развитие патологии зависит в первую очередь от самих пациентов и от их образа жизни.

Литература:

1. Нарышкина, С.В. Клиническая гастроэнтерология: методическое пособие / С.В. Нарышкина, О.П. Коротич, М.В. Сулима. – Б.: ГОУВПО, 2016. – 132 с.
2. Фирсова, Л.Д. Заболевания желудка и двенадцатиперстной кишки / Л.Д. Фирсова, А.А. Машарова, Д.С. Бордин, О.Б. Янова; под ред. Л.Б. Лазебника. – М.: Планида, 2013. – 52 с.

КУБАНСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ

ТЕЛЕМЕДИЦИНА БУДУЩЕГО

М.В. Коротаева, Е.П. Гетман

Аннотация. В работе идет речь о развитии телемедицины в России. Анализируются как проблемы, так и востребованность такого сервиса со стороны пациента, врача, медицинской организации.

Ключевые слова: история болезни, электронный сервис, Интернет, консультация.

С 2017 года приобрело законную силу и вступает в действие то, о чем так давно говорили и что ждали многие участники медицинского рынка – электронные карты и консультации врача по Интернету. Будущее преимущество в разработанной электронной медицинской карте перед бумажным аналогом в том, что информация о здоровье, наблюдающихся пациентов будет собрана в электронном виде и в одном месте [2]. Информацию о своем здоровье человек будет вносить в свою индивидуальную электронную медицинскую карту. Также информацию в карту будут вносить медицинские учреждения, куда поступает пациент.

На данный момент пациенты жалуются на бумажные медицинские карты, так как их не дают на руки и неизвестно, что там написано, для этого и будет свободный обзор к электронному аналогу, об этом говорится в законе «Об основах охраны здоровья граждан». В нем сказано, что пациент или же его законный представитель имеет полное право осматривать медицинские документы [1]. Но этот приказ так и не вступил в силу, и даже к концу 2017 года, в Порядке ознакомления со своими медицинскими документами в электронном доступе к карте, так и не упомянулся. Вводятся новшества возможностей дистанционной корректировки лечения и консультации пациента с врачом после электронного визита. Также, что немаловажно, появятся электронные рецепты. Планируется, что рецепты должны быть в электронном виде уже с первых чисел 2018 года, но когда будет взаимодействовать информативно, еще не известно. По плану, с таким рецептом можно прийти в любую аптеку и получить нужный препарат. Пока что это возможно в небольших государствах за рубежом. А в России необходима централизованная база данных, в которой будут взаимодействовать разносторонние участники: пациент, врачи, аптеки, различные медицинские организации. Сейчас недостаточно много людей пользуется электронным сервисом, потому что за столь маленький период времени даже не все работодатели успешно зарегистрированы. «Современные» больничные листы в электронном виде практикуются только с лета 2017 года, но в скором времени, это будет более востребовано. Конечно, еще есть люди, которые не владеют компьютером и у которых нет доступа к Интернету, в действительности, таких оказывается все меньше, но всегда будет выбор: регистрация в электронном виде или запись в регистратуре. Таким образом, ожидается, что взаимосвязь пациента и врача качественно изменится: пациенты будут наблюдаться, не выходя из дома, что оценивается как выгода с обеих сторон.

Литература:

1. Телемедицина сегодня: основные проблемы взаимодействия пациента с врачом [Электронный ресурс]. URL: [http // telemidicine.ru](http://telemidicine.ru)
2. Цифровая поликлиника: ожидания и реальность [Электронный ресурс]. URL: [http // ambulatory-doctor.ru](http://ambulatory-doctor.ru)

КАК НАЧАТЬ МЕДИЦИНСКИЙ ПРОЕКТ С НЕБОЛЬШИМ СТАРТОВЫМ КАПИТАЛОМ

Ю.В. Пикина, К.В. Куон, Е.П. Гетман

Аннотация. В работе поднимается тема развития медицинского проекта с небольшим стартовым капиталом. Предлагается развитие специальных инвестиционных фондов, как коллективных инвесторов.

Ключевые слова: медицинский проект, инвестиционные фонды, здравоохранение.

Здравоохранение в наши дни является важной частью государственной политики и проблемой для экономики страны. По данным Росстата, затраты на здравоохранение в 2 раза выше, чем объем производимых медицинских товаров. В России расходы на рынок медицинских услуг в 2017 г. достигнут 2267,6 млрд. рублей, что на 2,9 % выше уровня 2016 г. в 2019 г. медицина станет главным центром развития экономики [1]. Многие участки рынка медицины в настоящее время устремлены на активную территориальную площадь. По общим сведениям, полный объем инвестиций – примерно 30 млрд. рублей. На эту сумму планируют к 2020 г. возвести 8–10 диагностических учреждений. Все проекты по охране здоровья требуют большого объема финансирования. Качественное медицинское обслуживание нуждается в первую очередь в квалифицированных специалистах и дорогостоящем оборудовании. Однако высокая цена в данной сфере предполагает помощь инвесторов с различным капиталом. Для осуществления проектов в сфере здравоохранения используют так называемые инвестиционные фонды, которые представляют собой коллективные инвестирования и выступают в роли профессиональных посредников между теми, кто готов вложить свой капитал, и компаниям-разработчикам.

Рассмотрим коллективные инвестиции в медицину России. Так, в России существуют разные фонды, позволяющие распределять средства инвесторов для приобретения оборудования. Примеров инвестиционных фондов (ПИФов) в сфере здравоохранения пока немного, но с развитием законодательства такие проекты будут появляться. Схема реализации ПИФов в сфере развития медицины строится так: формируется ПИФ, который заполняется денежными средствами пайщиков, и после этого за счет средств ПИФа происходит пополнение новыми учреждениями, оборудованием, товарами [2]. К преобладаниям ПИФов можно отнести возможность получения прибыли без налоговых потерь, а также способность увеличить фонд в любой момент за счет новых вложений со стороны инвесторов. Недостатком таких вложений является жесткий контроль со стороны Банка России, а также наличие дополнительных расходов инфраструктуры.

В заключении отметим, что ПИФ как часть управления бюджетом будет подавать надежды, а сама сфера здравоохранения – представлять интерес для инвестиций.

Литература:

1. www.marketing.rbc.ru
2. www.if.24.ru.medproekt

КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

ОБЩЕСТВЕННОЕ МНЕНИЕ КАК ОДИН ИЗ КРИТЕРИЕВ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОПАГАНДЫ СОЦИАЛЬНЫХ НОРМ

Н.Е. Шкарин

Аннотация. Знание закономерностей процесса повышения эффективности информационно-коммуникационного воздействия, направленного на формирование общественного мнения, приводит к установлению приоритетных убеждений. Использование средств массовой информации играет в данном случае существенную роль.

Ключевые слова: пропаганда, социально-психологические механизмы, общественное мнение, социальные нормы.

Исследователи полагают, что состояние общественного сознания и есть общественное мнение. Анализ различных понятий, формирующих общественное мнение, дает обоснованное представление о влиянии пропаганды на умы конкретной социальной группы, а в глобальном масштабе – всего человечества. С точки зрения воздействия на целевую аудиторию, общественное мнение является своеобразным индикатором, позволяющим определить, какие именно механизмы и инструменты пропаганды способствуют достижению поставленных целей.

Если опираться на качественные и количественные показатели успешности воздействия пропаганды, то общественное мнение можно определить как индекс эффективности влияния на определенные аудитории. Следует отметить, что речь идет о целенаправленном воздействии, призванном формировать социальные, поведенческие и иные устойчивые стереотипы.

Для пропаганды определенных социальных норм применяются социально-психологические механизмы, которые имеют прямое воздействие на изменение поведения и сознания людей. Мощным инструментом в этом процессе являются средства массовой информации. Следует отметить, что в СССР пропаганда в СМИ имела ярко выраженный политический характер.

Прямое навязывание социальных и политических установок современными средствами массовой информации не является целесообразным, поскольку на сегодняшний день отмечается высокий уровень информационно-коммуникационного развития государства. Широкий спектр современных масс-медиа позволяет точно воздействовать на определенные целевые аудитории. По отношению к прямой пропаганде социальных норм, более эффективной будет являться работа по установлению открытых отношений, в том числе с возможностью обратной связи.

Литература:

1. Арьянц, А.А. Пропаганда как инструмент формирования общественного мнения (на примере литературно-художественного альманаха «Кубань») // PR в России: образование, тенденции, международный опыт: тезисы докладов Всероссийской научно-теоретической конференции. – 2004. – С. 41-43.
2. Арьянц, А.А. Концепция формирования имиджа КубГТУ // PR и коммуникационные процессы. Материалы III Межвузовской научно-практической конференции. – Краснодар, 2009. – С. 22-25.

3. Ароянц, А.А. Роль печатного слова в формировании политических предпочтений сельских жителей (по материалам альманах «Кубань») // Российское село в XXI веке: проблемы и перспективы. – Краснодар, 2004. – С. 147-155.

КОМПЕТЕНТНОСТЬ ВЫПУСКНИКОВ КАК ЭЛЕМЕНТ ИМИДЖА ВУЗА (НА ПРИМЕРЕ КУБГТУ)

Д.Д. Ющук

Аннотация. Имидж вуза сегодня – это возможность более успешно предложить свои услуги целевым аудиториям. Он формируется из различных элементов, в том числе и компетентности выпускников. Этот фактор в полной мере могут оценить лишь работодатели, которые на практике оценивают своих сотрудников (в прошлом – студентов). Поэтому работа по поддержанию образа «компетентного выпускника» приобретает все большую значимость.

Ключевые слова: студент, выпускник, университет, вуз, имидж, компетентность.

В настоящее время любое высшее образовательное учреждение имеет определенный статус в глазах общественности и черты узнаваемости. Все это относится к такому понятию, как «имидж вуза», которое в России начало применяться относительно недавно. Практики рассматривали это понятие как часть маркетинга: образовательная деятельность – продажа своих услуг, и образование – применение проданных услуг. Такая схема маркетингового комплекса позволяет привлечь к учреждению новых потребителей и поддерживать уже имеющийся интерес.

Правильно сформированный образ вуза в сознании общества позволяет надолго закрепить его. Следует отметить, что людям намного проще запоминать что-либо через восприятие мира и жизненные ситуации других людей. При этом не стоит забывать, что, формируя «картинку» в сознании, она должна быть наполнена позитивной информацией, которая по истечении времени преобразится в стереотип.

Опыт Кубанского государственного технологического университета, активно демонстрирующего профессионализм и компетентность своих студентов и выпускников, позволяет подтвердить, что один из основных аргументов при выборе вуза – качество образования. Для всестороннего развития личности студента на базе КубГТУ реализуются различные проекты. В их числе «Школа бизнеса» и «Школа журналистского мастерства», которые ориентированы на расширение уже имеющихся навыков у будущих специалистов в областях бизнеса и коммуникаций. В их рамках проводятся лекции, практические занятия, выезды, семинары по обмену опытом, деловые игры и пр. Все это позволяет студентам по окончании вуза быть более адаптированными к требованиям современного рынка труда, а также применять свои знания на практике.

Кроме того, существует Ассоциация выпускников КубГТУ, которая формирует базу данных лиц, уже завершивших обучение в этом вузе, с целью поддержания отношений: обратная связь, приглашения на мероприятия университета, помощь в организации встречи выпускников.

Все это позволяет формировать положительный образ «компетентного выпускника КубГТУ». Он вбирает в себя множество элементов, которые вплетаются в имидж вуза.

Литература:

1. Ароянц, А.А. Концепция формирования имиджа КубГТУ // PR и коммуникационные процессы. Материалы III Межвузовской научно-практической конференции. – Краснодар, 2009. – С. 22-25.

2. Ароянц, А.А. Пресс-служба в системе социальных коммуникаций // PR и коммуникационные процессы. Материалы IV Межвузовской научно-практической конференции. – Краснодар, 2010. – С. 4-9.

3. Ароянц, А.А. Оптимизация коммуникационных процессов посредством информационно-коммуникационных ресурсов // PR и коммуникационные процессы. Городская межвузовская научно-практическая конференция: тезисы докладов и выступлений. – Краснодар, 2006. – С. 5-7.

КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ

ОБ ОСОБЕННОСТЯХ СЛЕНГА МОЛОДЕЖИ В ГЕРМАНИИ

Е.В. Василовская, М.С. Мовсесян

Аннотация. В данной работе рассматриваются некоторые важные особенности сленга молодежи Германии. Приводятся яркие примеры его употребления в разных ситуациях. Подчеркивается значение сленга для развития немецкого языка в целом.

Ключевые слова: сленг, неологизация, общение с родителями и друзьями.

Изучив и проанализировав литературу о сленге немецкого языка, мы пришли к выводу, что сленг молодежи систематически меняется и развивается [1-3]. Он присутствует во всех сферах человеческого общения – от бытового до профессионального.

Не все сленговые выражения имеют безобидный характер, порой неразумное использование сленга может очень сильно обидеть человека. Приведем несколько примеров: *der Blödi*, – тупица, лох, *die Kreatur*– мерзавец, *der Fettsack* – жиртрест.

Мы сопоставили литературные значения со сленговыми и разделили их условно на три группы:

- 1) различные по значению: *Kies* – «бабки» (гравий); *Abstauben* – «отделать, отругать кого-либо» (смахивать пыль); *Zeroproblem* – «без базара» (нет проблем); *Grufies* – «предки» (изюм); 2) близкие по значению: *Rohr* – «моби́ла» (труба); *Flossen* – «педальи» (ласты); *Bulle* – «легавый» (презр.ищейка) (о служащем уголовной полиции); *Abschwiren*, *abseilen* – «уматывать, слинять» (вылетать со свистом); 3) одинаковые по значению: *Knippskiste* – «фотик» (фотоаппарат); *Ziggi* – «сига» (сигарета).

Зачастую молодое поколение, совсем не задумываясь, может употреблять слова, которые ввиду своей оригинальности закрепляются в общеупотребительном языке, например: *labunding* (живой) от *lebendig* (живой), *Heizkeks* (заводи́ла), *Progi* (прога, программа). Все эти случаи говорят о неологизации, которая позволяет выделиться говорящему и показать свою оригинальность. Немецкие неологизмы у современной молодежи очень распространены.

Анализ немецкого сленга показал, что специфические молодежные варианты лексических единиц служат для выражения обращения в различных ситуациях. Например, при обращении к подруге: *Torte* –красотка, симпатичная девушка; *Braut* – птичка, красотка, чика; к родителям: *Shefs*- начальники, *Regierung* – правительство. А некоторые сленговые выражения отражают равнодушие: *Das ist...nicht mein Schaden* (это не моя вина) или говорят о презрении и неодобрении: *Das kannst du vergessen* (ты можешь забыть это) [3].

Все эти примеры подчеркивают лишь низкий культурный и интеллектуальный уровень говорящего. Однако сленг становится все более популярным среди молодежи Германии. Молодые люди противопоставляют себя взрослым, их ценностям, утверждают себя и подчеркивают свою независимость. Но сленг не всегда знает чувство меры, он бывает откровенно аморален, и использование его порой приводит к плохим последствиям.

Литература:

1. Немецкий сленг. Словарь-разговорник. Начальный уровень. – М.: АСТ: Восток-Запад, 2008. – 219,[5] с.– (Реальные самоучители иностранных языков.)
2. Пономаренко Е., Конакова Е.Ю. Немецкий сленг <http://bibliofond.ru/view.aspx?id=560950>
3. Zur Jugendsprache in der Bundesrepublik. – Zeitung «Neues Leben», – Nr. 38, – 1992.

**НИИ – КРАЕВАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА №1 ИМ.
ПРОФ. С.В. ОЧАПОВСКОГО**

**СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У РАБОТНИКОВ
МЕДИЦИНСКИХ ОРГАНИЗАЦИЙ**

М.О. Пастухова

Аннотация. Целью работы являлось определение степени изученности возникновения синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) у различных категорий медицинского персонала. Установлено, что формирование СЭВ у лиц, осуществляющих комплексную реабилитацию больных и инвалидов в многопрофильном стационаре, практически не исследовано.

Ключевые слова: медицинский персонал, комплексная реабилитация, синдром эмоционального выгорания.

СЭВ как самостоятельная клиническая единица исследуется учеными с последнего десятилетия XX века. В настоящее время СЭВ определяется как длительная стрессовая ситуация, развивающаяся у лиц, представляющих разные сферы деятельности, на фоне продолжительных профессиональных конфликтов среднего уровня интенсивности. По данным специальной литературы, определена тенденция расширения сфер деятельности и списка профессий, подверженных СЭВ. Установлено, что специфическую группу риска составляют специалисты, работающие в медицинских и реабилитационных учреждениях. Так, возникновение СЭВ изучали: у врачей А.В. Арутюнов (2004); у медицинских сестер А.К. Хетагурова (2007); у медицинского персонала бригад скорой помощи А.В. Балахонов, В.Г. Белов, Е.Д. Пятибрат, А.О. Пятибрат (2009); у врачей общей практики и участковых терапевтов О.Б. Благовидова и З.С. Харкимова (2010); у врачей и медсестер реабилитационного комплекса ФГУ «РНЦ восстановительной медицины и курортологии» Е.В. Гусакова и И.В. Пискунова (2010) и др. [1, 2, 3].

Определяющая роль в формировании СЭВ принадлежит психологически и эмоционально напряженным отношениям между лечащим врачом и трудными больными, отношениям между средним медицинским персоналом и пациентами или инвалидами, которым проводятся лечебно-реабилитационные мероприятия, и т. п.

Деятельность специалистов по медицинской и физической реабилитации изначально предполагает высокий уровень как положительных, так и отрицательных эмоций и наличие факторов, вызывающих стресс.

В доступной литературе мы не выявили данных об изучении СЭВ у персонала, осуществляющего проведение комплексной медицинской и физической реабилитации в многопрофильном стационаре, хотя имеются определенные объективные и субъективные условия, способствующие развитию этого состояния у медицинских сестер физиотерапевтического отделений, медсестер по массажу и инструкторов по ЛФК. Этот факт явился основанием для проведения плановых исследований возникновения СЭВ у данной категории медицинского персонала.

Литература:

1. Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова. – СПб., 2005. – 336 с.
2. Гусакова, Е.В. Синдром эмоционального выгорания у медицинского

персонала реабилитационного комплекса ФГУ «РНЦ восстановительной медицины и курортологии» / Е.В. Гусакова, И.В. Пискунова // Физиотерапевт, 2010. – № 12.

3. Maslach C., Jackson S.E. Burnout Inventory (MBI): Manual. Palo Alto: Consulting Psychologists press, 1986. – 112 p.

ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ КОМПЛЕКСА ГТО КАК ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

М. Бурочкина, Е.В. Хомутова, Т.А. Андреевко

Аннотация. В работе рассмотрено содержание и понятие физкультурно-спортивного комплекса ГТО, его последние изменения. В результате анкетного опроса выявлены отношение студентов к вопросу о введении тестирования ГТО и причины снижения требований к сдаче теста.

Ключевые слова: комплекс ГТО, норма, здоровье, физическая культура, спорт.

Актуальная в наши дни проблема ухудшения состояния здоровья подрастающего поколения обусловлена падением интереса к физической культуре, спорту и активному времяпрепровождению вообще, компьютеризацией, увлечениями видеофильмами, компьютерными играми, социальными сетями. Также требует незамедлительного решения проблема оздоровления населения нашей страны. В связи с этим встает вопрос о введении обязательных норм ГТО [1].

24 марта 2014 г. Президентом Российской Федерации был подписан Указ № 172 «О Всероссийском физкультурно-оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», который призван оказать положительное воздействие на здоровье населения России. Комплекс представлен 11 стадиями, охватывающими возрастные категории от 6 до 70 лет и старше. Введены три значка отличия – золотой, серебряный, бронзовый – и обозначена всеобщая доступность к занятиям и сдаче норм ГТО. По сравнению с нормативами 1972 г. прослеживается снижение требований, что вполне обосновано реалиями сегодняшнего состояния здоровья населения [2]. Снижены нормативы в беге на 100 м, прыжках в длину, плавании, метании гранаты, туристическом походе, кроссе. Отменено требование обязательного спортивного разряда для вручения золотого значка. Несмотря на некоторое понижение нормативов, это немалый шаг вперед. Большинству людей потребуются значительно повысить уровень своей физической подготовленности, проводить регулярные занятия физическими упражнениями, чтобы выполнить все эти нормативы. А завышение этих требований, напротив, способно отпугивать от занятий физической культурой.

Нами был проведен анкетированный опрос студентов филологического факультета, в котором предлагалось ответить на вопрос о необходимости введения норм ГТО в вузе. Результаты опроса оказались неоднозначными. Только 17,4 % опрошенных соглашались с необходимостью введения тестирования норм ГТО, большинство считает, что это обязательно только для факультетов физической направленности. Более того, некоторые опрашиваемые не знали, что такое нормы ГТО.

Внедрение комплекса будет способствовать дальнейшему развитию физической культуры и спорта в стране и приобщению населения к здоровому образу жизни.

Литература:

1. Андреевко, Т.А., Ткачева, Е.Г., Череп, З.П. Перспективы внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в

вузе // Особенности организации физкультурно-оздоровительной деятельности в вузах на современном этапе социально-политического развития России: материалы Международной научно-методической конференции: в 3-х томах. – 2016. – С. 5-9.

2. Указ Президента РФ от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»». www.uznaivse.ru (дата обращения: 12.03.2015).

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

С.О. Задиран, Е.Г. Ткачева, Т.А. Андреевко

Аннотация. В работе рассказывается о значении развития информационных технологий в физической культуре и спорте, о научных прорывах в создании тренажеров для спортсменов и о том, как информационные технологии помогают людям далеким от спорта заниматься им.

Ключевые слова: информационные технологии, спорт, физическая культура, тренажеры, ходьба.

Сейчас век информационных технологий, век развития компьютерной мысли. В настоящее время компьютерные технологии работают на облегчение жизни людей и упрощение различных процессов. А как же информационные технологии помогают в сфере физической культуры и спорта? Они помогают на бытовом уровне – создание отчетностей и ведение различных статистик, но это далеко не все их применение: с развитием информационных технологий стали появляться «умные» тренажеры для спортсменов, эти тренажеры самостоятельно рассчитывают максимально допустимый уровень нагрузки для спортсмена, чтобы сохранить его здоровье и добиться качественных результатов. Также, благодаря развитию информационных технологий, физическая культура и спорт начала распространяться в массы. С развитием компьютерных технологий к спорту начали приобщаться люди, которые никогда не занимались им.

Например, во многих телефонах сейчас есть функция «шагомер», которая измеряет количество шагов, пройденных человеком, она советует, какое расстояние в день следует пройти, и рассказывает, какими полезными свойствами обладает ходьба. Данная функция очень полезна и помогает людям следить за своей физической формой. Также сейчас существует множество приложений на телефон, которые позволяют следить за своей физической формой. Также, благодаря развитию информационных технологий, появились различные фитнес-браслеты, которые измеряют давление и пульс во время физической нагрузки, сообщают человеку, что нужно уменьшить или увеличить нагрузку. Эти браслеты доступны не только спортсменам, но и людям далеким от спорта, что позволяет обычным людям грамотно подходить к занятиям спортом.

Таким образом, можно сделать вывод, что развитие информационных технологий распространяет спорт в массы. В будущем, благодаря развитию компьютерной мысли, больше людей будет улучшать свою физическую форму без вреда для здоровья.

Литература:

1. Хока, Е.В. Современные информационные технологии в управлении деятельностью спортивной школы: дис. ... канд. пед. наук, Сургут, 2006 – 183 с.
2. Шляпникова, А.В. Информационные технологии в системе «физическая культура и спорт» // Актуальные проблемы физической культуры, спорта, туризма и рекреации: материалы IV Всероссийской с международным участием научно-практической конференции студентов и аспирантов, г. Томск, 21 апреля 2016 г. / под ред. канд. биол. наук А.В. Кабачковой. – Томск: STT, 2016. – С. 433-436.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ВВЕДЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО КАК ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

В.А. Лемякина, Е.В. Хомутова, Т.А. Андреевко

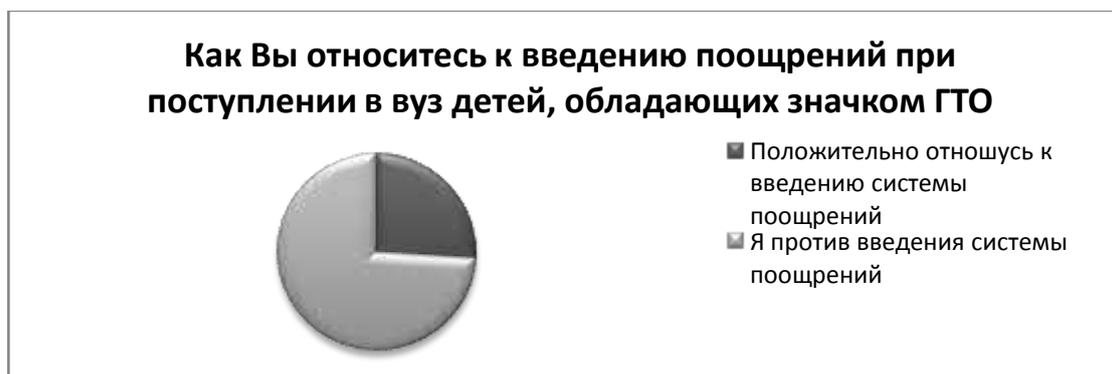
Аннотация. В данной работе рассматривается значимость введения норм ГТО для поддержания здорового образа жизни отдельного человека и всей нации в целом, а также основные тенденции развития ЗОЖ и нормативов ГТО.

Ключевые слова: комплекс ГТО, развитие массового спорта, тенденции развития спорта, здоровый образ жизни.

В современных условиях существования человечества вопрос сохранения здоровья личности становится все более и более актуальным. С недавних пор одним из важных направлений политики развития спорта в России стало введение норм ГТО, которые за достаточно короткое время приобрели большую популярность среди молодежи [1]. В положении о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) указаны основные цели введения нормативов ГТО: повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Результаты исследований. В ходе работы был проведен опрос среди студентов первого курса и их родителей, в котором приняли участие 50 человек. Корреспондентом задавался вопрос: «Как Вы относитесь к введению поощрений при поступлении в вуз детей, обладающих значком ГТО?». Было предложено два варианта ответа: 1. Положительно отношусь к введению системы поощрений. 2. Я против введения системы поощрений.

Результаты теста представлены на диаграмме



Результаты опроса показали, что, несмотря на возрастающую популярность нормативов ГТО среди молодежи, большинство опрошиваемых все-таки отрицательно относятся к введению поощрений при поступлении, объясняя это тем, что занятия спортом не являются интеллектуальной нагрузкой. По мнению большинства респондентов, такое поощрение не является справедливым, так как уменьшает шанс поступления школьников, которые лучше сдали ЕГЭ.

Литература:

1. Бережнова, З.З., Вахитов, Р.Г., Красулина, Н.А. Готов к труду и обороне, проблемы и перспективы // Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: проблемы и перспективы решения: материалы Междунар. науч.-метод. конф. – Уфа: Изд-во УГНТУ, 2016. – В 3 т. –Т. 1. – С. 9-14.

ВЛИЯНИЕ ПЛАВАНИЯ НА ОРГАНИЗМ СТУДЕНТОВ

Р.В. Леонтьев

Аннотация. В тезисах рассматривается влияние практических занятий по физической культуре в плавательном бассейне на организм учащихся старше 18 лет на основании исследования литературных источников и анкетирования учащихся, посещающих дисциплину во время очного обучения в вузе.

Ключевые слова: физическая культура, студенты, плавание, исследование, влияние.

Исследование позволяет оценить необходимость плавания на занятиях по физической культуре в учебных заведениях и выявить изменения самочувствия и работоспособности студентов после этих занятий. Цель – выявление пользы регулярных практических занятий по физической культуре в плавательном бассейне. Задачи: изучение литературных источников о положительном влиянии плавания на организм и опрос студентов, посещающих плавание, в виде анкетирования для оценки состояния организма после занятий по физической культуре. Технология опроса заключалась в том, что учащиеся самостоятельно и с интересом в свободной форме отвечали на ряд вопросов, представленных в анкете. Изучение литературных источников и составление диаграмм по результатам анкетирования позволили сделать нижеизложенные выводы.

Уделяется большое внимание практической стороне проблемы. Полученные данные могут быть использованы в дальнейшем в организации занятий по дисциплине «Физическая культура».

При изучении литературных источников удалось выявить благотворное влияние плавания на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую систему, дыхательную систему. После занятий происходит повышение общей выносливости организма и работоспособности. Плавание способствует закаливанию, что приводит к уменьшению сезонных респираторных заболеваний. Показатель суммарной подвижности в суставах пловцов значительно выше, чем у спортсменов других специализаций [1]. При плавании снижается систолическое давление и повышается эластичность сосудов, увеличивается ударный объем сердца [2]. В результате занятий плаванием вырабатывается совершенный тип дыхания [3].

В анкетировании приняли участие 74 человека – студенты ВГСПУ. Стоит отметить, что регулярность посещаемости сыграла важную роль в изменении показателей организма.

При исследовании удалось выявить и подтвердить положительное влияние регулярных практических занятий плаванием среди студентов. По результатам исследования учебным заведениям может быть рекомендовано включение плавания в программу по физической культуре.

Литература:

1. Гужаловский, А.А. Этапность развития физических качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: автореф. дис. ... докт. наук. – М., 1979. – 23 с.
2. Чеботарева, И.В. Оценка физического развития и двигательной подготовленности пловцов//Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 42.
3. Булгакова, Н.Ж. Отбор и подготовка юных пловцов / Н.Ж. Булгакова. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – С. 45.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ВОЛЕЙБОЛА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ

А.А. Морозова, З.П. Череп, Т.А. Андреевко

Аннотация. Полноценное развитие студентов невозможно без активных физических занятий. При дефиците физических нагрузок возникает ухудшение общего состояния здоровья студентов, что влияет на их успеваемость. Для того чтобы сделать занятия спортом не только полезными, но и интересными, можно прибегнуть к занятиям волейболом.

Ключевые слова: волейбол, физическое развитие студентов, навыки, умения, физическое воспитание.

По мнению Титова Г.М. и Степанова Г.В. [2], учащиеся мало заинтересованы в занятиях физической культурой и спортом. Изменить ситуацию можно, предоставив учащимся право самостоятельно выбирать вид спорта, на основе чего в школе будут решаться задачи развития физической жизни в целом. Одна из самых доступных для всех учащихся в этом плане дисциплин – волейбол. Волейбол сочетает в себе лучшие качества: простоту, зрелищность, доступность, эмоциональность и способность увлечь и влюбить в себя любого человека, независимо от его возраста.

При занятии волейболом задействованы практически все группы мышц. Занятия волейболом повышают выносливость, улучшают кровообращение (укрепление сердечно-сосудистой системы), развивают дыхательную систему, укрепляют опорно-двигательный аппарат. Также, благодаря навыкам, приобретенным в результате занятий волейболом, у студента развиваются реакция, координация движений, ловкость и гибкость.

Волейбол – это командная игра, в результате взаимодействий между участниками команды во время игры у студента формируется ряд коммуникативных навыков, которые помогут в дальнейшем лучше уживаться и функционировать в обществе [1].

Волейбол влияет не только на развитие физических способностей студентов, он также помогает избавляться от перенапряжений и нервных стрессов. Игра в волейбол дает достаточно большую эмоциональную разрядку. Это поможет студентам справиться с психологическими и эмоциональными перегрузками, с которыми они сталкиваются в течение учебного процесса. Во время занятий волейболом необходимо следить за мячом, который находится то дальше, то ближе к игроку, в результате чего волейбол можно назвать зарядкой для глаз – усиливается приток крови к органу зрения, тренируются глазные мышцы. Кроме того, развивается глазомер, ведь игроку приходится угадывать точку приземления мяча, чтобы правильно отбить его.

Литература:

1. Фурманов, А.Г., Болдырев, Д.М. Волейбол. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 144 с.
2. Титова Т.М., Степанова Т.В. Волейбол: Развитие физических качеств и двигательных навыков в игре. – М.: Чистые пруды, 2006. – 32 с.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СПОСОБЫ БОРЬБЫ СО СТРЕССОМ

К.О. Паськова, И.Ф. Нагайцева

Аннотация. В данной работе рассмотрено влияние физической культуры и спорта в качестве способа борьбы со стрессом. Выявлено и обосновано благоприятное влияние физической активности на эмоциональный фон человека и здоровье в целом.

Ключевые слова: стресс, напряжение, утомляемость, эмоции, стрессоустойчивость, тело.

Вне зависимости от возраста человек может находиться в стрессовом состоянии, которое проявляется в нарушении сна, нервозности и усталости. Большинство людей стараются игнорировать симптомы стресса и не имеют представления о способах борьбы с ним без вмешательства медикаментозных препаратов и различных вредных привычек. Однако самостоятельно подобранные лекарства могут вызвать ряд побочных эффектов, а курение и алкоголь вовсе усугубляют ситуацию. При стрессе в организме происходит выброс адреналина в кровь, мышцы начинают интенсивно сокращаться, что приводит к боли и дискомфорту. Умеренные физические нагрузки и активность устраняют такие стадии стресса, как тревогу и истощение [1]. Физическая культура является эффективным катализатором, который способен подавить поведенческие, интеллектуальные, эмоциональные и физиологические проявления стресса.

Грамотное выполнение комплекса физических упражнений – безопасный и действенный метод борьбы с эмоциональным напряжением и утомляемостью. Активность тела, соединенная с положительными эмоциями, автоматически приводит к повышению активности психики, хорошему настроению [1].

В Волгоградском государственном социально-педагогическом университете было проведено исследование воздействия физической активности на эмоциональное состояние студентов и сотрудников. Анкетирование студентов коснулось 1-5 курсов и преподавателей университета с различных факультетов (50 человек), которые ведут активный образ жизни, по шкале стрессоустойчивости и социальной адаптации психиатров Томаса Холмса и Ричарда Рей и прохождения опроса о влиянии занятий физической культурой и спортом на здоровье и настроение.

В ходе исследования было установлено, что 40 % (20 человек) опрошенных регулярно посещают спортивные и танцевальные залы, бассейн. Учащиеся и преподаватели университета отмечают, что интенсивная физическая активность не утомляет, а поднимает настроение и жизненный тонус, восстанавливает силы после напряженной деятельности, отвлекает от личных переживаний и успокаивают. У остальных 60 % опрошенных (30 человек) – более пассивный образ жизни, ограничивающийся выполнением своих прямых обязанностей. Они страдают от нарушения режима сна, бессилия и стресса.

Таким образом, у людей, поддерживающих спортивный образ жизни, вырабатывается иммунитет к стрессам. Физическая культура и спорт оказывают профилактическое воздействие против появления недугов разного характера.

Литература:

1. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В. Щербатых. – СПб. : Питер, 2006. – 256 с.

МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ КАК ЗНАЧИМЫЙ АСПЕКТ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ ПРИ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗКАХ М.И. Ситникова, Т.А. Андреевко, З.П. Череп

Аннотация. В данной работе мы расскажем о влиянии музыкального сопровождения на повышение мотивации студентов при интенсивных физических нагрузках, о роли музыки во время занятий и о требованиях к подбору музыкального сопровождения.

Ключевые слова: мотивация, музыкальное сопровождение, физическая культура, физическая нагрузка, фитнес-тренировка.

Физическая культура – область социальной деятельности, которая направлена на сохранение и укрепление здоровья, а также развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности [1].

В современном мире остро встала проблема малоподвижного образа жизни, нежелания заниматься спортом, как правило, это возникает из-за снижения интереса к занятиям физической культурой. Молодые люди, пришедшие в тренажерный зал, проводят в нем незначительное время, объясняя это тем, что они не знают, чем себя занять. Однако те, кто пришел с конкретной целью, ищут разнообразные приемы, которые могли бы помочь в достижении своей цели и могли бы их мотивировать. И именно здесь не последнюю роль играет музыка [1].

Музыка способствует превращению скучного времяпрепровождения в полезное и даже увлекательное занятие. Она способствует преодолению нарастающего утомления, помогает обойти стороной повторения в проведении занятия [2].

Из этого следует, что использование музыки оказывает помощь в заинтересованности занятиями физической культурой, а также поддерживает интерес, стимулирует и побуждает к дальнейшим занятиям. Сейчас очень высока популярность групповых занятий (фитнес-тренировок) с сопровождением музыки, как тренировок, направленных на развитие гибкости, выносливости, так и танцевальных упражнений, таких как аэробика, зумба и др.

Результаты исследований. Нами был проведен анкетный опрос студентов ВГСПУ с целью выявления их отношения к занятиям с музыкальным сопровождением. Положительно ответили 85,6 % опрошенных, отрицательно – 13%, не смогли ответить – 1 %. При дифференцированной оценке влияния музыки на различные признаки своего психологического состояния и рабочей деятельности в процессе проведения занятий от 57,7 % до 100 % опрошенных отметили ее положительное воздействие буквально на все перечисленные в опроснике признаки.

Таким образом, применение музыкального сопровождения оказывало организующее, дисциплинирующее влияние на поведение занимающихся, сокращало количество прогулов и опозданий, уменьшало потери рабочего времени на различные отвлечения, остановки и перерывы в работе.

Литература:

1. Бишаева, А.А. Физическая культура: учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования / А.А. Бишаева. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 304 с.
2. Якуб, И.Ю., Крыжановская, О.А. Роль музыкального сопровождения во время физической активности // Молодой ученый. – 2016. – №13. – 895 с.

МАРКЕТИНГ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Е.Р. Стрельцова, Л.М. Лукьянова

Аннотация. В работе рассматривается роль маркетинга и его основные направления в сфере физической культуры и спорта.

Ключевые слова: маркетинг, задачи маркетинга, маркетинговая деятельность, физическая культура и спорт.

В современном обществе одним из важнейших компонентов эффективного функционирования сферы физической культуры и спорта является маркетинг, затрагивающий сферу спортивного досуга. Основной задачей «спортивного» маркетинга является привлечение населения из всех слоев общества к спорту. Отсюда вытекает основная проблема маркетинга – поиск такого подхода, который будет удовлетворять обе стороны [1]. Первоначально мы должны провести маркетинговый анализ рынка с целью выявления уровня спроса, вкусов потребителей, финансовых возможностей населения. Затем ставится задача активного воздействия на рынок и существующий спрос, на формирование потребностей и покупательских предпочтений.

Популяризация маркетинга, как отдельного компонента сферы физической культуры и спорта, позволяет нам условно вывести три линии, вытекающие из определения данного понятия.

Физическая культура и спорт являются элементами социально-культурной среды, внутри которой осуществляется деятельность, направленная на воспроизводство национального человеческого потенциала. Поэтому можно сделать вывод, что маркетинг в физкультурно-спортивной отрасли носит не только коммерческий, но и социальный характер. В настоящее время эту деятельность можно разбить на подгруппы: маркетинг спортивных организаций; территорий, городов, которые претендуют на проведение спортивных состязаний на мировом или национальном уровнях и т. д. [2].

С другой стороны, мы в праве рассматривать маркетинг как компонент теории и практики управленческой деятельности. Здесь она выполняет несколько функций: изучение текущего спроса на определенный товар в данном сегменте, установление верхнего предела цены услуги, разработка инвестиционной политики фирмы и т. д. Данная сторона маркетинга носит исключительно коммерческий характер, так как затрагивает сферу частного предпринимательства (фитнес-клубы, тренажерные залы, центры йоги, частные спортивные клубы и т. д.).

Наконец, маркетинг мы можем определить как образ мышления стороны предложения, для которой потребитель и его интересы стоят на первом месте. Первоочередной задачей является определение актуальных потребностей потребителя определенного сегмента рынка. Таким образом, потребителю мы можем предложить только те услуги, которые будут пользоваться спросом. Определить его уровень можно с помощью социальных опросов, анкетирования, например, в образовательных или общественных/спортивных организациях.

Литература:

1. Басовский, Л.Е. Маркетинг: курс лекций. – М.: ИНФРА-М, 2000. – 219 с.
2. Концепция развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2005 года // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 4. – С. 2-8.

ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ РЕГУЛИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ

К.А. Телякова

Аннотация. В современной России стремительно возросло положительное отношение к физической культуре. На сегодняшний момент создана и дополняется правовая база, которая регулирует развитие физической культуры у граждан как положительного фактора, влияющего на их состояние здоровья. Но в этом направлении остается еще ряд нерешенных проблем, которые требуют дальнейшей разработки и реализации.

Ключевые слова: законодательство Российской Федерации, физическая культура и спорт, развитие физической культуры, решение вопросов, здоровье, спорт.

Физическая культура важна в развитии личности, так как это развитие физического и духовного начала в человека, а также совершенствование двигательных качеств, физического состояния человека, укрепление его здоровья и проведение профилактики заболеваний. Государство создает как можно больше условий для развития физической культуры. Для достижения больших результатов в этой сфере государство ставит задачи, такие как укрепление состояния здоровья, побуждение мотивации к занятиям физической культуры, поддержание здорового образа жизни.

Основы деятельности в сфере физической культуры и спорта основываются на нормах конституционного, международного права. Основные принципы этой сферы закреплены в Федеральном законе № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4.12.2007 г.

Законодательство основывается на таких принципах, как:

- единство нормативной базы в области физической культуры на всей территории российской федерации;
- установление гарантий прав граждан в области физической культуры;
- обеспечении безопасности жизни лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

Одной из главных задач государства стало создание условий для сохранения и улучшения физического состояния граждан. Это существенный фактор, который определяет состояние здоровье населения. Так как значимость физической культуры в обществе в современное время усиливается, то необходимо создать ряд мер государственной поддержки к стимулированию, формировать осознание того, что спортивное состояние гражданина – необходимый фактор для поддержания и сохранения населения.

Литература:

1. Конституция Российской Федерации. Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года. – М.: Юридическая литература, 1993.
2. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 05.12.2017) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» // Собрание законодательства РФ. – 2007. – № 50. – С. 6242.
3. Путалова, И.Б. Правовые основы физической культуры и спорта. – Омск, 1999. – 135 с.

**ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА СОСТОЯНИЕ
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ
БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ-ПЕДАГОГОВ
В.А. Чмож, И.В. Половодов, Е.Ю. Надешкина**

Аннотация. В современном мире молодежь проводит большое количество времени за компьютером, в результате чего происходит ухудшение состояния здоровья, в первую очередь страдает сердечно-сосудистая система, мы провели исследования, которые доказали пользу физических упражнений не только для сердечно-сосудистой системы, но и для всего организма в целом.

Ключевые слова: сердечно-сосудистая система, студенты, физическая культура.

При систематической физической тренировке у человека наблюдается значительное улучшение состояния сердечной мышцы – в частности миокарда, усиливается кровоток, уменьшается частота сердечных сокращений не только в состоянии покоя, но и при нагрузках, даже максимальных (тренировочная брадикардия), повышается ударный объем крови. Благодаря увеличению систолического объема крови, сердечно-сосудистая система тренированного человека полностью справляется с возрастающими физическими нагрузками, полностью обеспечивая кровью все мышцы тела [2].

Многими авторами [1,3] было установлено, что люди, которые постоянно занимаются физической культурой, имеют более широкие сосуды, это вызвано увеличением мышечных волокон, улучшением обмена веществ в миокарде и увеличением числа капилляров на единицу поверхности скелетной мускулатуры и мышц сердца.

Результаты исследований. Нами было проведено исследование студентов первого курса ВГСПУ, при помощи прибора «ВедаПульс», который позволяет при помощи электрических и механических явлений смоделировать внешние признаки пульсовой волны и при помощи математических методов анализирует язык ритма сердца, тем самым это позволяет оценить работу как отдельных органов и систем организма, так и состояние организма в целом. Мы изучили вариабельность сердечного ритма двух групп студентов по 10 человек в каждой. Первая группа – обычные студенты, которые занимаются физкультурой только на занятиях по физкультуре, а вторая группа – это студенты, которые занимаются физической культурой и 2 раза в неделю посещают секции. При обработке данных результата, которые автоматически сохраняются в памяти компьютера, к которому подключен прибор, сначала вносятся: пол, возраст, вес обследуемого и в течение пяти минут происходит сканирование вариабельности сердечного ритма. Нами было установлено, что первая группа страдает от тахикардии, Практически у всех наблюдался пульс свыше 80 уд/мин, у второй группы нормокардия 60 уд/мин. Также мы столкнулись с такой проблемой, как ожирение среди первой группы, двое ребят страдают ожирением II степени, а одна студентка ожирением III степени, во второй группе, этого не отмечалось.

В связи с вышеизложенным, нами были предложены рекомендации студентам для нормализации своего здоровья, как для тех органов, которые страдают в первую очередь, так и всего организма в целом.

Литература:

1. Ткачева, Е.Г., Андреевко, Т.А., Попов А.П. Оздоровление студенческой молодежи в высших учебных заведениях (на примере педагогического вуза) // Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: материалы V международной научно-практической конференции. – Екатеринбург, 2016. – С. 428-432.
2. Дронов, Д.М.. Сердце под защитой. – М., Физкультура и спорт, 2005. – 364 с.
3. Карпова, Э.С. Роль физических тренировок во вторичной профилактике ишемической болезни сердца у больных после эндоваскулярных методов лечения: дис. ... канд. мед. наук. – Саратов, 2009. – 138 с.

ЮЖНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ КАК ФАКТОР, ВЛИЯЮЩИЙ НА ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ

Т.Г. Мишина, И.Г. Лебединская

Аннотация. В работе рассмотрены основы рационального режима питания в процессе спортивной подготовки. Определены факторы, влияющие на сохранение и укрепление здоровья, повышение работоспособности. Раскрыты принципы правильного питания, влияющие на достижение высоких спортивных достижений.

Ключевые слова: питание, режим питания, сбалансированное питание, здоровье, спортивная тренировка, тренировочный процесс, работоспособность.

Современный высокий уровень тренировочных и соревновательных нагрузок требует более широкого и целенаправленного использования правильного питания в подготовке спортсменов. Особое значение это имеет при подготовке, связанной с оптимизацией учебно-тренировочного процесса и повышением оздоровительного эффекта тренировочных занятий. Среди различных факторов, способствующих повышению спортивной работоспособности, важную роль играет рациональное питание. Однако повышение как объема, так и интенсивности физических нагрузок имеет свои физиологические пределы [2].

С тренировочным процессом очень тесно связан вопрос питания, где одним из немаловажных факторов сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности и достижения высоких спортивных результатов является рациональное питание. В зависимости от спортивной специализации более эффективной становится соответствующая сбалансированная диета. В особенности очень остро стоит вопрос о системе спортивного питания спортсменов, где проблема питания приобретает особую остроту. Рациональный режим питания является важнейшим условием нормальной жизнедеятельности организма спортсмена. Фактор «питание» занимает особое место среди прочих факторов, которые способствуют повышению и сохранению здоровья, физической и функциональной работоспособности. Данное мнение поддерживает ряд отечественных и зарубежных ученых, в своих работах они отмечают, что без рационального питания никакие физические упражнения или правильный отдых не укрепят здоровье, без него трудно достигнуть максимальной физической работоспособности [1]. Следует отметить, что в зависимости от периодов подготовки, а также от объема тренировочных нагрузок, пола, возраста и физической подготовленности занимающихся, количество пищевых продуктов следует изменять. При несоблюдении рационального питания могут возникнуть некоторые проблемы со здоровьем, болезни и нарушения, связанные с избыточным или недостаточным потреблением пищи. Главный принцип, который лежит в основе правильного питания, – сбалансированность. Это тот фундамент, который способствует физическому и эмоциональному благополучию, достижению высоких спортивных результатов.

Литература:

1. Вайнер, Э.Н. Валеология: Учебник для вузов. – М.: Флинта: Наука, 2001. – 412с.
2. Лебединская, И.Г., Штода, А.В. Інноваційні технології в системі

підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту: тези доповідей IV Міжнародної науково-методичної конференції, м. – Суми: Сумський державний університет, 2017. – С. 191-194.

ТАГАНРОГСКИЙ ИНСТИТУТ ИМЕНИ А. П. ЧЕХОВА
«РГЭУ (РИНХ)»

**ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ
УПРАЖНЕНИЯМИ СТУДЕНТОВ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ**

А.В. Перепелкина, И.Г. Лебединская

Аннотация. В данной работе раскрывается состояние проблемы отношения современного студенчества к занятиям физической культурой и спортом. Рассмотрены основные направления формирования мотивации к двигательной активности у студентов. Выявлены основные виды мотивов у студентов.

Ключевые слова: спорт, физическая культура, двигательная активность, спортивная деятельность, учебно-воспитательный процесс, мотивация.

Молодежь – это будущее нашей страны, это будущие родители, и от их здоровья и благополучия зависит будущее здоровье и благополучие всей нации. Одной из актуальных проблем современной молодежи является привлечение студентов к занятиям физическими упражнениями и спортом [1]. На данном этапе жизни увеличиваются требования к физической подготовке студентов, которая им необходима для дальнейшей трудовой деятельности.

Большая часть студентов не заинтересована в занятиях физической культурой и спортом или не желает заниматься ими вообще. Это обусловлено тем, что студенты имеют низкий уровень мотивации и у них не сформированы потребности к двигательной активности в связи с недостатком свободного времени, проявлением нежелания и лени, неудовлетворительным состоянием здоровья, неправильно организованным режимом дня и т. д. Поэтому возникает необходимость выявления аспектов по определению основных направлений мотиваций к занятиям физической культурой и спортом и на основе этого внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно-образовательный процесс.

Физическое воспитание в вузе направлено на привлечение студенческой молодежи к систематическим занятиям физическими упражнениями; на повышение двигательной активности, формирование физической культуры личности; подготовку ее к социально-профессиональной деятельности; сохранение и укрепление здоровья [2]. Для этого необходимо овладеть определенными умениями и навыками, способствующими развитию и совершенствованию необходимого уровня развития физических способностей, культуры здоровья и свойств личности. Этого можно добиться только в том случае, если преподаватель направляет свою деятельность на формирование у студентов мотивации к занятиям, учитывая интересы у них наиболее предпочтительных для них видов двигательной активности, выработать у студентов интерес к систематическим занятиям физическим упражнениям.

Литература:

1. Занина, Т.Н., Гармонова, В.Е., Лебединская, И.Г. Формирование навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями. Вестник Таганрогского государственного педагогического института. Гуманитарные науки. – Таганрог: Изд-во Таганрог. гос. пед. ин-т имени А. П. Чехова, 2014. – № 2. – С. 87-91.

2. Хало, П.В., Хвалобо, Г.В., Лебединская, И.Г. Повышение качества физкультурно-спортивной деятельности с помощью произвольного полимодального

внимания. Вестник Таганрогского государственного педагогического института. Гуманитарные науки. – Таганрог: Изд. ФБГОУ ВПО «Таганрог. гос. пед. ин-т имени А. П. Чехова», спец. вып. 2013. – № 1. – С. 161-166.

КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ И. Т. ТРУБИЛИНА

АСПЕКТЫ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПРИ РАЗВИТИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

В.И. Дробышев, Е.В. Мищенко

Аннотация. Данная работа посвящена патриотическому воспитанию при развитии профессиональной направленности на занятиях по физической подготовке.

Ключевые слова: интересы, мотивы, направленность, обучающийся, патриотизм, склонности, идеалы.

Для граждан нашей страны вопросы патриотического воспитания во все времена были актуальны. Вот и сегодня воспитание гражданина-патриота одна из наиболее важных задач. К сожалению, в большинстве своем в образовательных учреждениях вопросы патриотического воспитания основываются на вопросах памяти воинов, защищавших нашу Родину в Великой Отечественной войне и сражавшихся в различных локальных конфликтах как на территории нашей страны, так и за рубежом.

Одной из составляющей понятия «Патриотизм» является ответственность за судьбу Родины и своего народа, их будущее, выраженное в стремлении посвящать свой труд, способности укреплению могущества и расцвету Родины.

В монографии В.И. Дробышева профессиональная направленность специалиста – это система сформированных устойчивых мотивов, интересов, потребностей, склонностей, идеалов, побуждающих к деятельности в качестве специалиста, которая проявляется в сформированных свойствах личности, необходимых для профессиональной деятельности [1].

При проведении занятий по физической подготовке необходимо на основе компонентов профессиональной направленности и возможности их формирования, осуществлять мероприятия патриотического воспитания. Нельзя не напомнить, что исходя из специфики деятельности, профессиональные убеждения можно рассматривать как совокупность представлений о профессии и необходимых лично значимых качествах, таких как выносливость, сила, ловкость, которые развиваются на занятиях по физической подготовке [2].

Необходимо остановиться на развитии мотивации студентов, на развитии их физической подготовки не только в личных целях, но и на благо своей Отчизны.

Организация патриотического воспитания на современном этапе – сложный управленческий и технологический процесс, который должен включать все возможные аспекты развития личности, в том числе и на занятиях по физической подготовке. Оно предполагает не только усвоение обучающимися знаний об общественной жизни, но и формирование профессиональной направленности у обучаемых. Достижение этой задачи может быть обеспечено лишь на основе активной деятельности всех участников учебно-воспитательного процесса при организации патриотического воспитания на занятиях по физической подготовке.

Литература:

1. Дробышев, В.И. Педагогические условия развития профессиональной

направленности воинов-контрактников при прохождении военной службы / монография. – Краснодар: КубГАУ, 2017. – 189 с.

2. Дробышев, В.И. Технология активизации процесса развития военно-профессиональной направленности воина-контрактника: монография / В.И. Дробышев, А.Н. Томилин. – Краснодар.: Изд-во: КубГАУ, 2015. – 138 с.

КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

КЛАССИФИКАЦИЯ СПОСОБОВ ЗАЩИТЫ ПРАВ НАЛОГОПЛАТЕЛЬЩИКОВ

Л.Е. Калинина, Т.П. Артемьева

Аннотация. Работа посвящена рассмотрению способов защиты нарушенных прав налогоплательщиков.

Ключевые слова: налоговый спор, права, способы защиты, досудебное урегулирование, защита прав в суде.

Налоговые споры являются одними из самых сложных и запутанных. Существуют определенные варианты разрешения данной разновидности споров, которые в юридической литературе принято называть способами защиты прав.

Под способом защиты в налоговом праве понимают действие или совокупность действий налогоплательщика, направленных на реализацию нарушенных или оспоренных прав и законных интересов путем обращения в соответствующие государственные органы. Нет единой точки зрения в классификации способов защиты нарушенных прав налогоплательщиков.

По мнению одних авторов, существует два способа защиты прав: материально-правовой и процессуальный. Сущность материального способа защиты состоит в реальном изменении материальных правоотношений. Процессуальный способ защиты выражается в актах по применению норм права, признанию правоотношений или присуждению чего-либо. Другие специалисты классифицируют способы защиты прав налогоплательщиков путем их детализации, основанной на указании конкретных решений налоговых органов. Так, к основным искам, связанным с обжалованием нормативных актов, согласно НК РФ относятся решения о доначислении налога и пени, предусмотренные п. 3 ст. 40 НК РФ, об отказе налогового органа в предоставлении отсрочки или рассрочки по уплате налога (п. 6 ст. 64 НК РФ), о приостановлении операций по банковским счетам налогоплательщика в банке (ст. 76 НК РФ), об аресте имущества налогоплательщика как способе обеспечения исполнения налоговой обязанности (ст. 77 НК РФ) и т. д.

Способы защиты прав налогоплательщиков делят на три группы: 1) связанные с изменением, либо с прекращением правоотношений, возникающих между налоговым органом и налогоплательщиком, 2) связанные с необходимостью совершить ряд действий или принять определенные акты, позволяющие восстановить нарушенные права налогоплательщика, 3) способы защиты права, путем которых определяется наличие или отсутствие спорных правоотношений.

В теории находят свое отражение пять способов защиты прав налогоплательщиков: президентский, прокурорский, административный, судебный и самозащита прав. На практике применяют два способа защиты прав налогоплательщиков: административный и судебный.

Таким образом, защита прав налогоплательщиков может осуществляться различными способами. При этом не все из них могут применяться в независимом порядке. Так, перед обращением в суд обязательна процедура досудебного урегулирования налогового спора.

Литература:

1. Налоговый кодекс Российской Федерации от 31.07.1998 № 146-ФЗ (ред. от

18.07.2017)

2. Лупарев, Е.Б. Налоговые споры: проблемы теории, очерк практики. Монография – Издательство Воронежского государственного университета, 2006. – 136 с.

ЮЖНЫЙ ИНСТИТУТ МЕНЕДЖМЕНТА

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РЕГИОНАЛЬНОГО ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННОГО КОМПЛЕКСА

Н.Ю. Заднепровская, И.М. Кучеренко

Аннотация. В работе изложены проблемы развития территориально-рекреационных систем, специфические особенности регионального туристско-рекреационного комплекса.

Ключевые слова: региональные туристические объединения, интегрированные туристические пространства, туристско-рекреационный комплекс.

Активное развитие туризма и рекреации влияет на формирование региональной экономической политики, а также на функционирование туристско-рекреационного комплекса.

Туристско-рекреационный комплекс является частью общего хозяйственного комплекса территории определенного уровня, представляющей собой формы кооперирования сопутствующих отраслей (гостиничная и транспортная сферы, общественное питание и др.). Деятельность туристских, рекреационных и смежных предприятий направлена на создание, продвижение и продажу уникального туристского продукта территории и характеризуется такими свойствами, как: тесные производственные и экономические связи между смежными предприятиями; общее и оптимальное использование географического положения и ресурсов территории, занятой комплексом; координация государственными или другими структурами.

Категория туристско-рекреационный комплекс подчеркивает необходимость привязки туристско-рекреационного комплекса к определенной территории, которая вызывает у туристов определенные ассоциации и фактически является первичным туристическим продуктом.

Любой туристско-рекреационный комплекс имеет свою историю развития, стадию формирования, внутреннюю территориальную организацию. Выделим следующие стадии формирования комплекса: пионерная; групповая; развитие сопутствующих отраслей; реконструктивная и комплексная структура. Главная движущая сила его развития – потребность людей в рекреационном обслуживании. Масштаб комплекса может быть как общемировым, так и локальным. Рекреационная территория разнообразна и отличается:

- социокультурной разнообразностью отдыхающих;
- функциональными типами деятельности предприятий;
- природными, экономическими и организационными условиями деятельности.

Выделим основные специфические особенности регионального туристско-рекреационного комплекса: соответствие группы предприятий природным, экономико-географическим и транспортным условиям региона; компактность территории и общая инфраструктура; комплексное решение актуальных общерегиональных и/или общегосударственных задач.

Литература:

1. Заднепровская, Е.Л. Сущность и преимущества туристического брендинга / Е.Л. Заднепровская // Туризм и рекреации: инновации и ГИС-технологии: Материалы VIII Международной научно-практической конференции. – Астрахань: АГУ, 2016. –

С. 89-92.

2. Шпырня, О.В. Современные подходы в маркетинге туристских услуг / О.В. Шпырня // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – № 2. – С. 77-78.

СОДЕРЖАНИЕ

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЗИМНИХ ВИДОВ, ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТА И СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВЕЛОТРЕНАЖЕРА WATTVIKE В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ В.А. Агасьян, В.З. Яцык, В.А.Сучков	3
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ОРИЕНТИРОВЩИКОВ НА ДИСТАНЦИИ «СПРИНТ» К.О. Агеев, А.С. Подгорная	5
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ЛЫЖЕРОЛЛЕРНОГО СПОРТА В ЮЖНЫХ РЕГИОНАХ К.А. Акоюн, Т.А. Эшонкулова, В.З. Яцык	6
СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» ДЛИННАЯ Д.В. Берляков, А.С. Подгорная	7
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СКАЛЬНОГО СТЕНДА С ЗАЦЕПАМИ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ТУРИСТОВ Г. КРАСНОДАРА А.Н. Бурякова, Л.П. Долгополов	8
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИМИТАЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ ОБУЧЕНИИ ТЕХНИКЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ НА ЛЫЖАХ Д.В. Благодаров, Е.А. Иванов, О.С. Васильченко	9
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КОМАНДНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» В.А. Водопьянов, Л.П. Долгополов	10
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ А.В. Гладкова, В.З. Яцык	11
МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ БОБСЛЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В.А. Головинов, В.Б. Парамзин	12
ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ БОБСЛЕЯ В ОЛИМПЕЙСКОМ ЦИКЛЕ 2014-2018 ГОДА В.А. Головинов, В.Б. Парамзин	13

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» В ЗАКРЫТЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ Е.С. Горелова, Л.П. Долгополов, А.С. Подгорная	14
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС В ЛЫЖЕРОЛЛЕРНОМ СПОРТЕ О.И. Гунькина, О.С. Васильченко	15
РАЗВИТИЕ СПЕЦИФИЧЕСКИХ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН МАРШРУТ Ю.О. Дудин, Л.П. Долгополов	16
РАЗВИТИЕ ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В ПРОЦЕССЕ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ФИГУРИСТОВ А.В. Каверза, И.И. Горбиков, А.О. Фугаев	17
К ВОПРОСУ ПЛАНИРОВАНИЯ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ФИГУРИСТОВ А.В. Каверза, В.З. Яцык	19
ДОПИНГ. ЗИМНИЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ-2018 Р.В. Кадулин, О.С. Васильченко	21
ПОДГОТОВКА ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ К ПОХОДУ ПЕРВОЙ КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ А.С. Ким, Л.П. Долгополов	22
РАЗВИТИЕ ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В 2010 – 2020 ГОДАХ Е.А. Кирбабина, В.З. Яцык	23
ПЛАНИРОВАНИЕ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ВЕЛОСИПЕДИСТОВ- ШОССЕЙНИКОВ Е.А. Кирбабина, Т.А. Кирбабина, В.З. Яцык	24
ПРОБЛЕМЫ ХОККЕЯ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ НА ПРИМЕРЕ ГОРОДА КРАСНОДАРА М.А. Котенев, О.С. Васильченко	25
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ В.В. Кравец, Л.П. Долгополов	27

ХАРАКТЕРИСТИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВОЧЕК МБОУ СОШ № 2 СТАНИЦЫ ДИНСКОЙ М.В. Ленская	28
ДИНАМИКА КОЛИЧЕСТВА СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЗИМНИМ ВИДАМ СПОРТА В ОЛИМПЕЙСКОМ ЦИКЛЕ 2014-2018 ГОДОВ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ М.Е. Леонова, В.З. Яцык	29
РАЗВИТИЕ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ В ГРУППЕ «ДИСЦИПЛИНА ВОДНАЯ» Е.В. Лиховидов, Л.П. Долгополов	31
ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В МНОГОЛЕТНЕМ ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ А.В. Лузан, Е.А. Лузан, В.З. Яцык	32
РАЗВИТИЕ ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ И РАВНОВЕСИЯ У СПОРТСМЕНОВ-ФИГУРИСТОВ НАЧАЛЬНОГО ЭТАПА ПОДГОТОВКИ П.О. Максимов, И.И. Горбиков	34
ВЛИЯНИЕ СПЕЦИАЛЬНО НАПРАВЛЕННЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА ОСВОЕНИЕ КОНТРОЛЬНЫХ ТЕСТОВ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА ЛЬДУ П.О. Максимов, В.З. Яцык	36
ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ И ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЙ ЧАСТЕЙ ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ НА ЛЫЖЕРОЛЛЕРАХ Л.К. Неминущая, А.О. Фугаев	37
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ НАВЫКОВ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ЗАЛЬНЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ П.П. Нижегородская, Л.П. Долгополов	38
ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «МАРШРУТ ПЕШЕХОДНЫЙ» А.И. Павлоградский, Л.П. Долгополов	39
ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В ОБЩЕСТВЕ А.С. Подгорная, А.Н. Арцыбашев	40
ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ А.С. Подгорная, Ю.М. Аушева	41

ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ В ЗАКРЫТЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ А.С. Подгорная, Л.П. Долгополов	43
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ А.С. Подгорная, В.З. Яцык	44
РАЗВИТИЕ ХОККЕЯ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ Д.С. Садкова, В.З. Яцык	45
МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КАК ФАКТОР ВЫБОРА СТИЛЯ ИГРЫ ХОККЕЙНОГО ВРАТАРЯ Н.М. Соловьев, О.С. Васильченко	47
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СТАТОДИНАМИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ВЕЛОСИПЕДНОМ СПОРТЕ НА ШОССЕ В.А. Сучков, В.З. Яцык, В.А. Агасьян	48
ВЛИЯНИЕ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ НА РЕЗУЛЬТАТЫ В ЛЫЖНЫХ ГОНКАХ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ Т.А. Эшонкулова, К.А. Акопян, В.З. Яцык	49
<u>КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ</u>	
К ВОПРОСУ ОБ ОЦЕНКЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ Н.В. Артеменко, С.П. Аршинник	51
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ УЧАЩИХСЯ ГИМНАЗИИ № 36 ГОРОДА КРАСНОДАРА Г.А. Бугаев, С.П. Аршинник	53
СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ПРЫГУНОВ В ДЛИНУ III СПОРТИВНОГО РАЗРЯДА Ж.А. Зеликова, Е.А. Травкина, М.С. Шубин, Н.Г. Шубина	54
ДИНАМИКА СКОРОСТИ БЕГА У ЖЕНЩИН РАЗЛИЧНОЙ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В БЕГЕ НА 400 МЕТРОВ А.С. Клещенок, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин	56
ВЛИЯНИЕ СКОРОСТИ РАЗБЕГА И ТЕМПА ПОСЛЕДНИХ ШАГОВ НА РЕЗУЛЬТАТ В ПРЫЖКЕ В ДЛИНУ У СПОРТСМЕНОВ РАЗНОЙ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ Е.С. Конева, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин	57

АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ В РАЗЛИЧНЫХ ПРОГРАММАХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ В.Г. Косова, С.П. Аршинник	58
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ УЧАЩИХСЯ ГИМНАЗИИ № 87 ГОРОДА КРАСНОДАРА В.Г. Косова, С.П. Аршинник	59
ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ НА ОСНОВЕ УСПЕШНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ШКОЛЬНИКАМИ НОРМ ГТО К.С. Лихобабенко, С.П. Аршинник	61
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ТЕХНИКИ МЕТАНИЯ КОПЬЯ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ Э.С. Маилова, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин	62
К ВОПРОСУ О РАЗРАБОТКЕ «ПЕРЕВОДНЫХ» НОРМАТИВОВ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ ФУТБОЛЕ Ю.Г. Мартыненко, А.А. Чернопольский, С.П. Аршинник	64
К ВОПРОСУ ОБ ОПРЕДЕЛЕНИИ «ПУЛЬСОВОЙ СТОИМОСТИ» ДВИГАТЕЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫХ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ А.В. Музынина, С.П. Аршинник	65
ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ УЧАЩИХСЯ МБОУ СОШ №78 Г. КРАСНОДАРА А.С. Подгорная, С.П. Аршинник	66
ХАРАКТЕРИСТИКА ДЛИНЫ БЕГОВОГО ШАГА У СПРИНТЕРОВ 12–14 ЛЕТ Ф.А. Ротков, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин	67
К ВОПРОСУ О СТРУКТУРЕ И СОДЕРЖАНИИ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ТАНЦОРОВ А.А. Срабионян, С.П. Аршинник	68
К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ ПОВЫШЕНИЯ ОБЪЕМА ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ТАНЦОРОВ А.А. Срабионян, С.П. Аршинник	69
ДИНАМИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ 2-ГО КУРСА ФАКУЛЬТЕТА СПОРТА КГУФКСТ О.С. Ткаченко, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин	70

АНАЛИЗ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ НЕПРОФИЛЬНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ПОДГОТОВКИ КГУФКСТ К ВЫПОЛНЕНИЮ ИСПЫТАНИЙ ВФСК ГТО О.С. Ткаченко, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин	72
АНАЛИЗ КИНЕМАТИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ ТЕХНИКИ ПРЫЖКА ПРЫГУНИЙ В ВЫСОТУ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ Е.А. Травкина, Ж.А. Зеликова, М.С. Шубин, Н.Г. Шубина	73
ОСОБЕННОСТИ ПЛАНИРОВАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ МЕТАТЕЛЕЙ Н.Д. Тронева, П.Г. Погорелов, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин	74
ДИНАМИКА СРЕДСТВ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТОЛКАТЕЛЕЙ ЯДРА Н.Д. Тронева, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин	75
ДИНАМИКА СРЕДСТВ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ БЕГУНОВ-СПРИНТЕРОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ТРЕНИРОВКИ В.А. Ширяева, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин	76
ОСОБЕННОСТИ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ПРЫГУНОВ С ШЕСТОМ II И III СПОРТИВНОГО РАЗРЯДА Б.Г. Шиянов, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин	77
ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ МБОУ СОШ № 57 ГОРОДА КРАСНОДАРА С.О. Щербанева, С.П. Аршинник	78
ХАРАКТЕРИСТИКА МОТОРНОЙ ПЛОТНОСТИ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ГОРОДА КРАСНОДАРА С.О. Щербанева, С.В. Матына, С.П. Аршинник	79
<u>КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ПЛАВАНИЯ, ПАРУСНОГО И ГРЕБНОГО СПОРТА</u>	
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЯ ЖИРОВОГО КОМПОНЕНТА МАССЫ ТЕЛА ТРИАТЛЕТОВ О.Г. Букреева, К.С. Пигида	80
ТАКТИКА ПРОХОЖДЕНИЯ ДИСТАНЦИЙ 100 И 200 МЕТРОВ ВОЛЬНЫМ СТИЛЕМ Н.Р. Караджич, К.С. Пигида, Е.И. Самарина	81

АЛГОРИТМ МОДЕЛИРОВАНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГРЕБЦОВ А.А. Карпов	82
СТЕПЕНЬ ВЛИЯНИЯ МОНОЛАСТА РАЗЛИЧНОЙ ЖЕСТКОСТИ НА РЕЗУЛЬТАТ В СКОРОСТНОМ ПЛАВАНИИ В ЛАСТАХ Д.А. Лобченко, К.С. Пигида, Е.Г. Маряничева	83
ОСОБЕННОСТИ ОТДЕЛЬНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ СТАРТА С ТУМБОЧКИ В ПЛАВАНИИ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ОБЩУЮ ЭФФЕКТИВНОСТЬ СТАРТА М.С. Малиновский, А.В. Аришин	84
АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ПЛОВЦОВ-СПРИНТЕРОВ ВЕДУЩИХ СТРАН А.А. Немкин, К.С. Пигида С.И. Борщ	86
ОРГАНИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ А.В. Осипенко, К.С. Пигида	87
СПЕЦИФИКА РАННЕ СФОРМИРОВАННОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА У ПОЛИАТЛОНИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП А.В. Погожев	88
ИГРОВОЙ МЕТОД КАК ФАКТОР, УСКОРЯЮЩИЙ ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ Д.А. Стельмах, Е.А. Сальникова	89
МЫШЦЫ НОГ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ПРОДВИЖЕНИЕ В ТРИАТЛОНЕ В.И. Филипенко, К.С. Пигида	91
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЯХТСМЕНОВ РАЗНОГО УРОВНЯ КВАЛИФИКАЦИИ М.П. Щербакова, Ю.И. Костюк	92
<u>КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНЫХ ИГР</u>	
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ РЕБЕНКА В ПРОЦЕССЕ ДВИГАТЕЛЬНО-ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Е.Н. Бехтерева, Н.В. Костюкова, О.Н. Костюкова	93
РЕЙТИНГ МУЖСКИХ НАЦИОНАЛЬНЫХ СБОРНЫХ КОМАНД ЕВРОПЫ ПО ГАНДБОЛУ А.В. Шкуринский	95

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФУТБОЛА И РЕГБИ

- ОСОБЕННОСТИ ОВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ ФУТБОЛИСТАМИ ЗА ПРЕДЕЛАМИ ШТРАФНОЙ ПЛОЩАДИ ПОСЛЕ ЕДИНОБОРСТВ В НЕЙ НА ЧЕМПИОНАТЕ ЕВРОПЫ 2016 ГОДА
А.А. Аржанов, Б.Г. Шиянов, А.П. Золотарев 97
- ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ В ТЕЧЕНИЕ ТРЕХ СБОРОВ ЗИМНЕГО ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО ПЕРИОДА
А.Г. Загорулько, А.П. Золотарев 99
- ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ ЛЮБИТЕЛЬСКОЙ ФУТБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ–ЧЕМПИОНА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ
Н.Н. Закирьяев, А.П. Золотарев 100
- ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ИГРОКОВ РАЗНЫХ АМПУА В ЛЮБИТЕЛЬСКОМ ФУТБОЛЕ
В.А. Котолупов, А.П. Золотарев 102
- ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИКИ ВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 5-6 ЛЕТ В ТЕЧЕНИЕ 11 МЕСЯЦЕВ ТРЕНИРОВКИ
А.С. Лазаренко, А.П. Золотарев, А.С. Джиоев 104
- ФОРМИРОВАНИЕ НАПРАВЛЕННОГО ИНТЕРЕСА У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ К ФУТБОЛУ НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ НАГЛЯДНЫХ СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ
А.Г. Терник, А.П. Золотарев, А.С. Джиоев 105
- ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ, В ТЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ГОДА
Д.В. Чернявский, А.П. Золотарев, Р.З. Гакаме 106
- РАССТОЯНИЕ, ПРЕОДОЛЕВАЕМОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМИ ФУТБОЛИСТАМИ В УСЛОВИЯХ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
М.Ю. Шелепнев, А.П. Золотарев, Р.З. Гакаме 107
- ОСОБЕННОСТИ ВБРАСЫВАНИЯ МЯЧА ИЗ-ЗА БОКОВОЙ ЛИНИИ ФУТБОЛИСТАМИ НА ЧЕМПИОНАТЕ ЕВРОПЫ 2016 ГОДА
М.А. Штемберг, А.П. Золотарев 108

**КАФЕДРА ТЕОРИИ, ИСТОРИИ И МЕТОДИКИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ АКАДЕМИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ПИЛАТЕСА Ж.Г. Аникиенко, М.М. Шестаков	110
ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ НА ПРИМЕРЕ ЗАНЯТИЙ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБОЙ Н.В. Артеменко, Л.А. Якимова	112
КЛАССИФИКАЦИЯ ОШИБОК В ТЕХНИКЕ ВЫПОЛНЕНИЯ ЮНЫМИ ГАНДБОЛИСТКАМИ БРОСКОВ МЯЧА ПО ВОРОТАМ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ К.В. Бурчуладзе, М.М. Шестаков	114
КОННАЯ СТРЕЛЬБА ИЗ ЛУКА. ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ. В.Д. Данильчук, Д.В. Белинский, М.В. Махинова	116
ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ, ПОБУЖДАЮЩИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ ШАХМАТАМИ Е.С. Злыднева, В.А. Чернышов	117
ОЛИМПЕЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА: СТРУКТУРА, ПРЕИМУЩЕСТВА И НЕДОСТАТКИ С.А. Исмаилов, Ю.А. Прокопчук	118
ЗАЩИТА ПРАВ СПОРТСМЕНОВ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ СПОРТЕ А.В. Касьянов, С.В. Фомиченко	120
СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ ОСВЕДОМЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ И ТРЕНЕРОВ ОБ АНТИДОПИНГОВЫХ ПРАВИЛАХ Э.С. Керн, М.В. Махинова	121
ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ГРУПП ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ПРИЗЫВУ РАЗНЫХ СОМАТИЧЕСКИХ ТИПОВ В.Б. Коченков, М.М. Шестаков	122
ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТОДИК РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ 12-13 ЛЕТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ ФУТБОЛА С.С. Купцов, М.М. Шестаков	124

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К.С. Лихобабенко, Л.А. Якимова	126
РОЛЬ СЕМЬИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С.В. Матына, Л.А. Якимова	128
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КАК СРЕДСТВО РЕАБИЛИТАЦИИ В ГОДЫ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ О.В. Назаренко, О.Ю. Антипцев	129
ОЛИМПИЗМ – ОСНОВА ОЛИМПИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ С.С. Поздняков, Ю.А. Прокопчук	131
ПРОБЛЕМЫ ЧАСТНОЙ МЕТОДИКИ ПРИКЛАДНОГО ЗНАЧЕНИЯ В АДАПТИВНОЙ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЕ А.М. Севикян, М.В. Махинова, Д.В. Белинский	132
ИЗУЧЕНИЕ КОМПОНЕНТОВ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У ЮНЫХ АКРОБАТОВ А.М. Севикян, А.В. Плешкань	134
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ЛИЧНОСТИ М.Н. Федотова, С.С. Шабельный, М.В. Махинова	135
ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ СИСТЕМАТИЧЕСКОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ С.А. Лаггао, М.М. Шестаков	137
ВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ И КОНДИЦИОННЫХ КАЧЕСТВ ВСАДНИКОВ, КАК УСТАНОВКА НА ДОСТИЖЕНИЕ ВЫСОКИХ СПОРТИВНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ В КОННОМ СПОРТЕ Г.А. Шатохина, М.В. Махинова	139
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ РАЗРАБОТКИ МОДЕЛИ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ИГРЕ В ШАХМАТЫ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА В.В. Шеронов, М.М. Шестаков	141
<u>КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ</u>	
СИММЕТРИЯ И АСИММЕТРИЯ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ А.С. Апрыщенко, М.В. Малука	143

ОТНОШЕНИЕ ТРЕНЕРОВ К ПРОБЛЕМЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ В ПОДГОТОВКЕ РЕГБИСТОВ А.А. Баранчук, Е.М. Бердичевская	144
ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ ПРАВОРУКИХ И ЛЕВОРУКИХ БОКСЕРОВ Д.С. Бережко, К.К. Моисеев, А.С. Гронская	145
ВЛИЯНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА ПСИХОФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА З.М. Горшанова, Л.В. Тройнина, Я.Е. Бугаец	146
ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗМА ДЕТЕЙ ПЕРИОДА ВТОРОГО ДЕТСТВА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПЛАВАНИЕМ Т.Н. Дзябенко, М.В. Малука	147
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ОТБОРА ДЕТЕЙ В ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В КИКБОКСИНГЕ К.К. Моисеев, А.С. Гронская	148
АНАЛИЗ ТРЕБОВАНИЙ К СИММЕТРИИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ Д.Э. Мокова, Т.В. Крайнова, Е.М. Бердичевская	149
ВЛИЯНИЕ ПРОИЗВОЛЬНОЙ ГИПЕРВЕНТИЛЯЦИИ НА ПОЗНУЮ УСТОЙЧИВОСТЬ ПЛОВЦОВ М.Е. Погудина, Я.Е. Бугаец	151
ОСОБЕННОСТИ АЭРОБНОЙ И АНАЭРОБНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ЮНЫХ ТХЭКВОНДИСТОВ М.Н. Танцура, Я.Е. Бугаец	152
КАРДИОРЕСПИРАТОРНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ПЕРИОДА ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА ПРИ ЗАНЯТИЯХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМОЙ БОДИФЛЕКС Л.В. Тройнина, Я.Е. Бугаец	154
ОСОБЕННОСТИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ АСИММЕТРИИ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОКСЕРОВ Д.С. Шипенко, Е.С. Тришин	155
<u>КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ</u>	
СОДЕРЖАНИЕ НАЧАЛЬНОГО ЭТАПА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕВОЧЕК 7–9 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИТНЕС-АЭРОБИКОЙ М.М. Абрамова, Н.И. Романенко	156

ОСОБЕННОСТИ СТРУКТУРЫ МОТИВАЦИИ ЖЕНЩИН 40–45 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СИЛОВЫМ ТРЕНИНГОМ А.О. Анисимова, Е.И. Ончукова	158
ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ РЕКРЕАЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ БАСКЕТБОЛОМ НА ШКОЛЬНИКОВ-ПОДРОСТКОВ А.Н. Белобородова, Е.И. Ончукова	159
ПОТРЕБНОСТИ ШКОЛЬНИЦ 13-14 ЛЕТ К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСОМ Т.В. Гончар, Н.И. Романенко	161
СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ФИТНЕС-КЛУБА В.В. Грибкова, С.А. Евтых	162
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ФИТНЕС-КЛУБА Т.В. Дорошенко, О.Г. Лызарь	163
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ СО СТАРШЕКЛАССНИКАМИ, ИМЕЮЩИМИ ИЗБЫТОЧНУЮ МАССУ ТЕЛА М.В. Капуста, Е.И. Ончукова	165
ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИНХРОННОМ ПЛАВАНИИ С ДЕВОЧКАМИ 8–10 ЛЕТ Ю.Г. Котлярова, Е.И. Ончукова	166
МОТИВАЦИЯ ЖЕНЩИН 35–50 ЛЕТ К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСОМ СИЛОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ А.С. Куземко, Н.И. Романенко	167
ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ П.С. Левчук, В.И. Осик	168
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СИСТЕМЕ ПИЛАТЕС НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН 40-45 ЛЕТ М.А. Маринович, О.С. Трофимова	170
МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С ЖЕНЩИНАМИ 30–35 ЛЕТ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ УПРАЖНЕНИЙ ПСИХОРЕГУЛИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ А.В. Мироненко, С.А. Евтых	172

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ И УМСТВЕННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ 3–4-Х КЛАССОВ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ТРЕНАЖЕРОВ Н.А. Назаренко, Л.С. Дворкин	173
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АЭРОЙОГОЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЖЕНЩИН 30–45 ЛЕТ Н.А. Назаренко, О.С. Трофимова	175
ВЛИЯНИЕ ИГРОВОГО МЕТОДА НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА Я.А. Никитина, Н.И. Дворкина	177
ВЛИЯНИЕ ТРЕНИРОВКИ СИЛОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН 21–35 ЛЕТ В.Р. Орунжева, О.Г. Лызарь	179
ПРОФИЛАКТИКА ВОЗРАСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ СРЕДСТВАМИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ П.А. Помельников, Н.Ю. Серопян	181
МАС-РЕСТЛИНГ КАК НОВЫЙ ВИД ДВИГАТЕЛЬНОЙ РЕКРЕАЦИИ И.И. Самохин, Е.И. Ончукова	182
ПРИМЕНЕНИЕ СМЕШАННЫХ СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ТРЕНИРОВКЕ ЮНЫХ КАРАТИСТОВ И.М. Сиенко, Л.С. Дворкин	184
СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ОБРАЗ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ВУЗА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Д.А. Смирнов, В.И. Осик	186
ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ АЭРОБИКОЙ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА А.В. Соловьева, Е.И. Ончукова	187
ФОРМИРОВАНИЕ ЗНАНИЙ ПО ОСНОВАМ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ У ШКОЛЬНИКОВ ВЫПУСКНЫХ КЛАССОВ В.И. Спродис, Н.И. Дворкина	188
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА В РАЗВИТИИ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МУЖЧИН К.С. Труфанова, О.Г. Лызарь	190

СУБЪЕКТЫ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОГО ВУЗА А.С. Федянина, А.А. Тарасенко	192
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННОГО ОБОРУДОВАНИЯ В СИСТЕМЕ ПИЛАТЕС Ю.А. Чудная, Н.И. Романенко	193
<u>КАФЕДРА ФИЛОСОФИИ, КУЛЬТУРОВЕДЕНИЯ И СОЦИАЛЬНЫХ КОММУНИКАЦИЙ</u>	
СУЩНОСТЬ И ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПРОГРАММНОГО ТУРИЗМА П.А. Аветисян, Т.А. Самсоненко	194
О НЕОБХОДИМОСТИ ВОЗРОЖДЕНИЯ РУССКИХ НАРОДНЫХ ПРАЗДНЕСТВ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ А.М. Артемьева, Г.Н. Сологуб	196
ВОСПИТАНИЕ ТОЛЕРАНТНОСТИ У ШКОЛЬНИКОВ А.Н. Бабченко, Г.Г. Плотникова	198
К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ УЧЕТА ЭТНИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ТУРИСТОВ И.К. Баркая, Т.А. Самсоненко	199
РОЛЬ ДОКУМЕНТАЛЬНОГО МАТЕРИАЛА В СОЗДАНИИ ТЕАТРАЛИЗОВАННОГО КОНЦЕРТА А.А. Береговой, Г.Г. Плотникова	200
ТАНЕЦ КАК СПОСОБ ОБЩЕНИЯ СО ЗРИТЕЛЯМИ Т.В. Болдырева, Г.Н. Сологуб	201
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ РЕЖИССЕРСКОГО СЦЕНАРИЯ ДЛЯ НОВОГОДНЕГО ТЕАТРАЛИЗОВАННОГО ПРЕДСТАВЛЕНИЯ В.С. Вертинская, И.Н. Подольская	202
ИННОВАЦИОННЫЕ РАЗРАБОТКИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕДПРИЯТИЙ ГОСТИНИЧНОЙ ИНДУСТРИИ Е.А. Владимирова, Т. А. Самсоненко	204
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРИЗМА НА ТЕРРИТОРИИ РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕЯ А.В. Гаспарян, Т.А. Самсоненко	206
ИСТОРИЧЕСКИЕ ЭТАПЫ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В КИТАЕ М. Го, Т.А. Самсоненко	207

АНИМАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ФОРМА АКТИВНОГО ДОСУГА А.А. Гонтарева, Г.Г. Плотникова	209
ТУРИЗМ КАК СПЕЦИФИЧЕСКИЙ ВИД ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ А.И. Думнов, Т.А. Самсоненко	210
РЕПЕТИЦИЯ В СМЕШАННЫХ ТВОРЧЕСКИХ ГРУППАХ КАК МЕТОД ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ А.А. Егорова А.В. Плотников	212
ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ РЕПЕТИЦИОННОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО НАПРАВЛЕНИЮ РЕЖИССУРА А.В. Ефимова, А.В. Плотников	213
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ИМИДЖА ПЕРВИЧНОЙ ПРОФСОЮЗНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ Е.М. Ефремова, Э.А. Орлова	214
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦВЕТА И ФИРМЕННОГО СТИЛЯ В РЕКЛАМНОЙ ПРОДУКЦИИ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ Т.В. Жданова, Э.А. Орлова	215
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ И ПРОБЛЕМЫ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКОЙ РЕСПУБЛИКЕ А.А. Звягинцев, Т.А. Самсоненко	216
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ КОНГРЕСС-ТУРИЗМА В РФ С.В. Зубенко, Т.А. Самсоненко	217
СПЕЦИФИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ФУНКЦИЙ КЛАССИЧЕСКОЙ РЕЖИССУРЫ В РЕПЕТИЦИОННОМ ПРОЦЕССЕ ЗРЕЛИЩА О.Ю. Котигрובה, А.В. Плотников	218
ИМИДЖ И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ РАБОТА ОРГАНИЗАЦИИ (МОДЕЛИ СТРУКТУРНОЙ КООРДИНАЦИИ) А.В. Кузмина, А.В. Тонковидова	220
КОМПОНЕНТЫ ПРОДВИЖЕНИЯ НА РЫНОК АГРОФИРМЫ А.В. Кузмина, А.В. Тонковидова	221
СОГЛАСОВАНИЕ ДОКУМЕНТАЛЬНЫХ И ХУДОЖЕСТВЕННЫХ МАТЕРИАЛОВ В РЕЖИССЕРСКОМ ЗАМЫСЛЕ А.В. Липина, А.В. Плотников	222
PR-СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ИМИДЖА РЕГБИ-КЛУБА «КУБАНЬ» Э.В. Мазурова, Р.А. Запороцкий	224

ОСОБЕННОСТИ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ СТРУКТУРЫ ВОКАЛЬНОГО НОМЕРА В КОНЦЕРТЕ К.Н. Мануйлова, И.Н. Ронь	225
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИТНЕС-ТУРИЗМА Д.Ш. Мисриева, Т.А. Самсоненко	227
ОРГАНИЗАЦИЯ ОСВЕЩЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ВУЗА (НА ПРИМЕРЕ КГУФКСТ) А.А. Никульников, Э.А. Орлова	229
РЕЖИССЕРСКИЙ ЗАМЫСЕЛ ТЕАТРАЛИЗОВАННЫХ ЗРЕЛИЩ И.М. Овчаренко, А.В. Плотников	230
ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ И.О. Олейников, Т. А. Самсоненко	231
КРОССФИТ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ФИТНЕС- ТУРИЗМА Д.С. Орманджи, Т.А. Самсоненко	233
ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ КОННОГО ТУРИЗМА В ОЗДОРОВЛЕНИИ РЕКРЕАНТОВ Т.В. Осипенко, Л.Г. Битарова	235
КЛАССИЧЕСКАЯ РЕЖИССУРА КАК ОСНОВА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ РЕЖИССЕРА МАССОВЫХ ЗРЕЛИЩ Д.В. Павлов, А.В. Плотников	237
ФЕСТИВАЛЬ КАК СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНЫЙ ФЕНОМЕН О.И. Перепеченая, Г.Г. Плотникова	239
ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ОХОТНИЧЬЕ-РЫБОЛОВНОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ Л.М. Петрашкевич, Т.А. Самсоненко	240
ЭТАПЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РЕЖИССЕРА-ПОСТАНОВЩИКА С ПОСТАНОВОЧНОЙ ГРУППОЙ Ю.А. Поджигун, Т.А. Самсоненко	242
ОБРАЗ СПОРТСМЕНА В СОВРЕМЕННОЙ ПРЕССЕ Ю.А. Примакова, С.Г. Казарина	243
АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И РАЗВИТИЯ ВЪЕЗДНОГО ТУРИЗМА В РФ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ И.А. Саква, Т.А. Самсоненко	244

СТРУКТУРА И ЛЕКСИЧЕСКОЕ НАПОЛНЕНИЕ РЕКЛАМНОГО СЛОГАНА В.В. Саламандык, С.Г. Казарина	246
НЕВЕРБАЛЬНАЯ РЕЧЬ В КОММУНИКАЦИИ М.В. Свириденко, С.Г. Казарина	248
КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СФЕРА РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ РЕЖИССЕРА ЗРЕЛИЩА В.В. Синькова, А.В. Плотников	249
КУБАНЬ: ТУРИЗМ И КАЗАЧЕСТВО – ПЕРЕЗАГРУЗКА Т.И. Совмен, Ю.Г. Бич	251
МАССОВЫЕ СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ КАК СРЕДСТВО БОРЬБЫ С ВРЕДНЫМИ ПРИВЫЧКАМИ А. С. Сотников, Г. Н. Сологуб	252
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРАКТИКА КАК СФЕРА МЕЖКУРСОВОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ БАКАЛАВРОВ-РЕЖИССЕРОВ Ф.Г. Степанова, А.В. Плотников	253
ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ЗАИМСТВОВАННОЙ ЛЕКСИКИ В СОВРЕМЕННОМ РУССКОМ ЯЗЫКЕ Д.А. Столпяга, О.О. Айвазян	255
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ МАЛОГО ГОСТИНИЧНОГО БИЗНЕСА НА КУРОРТАХ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ И.В. Сурнина, Т.А. Самсоненко	257
РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РЕСПУБЛИКАХ СЕВЕРНОГО КАВКАЗА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ Р.А. Схаляхо, Т.А. Самсоненко	258
ПРИЕМ МОЛЧАНИЯ В ТЕАТРАЛЬНОЙ ЭСТЕТИКЕ М. МЕТЕРЛИНКА А.А. Тихонова, С.В. Супрун	260
РАЗВИТИЕ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА В РОССИИ А.А. Трефилова, Т.А. Самсоненко	261
ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ПРОЕКТИРОВАНИЯ ПОСТАНОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В РЕЖИССУРЕ ТПП А.В. Трофимова, А.В. Плотников	263
СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ А.Н. Усагая, Г.Н. Сологуб	264

РУССКИЙ ЯЗЫК В СЕТИ ИНТЕРНЕТ К.Т. Хаитова, С.Г. Казарина	265
СОЦИАЛИЗАЦИЯ ПОДРОСТКОВ ИЗ НЕБЛАГОПОЛУЧНЫХ СЕМЕЙ ПОСРЕДСТВОМ АНИМАЦИОННЫХ ПРОГРАММ М.Д. Цыбулько, Т.А. Самсоненко	267
ДИАЛЕКТИКА МИФА И РЕКЛАМЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ П.С. Чиж, А.В. Тонковидова	269
ПРОБЛЕМА СМЕНЫ ИНСТРУМЕНТАРИЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ А.Г. Чуприна, А.В. Тонковидова	270
ОСОБЕННОСТИ ПЛАСТИЧЕСКОГО МИЗАНСЦЕНИРОВАНИЯ В РЕЖИССУРЕ МАССОВЫХ ЗРЕЛИЩ С.С. Чухрай, А.В. Плотников	271
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ А.И. Шевлюга, Т.А. Самсоненко	272
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ А.А. Шишлаков, Т. А. Самсоненко	273
ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА КАК ОБЛАСТЬ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ РЕЖИССЕРОВ А.В. Яблуновская, А.В. Плотников	275
<u>КАФЕДРА ЭКОНОМИКИ И МЕНЕДЖМЕНТА</u>	
ФИТНЕС-ИНДУСТРИЯ КАК ЭКОНОМИЧЕСКИ ЭФФЕКТИВНАЯ СФЕРА БИЗНЕСА А.В. Ащеулов, О.А. Гавриляченко	276
УПРАВЛЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ФУТБОЛЬНЫМ КЛУБОМ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ Л.Х. Байрыева, С.С. Воеводина	277
ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНЫМИ ОРГАНИЗАЦИЯМИ П.Д. Бахтурина, Л.А. Гремина	278
ВОСТРЕБОВАННОСТЬ ВЫПУСКНИКОВ СПОРТИВНОГО ВУЗА НА РЫНКЕ ТРУДА П.Г. Галат, С.С. Воеводина	280

ПРЕВЕНТИВНЫЕ МЕРЫ АНТИДОПИНГОВОЙ ПОЛИТИКИ В СПОРТЕ А.И. Гуцуляк, С.С. Воеводина	281
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СПОРТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ ЗА РУБЕЖОМ Г.А. Дейнека, С.С. Воеводина	282
ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ГОРНОЛЫЖНЫХ КОМПЛЕКСОВ Д.Х. Жапуева, Т.А. Кирбабина, Е.П. Гетман	283
УПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ШКОЛОЙ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ Т.А. Кирбабина, С.С. Воеводина	284
СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ Л.Э. Кириленко, А.С. Тютюнников	285
ПРОФИЛЬ ПОТРЕБИТЕЛЯ-ЗРИТЕЛЯ В СПОРТЕ НА ОСНОВЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ КРИТЕРИЕВ ПОВЕДЕНИЯ А.Е. Лисицын, Е.П. Гетман	286
АСПЕКТЫ НАЧИСЛЕНИЯ АМОРТИЗАЦИИ Е.С. Мащенко, Л.В. Подгорелова	287
СТАТИСТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ В СПОРТИВНОМ МЕНЕДЖМЕНТЕ А.И. Прохода, Е.В. Мирзоева	288
КОРПОРАТИВНЫЙ СПОРТ: ЕГО ЗНАЧИМОСТЬ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИЙ И ПРЕДПРИЯТИЙ А.В. Тараненко, Е.П. Гетман	290
ОРГАНИЗАЦИЯ УПРАВЛЕНИЯ В СФЕРЕ РОССИЙСКОГО СПОРТА К.В. Туманян, Е.П. Гетман	292
ФИНАНСОВАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ СТРАХОВЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ П.С. Чиж, М.Г. Коваленко	294
<u>КРАСНОДАРСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ ВЫСШЕГО СЕСТРИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ</u>	
ТАКТИКА ФЕЛЬДШЕРА ПРИ ВЫЯВЛЕНИИ САХАРНОГО ДИАБЕТА НА АМБУЛАТОРНО-ПОЛИКЛИНИЧЕСКОМ ЭТАПЕ О.Ю. Беликова, А.М. Горшкова	295
ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ШКОЛЫ САМОКОНТРОЛЯ САХАРНОГО ДИАБЕТА В ГОСУДАРСТВЕННОМ БЮДЖЕТНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ «ДЕТСКАЯ КРАЕВАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА» Е.В. Богатюк, Э.О. Магаева	297

СОСТОЯНИЕ ГАСТРОДУОДЕНАЛЬНОЙ СЛИЗИСТОЙ ОБОЛОЧКИ И ПЕЧЕНИ У БОЛЬНЫХ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ И ХРОНИЧЕСКИМИ ГЕПАТИТАМИ Ю.Ю. Борисов, О.А. Чернобривец	298
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ ГАСТРОЦЕПИНА И АТРОПИНА НА СОСТОЯНИЕ СЛИЗИСТОГО БАРЬЕРА ЖЕЛУДКА У БОЛЬНЫХ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ Ю.Ю. Борисов, К.В. Макачук	299
ВЛИЯНИЕ БЛОКАДЫ КАЛЬЦИЕВЫХ КАНАЛОВ НА СЛИЗЕВЫДЕЛИТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЖЕЛУДКА У БОЛЬНЫХ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ Ю.Ю. Борисов, Л.А. Саруханян	300
МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДЕТЕЙ, СТРАДАЮЩИХ ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ КОЖИ М.В. Ефремова, В.В. Ступина	301
ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА РАЗВИТИЕ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ У ДЕТЕЙ Я.А. Круглая	302
ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ПАТОЛОГИИ ЖЕЛУДОЧНО- КИШЕЧНОГО ТРАКТА Н.В. Сотникова, А.О. Сергеева	303
<u>КУБАНСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ</u>	
ТЕЛЕМЕДИЦИНА БУДУЩЕГО М.В. Коротаева, Е.П. Гетман	304
КАК НАЧАТЬ МЕДИЦИНСКИЙ ПРОЕКТ С НЕБОЛЬШИМ СТАРТОВЫМ КАПИТАЛОМ Ю.В. Пикина, К.В. Куон, Е.П. Гетман	305
<u>КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ</u>	
ОБЩЕСТВЕННОЕ МНЕНИЕ КАК ОДИН ИЗ КРИТЕРИЕВ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОПАГАНДЫ СОЦИАЛЬНЫХ НОРМ Н.Е. Шкарин	306
КОМПЕТЕНТНОСТЬ ВЫПУСКНИКОВ КАК ЭЛЕМЕНТ ИМИДЖА ВУЗА (НА ПРИМЕРЕ КУБГТУ) Д.Д. Ющук	308

КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ

ОБ ОСОБЕННОСТЯХ СЛЕНГА МОЛОДЕЖИ В ГЕРМАНИИ
Е.В. Василевская, М.С. Мовсеян 310

НИИ – КРАЕВАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА №1 ИМ. ПРОФ. С.В. ОЧАПОВСКОГО

СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У РАБОТНИКОВ
МЕДИЦИНСКИХ ОРГАНИЗАЦИЙ
М.О. Пастухова 312

**ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ КОМПЛЕКСА ГТО
КАК ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
М. Бурочкина, Е.В. Хомутова, Т.А. Андреевко 314

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
С.О. Задиран, Е.Г. Ткачева, Т.А. Андреевко 316

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ВВЕДЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО
КАК ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
В.А. Лемякина, Е.В. Хомутова, Т.А. Андреевко 317

ВЛИЯНИЕ ПЛАВАНИЯ НА ОРГАНИЗМ СТУДЕНТОВ
Р.В. Леонтьев 318

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ВОЛЕЙБОЛА В ФИЗИЧЕСКОМ
ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ
А.А. Морозова, З.П. Череп, Т.А. Андреевко 319

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СПОСОБЫ БОРЬБЫ СО
СТРЕССОМ
К.О. Паськова, И.Ф. Нагайцева 320

МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ КАК ЗНАЧИМЫЙ АСПЕКТ
ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ ПРИ ФИЗИЧЕСКИХ
НАГРУЗКАХ
М.И. Ситникова, Т.А. Андреевко, З.П. Череп 321

МАРКЕТИНГ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
Е.Р. Стрельцова, Л.М. Лукьянова 322

ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ РЕГУЛИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ К.А. Телякова	323
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА СОСТОЯНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ-ПЕДАГОГОВ В.А. Чмож, И.В. Половодов, Е.Ю. Надешкина	324
<u>ЮЖНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ</u>	
РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ КАК ФАКТОР, ВЛИЯЮЩИЙ НА ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ Т.Г. Мишина, И.Г. Лебединская	326
<u>ТАГАНРОГСКИЙ ИНСТИТУТ ИМЕНИ А. П. ЧЕХОВА «РГЭУ (РИНХ)»</u>	
ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ СТУДЕНТОВ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ А.В. Перепелкина, И.Г. Лебединская	328
<u>КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ И. Т. ТРУБИЛИНА</u>	
АСПЕКТЫ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПРИ РАЗВИТИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В.И. Дробышев, Е.В. Мищенко	330
<u>КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ</u>	
КЛАССИФИКАЦИЯ СПОСОБОВ ЗАЩИТЫ ПРАВ НАЛОГОПЛАТЕЛЬЩИКОВ Л.Е. Калинина, Т.П. Артемьева	332
<u>ЮЖНЫЙ ИНСТИТУТ МЕНЕДЖМЕНТА</u>	
СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РЕГИОНАЛЬНОГО ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННОГО КОМПЛЕКСА Н.Ю. Заднепровская, И.М. Кучеренко	334

Научное издание

**ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ
XLV НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ
ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО
ОКРУГА
(февраль - март 2018 г.)**

Часть 2

Материалы конференции

Ответственный редактор	О.О. Айвазян
Корректор	С.А. Савенко
Технический редактор	А.С. Верба
Оригинал-макет подготовила	Л.И. Просоедова

Подписано в печать 03.04.2018.
Формат 60x90/16. Бумага для офисной техники.
Усл. печ. л. 22,4. Тираж 263 экз. Заказ № 43.
Отпечатано на множительной технике.

Редакционно-издательский отдел
Кубанского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161

