

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

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



**КГУФКСТ**

**ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ  
XLVI НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ  
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ  
ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА  
(февраль - март 2019 г., г. Краснодар)**

**ЧАСТЬ 1**

**КРАСНОДАР  
2019**

УДК 796 (06)

ББК 75.1

Т 29

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

*Редакционная коллегия:*

доктор биологических наук, профессор И.Н. Калинина  
доктор филологических наук, профессор С.Г. Казарина  
доктор медицинских наук Е.М. Бердичевская  
доктор педагогических наук М.М. Шестаков  
доктор психологических наук, профессор Г.Б. Горская  
кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Еремина  
кандидат педагогических наук, доцент В.З. Яцык  
кандидат педагогических наук, доцент Л.И. Просоедова

**Т 29 Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2019 г., г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия И.Н. Калинина, С.Г. Казарина, Е.М. Бердичевская, М.М. Шестаков, Г.Б. Горская, В.З. Яцык, Е.А. Еремина, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 1. – 336 с.**

УДК 796 (06)

ББК 75.1

© КГУФКСТ, 2019.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|  |           |
|--|-----------|
| <b>КАФЕДРА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ .....</b>  | <b>22</b> |
| АНАЛИЗ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ<br>УЧРЕЖДЕНИЙ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ СВОЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО АДАПТИРОВАННЫМ<br>ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ ..... | 22        |
| <b>А.В. Анищенко, Т.В. Пономарева .....</b>  | <b>22</b> |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В УСЛОВИЯХ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО<br>ЗАВЕДЕНИЯ .....  | 23        |
| <b>М.М. Артеменко, Е.А. Иващенко .....</b>   | <b>23</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ КОМПЛЕКСНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С<br>НАРУШЕНИЕМ СЛУХА В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ .....                                | 24        |
| <b>О.Е. Астафьева, В.Е. Мальцева, С.П. Лавриченко .....</b>  | <b>24</b> |
| ПАУЭРЛИФТИНГ КАК СРЕДСТВО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ<br>И СПОРТА В РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ.....   | 25        |
| <b>И.А. Бабенко, Т.В. Пономарева.....</b>  | <b>25</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С<br>ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА, ИМЕЮЩИМИ РАЗЛИЧНЫЕ ОТКЛОНЕНИЯ В<br>СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ .....             | 26        |
| <b>В.Е. Готовцев, Е.А. Иващенко.....</b>   | <b>26</b> |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ В УСЛОВИЯХ<br>КОРРЕКЦИИ МАССЫ ТЕЛА .....   | 27        |
| <b>Э.С. Григорян, С.П. Лавриченко .....</b>  | <b>27</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ БОРЦОВ ПРИ РАЗВИТИИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ... ..   | 28        |
| <b>Э.С. Григорян, С.П. Лавриченко .....</b>  | <b>28</b> |
| ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ У ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО<br>СПЕКТРА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....  | 29        |
| <b>К.С. Зубакина, О.С. Попова .....</b>  | <b>29</b> |
| ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ НАРУШЕНИЙ СВОДОВ СТОПЫ У ВОЛЕЙБОЛИСТОВ В<br>УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПЕРИОДЕ .....   | 30        |
| <b>В.А. Калашян, О.С. Попова .....</b>   | <b>30</b> |
| СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ В ДИАГНОСТИКЕ ПОЗНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ .....  | 31        |
| <b>С.В. Климченко, Е.А. Иващенко.....</b>  | <b>31</b> |
| ДИАГНОСТИКА НАРУШЕНИЙ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ С ПАТОЛОГИЕЙ РЕЧИ.....  | 32        |
| <b>И.П. Курисова, Е.А. Иващенко .....</b>  | <b>32</b> |
| КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ ПЛОСКО-<br>ВАЛЬГУСНОЙ ДЕФОРМАЦИИ СТОП У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....   | 33        |
| <b>М.В. Лаптева, А.Б. Трембач.....</b>   | <b>33</b> |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БИОАКУСТИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ В КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЕ<br>ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ .....                                   | 34        |
| <b>В.Е. Мальцева, О.Е. Астафьева, С.П. Лавриченко .....</b>  | <b>34</b> |

|   |           |
|---|-----------|
| АДАПТИВНОЕ СКАЛОЛАЗАНИЕ В ПРАКТИКЕ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ<br>С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА .....                 | 35        |
| <b>Д.О. Миргородская, А.Е. Плуталова, Е.А. Иващенко .....</b>   | <b>35</b> |
| РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ПЛАВАНИЮ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО<br>ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА ..... | 36        |
| <b>Э.Э. Мустафаев, Е.А. Иващенко .....</b>  | <b>36</b> |
| ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ<br>ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ .....                 | 37        |
| <b>Н.О. Савоцкая, Е.А. Иващенко .....</b>   | <b>37</b> |
| ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРЕССОРНОЙ РЕАКЦИИ<br>ПОСЛЕ АМПУТАЦИИ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ .....           | 38        |
| <b>А.А. Сафарян, С.П. Лавриченко .....</b>  | <b>38</b> |
| СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ БОКСЕРОВ И<br>КИКБОКСЕРОВ.....  | 39        |
| <b>А.И. Стародубец, С.П. Лавриченко.....</b>  | <b>39</b> |
| АНАЛИЗ ЗАРУБЕЖНЫХ МЕТОДИК ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ<br>ПРИ ЦЕРЕБРАЛЬНЫХ ПАРАЛИЧАХ .....                                 | 40        |
| <b>В.А. Таловский, Е.А. Иващенко.....</b>   | <b>40</b> |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ В МИНИ-<br>ФУТБОЛЕ.....                                      | 41        |
| <b>А. Танга, Е.А. Иващенко .....</b>  | <b>41</b> |
| ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ .....  | 42        |
| <b>С.В. Ульянова, Ф.Н. Шарикова .....</b>   | <b>42</b> |
| КОМПЛЕКСНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ БОЛЬНЫХ КОКСАРТРОЗОМ.....   | 43        |
| <b>А.И. Фисенко, О.С. Попова .....</b>  | <b>43</b> |
| ИССЛЕДОВАНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ У ДЕТЕЙ С<br>НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА .....                     | 44        |
| <b>Я.С. Фролова, Е.А. Иващенко .....</b>  | <b>44</b> |
| <b>КАФЕДРА АНАТОМИИ И СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ.....</b>  | <b>45</b> |
| ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСОМ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО<br>ВОЗРАСТА С РАЗЛИЧНЫМ ТИПОМ КОНСТИТУЦИИ .....          | 45        |
| <b>Е.В. Арутюнян, И.Н. Калинина.....</b>  | <b>45</b> |
| МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ ДЕТЯМ ПЕРВОГО ДЕТСТВА .....  | 47        |
| <b>М.С. Бурко, А.В. Ошатинская, О.В. Маякова.....</b>   | <b>47</b> |
| ВЛИЯНИЕ ТХЭКВОНДО-JRI НА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ<br>СПОРТСМЕНА .....                                       | 48        |
| <b>А.С. Галаган, А.С. Каплун, О.В. Маякова .....</b>  | <b>48</b> |
| ВЛИЯНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ<br>ПЕРВОГО ДЕТСТВА .....                              | 49        |
| <b>М.В. Гребенник, Н.А. Манукян, О.В. Маякова.....</b>  | <b>49</b> |

|   |           |
|---|-----------|
| ВЛИЯНИЕ КЛАССИЧЕСКОЙ АЭРОБИКИ НА ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА.....  | 50        |
| <b>О.А. Гром, И.Н. Калинина .....</b>   | <b>50</b> |
| ОТБОР СПОРТСМЕНОВ В ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМАНДЫ ПО ХОККЕЮ.....   | 52        |
| <b>А.И. Гросбах, О.В. Маякова.....</b>  | <b>52</b> |
| ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА ШКОЛЬНИКОВ<br>В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ КИОКУШИНКАЙ КАРАТЭ .....  | 53        |
| <b>Ю.О. Дьякова, И.Н. Калинина.....</b>   | <b>53</b> |
| ПРЕДПОСЫЛКИ К ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКА ПЛАВАНИЯ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ДЕТСТВА ..   | 54        |
| <b>А.А. Зайцева, О.В. Маякова.....</b>  | <b>54</b> |
| МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНОВ,<br>СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ПАРНО-ГРУППОВОЙ АКРОБАТИКЕ.....  | 55        |
| <b>А.Н. Иванова, К.А. Суходолова, О.В. Маякова .....</b>  | <b>55</b> |
| ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ И ТРЕНИРОВКИ ГИМНАСТОК В ВОЗРАСТЕ<br>12-14 ЛЕТ.....   | 56        |
| <b>С.А. Крушанова, О.В. Маякова.....</b>  | <b>56</b> |
| ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ И КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ В<br>ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.....  | 57        |
| <b>А.С. Кузнецова, Д.Г. Гуртовая, О.В. Маякова .....</b>  | <b>57</b> |
| ОПРЕДЕЛЕНИЕ СОМАТОТИПА ПО МЕТОДУ ХИТ-КАРТЕРА У СПОРТСМЕНОВ,<br>ЗАНИМАЮЩИХСЯ КОМПЛЕКСНЫМИ ЕДИНОБОРСТВАМИ.....  | 58        |
| <b>А.И. Латоша, М.Г. Половникова .....</b>  | <b>58</b> |
| ОПРЕДЕЛЕНИЕ СОСТАВА ТЕЛА СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ КОМПЛЕКСНЫМИ<br>ЕДИНОБОРСТВАМИ .....   | 59        |
| <b>А.И. Латоша, М.Г. Половникова .....</b>  | <b>59</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ХРОНОТИПОВ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ КОМПЛЕКСНЫМИ<br>ЕДИНОБОРСТВАМИ.....  | 60        |
| <b>А.И. Латоша, М.Г. Половникова .....</b>  | <b>60</b> |
| МЕТОДЫ СПОРТИВНОГО ОТБОРА ДЕТЕЙ ПО МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫМ ПРИЗНАКАМ<br>ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ГИМНАСТИКОЙ.....  | 61        |
| <b>М.М. Пашенко, А.А. Алейникова, О.В. Маякова.....</b>   | <b>61</b> |
| ЗАБОЛЕВАНИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СПОРТСМЕНОВ,<br>ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ В ГРУППАХ ВЫСШЕГО<br>СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ..... | 62        |
| <b>Е.О. Пупенко, И.И. Ясакова, О.В. Маякова .....</b>   | <b>62</b> |
| ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ АСИММЕТРИИ ЮНЫХ ВАТЕРПОЛИСТОВ .....  | 63        |
| <b>Д.А. Ровный, Ю.А. Кудряшова .....</b>  | <b>63</b> |
| ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ АСИММЕТРИИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ<br>ВАТЕРПОЛИСТОВ.....   | 65        |
| <b>Д.А. Ровный, Ю.А. Кудряшова .....</b>  | <b>65</b> |

|   |           |
|---|-----------|
| ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ АСИММЕТРИИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ<br>ВАТЕРПОЛИСТОВ.....   | 66        |
| <b>Д.А. Ровный, Ю.А. Кудряшова</b> .....  | <b>66</b> |
| ВЗАИМОСВЯЗЬ НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ С ПРОФИЛЕМ МОРФОЛОГИЧЕСКОЙ<br>И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ.....   | 67        |
| <b>С.С. Сабурова, Ю.А. Кудряшова</b> .....  | <b>67</b> |
| ВЛИЯНИЕ МАС-РЕСТЛИНГА НА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ<br>СПОРТСМЕНОВ .....  | 68        |
| <b>И.И. Самохин, О.В. Маякова</b> .....   | <b>68</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ХРОНОТИПОВ СПОРТСМЕНОВ-БАСКЕТБОЛИСТОВ.....  | 69        |
| <b>В.С. Филимонова, М.Г. Половникова</b> .....  | <b>69</b> |
| ЗНАЧЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ ПРИ НАБОРЕ ДЕТЕЙ ДЛЯ<br>ЗАНЯТИЙ ГИМНАСТИКОЙ В ПЕРИОД РАННЕГО ДЕТСТВА.....                                  | 70        |
| <b>А.А. Фисак, Э.Р. Кунбутаева, О.В. Маякова</b> .....  | <b>70</b> |
| ВЛИЯНИЕ ПЛАВАНИЯ НА ОРГАНИЗМ ДЕТЕЙ ГРУДНОГО ВОЗРАСТА .....  | 71        |
| <b>К.А. Шульгина, О.В. Маякова</b> .....  | <b>71</b> |
| <b>КАФЕДРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ПРОФИЛАКТИКИ<br/>НАРКОМАНИИ.....</b>  | <b>72</b> |
| МЕРОПРИЯТИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЭВАКУАЦИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ<br>ПРИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОМ АКТЕ .....   | 72        |
| <b>Л.С. Бавыкина, А.И. Величко</b> .....  | <b>72</b> |
| НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ФАКТОРЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЗДОРОВЬЕ<br>ЧЕЛОВЕКА .....  | 73        |
| <b>Л.С. Бавыкина, К.Р. Саакова</b> .....  | <b>73</b> |
| АНАЛИЗ ОТНОШЕНИЯ УЧЕНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ К СЛУЖБЕ В РЯДАХ<br>РОССИЙСКОЙ АРМИИ.....   | 74        |
| <b>А.С. Градовец, А.Г. Ахромова</b> .....   | <b>74</b> |
| ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ<br>БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ».....   | 75        |
| <b>В.В. Демченко, Ю.И. Чуйко</b> .....  | <b>75</b> |
| ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ<br>С ИХ УСПЕВАЕМОСТЬЮ ПО ПРЕДМЕТУ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ<br>ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» ..... | 76        |
| <b>А.Р. Закутский, Ю.И. Чуйко</b> .....   | <b>76</b> |
| МЕТОДЫ УКРЕПЛЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИИ.....   | 77        |
| <b>К.К. Затула, А.И. Величко</b> .....  | <b>77</b> |
| ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ШКОЛЬНИКАМИ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ .....   | 78        |
| <b>А.К. Зимаков, А.Г. Ахромова</b> .....  | <b>78</b> |
| ОБУЧЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ ОСНОВАМ АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ<br>ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....   | 79        |
| <b>С.С. Ищенко, А.Г. Ахромова</b> .....   | <b>79</b> |

|   |           |
|---|-----------|
| ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ<br>УЧРЕЖДЕНИИ ПРИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОМ АКТЕ.....   | 80        |
| <b>Н.А. Косенко, А.И. Величко</b> .....   | <b>80</b> |
| РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ .....  | 82        |
| <b>Н.А. Косенко, К.Р. Саакова</b> .....   | <b>82</b> |
| ФОРМИРОВАНИЕ ЮРИДИЧЕСКОЙ ГРАМОТНОСТИ КАК ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА<br>ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ .....  | 83        |
| <b>В.Ю. Кривенец, А.Г. Ахромова</b> .....   | <b>83</b> |
| ЕДИНОБОРСТВА КАК СРЕДСТВО ПОДГОТОВКИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ К СЛУЖБЕ В<br>РЯДАХ РОССИЙСКОЙ АРМИИ .....  | 84        |
| <b>Х.В. Куантов, Ю.И. Чуйко</b> .....   | <b>84</b> |
| ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ПОВЕДЕНИЯ В ОПАСНЫХ<br>СИТУАЦИЯХ .....  | 85        |
| <b>Ю.А. Мацко, А.И. Величко</b> .....   | <b>85</b> |
| ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ЭТИКА В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....  | 86        |
| <b>Ю.А. Мацко, К.Р. Саакова</b> .....   | <b>86</b> |
| ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ .....  | 87        |
| <b>Е.А. Никитенко, А.И. Величко</b> .....   | <b>87</b> |
| ОБУЧЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ ОСНОВАМ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ПРОЦЕССЕ<br>ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЫ ПО ПРЕДМЕТУ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ<br>ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» ..... | 88        |
| <b>А.А. Орлова, А.Г. Ахромова</b> .....   | <b>88</b> |
| РЕАЛИЗАЦИЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В РОССИИ .....   | 89        |
| <b>С.С. Петухов, А.И. Величко</b> .....   | <b>89</b> |
| ФИЗИЧЕСКАЯ И УМСТВЕННАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ВЛИЯНИЕ НА<br>НЕЕ РАЗЛИЧНЫХ ФАКТОРОВ .....  | 90        |
| <b>К.В. Роо, К.Р. Саакова</b> .....   | <b>90</b> |
| ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ ПРИ ПЕРЕВОЗКЕ ОРГАНИЗОВАННЫХ ГРУПП .....   | 91        |
| <b>В.И. Сай, А.И. Величко</b> .....   | <b>91</b> |
| ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА<br>ДОРОГЕ .....   | 92        |
| <b>А.И. Степанченко, А.Г. Ахромова</b> .....  | <b>92</b> |
| ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО<br>ВОЗРАСТА .....   | 93        |
| <b>Е.В. Толокнова, К.Р. Саакова</b> .....   | <b>93</b> |
| КОНЦЕПЦИЯ НАЦИОНАЛЬНОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИТИКИ РФ, ЕЕ РЕАЛИЗАЦИИ..   | 94        |
| <b>В.В. Трубникова, А.И. Величко</b> .....  | <b>94</b> |
| ВОЗНИКНОВЕНИЕ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ СИТУАЦИИ В ДЕТСКИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ<br>УЧРЕЖДЕНИЯХ .....  | 96        |
| <b>А.О. Чегровая, А.И. Величко</b> .....  | <b>96</b> |

|  |            |
|--|------------|
| АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ<br>ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ УГРОЗЫ .....  | 97         |
| <b>К.Р. Шеховцов, А.И. Величко.....</b>  | <b>97</b>  |
| ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ КАК<br>ОСНОВА ПОДГОТОВКИ К СЛУЖБЕ В РОССИЙСКОЙ АРМИИ .....                   | 98         |
| <b>В.В. Юндалова, А.Г. Ахромова .....</b>  | <b>98</b>  |
| <b>КАФЕДРА БИОХИМИИ, БИОМЕХАНИКИ И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН. 99</b>   |            |
| УПРАВЛЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИЕЙ ЧЕЛОВЕКА В ПРОЦЕССЕ ВЫПОЛНЕНИЯ<br>ФИНАЛЬНОГО УСИЛИЯ В ТЕХНИКЕ МЕТАНИЯ КОПЬЯ (ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ) ..... | 99         |
| <b>М.В. Абакумова, Н.К. Артемьева, А.Г. Заболотный.....</b>  | <b>99</b>  |
| СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ КАК СРЕДСТВО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ С<br>КЛИЕНТАМИ .....  | 101        |
| <b>Е.И. Гавриленко, О.С. Толстых, Е.Г. Костенко .....</b>  | <b>101</b> |
| ПРОБЛЕМЫ ОБЕСПЕЧЕННОСТИ МИКРОНУТРИЕНТАМИ ШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ<br>КЛАССОВ .....   | 102        |
| <b>А.М. Гришаева, Н.К. Артемьева.....</b>  | <b>102</b> |
| АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ<br>СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА.....  | 103        |
| <b>А.В. Ежова, А.А. Колесникова.....</b>   | <b>103</b> |
| АНАЛИЗ ПРИЧИН РАСПРОСТРАНЕНИЯ ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО<br>ВОЗРАСТА.....  | 104        |
| <b>А.В. Ежова, А.А. Колесникова.....</b>   | <b>104</b> |
| ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ДАННЫХ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ .....   | 105        |
| <b>В.А. Калошина, Е.Г.Костенко, О.С. Толстых.....</b>  | <b>105</b> |
| ОПТИМИЗАЦИЯ РАЦИОНА ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В<br>ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ .....   | 107        |
| <b>В.П. Королева, Н.К. Артемьева.....</b>  | <b>107</b> |
| НАРУШЕНИЯ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ГИМНАСТОК.....  | 108        |
| <b>С.А. Михеева, Н.К. Артемьева .....</b>  | <b>108</b> |
| ПРОЯВЛЕНИЯ ДЕФИЦИТА ВИТАМИНОВ В ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ .....  | 109        |
| <b>С.А. Михеева, Н.К. Артемьева .....</b>  | <b>109</b> |
| ВЛИЯНИЕ ВИТАМИНОВ НА ОРГАНИЗМ ГИМНАСТОК 8-12 ЛЕТ .....   | 110        |
| <b>С.А. Михеева, Н.К. Артемьева .....</b>  | <b>110</b> |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕССЕНДЖЕРОВ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....   | 111        |
| <b>А.Д. Моргунова, О.С. Толстых, Е.Г. Костенко.....</b>  | <b>111</b> |
| СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ .....   | 112        |
| <b>А.Ю. Найденко, Е.Г. Костенко, О.С. Толстых .....</b>  | <b>112</b> |
| ФОРМИРОВАНИЕ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ У СПОРТИВНОЙ ПАРЫ В КОНКУРЕ.....   | 113        |
| <b>Э.Е. Панченко, А.А. Ругина .....</b>  | <b>113</b> |



|  |            |
|--|------------|
| СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОСНОВНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ .....            | 114        |
| <b>В.Ю. Скоробогатова, А.А. Ругина</b> .....   | <b>114</b> |
| ВЛИЯНИЕ ВЕГЕТАРИАНСТВА НА СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.....                                 | 115        |
| <b>С.А. Столярчук, Д.Н. Микова</b> .....   | <b>115</b> |
| РАЦИОН ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ .....   | 116        |
| <b>А.А. Фисак, Д.Н. Микова</b> .....   | <b>116</b> |
| ДИЕТА – СЫРОЕДЕНИЕ .....   | 117        |
| <b>Э.И. Чуйкова, Д.Н. Микова</b> .....   | <b>117</b> |
| АНАЛИЗ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКОЙ .....             | 118        |
| <b>А.А. Штанова, А.А. Колесникова</b> .....  | <b>118</b> |
| <b>КАФЕДРА ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ</b> .....  | <b>119</b> |
| IMPORTANCE OF LIFE SAFETY IN THE STATE SYSTEM OF THE RUSSIAN FEDERATION KRASNODAR..... | 119        |
| <b>D.I. Bushueva, O.L. Ivanova</b> .....   | <b>119</b> |
| SPORT SKILLS: BASIC SKILLS STEPS REQUIRED IN EACH SPORT .....                          | 120        |
| <b>E.V. Galko, L.G. Jarmolinets</b> .....  | <b>120</b> |
| SPORTS ADMINISTRATION AS A MODERN CAREER PATH KRASNODAR .....                          | 121        |
| <b>A.A. Guryanova, O.L. Ivanova</b> .....  | <b>121</b> |
| PSYCHOLOGICAL MOTIVATION IN SPORT .....  | 122        |
| <b>E.A. Kirbabina, F.N. Sharikova</b> .....  | <b>122</b> |
| MOTIVATION IN CHILDREN SPORT (BASED ON FOREIGN PUBLICATIONS).....                      | 123        |
| <b>Y.V. Kitova, N.S. Degovzev, L.G. Yarmolinez</b> .....                               | <b>123</b> |
| PSYCHOLOGICAL FACTORS OF MAINTAINING MOTIVATION AMONG ATHLETES OF DIFFERENT AGE.....   | 124        |
| <b>V.A. Kunitsyna, O.V. Anisimova</b> .....  | <b>124</b> |
| EXPRESSIVENESS DEVELOPMENT IN INITIAL TRAINING IN AESTHETIC GYMNASTICS ....            | 125        |
| <b>V.P. Korolyova, E.I. Getman</b> .....   | <b>125</b> |
| PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF EXTREME TOURISM IN KRASNODAR REGION .....                   | 126        |
| <b>L.M. Makovetskaya, E.V. Sivakova</b> .....  | <b>126</b> |
| PHENOMENOM OF VOLUNTEERSHIP IN THE MODERN WORLD .....                                  | 127        |
| <b>S.A. Mikitas, E.V. Sivakova</b> .....   | <b>127</b> |
| HIERACHY OF HOTELS: HISTORIC APROACH .....   | 128        |
| <b>S.A. Mikitas, E.V. Sivakova</b> .....   | <b>128</b> |
| THE OLDEST HOTEL IN THE WORLD. ITS HISTORY AND FACILITIES .....                        | 129        |
| <b>K.T. Petrosyan, E.I. Getman</b> .....   | <b>129</b> |
| SPORTS TOURISM, ITS TYPES AND FEATURES .....   | 130        |
| <b>Y.Y. Predko, E.I. Getman</b> .....  | <b>130</b> |

|   |            |
|---|------------|
| FAMOUS REHABILITATION CENTERS OF KRASNODAR.....   | 131        |
| <b>N.O. Savotskaya, E.I. Getman .....</b>   | <b>131</b> |
| THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL CULTURE IN ATHLETES' SELF-REALIZATION .....   | 132        |
| <b>I.S. Fokina, O.V. Anisimova .....</b>  | <b>132</b> |
| ENGLISH ZOONYM IDIOMS AND METHODS OF THEIR TRANSLATION .....  | 133        |
| <b>E.D. Yurkina, E.V. Sivakova .....</b>  | <b>133</b> |
| <b>КАФЕДРА ОБЩЕЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ.....</b>   | <b>134</b> |
| АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.....   | 134        |
| <b>Г.Г. Амбарцумян, Н.А. Амбарцумян, К.В. Малашенко.....</b>  | <b>134</b> |
| ВОСПИТАНИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....  | 135        |
| <b>В.С. Антонова, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов.....</b>  | <b>135</b> |
| УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩИХСЯ СЕЛЬСКИХ И ГОРОДСКИХ ШКОЛ .....           | 136        |
| <b>В.В. Жигалкин, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов .....</b>   | <b>136</b> |
| РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ В ФУТБОЛЕ В МЛАДШИХ КЛАССАХ.....  | 137        |
| <b>И.В. Захаров, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов.....</b>   | <b>137</b> |
| РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ .....                                    | 138        |
| <b>А.В. Куликов, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов .....</b>  | <b>138</b> |
| ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ПОЛИАТЛОНОМ.....                           | 139        |
| <b>В.М. Любовская, В.В. Суворов.....</b>  | <b>139</b> |
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ В СЕКЦИИ ФУТБОЛА НА УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ МАЛЬЧИКОВ 13-15-ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА..... | 140        |
| <b>Д.В. Нежалский, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов.....</b>   | <b>140</b> |
| УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ ..  | 141        |
| <b>А.Н. Резник, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов .....</b>   | <b>141</b> |
| АНАЛИЗ СООТВЕТСТВИЯ ТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ В ЖЕНСКОМ ФУТБОЛЕ.....           | 142        |
| <b>Е.Г. Солонина, В.В. Суворов .....</b>  | <b>142</b> |
| УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И ГИБКОСТИ У ЮНЫХ ГИМНАСТОК .....                               | 143        |
| <b>А.В. Твердохлебова, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов .....</b>  | <b>143</b> |
| ВОСПИТАНИЕ СКОРОСТНЫХ И СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 11-12 ЛЕТ .....                       | 144        |
| <b>М.А. Третьяк, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов .....</b>  | <b>144</b> |
| ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ МАЛЬЧИКОВ 11-12 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ БОРЬБЫ.....                       | 145        |
| <b>Д.А. Филатов, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов .....</b>  | <b>145</b> |

|   |            |
|---|------------|
| СООТВЕТСТВИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ РАКЕТНЫХ ВОЙСК ТРЕБОВАНИЯМ КОМПЛЕКСА ГТО .....  | 146        |
| <b>В.Н. Фокин, К.В. Малашенко .....</b>   | <b>146</b> |
| ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ УЧАЩИХСЯ 7 КЛАССОВ .....   | 147        |
| <b>Т.В. Халанская, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов .....</b>  | <b>147</b> |
| ПОНЯТИЕ «ГИПЕРТРОФИЯ МЫШЕЧНЫХ ВОЛОКОН» ПРИ ЗАНЯТИЯХ БОДИБИЛДИНГОМ.....  | 148        |
| <b>Д.С. Шипенко, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов .....</b>  | <b>148</b> |
| ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЙ В СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ В КАРАТЭ КИОКУШИНКАЙ .....  | 149        |
| <b>Т.С.Шумакова, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов.....</b>   | <b>149</b> |
| ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ У ПЕРВОКЛАССНИКОВ.....  | 150        |
| <b>В.В. Щербаков, Н.А. Амбарцумян, В.Л. Соколов.....</b>  | <b>150</b> |
| <b>КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ .....</b>   | <b>151</b> |
| РОЛЬ ТЕАТРАЛИЗОВАННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАЗВИТИИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ДОШКОЛЬНИКОВ .....  | 151        |
| <b>Л.Б. Артеменко, Н.П. Носенко .....</b>   | <b>151</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТЕЙ У СПОРТСМЕНОВ.....   | 153        |
| <b>Н.В. Бережная, А.Ш. Гусейнов.....</b>  | <b>153</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ САМОЭФФЕКТИВНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ .....  | 154        |
| <b>Н.В. Бережная, А.Ш. Гусейнов.....</b>  | <b>154</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ТОЛЕРАНТНОСТИ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ .....   | 155        |
| <b>А.А. Величко, И.В. Харитонова .....</b>  | <b>155</b> |
| ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ 44.03.02 «ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ» В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ..... | 156        |
| <b>Ю.Д. Вишнякова, А.С. Распопова .....</b>   | <b>156</b> |
| ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ОБЛАСТИ ПСИХОЛОГИИ ОБРАЗОВАНИЯ .....                                      | 157        |
| <b>Ю.Д. Вишнякова, А.С. Распопова .....</b>   | <b>157</b> |
| ЛИЧНОСТНЫЕ РЕГУЛЯТОРЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ ФИГУРИСТОВ.....   | 158        |
| <b>К.С. Ворпотинская, Г.Б. Горская .....</b>  | <b>158</b> |
| ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ВОЛЕЙБОЛИСТОК В ПОДРОСТКОВОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ .....  | 160        |
| <b>А.В. Герасимова, Е.А. Пархоменко .....</b>   | <b>160</b> |
| РОЛЬ ИГРЫ В ПСИХИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ РЕБЕНКА .....  | 161        |
| <b>А.Ю. Дячкина, Ю.М. Босенко .....</b>   | <b>161</b> |

|   |            |
|---|------------|
| ОСОБЕННОСТИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПОНЕНТОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ ДОШКОЛЬНИКОВ, С УЧЕТОМ ГЕНДЕРНОГО АСПЕКТА.....                                   | 162        |
| <b>Я.Е. Есаулenco, А.А. Дубoвoвa</b> .....  | <b>162</b> |
| РАЗВИТИЕ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ, ИМЕЮЩИХ ОБЩЕЕ НЕДОРАЗВИТИЕ РЕЧИ.....   | 163        |
| <b>Е.Г. Есаулко, Н.П. Нoсeнкo</b> .....   | <b>163</b> |
| ПРОФИЛАКТИКА ВОЗНИКНОВЕНИЯ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА .....   | 164        |
| <b>Е.М. Ефрeмoвa, Т.А. Бaнникoвa</b> .....  | <b>164</b> |
| ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ РАБОТНИКОВ МЧС .....   | 165        |
| <b>О.Н. Ивaннoк, Ю.М. Бoсeнкo</b> .....   | <b>165</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ПСИХИЧЕСКОЙ НАДЕЖНОСТИ И БАЗОВЫХ УБЕЖДЕНИЙ У СПОРТСМЕНОВ-ГИМНАСТОВ .....  | 166        |
| <b>В.А. Кaчaнoвa, Ю.М. Бoсeнкo</b> .....  | <b>166</b> |
| МОТИВАЦИОННЫЙ КЛИМАТ В ЭЛИТНОМ СПОРТЕ .....   | 167        |
| <b>Я.В. Китoвa, Г.Б. Гoрскaя</b> .....  | <b>167</b> |
| ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСА К УРОКАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.....  | 168        |
| <b>Ю.А. Кoвaлeвa, Т.А. Бaнникoвa</b> .....  | <b>168</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ .....  | 169        |
| <b>Ю.А. Кoвaлeвa, Т.А. Бaнникoвa</b> .....  | <b>169</b> |
| ОСОБЕННОСТИ АССЕРТИВНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ .....  | 170        |
| <b>Т.С. Кoнoвaлoвa, А. А. Дубoвoвa</b> .....  | <b>170</b> |
| АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИН «ПЕДАГОГИКА» И «ПЕДАГОГИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ 49.03.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА».....                                   | 171        |
| <b>Е.А. Кузeнкo, Т.А. Бaнникoвa</b> .....   | <b>171</b> |
| РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН «ПЕДАГОГИКА» И «ПЕДАГОГИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» 2018 ГОДА В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ 49.03.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»: СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ..... | 172        |
| <b>Е.А. Кузeнкo, Т.А. Бaнникoвa</b> .....   | <b>172</b> |
| МОДЕЛИ ИССЛЕДОВАНИЯ ДЕТСКОГО ПЕРФЕКЦИОНИЗМА.....  | 173        |
| <b>А.О. Кучугурoвa, А.А. Дубoвoвa</b> .....   | <b>173</b> |
| ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ ЗРЕЛОСТЬ ЮНОШЕЙ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ ЛИЧНОСТИ.....  | 174        |
| <b>А.Л. Липкинa, И.В. Харитoнoвa</b> .....  | <b>174</b> |
| ВЛИЯНИЕ ТИПА ЛИЧНОСТИ НА ПСИХОСОЦИАЛЬНУЮ ЗРЕЛОСТЬ.....  | 175        |
| <b>А.Л. Липкинa, И.В. Харитoнoвa</b> .....  | <b>175</b> |
| ДЕТСТВО: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ.....   | 176        |
| <b>А.И. Мaрчeнкo, Ю.М. Бoсeнкo</b> .....  | <b>176</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ МОТИВАЦИИ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСТАНОВОК В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ.....   | 177        |
| <b>О.С. Пaшкoвa, Е.И. Бeрилoвa</b> .....  | <b>177</b> |

|   |            |
|---|------------|
| САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК РЕСУРС ПРЕОДОЛЕНИЯ КОНФЛИКТА У СТУДЕНТОВ<br>СПОРТИВНОГО ВУЗА.....   | 178        |
| <b>Н.В. Порожняк, Ю.М. Босенко</b> .....  | <b>178</b> |
| ОСОБЕННОСТИ КОНФЛИКТНОСТИ И АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ В ПРОЦЕССЕ<br>САМОУТВЕРЖДЕНИЯ.....   | 179        |
| <b>М.В. Посадская, Е.И. Берилова</b> .....  | <b>179</b> |
| ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ ПОДДЕРЖАНИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ГРЕБЦОВ.  | 180        |
| <b>Е.М. Потапова, Г.Б. Горская</b> .....  | <b>180</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ И ПСИХИЧЕСКОЙ<br>НАДЕЖНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ГИМНАСТОВ .....   | 181        |
| <b>А.Ю. Рудевич, И.В. Харитонова</b> .....  | <b>181</b> |
| ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА<br>И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СПЛОЧЕННОСТИ БАСКЕТБОЛЬНЫХ КОМАНД ЮНОШЕСКОГО И<br>ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА..... | 182        |
| <b>А.И. Санжапова</b> .....   | <b>182</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ САМООТНОШЕНИЯ И АГРЕССИВНОСТИ В<br>ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ .....  | 183        |
| <b>С.А. Степовой, И.В. Харитонова</b> .....   | <b>183</b> |
| ПРЕДПОСЫЛКИ ОДИНОЧЕСТВА У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ<br>ПОДГОТОВКИ .....   | 184        |
| <b>Е.Х. Тунгуляди, А.С. Распопова</b> .....   | <b>184</b> |
| ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕГУЛЯТОРЫ ОДИНОЧЕСТВА В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ.....  | 185        |
| <b>Е.Х. Тунгуляди, А.С. Распопова</b> .....   | <b>185</b> |
| СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ИССЛЕДОВАНИЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СПОРТСМЕНОВ ...   | 186        |
| <b>И.С. Фокина, И.В. Харитонова</b> .....   | <b>186</b> |
| ОСОБЕННОСТИ САМОЭФФЕКТИВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ В РАЗЛИЧНЫХ<br>ВИДАХ СПОРТА .....   | 187        |
| <b>К.А. Храмова, Е.А. Пархоменко</b> .....  | <b>187</b> |
| <b>КАФЕДРА СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО СЕРВИСА И ТУРИЗМА .....</b>  | <b>189</b> |
| ПРОБЛЕМАТИКА ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ РЫНКА АВИАПЕРЕВОЗОК .....   | 189        |
| <b>Л.Э. Аветисова, О.В. Шпырня</b> .....  | <b>189</b> |
| ВНЕДРЕНИЕ ОБУЧАЮЩИХ ПРОГРАММ ПЕРСОНАЛА ИНДУСТРИИ<br>ГОСТЕПРИИМСТВА.....   | 191        |
| <b>П.А. Аветисян, Е.В. Василенко</b> .....  | <b>191</b> |
| ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АССОЦИАЦИИ ТУРИСТСКОЙ ИНДУСТРИИ<br>КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ.....   | 193        |
| <b>М.К. Акинтьева, Ф.К. Ясакова, Д.А. Кружков</b> .....   | <b>193</b> |
| МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ КАЧЕСТВА ОБСЛУЖИВАНИЯ КЛИЕНТОВ НА ПРИМЕРЕ<br>ГОСТИНИЧНОГО КОМПЛЕКСА «ИМЕРЕТИНСКИЙ».....   | 195        |
| <b>П.А. Аветисян, Е.В. Василенко</b> .....  | <b>195</b> |

|   |            |
|---|------------|
| ОСОБЕННОСТИ ТЕХНОЛОГИИ ОБСЛУЖИВАНИЯ ГОСТЕЙ В РЕСТОРАННОМ БИЗНЕСЕ .  | 196        |
| <b>Е.Г. Астюкова, Е.Л. Заднепровская</b> .....  | <b>196</b> |
| ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КУЛЬТУРНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В ГОРОДЕ-КУРОРТЕ СОЧИ.....                                   | 197        |
| <b>И.К. Баркая, М.В. Коренева</b> .....   | <b>197</b> |
| ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С ТУРИСТАМИ ИЗ ВЕЛИКОБРИТАНИИ.....   | 198        |
| <b>И.К. Баркая, М.В. Коренева</b> .....   | <b>198</b> |
| ПРОДВИЖЕНИЕ ТУРПРОДУКТА С ПОМОЩЬЮ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ООО «ТУРИСТ-РЕСУРС «КУБАНЬ».....                            | 199        |
| <b>И.К. Баркая, Е.В. Василенко</b> .....  | <b>199</b> |
| К ВОПРОСУ О ПРОБЛЕМЕ КУЛЬТУРЫ МЕЖЛИЧНОСТНОГО ОБЩЕНИЯ С ПОТРЕБИТЕЛЯМИ (НА ПРИМЕРЕ ОТЕЛЯ «ЗОЛОТОЙ ПЕТУШОК И К») ..... | 200        |
| <b>Г.В. Белозерцева, Т.Н. Поддубная</b> .....   | <b>200</b> |
| МАРКЕТИНГОВЫЕ СТРАТЕГИИ НА СТАДИИ ЗРЕЛОСТИ ЖИЗНЕННОГО ЦИКЛА ГОСТИНИЧНЫХ УСЛУГ .....                                 | 201        |
| <b>Е.М. Бреус, О.В. Шпырня</b> .....  | <b>201</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ВНУТРИОТРАСЛЕВОЙ И МЕЖОТРАСЛЕВОЙ КОНКУРЕНЦИИ В ТУРИЗМЕ .....  | 203        |
| <b>А.А. Бутко, Е.Л. Заднепровская</b> .....   | <b>203</b> |
| ПРИРОДНО-РЕКРЕАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЫБОЛОВНОГО ТУРИЗМА .....                       | 204        |
| <b>А.М. Вдовенко, А.А. Юрченко</b> .....  | <b>204</b> |
| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ХАРАКТЕРИСТИК ГЛОБАЛЬНЫХ СИСТЕМ БРОНИРОВАНИЯ AMADEUS И GALILEO .....                           | 205        |
| <b>А.Д. Веденецкая, Е.В. Василенко</b> .....  | <b>205</b> |
| КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ ТУРИСТСКОЙ ТЕРРИТОРИИ НА ПРИМЕРЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ .....                                    | 207        |
| <b>О.Н. Бянкина, Е.Л. Заднепровская</b> .....   | <b>207</b> |
| НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛОЯЛЬНОСТИ РАБОТНИКОВ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ.....                                  | 208        |
| <b>А.Д. Веденецкая, Е.В. Василенко</b> .....  | <b>208</b> |
| ФИРМЕННЫЙ СТИЛЬ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ «РЭД РОЯЛ» КАК МЕТОД ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ.....                  | 209        |
| <b>Е.А. Владимирова, Е.В. Ползикова</b> .....   | <b>209</b> |
| ФОРМИРОВАНИЕ ФИРМЕННОГО СТИЛЯ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ .....  | 210        |
| <b>Е.А. Владимирова, Е.В. Василенко</b> .....   | <b>210</b> |
| МАРКЕТИНГОВЫЙ АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ САЙТА ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ .....   | 212        |
| <b>Г.Г. Гаdanова, О.В. Шпырня</b> .....   | <b>212</b> |
| НАКОПИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА КАК ИНСТРУМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ ЛОЯЛЬНОСТИ КЛИЕНТОВ ГОСТИНИЦЫ .....                               | 214        |
| <b>А.В. Гаспарян, Е.В. Василенко</b> .....  | <b>214</b> |

|  |            |
|--|------------|
| ГОРОДСКОЙ ДИЗАЙН КАК ВАЖНЫЙ ФАКТОР ТУРИСТСКОГО ГОСТЕПРИИМСТВА.....                                     | 215        |
| <b>З.В. Гишаева, Е.Л. Заднепровская.....</b>   | <b>215</b> |
| РАЗВИТИЕ ТУРИСТСКИХ МАРШРУТОВ ГТО В ПРИРОДНЫХ РЕКРЕАЦИОННЫХ ЗОНАХ<br>КУБАНИ .....                      | 217        |
| <b>В.С. Голицина, Е.Л. Заднепровская .....</b>   | <b>217</b> |
| АКТУАЛЬНОСТЬ МАРКЕТИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В ГОСТИНИЧНОМ БИЗНЕСЕ.....                                     | 218        |
| <b>А.Г. Гончарова, Е.В. Василенко.....</b>   | <b>218</b> |
| ОСНОВНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В РАЗВИТИИ ГОСТИНИЧНЫХ УСЛУГ .....  | 220        |
| <b>К.О. Грушицина, Е.Л. Заднепровская .....</b>  | <b>220</b> |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ НАРОДНОЙ КУЛЬТУРЫ В АНИМАЦИОННОМ СЕРВИСЕ                                       | 222        |
| <b>С.Д. Девдариани, А.А. Юрченко.....</b>  | <b>222</b> |
| СЕГМЕНТАЦИЯ ТУРИСТСКОГО РЫНКА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ.....   | 224        |
| <b>А.Ю. Дегочка, О.В. Шпырня.....</b>  | <b>224</b> |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ОБСЛУЖИВАНИЯ ТУРИСТОВ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ<br>ПИТАНИЯ ВНЕ ДОМА.....                             | 226        |
| <b>А.И. Думнов, А.А. Юрченко .....</b>   | <b>226</b> |
| ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ТУРОПЕРАТОРА И ТУРАГЕНТА ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ЭКСКУРСИЙ..                                    | 227        |
| <b>А.И. Думнов, Е.В. Василенко.....</b>  | <b>227</b> |
| ЗНАЧИМОСТЬ ПРЕДПРИЯТИЙ ПИТАНИЯ В КОМПЛЕКСНОМ ТУРИСТСКОМ<br>ОБСЛУЖИВАНИИ .....                          | 229        |
| <b>А.И. Думнов, А.А. Юрченко .....</b>   | <b>229</b> |
| СОВРЕМЕННЫЕ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ЛИНЕЙНОГО ПЕРСОНАЛА<br>ГОСТИНИЧНЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ.....       | 230        |
| <b>К.А. Дюмина, Е.В. Ползикова.....</b>  | <b>230</b> |
| ПОВЫШЕНИЕ КВАЛИФИКАЦИИ ПЕРСОНАЛА ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ (НА<br>ПРИМЕРЕ ОТЕЛЯ «ОАЗИС») .....          | 231        |
| <b>К.А. Дюмина, Т.Н. Поддубная .....</b>   | <b>231</b> |
| МАРКЕТИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ СФЕРЫ .....  | 233        |
| <b>В.Е. Ефремова, О.В. Шпырня .....</b>  | <b>233</b> |
| ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНКУРЕНЦИИ В ТУРИЗМЕ.....  | 234        |
| <b>А.А. Звягинцев, Е.В. Василенко.....</b>   | <b>234</b> |
| ФАКТОРЫ ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ПРЕДПРИЯТИЯ<br>НА ПРИМЕРЕ ООО «ВЕКТОР» .....                   | 235        |
| <b>С.В. Зубенко, Е.В. Василенко.....</b>   | <b>235</b> |
| ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КЕЙТЕРИНГОВОЙ КОМПАНИИ .....   | 237        |
| <b>Л.Ю. Карасева, М.В. Коренева.....</b>   | <b>237</b> |
| СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТУРОПЕРАТОРСКОЙ КОМПАНИИ НА ОСНОВЕ<br>РАЗВИТИЯ СУБАГЕНТСКИХ СЕТЕЙ ..... | 238        |
| <b>А.С. Киреева, М.В. Коренева.....</b>  | <b>238</b> |

|  |            |
|--|------------|
| ОСОБЕННОСТИ РАЗРАБОТКИ И ФОРМИРОВАНИЯ ЗАРУБЕЖНОГО ТУРА<br>В СОВРЕМЕННЫХ РЫНОЧНЫХ УСЛОВИЯХ .....                          | 239        |
| <b>Е.А. Козлова, И.М. Кучеренко.....</b>   | <b>239</b> |
| ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ КАК ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ВИД ТУРИЗМА В СОЧИНСКОМ<br>РАЙОНЕ .....   | 241        |
| <b>К.Д. Колесникова, М.В. Коренева .....</b>   | <b>241</b> |
| ОЦЕНКА КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ .....   | 242        |
| <b>А.И. Косик, М.В. Коренева.....</b>  | <b>242</b> |
| УЧИТЫВАНИЕ РЕЛИГИОЗНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРИ СОСТАВЛЕНИИ ГОСТИНИЧНОЙ<br>АНИМАЦИОННОЙ ПРОГРАММЫ .....                          | 243        |
| <b>А.С. Косорукова, А.А. Юрченко .....</b>   | <b>243</b> |
| СХОДСТВО СЕВЕРОАМЕРИКАНСКИХ ИНДЕЙЦЕВ С НАРОДАМИ ГОРНОГО АЛТАЯ КАК<br>ДОКАЗАТЕЛЬСТВО ЕДИНСТВА ПРОИСХОЖДЕНИЯ НАРОДОВ ..... | 244        |
| <b>А.С. Косорукова, Л.И. Демидова .....</b>  | <b>244</b> |
| ФОРМИРОВАНИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПОРТИВНЫХ<br>НАПРАВЛЕНИЙ ПОДГОТОВКИ .....                              | 244        |
| <b>Н.В. Костюкова, Н.В. Жигунова, Е.А. Еремина.....</b>  | <b>244</b> |
| МАРКЕТИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПОВЕДЕНИЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ ТУРИСТСКИХ<br>УСЛУГ .....  | 247        |
| <b>Е.Р. Крупкина, О.В. Шпырня.....</b>   | <b>247</b> |
| К ВОПРОСУ НЕОБХОДИМОСТИ ОЦЕНКИ КОНКУРЕНТНОЙ СРЕДЫ ТУРИСТСКОГО<br>ПРЕДПРИЯТИЯ.....  | 249        |
| <b>Ю.М. Латынина, М.В. Коренева.....</b>   | <b>249</b> |
| РЕКЛАМА КАК СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ КОМПЛЕКСА МАРКЕТИНГОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ<br>ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ.....                         | 251        |
| <b>В.С. Лашин, О.В. Шпырня.....</b>  | <b>251</b> |
| ВЛИЯНИЕ НАЗВАНИЯ ТУРИСТСКОГО АГЕНТСТВА НА ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗИТИВНОГО<br>ИМИДЖА .....                                       | 253        |
| <b>К.В. Лебедева, Е.Л. Заднепровская.....</b>  | <b>253</b> |
| ИННОВАЦИИ В РАЗВИТИИ ТУРИЗМА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ .....  | 254        |
| <b>М.О. Леонова, В.Г. Минченко .....</b>   | <b>254</b> |
| ОЦЕНКА ТЕРРИТОРИИ АПШЕРОНСКОГО РАЙОНА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЭКСКУРСИЙ И<br>ПОХОДОВ ВЫХОДНОГО ДНЯ .....                          | 244        |
| <b>Ф.А. Литовченко, А.А. Кухаренко, Т.Н. Поддубная .....</b>   | <b>255</b> |
| ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИМИДЖА ТУРИСТСКОЙ КОМПАНИИ.....   | 256        |
| <b>В.В. Лысенко, М.В. Коренева .....</b>   | <b>256</b> |
| ОРГАНИЗАЦИЯ МАРКЕТИНГОВОЙ СЛУЖБЫ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ.....   | 257        |
| <b>Л.М. Маковецкая, О.В. Шпырня.....</b>   | <b>257</b> |
| ВОЛОНТЕРСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ИННОВАЦИОННЫЙ РЕСУРС ВОСПИТАНИЯ<br>МОЛОДЕЖИ.....   | 244        |
| <b>С.А. Микитась, Д.А. Кружков .....</b>   | <b>259</b> |



|  |            |
|--|------------|
| ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВОЛОНТЕРСКОГО ЦЕНТРА ФГБОУ ВО КГУФКСТ В СИСТЕМЕ<br>СОЦИАЛИЗАЦИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ.....    | 244        |
| <b>С. А. Микитась, Д. А. Кружков .....</b>   | <b>244</b> |
| РОЛЬ ИННОВАЦИЙ В ГОСТИНИЧНОМ СЕРВИСЕ .....   | 261        |
| <b>С.А. Микитась, В.Г. Минченко .....</b>  | <b>261</b> |
| УНИКАЛЬНАЯ КОНЦЕПЦИЯ ДИЗАЙНА ПРЕДПРИЯТИЯ РАЗМЕЩЕНИЯ КАК СРЕДСТВО<br>ПРИВЛЕЧЕНИЯ ТУРИСТОВ .....             | 262        |
| <b>С.А. Микитась, Е.В. Ползикова .....</b>   | <b>262</b> |
| РОЛЬ СОВРЕМЕННЫХ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОДВИЖЕНИИ ТУРПРОДУКТА НА<br>ВНУТРЕННЕМ РЫНКЕ.....                 | 263        |
| <b>Д.М. Михайличенко, Е.В. Ползикова .....</b>   | <b>263</b> |
| АНАЛИЗ ИСПОЛНЕНИЯ ПРИНЯТЫХ РЕШЕНИЙ В ТУРИСТИЧЕСКОМ АГЕНТСТВЕ ООО<br>«КЕНГУРУ» .....                        | 264        |
| <b>А.Д. Наумова, Т.Н. Поддубная .....</b>  | <b>264</b> |
| ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ АВИАКОМПАНИЙ НА РЫНКЕ ПАССАЖИРСКИХ ПЕРЕВОЗОК.....   | 265        |
| <b>И.С. Негруль, М.В. Коренева.....</b>  | <b>265</b> |
| ПРОБЛЕМЫ ДЕЛОВОГО ОБЩЕНИЯ И РЕЧЕВОГО ЭТИКЕТА В КОМПЛЕКСНОМ<br>ОБСЛУЖИВАНИИ В ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА..... | 266        |
| <b>Д.С. Орманджи, Е.В. Ползикова .....</b>   | <b>266</b> |
| ОРГАНИЗАЦИЯ МАРКЕТИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ<br>ТУРИНДУСТРИИ.....                                | 267        |
| <b>Л.М. Петрашкевич, В.Г. Минченко .....</b>   | <b>267</b> |
| ОСОБЕННОСТИ МАРКЕТИНГА НА ПРЕДПРИЯТИЯХ ТУРИНДУСТРИИ .....  | 268        |
| <b>Л.М. Петрашкевич, В.Г. Минченко .....</b>   | <b>268</b> |
| ПРИЧИНЫ ИММИГРАЦИИ В ЧИЛИ КАК РЕЗУЛЬТАТ ЭКОНОМИЧЕСКОГО КРИЗИСА В<br>СТРАНАХ ЛАТИНСКОЙ АМЕРИКИ .....        | 269        |
| <b>К.Т. Петросян, Л.И. Демидова.....</b>   | <b>269</b> |
| ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ОСВОЕНИЯ ТРУДНОДОСТУПНЫХ ТЕРРИТОРИЙ.....  | 270        |
| <b>А.С. Попова, Л.И. Демидова .....</b>  | <b>270</b> |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НАРОДНОГО ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОГО ИСКУССТВА В<br>АНИМАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....              | 271        |
| <b>А.С. Попова, А.А. Юрченко.....</b>  | <b>271</b> |
| МИФОДИЗАЙН В ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА .....  | 273        |
| <b>В.С. Путилина, М.В. Коренева .....</b>  | <b>273</b> |
| К ВОПРОСУ О СИСТЕМЕ БЫСТРОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ ПЕРСОНАЛА С ПОМОЩЬЮ<br>СИСТЕМ БРОНИРОВАНИЯ В ООО «ВИТА-ТУР»..... | 274        |
| <b>В.С. Путилина, Т.Н. Поддубная .....</b>   | <b>274</b> |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ «ВИРУСНОГО» МАРКЕТИНГА В ТУРИЗМЕ .....   | 275        |
| <b>А.Р. Рассоха, О.В. Шпырня.....</b>  | <b>275</b> |

|  |            |
|--|------------|
| КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ – СОВРЕМЕННЫЙ ФЛАГМАН В СФЕРЕ ТУРИЗМА<br>И ГОСТЕПРИИМСТВА НА ЮГЕ РОССИИ .....                 | 277        |
| <b>Д.С. Резникова, И.М. Кучеренко</b> .....  | <b>277</b> |
| АНАЛИЗ ТРУДОВОЙ ДИСЦИПЛИНЫ РАБОТНИКОВ ООО РТФ «ПОЗИТИВ» .....  | 279        |
| <b>Д.Ю. Резникова, Е.А. Еремина</b> .....  | <b>279</b> |
| МАРКЕТИНГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ<br>ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА.....                                       | 281        |
| <b>С.В. Саматова, О.В. Шпырня</b> .....  | <b>281</b> |
| МАРКЕТИНГ В СФЕРЕ НЕКОММЕРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ<br>ПРЕДПРИЯТИЙ ПИТАНИЯ .....                                       | 282        |
| <b>А.Д. Самородов, О.В. Шпырня</b> .....   | <b>282</b> |
| РАЗВИТИЕ ДЕЛОВОГО ТУРИЗМА НА ПРИМЕРЕ ГОРОДА НОВОРОССИЙСКА .....  | 283        |
| <b>А.В. Сарычева, Е.Л. Заднепровская</b> .....   | <b>283</b> |
| К ВОПРОСУ МОДЕРНИЗАЦИИ ПОДГОТОВКИ КАДРОВ С ВЫСШИМ ОБРАЗОВАНИЕМ В<br>ТУРИНДУСТРИИ.....                            | 285        |
| <b>А.С. Сорокина, Е.А. Еремина</b> .....   | <b>283</b> |
| СОВРЕМЕННАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРЕДПРИЯТИЙ<br>ГОСТЕПРИИМСТВА.....                         | 283        |
| <b>А.С. Сорокина, Е.А. Еремина</b> .....   | <b>283</b> |
| РОЛЬ КУЛЬТУРЫ ОБСЛУЖИВАНИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГОСТИНИЧНЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ  | 287        |
| <b>Н.О. Сутормин, И.В. Макрушина</b> .....   | <b>287</b> |
| К ВОПРОСУ О СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ МАРКЕТИНГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ<br>ТУРИСТСКОГО АГЕНТСТВА ООО «КЕНГУРУ» .....            | 288        |
| <b>А.А. Трапезняк, Е.В. Ползикова</b> .....  | <b>288</b> |
| СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ<br>КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ГОСТИНИЧНОГО КОМПЛЕКСА ..... | 289        |
| <b>А.А. Трефилова, Е.В. Василенко</b> .....  | <b>289</b> |
| МАРКЕТИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ТРАНСПОРТНЫХ<br>ПЕРЕВОЗОК .....                                       | 291        |
| <b>К.М. Фастовец, О.В. Шпырня</b> .....  | <b>291</b> |
| РОЛЬ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР И ОЛИМПИЙСКОГО НАСЛЕДИЯ<br>В РАЗВИТИИ РЕГИОНАЛЬНОГО ТУРИЗМА.....                            | 292        |
| <b>Р.С. Чекменев, М.В. Коренева</b> .....  | <b>292</b> |
| СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЭКСКУРСИОННОГО<br>ОБСЛУЖИВАНИЯ В РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ.....               | 292        |
| <b>А.И. Шевлюга, А.А. Юрченко</b> .....  | <b>293</b> |
| ВЛИЯНИЕ МАРКЕТИНГОВЫХ ПРОЦЕССОВ НА КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ<br>ТУРИСТСКОГО АГЕНТСТВА ООО «МАГИЯ ПУТЕШЕСТВИЙ».....   | 294        |
| <b>А.А. Шишлаков, Е.В. Ползикова</b> .....   | <b>294</b> |

|   |            |
|---|------------|
| <b>КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ.....</b>  | <b>295</b> |
| ТЕХНИЧЕСКАЯ И КООРДИНАЦИОННАЯ ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ В СПОРТИВНЫХ ВИДАХ ГИМНАСТИКИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРОВ.....                           | 295        |
| <b>А.В. Бондаренко, К.В. Андришин, С.В. Шукшов.....</b>   | <b>295</b> |
| ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ 3-4 ЛЕТ В СПОРТИВНЫХ ЦЕНТРАХ В ВИДАХ ГИМНАСТИКИ.....   | 296        |
| <b>Э.А. Варданян, С.Р. Махмудова, Г.М. Свистун .....</b>  | <b>296</b> |
| ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ КАК ОДНО ИЗ НАПРАВЛЕНИЙ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА .....  | 298        |
| <b>Е.С. Вакуленко, О.Ф. Барчо.....</b>  | <b>298</b> |
| МЕТОДЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КОНТРИПРИЕМОВ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ.....  | 299        |
| <b>Р.А. Власов, И.В. Тихонова .....</b>   | <b>299</b> |
| ПРИНЦИП ВЗАИМОСВЯЗИ СТОРОН СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ .....   | 300        |
| <b>Р.Д. Гакаме, И.В. Тихонова.....</b>  | <b>300</b> |
| РОЛЬ ЦИРКОВЫХ НАПРАВЛЕНИЙ В РАЗВИТИИ СПОРТИВНЫХ ВИДОВ ГИМНАСТИКИ..  | 301        |
| <b>М.В. Гребеник Л.В. Жигайлова .....</b>   | <b>301</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВКИ В ПАУЭРЛИФТИНГЕ.....   | 302        |
| <b>А.Т. Гуржибеков, И.В. Тихонова .....</b>   | <b>302</b> |
| ВЛИЯНИЕ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ХУДОЖЕСТВЕННЫХ ГИМНАСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ НА УСПЕШНОСТЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ..... | 303        |
| <b>С.М. Демковская, А.Н. Евсеенко, Н.В. Береславская.....</b>   | <b>303</b> |
| ВЛИЯНИЕ КОМПОНЕНТОВ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГИМНАСТОК НА ЕЕ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ (НА ПРИМЕРЕ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ) .....           | 304        |
| <b>А.Н. Евсеенко, С.М. Демковская, Н.В. Береславская.....</b>   | <b>304</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА В СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННЫХ ВИДАХ СПОРТА.....                             | 305        |
| <b>Ю.Р. Ефремова, Д.А. Иванов, Л.В. Жигайлова .....</b>   | <b>305</b> |
| ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ РАЗМИНКА В СПОРТИВНЫХ ВИДАХ ГИМНАСТИКИ .....   | 306        |
| <b>Н.А. Жолина, Л.В. Жигайлова .....</b>  | <b>306</b> |
| ЗНАЧЕНИЕ ХОРЕОГРАФИИ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.....   | 307        |
| <b>Н.А. Жолина, Л.В. Жигайлова .....</b>  | <b>307</b> |
| ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ АКРОБАТОК С СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ РЕЗУЛЬТАТОМ.....                                       | 308        |
| <b>К.В. Иванисько, И.И. Петлина, Н.В. Береславская .....</b>  | <b>308</b> |
| ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ КОМПОНЕНТОВ СУДЕЙСТВА МАСТЕРСТВА В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ.....   | 309        |
| <b>Д.А. Иванов, Л.В. Жигайлова.....</b>   | <b>309</b> |

|   |            |
|---|------------|
| ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ГИМНАСТОК<br>В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ .....                                    | 310        |
| <b>В.А. Корышева, Г.М. Свистун.....</b>   | <b>310</b> |
| ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ БРОСКОВ ИЗ ПАРТЕРА В СПОРТИВНОЙ<br>БОРЬБЕ .....                          | 311        |
| <b>Э.Э. Кочарян, С.М. Марянян, И.В. Тихонова .....</b>  | <b>311</b> |
| ИЗУЧЕНИЕ МНЕНИЯ ТРЕНЕРОВ ПО ВОПРОСУ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ПРЫЖКАХ<br>НА БАТУТЕ .....                     | 312        |
| <b>С.А. Кочесок, Я.В. Павлова, Н.В. Береславская .....</b>  | <b>312</b> |
| КОМПОНЕНТЫ ТРУДНОСТИ УПРАЖНЕНИЙ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ .....   | 313        |
| <b>В.Д. Кравцова, О.Ф. Барчо.....</b>   | <b>313</b> |
| СОВРЕМЕННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ СОСТАВЛЕНИЯ КОМПОЗИЦИЙ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ<br>ГИМНАСТИКЕ.....                           | 314        |
| <b>В.Д. Кравцова, И.В. Тихонова .....</b>   | <b>314</b> |
| СПОСОБНОСТЬ ЖЕНЩИН I ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА, ПОСЕЩАЮЩИХ ЗАНЯТИЯ ФИТНЕСОМ,<br>ВЫПОЛНИТЬ НОРМАТИВЫ ВФСК ГТО.....    | 315        |
| <b>В.Г. Леонтьева, М.Ю. Пушкарный .....</b>   | <b>315</b> |
| СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ АРТИСТИЗМА У ГИМНАСТОК 6-7 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ<br>ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ .....            | 317        |
| <b>Т.В. Лукашова, О.Ф. Барчо.....</b>   | <b>317</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ОТБОРА ДЕТЕЙ К ЗАНЯТИЯМ ГИМНАСТИКОЙ.....  | 318        |
| <b>Т.В. Лукашова, О.Ф. Барчо.....</b>   | <b>318</b> |
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ<br>НА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕВОЧЕК ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ..... | 319        |
| <b>Т.Ю. Мамонтова, О.Ф. Барчо.....</b>  | <b>319</b> |
| МОТИВАЦИЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ К ЗАНЯТИЯМ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ ..   | 320        |
| <b>Т.Ю. Мамонтова, О.Ф. Барчо.....</b>  | <b>320</b> |
| СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ РАЗМИНКА В УПРАЖНЕНИЯХ НА БРЕВНЕ ГИМНАСТОК<br>ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ .....                 | 321        |
| <b>С.Р. Махмудова, Э.А. Варданян, Г.М. Свистун .....</b>  | <b>321</b> |
| ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ КОМАНДЫ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ<br>ГИМНАСТИКЕ.....                                  | 322        |
| <b>А.А. Медведева, Н.Н. Пилюк.....</b>  | <b>322</b> |
| ХАРАКТЕРИСТИКА ВИДА СПОРТА «ЭСТЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА» .....  | 323        |
| <b>А.А. Медведева, Н.Н. Пилюк .....</b>   | <b>323</b> |
| ИНФОРМАТИВНОСТЬ КОМПОНЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПРЫГУНОВ НА<br>БАТУТЕ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ .....         | 324        |
| <b>Я.В. Павлова, С.А. Кочесок, Н.В. Береславская .....</b>  | <b>324</b> |
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ<br>СПОРТСМЕНА .....                          | 325        |
| <b>М.М. Пашенко, Л.В. Жигайлова.....</b>  | <b>325</b> |

|   |            |
|---|------------|
| СПЕЦИАЛЬНАЯ РАЗМИНКА, КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКОГО<br>МАСТЕРСТВА В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ .....                               | 326        |
| <b>А.С. Перехожева, Л.В. Жигайлова.....</b>   | <b>326</b> |
| ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ МЕЖДУ ТРЕНЕРОМ И ГИМНАСТКАМИ НА<br>ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА .....                  | 327        |
| <b>И.И. Петлина, К.В. Иванисько, Н.В. Береславская .....</b>  | <b>327</b> |
| УРОВЕНЬ ЗНАНИЙ ШКОЛЬНИКОВ ГОРОДА КРАСНОДАРА О КОМПОНЕНТАХ ЗДОРОВОГО<br>ОБРАЗА ЖИЗНИ ЗА 2017 ГОД .....                                 | 328        |
| <b>А.М. Севикян, Г.М. Саакян, М.Ю. Пушкарный .....</b>  | <b>328</b> |
| МОТИВАЦИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ<br>КВАЛИФИКАЦИИ В ПРЫЖКАХ НА ДВОЙНОМ МИНИТРАМПЕ .....                           | 329        |
| <b>П.С. Троянова, Л.В. Жигайлова .....</b>  | <b>329</b> |
| ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ<br>В СПОРТИВНЫХ ВИДАХ ГИМНАСТИКИ .....                                       | 330        |
| <b>А.А. Фисак, А.Н. Иванова, Н.В. Береславская.....</b>   | <b>330</b> |
| СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ<br>АКРОБАТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ СРЕДСТВАМИ ФИНЕСА – SKIP JUMPING.....     | 331        |
| <b>А.К. Черная, Л.В. Жигайлова.....</b>   | <b>331</b> |
| ОСОБЕННОСТИ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ<br>ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ.. | 332        |
| <b>Ю.А. Чечулина, Н.Н. Пилюк.....</b>   | <b>332</b> |
| ПРИЧИНЫ ПОЯВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БАРЬЕРА У АКРОБАТОВ ВЫСОКОЙ<br>КВАЛИФИКАЦИИ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ТЕМПОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ.....                | 334        |
| <b>А.В. Яценко, Л.В. Жигайлова.....</b>   | <b>334</b> |
| СРЕДСТВА ТРЕНИРОВКИ «СТОЙКИ НА РУКАХ» В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ .....   | 335        |
| <b>А.В. Яценко, Л.В. Жигайлова.....</b>   | <b>335</b> |

# КАФЕДРА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

УДК 615.825

## **АНАЛИЗ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ СВОЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО АДАПТИРОВАННЫМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ**

**А.В. Анищенко**

**Научный руководитель доцент Т.В. Пономарева**

**Аннотация.** Рассматриваются проблемы необходимости совершенствования коррекционно-развивающей среды в образовательных учреждениях в соответствии с новыми требованиями ФГОС НО, основанных на адаптированных программах.

**Ключевые слова:** коррекционно-развивающая среда, онтогенез, адаптивная физическая культура, образовательные учреждения, адаптированные программы.

Совершенствование коррекционно-развивающей среды в образовательных учреждениях, осуществляющих свою деятельность по адаптированным программам, является основой полноценного развития личности ребенка, требующего особого внимания всех участников образовательного процесса. Создание эффективной среды способствовало бы всестороннему развитию детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), а также приобщению их ко всем видам деятельности.

На сегодняшний день адаптированная образовательная программа для лиц с нарушениями речи носит комплексный характер, т.е. предусматривает следующие виды деятельности: образовательную, внеучебную, коррекционную. Однако необходимо отметить, что коррекционные воздействия при этом направлены только на логопедические нарушения.

У детей, имеющих нарушения речи, выявлена недостаточная сформированность моторных функций. На ранних этапах онтогенеза у детей с речевой патологией наблюдается задержка формирования манипулятивных действий с игрушками, трудности в овладении навыками самообслуживания и формировании мелкой моторики пальцев рук и т.д., позже проявляются трудности выполнения движений, особенно серии двигательных актов по словесной инструкции. Дети отстают от здоровых сверстников при выполнении заданий по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия. Таким образом, у детей с речевыми нарушениями несовершенство движений наблюдается во всех компонентах моторики: в общей (крупной), лицевой, артикуляционной, а также в тонких движениях кистей и пальцев рук, на разных уровнях организации двигательных актов, а также трудности в регуляции и контроле произвольных движений.

В связи с тесным взаимодействием моторных и речевых функций необходимо через адаптивную физическую культуру воздействовать на речевую деятельность. Для этого необходимо в образовательной организации вводить в режим дня обучающегося с речевыми нарушениями дополнительные коррекционные занятия адаптивной физической культурой (АФК), направленные на развитие мелкой моторики, координационных и пространственно-временных способностей.

Занятия АФК опосредованно будут способствовать успешности речевого развития и социализации личности ребенка с ОВЗ, при этом в связи с недоразвитием эмоционально-волевой сферы необходимо соблюдать принцип обеспечения индивидуальной комфортности и эмоционального благополучия воспитанников.

### **Литература:**

1. Лапп Е.А. Коррекционная педагогика. Проектирование и реализация педагогическо-педагогическое процесса [Текст]: учеб. пособие для СПО / Е.А. Лапп, Е.В. Шипилова; Волгоград. гос. ун-т. – М.: Юрайт, 2017. – 147 с.

**ОРГАНИЗАЦИЯ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В УСЛОВИЯХ  
ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ****М.М. Артеменко****Научный руководитель старший преподаватель Е.А. Иващенко**

**Аннотация.** В настоящей работе представлены основные положения по организации инклюзивного образования в условиях высшего учебного заведения. Представлены основные нормативно-правовые акты и рекомендации по работе с инвалидами и лицами с отклонениями в состоянии здоровья (ОВЗ).

**Ключевые слова:** инклюзивное образование, высшее учебное заведение, отклонения в состоянии здоровья.

Право людей с отклонениями в состоянии здоровья на образование задекларировано в следующих документах международного значения: Конвенция ООН по правам ребенка (1989), Мировая декларация всеобщего образования (1990), Стандартные правила по созданию равных возможностей для людей с особенностями (1993), Саламанкская декларация и «Рамки действий».

Высшее образование как ступень образовательного процесса также в полной мере должна быть доступна для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья [1]. С данной целью на территории Российской Федерации в ряд действующих законодательных и нормативно-правовых актов были внесены изменения, а также были разработаны и представлены соответствующие инструктивные и разъяснительные письма по организации образовательного процесса с данным контингентом.

При организации образовательной деятельности с лицами с ОВЗ в условиях высшего учебного заведения следует руководствоваться «Методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащенности образовательного процесса» (утв. Минобрнауки России 08.04.2014 № АК-44/05вн). В соответствии с п.8. ст.79 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» для организации профессионального образования обучающихся с ОВЗ должны применяться адаптированные образовательные программы высшего образования (АОПВО). Данные программы разрабатываются с учетом психофизического развития, индивидуальных возможностей каждого обучающегося. В случае если у абитуриента (студента) установлена инвалидность, его АОПВО в обязательном порядке должна учитывать его индивидуальную программу реабилитации или абилитации. Суть индивидуального подхода при разработке АОПВО позволяет варьировать основными компонентами нагрузки посредством изменения ряда параметров.

Вследствие применения данного подхода возможно продлевать срок обучения, персонализировано подходить к таким факторам, как состав и характер специальных условий обучения, в полной мере реализовывать специфику личностного развития обучающегося. Структура программы может включать в себя несколько адаптационных модулей. Раскрывая их содержание, в документе указывается степень применения дистанционных образовательных технологий (вспомогательные или основные) и объем коррекционной работы по устранению основного дефекта здоровья и психоэмоциональной сферы обучающегося (обеспечение образовательными ресурсами, выбор мест прохождения практики).

**Литература:**

1. Федеральный закон: «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ.

**ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ КОМПЛЕКСНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

**О.Е. Астафьева, В.Е. Мальцева**

**Научный руководитель доцент С.П. Лавриченко**

**Аннотация.** В данной работе приведены экспериментальные данные, позволяющие сделать заключение об эффективности предложенного метода физической реабилитации детей с патологией слуха.

**Ключевые слова:** подвижные игры, глухие и слабослышащие дети, упражнения на равновесие, физиотерапия, вестибулярный аппарат.

У детей стойкие нарушения слуха могут быть приобретенными и врожденными. Приобретенный характер нарушения слуха отмечается значительно чаще, чем врожденный. Причиной врожденного нарушения слуха часто бывают инфекционные заболевания у матери во время беременности, например корь, грипп.

При нарушении слуха происходит нарушение и других функций организма человека. У детей с патологией слуха наблюдается снижение двигательной активности, нарушается работа вестибулярного аппарата и снижение координационных способностей, отставание в общем и физическом развитии, снижение интеллектуальной деятельности.

Для того чтобы восстановить не только слух, но и другие системы, используются средства и методы физической реабилитации, включающие лечебную физкультуру, подвижные игры, массаж, физиотерапию. Комплексных программ, которые включают воздействие на несколько направлений, еще и доступными для образовательных учреждений методами, недостаточно.

Было проведено комплексное изучение динамики основных показателей развития физических качеств у глухих и слабослышащих в специализированном учебном учреждении.

Разработана комплексная программа физической реабилитации глухих и слабослышащих детей в условиях общеобразовательного учреждения, которая позволяет учитывать особенности физических упражнений, которые используются для улучшения физических качеств, работы вестибулярного аппарата глухих и слабослышащих детей.

Решена задача на выявление эффективности разработанной программы по физической реабилитации с применением определенных средств, приемов и способов организации занятий. С этой целью была рассчитана р-достоверность результатов экспериментальной и контрольной групп и рассчитана достоверность различий между полученными результатами экспериментальной и контрольной групп.

Анализ результатов нашего исследования позволил получить данные, свидетельствующие об эффективности предложенной программы физической реабилитации для глухих и слабослышащих школьников.

**Литература:**

1. Горская И.Ю. Освоение методики развития двигательной точности у школьников с нарушением слуха в вузовской подготовке специалистов по АФК: моногр. / И.Ю. Горская, Н.В. Губарева. – Омск: СибГАФК, 2015. – 440 с.
2. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учеб. / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 616 с.
3. Сапего А.В. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с.



## ПАУЭРЛИФТИНГ КАК СРЕДСТВО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ

И.А. Бабенко

Научный руководитель доцент Т.В. Пономарева

**Аннотация.** В настоящей работе рассматривается возможность включения средств пауэрлифтинга в процесс комплексной реабилитации инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата (ПОДА).

**Ключевые слова:** пауэрлифтинг, инвалиды, реабилитация.

Пауэрлифтинг для лиц с ПОДА – это вид спорта, входящий в программу паралимпийских игр. Основное физическое качество, которое демонстрирует атлет – сила. В связи с ограниченными возможностями здоровья спортсмены-тяжелоатлеты с ПОДА не могут выполнить традиционную программу силового троеборья, в которую входят жим лежа, становая тяга и присед. В программу для лиц с ПОДА включается только жим лежа. При этом техника выполнения этого упражнения несколько отличается от принятой в традиционном силовом троеборье. Основное заметное отличие – это положение тела тяжелоатлета-паралимпийца. Спортсмены с ПОДА выполняют жим штанги, лежа на специальной широкой скамье, при этом их голова, плечи, ягодицы и ноги должны соприкасаться с поверхностью скамьи [3].

Занятия пауэрлифтингом – отличное средство комплексной реабилитации инвалида. Помимо развития физических качеств (в данном случае – преимущественно, сила), такие занятия – один из способов психологической, социальной реабилитации. Важно, что участие в соревнованиях дает спортсмену-тяжелоатлету возможность приобщиться к международному паралимпийскому движению, поверить в собственные физические и психологические возможности. Кроме того, участвуя в соревнованиях или просто посещая спортивные залы для тренировок, спортсмен может расширить свой круг общения, познакомившись с другими спортсменами, как имеющими отклонения в состоянии, так и представителями классической тяжелой атлетики. Данный фактор благотворно влияет на социализацию инвалида [1, 2].

Вместе с тем количество спортсменов-тяжелоатлетов в нашей стране не так велико. К примеру, количество участников чемпионата России в 2019 году – всего 177 человек, что в масштабах целой страны довольно мало [2].

На основании всего вышеизложенного можно заключить, что одна из основных задач на сегодняшний день – популяризация данного вида спорта среди лиц с ПОДА. Это можно сделать за счет создания спортивных секций, подготовки тренерского состава, организации показательных выступлений спортсменов-тяжелоатлетов, организации и проведения соревнований разных уровней.

### Литература:

1. Александрова Е.В. Основные социализирующие функции адаптивной физической культуры и спорта для людей с нарушениями опорно-двигательной системы [Текст] / Александрова Е.В. // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2014. – №3. – С. 167-170.
2. Кадушина В.А. Социальное пространство реабилитации инвалидов: развитие и информационное освещение паралимпийского движения в России [Текст] / Кадушина В.А. // Вестник ПАГС. – 2009. – №2. – С. 165-170.
3. Правила по пауэрлифтингу МПК (с изменениями сентябрь 2018) 2018-2020 гг. <http://www.fpri.ru/ipc/pravila>.

## ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА, ИМЕЮЩИМИ РАЗЛИЧНЫЕ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

В.Е. Готовцев

Научный руководитель старший преподаватель Е.А. Ивашенко

**Аннотация.** В настоящей работе рассматриваются особенности организации занятий адаптивной физической культурой с людьми пожилого возраста, имеющими различные отклонения в состоянии здоровья. Рассматриваются подходы к работе с лицами с последствиями острого нарушения мозгового кровообращения, после эндопротезирования суставов.

**Ключевые слова:** оздоровительная физическая культура, отклонение в состоянии здоровья, пожилой возраст.

В гериатрии физические упражнения используются для лечения болезней, обусловленных, преимущественно, возрастными изменениями организма человека. Основной задачей физической культуры при этом является замедление процессов старения, продление активного долголетия, оздоровление организма. Известно, что занятия оздоровительной физкультурой с пожилыми людьми, имеющими ОВЗ должны проводиться в умеренной зоне мощности. Интенсивность нагрузки следует увеличивать постепенно в соответствии с функциональными возможностями занимающихся. Необходимо следить за тем, чтобы в нагрузку вовлекались все суставы и мышечные группы. Следует исключить упражнения, требующие быстрых движений, резких наклонов туловища и головы, быстрой перемены положения тела. Необходимо избегать также упражнений, сопровождающихся натуживанием и задержкой дыхания [2].

Однако несмотря на детально рассмотренные в литературе особенности проведения тренировочного процесса, вопрос допуска к занятиям пожилых людей с различными ОВЗ остается открытым. В настоящем исследовании занимающиеся пожилого возраста по нозологическому признаку были разделены на три группы – с общим заболеванием, после перенесенного инсульта, после эндопротезирования суставов. За основу процедуры допуска мы предлагаем взять комплекс обследований, разработанный для группы с общим заболеванием: анкета здоровья, соматоскопия, антропометрия, расчет весоростового индекса, индекса Пинье, проведение Гарвардского степ-теста или его аналога (подъем на 4 этаж); *пробы с задержкой дыхания, тестирование общей гибкости (традиционный тест в наклоне)*. Для второй группы занимающихся (инсультники) данный перечень был дополнен оценкой нарушения двигательных функций (объем движений, тонус и сила мышц) [1]. Пробы с нагрузкой в данной группе следует применять с осторожностью. В третьей группе (лица после эндопротезирования) целесообразно дополнить базовый комплекс исследований субъективной оценкой функционального состояния по параметрам болевых ощущений и общей характеристики качества жизни

### Литература:

1. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник / Г.А. Макарова. – М.: Советский спорт, 2002. – 480с.
2. Руководство по реабилитации больных с двигательными нарушениями. Том. II / Под ред. А.Н. Беловой. – М.: Антидор, 1999. – 648 с.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ В УСЛОВИЯХ КОРРЕКЦИИ МАССЫ ТЕЛА

Э.С. Григорян

Научный руководитель доцент С.П. Лавриченко

**Аннотация.** Борьба является видом спорта, вынуждающим спортсмена корректировать массу тела за счет компонентного его состава, что, в свою очередь, предъявляет требования к рациону питания и особенно его белковому компоненту.

**Ключевые слова:** борцы, компонентный состав тела, коррекция массы, белки, жиры, углеводы, спортивная работоспособность.

Основополагающими факторами в любом виде спорта являются вес спортсмена и компонентный состав тела. От этих данных зависит уровень развития физических качеств. Но в таком виде спорта, как борьба, прогноз спортивного результата невозможен на учете только этих двух показателей, поскольку спортсмены вынуждены корректировать массу тела за счет его компонентного состава.

Одним из способов изменить лабильные компоненты массы тела является повышение энергозатрат на фоне снижения калорийности рациона. Для высококвалифицированных спортсменов, когда нежелательно повышать мощность нагрузки, основным способом контроля за массой тела становится питание. При этом следствием низкокалорийной диеты будет значительное снижение уровня спортивной работоспособности борцов, поскольку происходит потеря гликогена, микро- и макроэлементов, дегидратация их организма.

Наиболее эффективным для коррекции массы тела считается рацион с сохранением белков, углеводов, минеральных веществ и витаминов при отсутствии в нем жиров. Употребление диуретических средств при этом нецелесообразно, поскольку организм лишается большого количества минеральных веществ, что снижает спортивную работоспособность и даже представляет угрозу для здоровья.

Подводя итог вышесказанному, можно заключить, что на фоне интенсивных физических нагрузок, характерных для борцов и направленных на развитие скоростно-силовой выносливости, коррекция массы тела у них должна происходить комплексно с постоянным мониторингом метаболизма. Оптимизация питания при этом должна быть направлена на белковый статус организма спортсменов.

### Литература:

1. Артемьева Н.К. Некоторые аспекты повышения энергетических потенциалов организма спортсменов // Теория и практика физ. культуры. – 2000. – № 3. – С. 21-25.
2. Панков В.А. Современные технологии комплексного применения восстановительных средств в подготовке борцов (юниоров) греко-римского стиля: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М.: РГАФК, 2000. – 24 с.

## ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ БОРЦОВ ПРИ РАЗВИТИИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ

Э.С. Григорян

Научный руководитель доцент С.П. Лавриченко

**Аннотация.** В работе рассмотрены вопросы, касающиеся построения базовых рационов питания спортсменов, специализирующихся в единоборствах. Приведены рекомендации по содержанию основных пищевых веществ, основанные на специфике вида спорта.

**Ключевые слова:** спортсмены, единоборства, основные пищевые вещества, базовые рационы питания.

Известно, что средства и способы восстановления физической работоспособности спортсменов должны вытекать из характера выполняемой работы [1]. В первую очередь расширить границы адаптации их организма к выполняемым нагрузкам способно адекватно организованное питание, поскольку при этом восполняются энергетические и психофизические затраты, повышается физическая работоспособность, неспецифическая резистентность организма.

Доказано, что одновременно с повышением интенсивности мышечной деятельности должна изменяться и калорийность суточного рациона спортсмена. Несоблюдение принципов сбалансированного питания при занятиях спортом приводит к нарушению метаболических процессов, потере веса, ухудшению спортивных результатов [2]. Поэтому вопросы организации питания должны основываться на специфике видов спорта. В настоящее время обращает на себя внимание значительная вариативность физиологических норм потребления энергии за счет белков, углеводов и жиров: на долю белков приходится от 10 до 22% общего количества потребляемых калорий, на долю углеводов – от 38 до 67%, жиров – от 20 до 42%. Рекомендуемые соотношения основных пищевых веществ в группах видов спорта позволяют дифференцированно формировать рационы питания спортсменов на различных этапах подготовки. При этом в базовом питании спортсменов, специализирующихся в единоборствах, основной акцент должен делаться на повышенном потреблении продуктов белковой направленности, содержащих достаточное количество незаменимых аминокислот. Кроме того, тренировочные нагрузки, характерные для борцов, требуют восполнение их энергетических затрат за счет углеводного компонента питания, поскольку данные калоригены служат для обеспечения глюкозой скелетных мышц, использующейся для синтеза гликогена. Также спортсменам, занимающимся единоборствами, не рекомендуется снижение потребления жиров, что, прежде всего, обусловлено тем, что их дефицит способен вызвать снижение уровня развития физических качеств. Скорость метаболических процессов, возрастающая при физических нагрузках, влечет повышенную потребность в витаминах и микроэлементах в рационах питания спортсменов.

Таким образом, все метаболические изменения, происходящие в организме спортсменов, находятся в прямой зависимости от их правильно организованного базового питания, учитывающего энергетическую направленность тренировочных нагрузок и индивидуальные особенности.

### Литература:

1. Арансон М.В. Тенденции научных исследований в видах единоборств / М.В. Арансон, Э.С. Озолин // Вестник спортивной науки. – 2015. – №3. – С. 3-7.
2. Волков Н.И. Проблемы эргогенных средств и методов тренировки в теории и практике спорта высших достижений / Н.И. Волков, Ю.А. Войтенко, Р.В. Тамбовцева // Теория и практика физической культуры. – 2013. – №8. – С. 68-72.

## ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ У ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

К.С. Зубакина

Научный руководитель преподаватель О.С. Попова

**Аннотация.** В работе представлены особенности психического и социального развития детей с расстройствами аутистического спектра, особенности эмоциональной регуляции данной группы лиц.

**Ключевые слова:** эмоциональная регуляция, расстройства аутистического спектра, эмоции, дети, аутизм.

Эмоциональная регуляция является процессом, благодаря которому человек определяет, какую эмоцию он испытывает когда, как он ее испытывает, и каким образом он ее выражает. Данный процесс может являться как сознательным, так и бессознательным, автоматическим либо контролируемым. С помощью эмоциональной регуляции меняются эмоции и поведение человека [1].

Аутизм является нарушением в развитии, зачастую связанным с повторяющимся поведением, задержкой речевого развития и навязчивыми интересами. Но большое количество экспертов считают главной проблемой при этом расстройстве неспособность вступать в обычные социальные контакты. Детям с аутистическими расстройствами сложно понять, что чувствуют, думают окружающие, трудно интерпретировать выражения лиц.

Аутизм влияет на способность человека воспринимать социальную информацию, которая включает понимание намерений других, знание о том, как вести себя в какой-либо ситуации, как наладить общение, если в нем возникли проблемы [2].

За последнее десятилетие частота расстройств аутистического спектра среди детской популяции значительно увеличилась. Число детей с данным расстройством составляет более 58 на 12,5 тысячи детей. Дети с аутистическими расстройствами нуждаются в высококвалифицированной коррекционной помощи специалистов с начала постановки диагноза, обучаться могут только в специально созданных условиях. В силу своего заболевания эти дети остаются изолированными от социума, что в свою очередь может вызывать вторичную аутизацию личности.

Развитие эмоциональной регуляции детей с расстройствами аутистического спектра заключается в организации «Я», дисгармоничном развитии составляющих «Фальшивой Я» и «Истинной Я». Показатели когнитивных функций и речи не являются основными составляющими для определения прогноза социальной адаптации, а зачастую чем менее социально адаптирован ребенок, тем выше показатели развития интеллекта [1].

Эмоционально-личностное развитие детей, имеющих нарушения аутистического спектра, представляет большой интерес для научного сообщества, медицинских работников и педагогов.

### Литература:

1. Башина В.М. Детский аутизм, лечение и реабилитация / В.М. Башина, Н.В. Симашкова // Материалы ГУ Всероссийского национального конгресса: Человек и лекарство. – М., 1995. – 15 с.
2. Башина В.М. Аутизм в детстве / В.М. Башина. – М.: Медицина, 1999. – 236 с.

## **ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ НАРУШЕНИЙ СВОДОВ СТОПЫ У ВОЛЕЙБОЛИСТОВ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПЕРИОДЕ**

**В.А. Калашян**

**Научный руководитель преподаватель О.С. Попова**

**Аннотация.** В работе раскрываются основные аспекты физической реабилитации волейболистов, имеющих различные нарушения свода стопы.

**Ключевые слова:** свод стопы, плоскостопие, волейболисты.

Волейбол – это сложнокоординационный вид спорта, требующий от организма спортсмена высокой концентрации внимания, способности переносить большие нагрузки и напряжения. Также в процессе подготовки волейболистов необходим контроль стабильности и подвижности суставов и силы мышц при выполнении тех или иных игровых приемов и действий. Волейболисты, у которых диагностировано плоскостопие, не могут в полном объеме и на высоком уровне принимать участие в соревновательной деятельности, а также длительное время выполнять физические упражнения с нагрузкой, которая соответствует уровню их подготовки [2].

У спортсменов частота встречаемости травм опорно-двигательного аппарата достаточно велика. Находясь под систематическим влиянием физических нагрузок в ходе тренировочного процесса, организм спортсмена претерпевает некоторые важные изменения. Эти изменения могут быть положительными и отрицательными, они являются анатомо-физиологическим следствием тренировочной и соревновательной деятельности спортсмена. Данные процессы лежат в основе повышения адаптационных свойств организма и его эффективности, но также эти изменения могут стать основной причиной развития травматизма у спортсменов при неадекватном дозировании нагрузок.

Основой реабилитационных мероприятий является патогенетический принцип – воздействие не только на следствие болезни, но и на ее причину. Комплекс мероприятий для профилактики и лечения плоскостопия должен быть направлен на улучшение кровообращения и трофики всех тканей стопы и, в первую очередь, мышц и сухожильно-связочного аппарата [1].

Основными и наиболее эффективными средствами для профилактики и коррекции плоскостопия являются: лечебная гимнастика, массаж, водные процедуры, кинезиотейпирование.

Под воздействием перечисленных средств улучшается циркуляция крови в стопах, повышается отток лимфы в пораженном сегменте, укрепляются мышцы, удерживающие свод стопы.

### **Литература:**

1. Гребова Л.П. Лечебная физическая культура при нарушении опорно-двигательного аппарата: учебное пособие / Л.П. Гребова. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 176 с.

2. Гуров А.В. Комплексная профилактика продольного, поперечного и комбинированного плоскостопия у спортсменов и лиц, не занимающихся спортом / А.В. Гуров // Теория и практика физической культуры. – 2008. - №1. – С. 15-18.

**СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ В ДИАГНОСТИКЕ ПОЗНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ****С.В. Климченко****Научный руководитель старший преподаватель Е.А. Иващенко**

**Аннотация.** В настоящей работе рассматривается проблема диагностики позной устойчивости у человека. Описан метод стабиллографии и его основные параметры, подходящие для комплексной диагностики нарушений равновесия у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОВЗ).

**Ключевые слова:** стабиллография, физическая реабилитация, диагностика, отклонения в состоянии здоровья.

Одной из важнейших проблем в физической реабилитации является диагностика функционального состояния опорно-двигательного аппарата, которая базируется на изменении балансирующих реакций тела пациента в положении стоя, сидя или при выполнении простейших локомоций (например, ходьбы). У лиц с ОВЗ нарушение позной устойчивости встречается весьма часто. Так, при нарушениях слуха нарушение равновесия является вторичным дефектом, обусловленным поражением среднего уха. При нарушениях осанки и некоторых других ортопедических заболеваниях позная устойчивость нарушается вследствие функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата. Вследствие выключения зрительного канала восприятия из процесса оценки окружающей среды закономерно нарушается функция равновесия [1]. Из данных фактов можно заключить, что проблема диагностики и коррекции позной устойчивости является актуальной научной проблемой. К настоящему моменту в практике оценки координационных способностей человека широкое распространение получил метод стабиллографии. В отличие от множества методов, использующих оценку внешних параметров движения, стабиллография оценивает внутреннюю структуру двигательного навыка, позволяющего человеку сохранять равновесие. В ходе стабиллографических исследований позной устойчивости оцениваются небольшие колебания тела в сагиттальной, фронтальной и горизонтальной плоскостях [2]. На примере программно-аппаратного комплекса «Стабилан-01-2» (Стабилизатор компьютерный с биологической обратной связью ЗАО «ОКБ «РИТМ» г. Таганрог). На основе анализа стабиллограммы можно не только оценить уровень развития позной устойчивости у пациента, но и также включить в процесс реабилитации методики биологической обратной связи. Также важно, что клиническая картина многих заболеваний, сопровождающихся нарушением позной устойчивости, зачастую показывает наличие патологических изменений уже на поздних стадиях. Стабиллографические методы диагностики позволяют обнаруживать такие изменения гораздо раньше. На основе практических исследований, проведенных с участием студентов Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, было установлено, что наиболее информативными параметрами позной устойчивости в оценке статокинезиограммы являются ее частотные и амплитудные характеристики. Определение данных показателей статокинезиограммы может служить основой разработки методик биологической обратной связи для коррекции нарушений двигательной сферы у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

**Литература:**

1. Сапего А.В. Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников. – Кемерово, 2014. – С. 30-69.
2. Мусенко П.Е. Спинально-стволовые механизмы интегративного контроля позы и локомоции: дис. ... д-ра мед. наук / П.Е. Мусиенко. – СПб., 2014. – 340 с.

**ДИАГНОСТИКА НАРУШЕНИЙ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ С ПАТОЛОГИЕЙ РЕЧИ****И.П. Курисова****Научный руководитель ст. преподаватель Е.А. Иващенко**

**Аннотация.** В настоящей работе рассматриваются возможности коррекции нарушений внимания у детей с патологией речи посредством компьютерной программы Psytask (тест Т.О.У.А), разработанной ООО «Мицар» (Санкт-Петербург). Предложен новый подход в организации тестирования при работе с детьми младшего школьного возраста, имеющими нарушения речи.

**Ключевые слова:** расстройства речи, нарушения внимания, методы диагностики внимания, Test of Variables off Attention (Т.О.У.А).

Нарушения речи у детей являются распространенными патологиями, которые в значительной степени влияют на его психическое развитие, социальные навыки (особенно коммуникативные), что зачастую препятствует нормальной игровой, учебной и трудовой деятельности ребенка. С позиций учебной деятельности в целом и успеваемости в частности чрезвычайно важным периодом развития ребенка является младший школьный возраст. В данный временной промежуток ребенок должен не только обучиться базовым знаниям, умениям и навыкам для дальнейшей учебы, но и овладеть собственно навыком учебы, который предполагает самоорганизацию, умение анализировать полученную информацию и на ее основе синтезировать собственные заключения по рассматриваемому вопросу [1]. В этой связи важным психическим компонентом является внимание, особенно способность к концентрации на условной цели и своевременная и соответствующая задаче ответная реакция (либо ее отсутствие) на предъявляемый внешний стимул. У детей с патологией речи дефицит внимания характеризуется следующими критериями: неустойчивостью, снижением уровня произвольного внимания, сложностями в планировании своих действий [2]. К настоящему моменту нарушение внимания у детей с логопатией определяется посредством ряда методик: Тест Бурдона (позволяет выявить уровень концентрации, точности и продуктивности внимания), методика «Исправь ошибки» (помогает определить уровень устойчивости внимания детей при проверке письменных заданий), «Корректирующая проба» (для оценки объема внимания – по количеству просмотренных букв или рисунков и его концентрации – по количеству сделанных ошибок). В направлении компьютерной диагностики высокую валидность показал тест Т.О.У.А. Однако его применение в процессе работы с младшими школьниками, имеющими нарушения речи, в литературе освещено недостаточно широко [3]. Во многом это связано с тем, что длительность теста составляет 22 минуты непрерывной монотонной работы, что для данного контингента исследуемых представляется очень трудной задачей. Поскольку данный тест преследует цель определить два основных параметра – степень невнимательности (ошибки пропуска значимых стимулов) и импульсивность (количество ложных тревог), мы полагаем, что его можно разделить на две равные части. В первой части значимый стимул предъявляется в 22,5% случаев (выявление невнимательности), во второй – значимый стимул составляет 77,5% (выявление импульсивности). Таким образом, прохождение теста для детей будет более легким, но позволит получить точные результаты.

**Литература:**

1. Немов Р.С. Общая психология: книга / Р.С. Немов. – М.: Владос, 2008. – 400 с.
2. Балин В.Д. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / В.Д. Балин, В.К. Гайда, В.К. Гербачевский и др. под общей ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – 2-е изд., доп. и перераб. – СПб.: Питер, 2006. – 560 с.
3. Беляев М.А. Физиологические особенности детей 7-10 лет с синдромом дефицита внимания и гиперактивности: дис. ... канд. биол. наук / М.А. Беляев. – Краснодар, 2003. – 137 с.



**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ  
ПРИ ПЛОСКО-ВАЛЬГУСНОЙ ДЕФОРМАЦИИ СТОП  
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**М.В. Лаптева**

**Научный руководитель профессор А.Б. Трембач**

**Аннотация.** Плоско-вальгусная установка стоп – одно из распространенных заболеваний школьного и дошкольного возраста. Новшество программы реабилитации заключается в сочетании занятий ЛФК, специальных упражнений, введенных в режим дня, с занятиями хатха-йогой. С помощью достоверных измерений показатели изменились в положительную сторону, уменьшилась гиподинамия, улучшилось статическое положение.

**Ключевые слова:** дети, стопа, реабилитация, плоско-вальгусная.

В методике К. Велитченко (2000) большое внимание уделяется упражнениям для большеберцовых мышц и сгибателей пальцев с постепенно увеличивающейся нагрузкой, а так же выполнение упражнений с внешним сопротивлением. Е. Ушакова (2009) основой своей методики сделала в упражнения, укрепляющие мышцы стоп и голеней, что является профилактикой плоской стопы. Также большинство авторов советуют использовать хватательные движения пальцами, которые укрепляют связочный аппарат, свод и мышцы стопы. Упражнения выполняются в разных положениях (сидя, лежа, стоя, в ходьбе) с разными предметами (гимнастической палкой, мячами и т.д.). Большинство корригирующих упражнений имеют динамическую направленность и в меньшей степени статическую, так же мало уделяется внимания правильному дыханию. Это наиболее отражено в восточных методиках, с помощью которых происходит активация специальных точек и областей тела.

В исследовании участвовали 32 ребенка дошкольного возраста. Дети были разделены на экспериментальную и контрольную группы. Цель исследования – разработка комплексной программы, включающей динамические и статические упражнения с элементами хатха-йоги. Были проведены исследования основных физических качеств, плантографии, измерения силы мышц стоп. Измеряемые показатели изменились в положительную сторону, уменьшилась гиподинамия, улучшилось статическое положение. Это показывает, что предложенная комплексная методика эффективна.

**Литература:**

1. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей [Текст]: методическое пособие. М.: Терра-спорт, 2000. – 168 с.
2. Ушакова Е. Чтобы не было плоскостопия [Текст] / Е. Ушакова, М. Ушакова // Здоровье детей. – 2009. – № 9 (май). – С. 12-15.

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БИОАКУСТИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ В КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ**

**В.Е. Мальцева, О.Е. Астафьева**

**Научный руководитель доцент С.П. Лавриченко**

**Аннотация.** В данной работе рассматриваются вопросы, касающиеся использования биоакустической коррекции в комплексной программе физической реабилитации детей с задержкой речевого развития. Рассмотрены механизмы и эффекты воздействия музыки при ее прослушивании и обработке, основанные на преобразовании биоэлектрических потенциалов мозга.

**Ключевые слова:** биоакустическая коррекция (БАК), музыкальная терапия, физическая реабилитация, электроэнцефалограмма (ЭЭГ), дети с задержкой речевого развития.

Биоакустическая коррекция – это аппаратный метод музыкально-акустических воздействий на моторную и слуховые зоны коры головного мозга, позволяющий существенно улучшить психоэмоциональное состояние пациента. Данный метод широко распространен благодаря простоте использования, доступности и эффективности. Область применения БАК довольно широка и используется как для нормализации частоты сердечных сокращений и артериального давления, так и для регуляции функций внутренних органов и систем [1].

Основой метода биоакустической коррекции является концепция непроизвольной саморегуляции. Содержание методик в БАК – в активации естественных процессов саморегулирования, нарушенных в результате стечения неблагоприятных факторов внешней среды, врожденной патологии или индивидуальных особенностей организма. Активирование процессов производится за счет акустической стимуляции, согласованной с текущей биоэлектрической активностью мозга. Уникальные условия для адаптивной стимуляции проводятся с помощью специального оборудования Синхро-С (по точкам Fp1, Fp2, O1, O2) и воспроизведения мелодичных звуков, подаваемых через наушники, регистрируемых ЭЭГ. Параметры подаваемых звуков согласованы с показателями ритмической структуры ЭЭГ и синхронны с изменениями биоэлектрической активности мозга. Биоакустическая стимуляция совмещает в себе элементы рефлекторного, аудиовизуального воздействия и музыкотерапии, которые, в свою очередь, активируют естественные процессы восстановления функционального состояния ЦНС, что особенно важно для детей с задержкой речевого развития.

Из вышесказанного можно сделать следующий вывод: использование метода биоакустической коррекции эффективно улучшает эмоционально-волевую сферу ребенка, а вовлечение рефлекторных процессов, памяти, внимания, восприятия и активации эмоциональной сферы положительно влияет на развитие когнитивных способностей и функциональное состояние организма в целом. Таким образом, БАК нормализует показатели здоровья и качество жизни ребенка, имеющего задержку речевого развития.

### **Литература:**

1. Федотчев А.И. Музыкальная терапия и «музыка мозга»: состояние, проблемы и перспективы исследования / А.И. Федотчев, Г.С. Радченко // Music therapy and "brain music": state of the art, problems and perspectives. – 2013. – С. 34-43.

## АДАПТИВНОЕ СКАЛОЛАЗАНИЕ В ПРАКТИКЕ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Д.О. Миргородская, А.Е. Плуталова

Научный руководитель старший преподаватель Е.А. Иващенко

**Аннотация.** Целью данной работы являлось осветить результаты сотрудничества АНО «Край милосердия» и студентов-волонтеров ФГБОУ КГУФКСТ при реализации проекта «Адаптивное скалолазание для детей с особенностями развития «Путь к вершине». Описано положительное влияние адаптивного скалолазания на развитие детей с расстройством аутистического спектра (РАС).

**Ключевые слова:** дети, аутизм, коррекция, адаптивное скалолазание.

На сегодняшний день дети с ментальными нарушениями испытывают затруднения с полноценной интеграцией в общество. Это обусловлено особенностями их эмоционально-психической сферы, сложностями в поведении недостаточным коммуникативным опытом по сравнению со здоровыми сверстниками [2]. Поиск средств и методов расширения диапазона доступных видов двигательной активности для детей с РАС в значительной степени ограничен их недостаточной коммуникативной активностью. Также ввиду не систематично развиваемых двигательных качеств и навыков, которые традиционно относятся к базовым видам двигательной активности, многие виды спорта и активного отдыха являются для таких детей занятиями с повышенным риском травматизма. Одним из оптимальных средств повышения двигательной активности у детей-аутистов является адаптивное скалолазание. В современной научно-методической литературе возможности применения адаптивного скалолазания как средства реабилитации детей с РАС описаны весьма скудно. Необходимо дальнейшее исследование этой научной проблемы и активная популяризация адаптивного скалолазания как средства работы с детьми, имеющими РАС [2]. Совместная научно-исследовательская работа волонтеров КГУФКСТ и сотрудников АНО «Край милосердия» (г. Краснодар) показала, что при систематических занятиях адаптивным скалолазанием у детей с РАС наблюдается положительная динамика двигательных умений и навыков самообслуживания, активизируется двигательное, интеллектуальное и речевое развитие, имеет место коррекция социального отчуждения, повышение уровня взаимодействия их людьми. Был сформулирован ряд рекомендаций по организации данной методики реабилитации.

Лазание на стенде необходимо начинать с тщательной разминки, задействовав все группы мышц в сочетании с упражнениями на гибкость: растяжка шеи, пальцев, предплечий, плеч, спины, мышц бедра и квадрицепсов, икроножных мышц, подколенных сухожилий, растяжка «лягушкой». Необходимо четкое планирование и постепенное формирование стереотипа занятия. Ребенок должен усвоить последовательность совершаемых двигательных действий, зная при этом время или количество упражнений каждого вида. Каждое упражнение следует по возможности обыгрывать и привязывать, к интересам и пристрастиям ребенка. Рекомендуется использовать положительное подкрепление.

### Литература:

1. Занятия по скалолазанию для детей с расстройством аутистического спектра: методическое пособие / под ред. Н.М. Поповой – Краснодар: АНО «Центр развития благотворительных программ «Край милосердия». – Краснодар, 2018. – 38 с.
2. Никольская О.С. Аутичный ребенок. Пути помощи / О.С. Никольская, Е.Р. Баенская. – М.: Теревинф, 2000. – 336 с.

**РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ПЛАВАНИЮ У ДЕТЕЙ  
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА**

**Э.Э. Мустафаев**

**Научный руководитель старший преподаватель Е.А. Иващенко**

**Аннотация.** В данной работе рассмотрены особенности развития физических качеств посредством плавания. Анализируются возможности применения плавания в оздоровительных и развивающих целях при работе с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими нарушение слуха.

**Ключевые слова:** плавание, оздоровление, дети, дошкольный возраст, нарушение слуха.

Не вызывает сомнений необходимость развития физических качеств дошкольника, поскольку в этом заключается одна из важнейших сторон физического воспитания. Известно, что рост и развитие детей дошкольного возраста находятся в тесной взаимосвязи с воздействием окружающей внешней среды. На фоне онтогенетических особенностей ребенка 5–7 лет чрезвычайно важно правильно подбирать средства профилактики и коррекции основных факторов риска данного контингента. К ним следует отнести высокую вероятность формирования нарушений осанки вследствие повышенной чувствительности позвоночного столба к деформирующим воздействиям; слабость скелетной мускулатуры; незавершенность строения стопы [1].

У детей с патологией слуха дополнительно отмечается соматическая ослабленность, недостаточная подвижность, отставание в физическом и моторном развитии. Внешне это проявляется в виде резкого ограничения двигательной активности таких детей, в постоянном самоконтроле над каждым своим движением [2].

Анализ научно-методической литературы показал, что оптимальным средством развития двигательных способностей у детей старшего дошкольного возраста являются занятия плаванием. Они позволяют успешно применять условнорефлекторный механизм параллельного развития двигательных навыков и физических качеств. Раскрыть своеобразие ребенка и создать для него индивидуальную коррекционно-развивающую программу. Тем не менее специалисты сходятся во мнении, что процесс начального обучения плаванию глухих детей 6–7 лет требует разработки комплексного подхода на основе специальных методов обучения и контроля, с учетом особенностей физического, функционального, и психического развития дошкольников с депривацией слуха. В частности, при работе над повышением физической подготовленности таких занимающихся посредством плавания необходимо использовать русский жестовый язык и дактильную азбуку; проявлять толерантность, подбирать адекватные формы организации занятий; прицельно модифицировать организационно-методические особенности начального обучения плаванию с учетом нозологических особенностей глухих, слабослышащих, рано- и позднооглохших детей 6–7 лет; учитывать гендерные и индивидуальные особенности занимающихся.

**Литература:**

1. Васильченко М.А. Развитие психомоторики детей на занятиях по плаванию // Тезисы XXIV научной конференции студентов и молодых ученых ВУЗов Юга России (14-16 апреля). – Краснодар, 1997. – С. 56-57.
2. Королев С.А. Методика воспитания двигательных-координационных способностей глухих и слабослышащих детей 4-7 лет в специальных дошкольных учреждениях: автореф. ... дис. канд. пед. наук / С.А. Королев. – Москва, 2004. – 21 с.

## **ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ**

**Н.О. Савоцкая**

**Научный руководитель старший преподаватель Е.А. Иващенко**

**Аннотация.** Настоящая работа нацелена на анализ структурных компонентов организации соревнований для детей с отклонениями в состоянии здоровья (ОВЗ). Приведены сходства и различия при организации соревнований у здоровых детей и детей с ОВЗ.

**Ключевые слова:** соревнования, дети с отклонениями в состоянии здоровья.

Различного рода соревнования проводятся для детей с ОВЗ как на уровне школ и дошкольных учреждений, так и на уровне города, края и России. Официальными соревнованиями являются те, что внесены в Единый календарный план спортивных и физкультурных мероприятий какого-либо муниципального образования, субъекта РФ или Всероссийский календарь соревнований [1]. Для проведения соревнований необходимо составить и своевременно предоставить участникам Положение о проводимых соревнованиях. В данном документе должна быть отражена информация о целях и задачах мероприятия, сроках и месте проведения, участниках и условиях допуска к соревнованиям, проводящей организации, порядке и сроке подачи заявок, программе соревнований, порядке определения победителей.

Основными задачами при проведении соревнований для детей с ОВЗ являются коррекция и развитие физической подготовленности, профилактика и коррекция соматических нарушений и сенсорных систем [2], реабилитация и социальная адаптация детей с ОВЗ. Следует учитывать, дети какой нозологической группы будут принимать участие в данном мероприятии, и, исходя из этого, подбирать программу соревнований. Если участвуют слепые и слабовидящие дети, то соревновательный инвентарь должен иметь яркую атрибутику и быть озвученным (свистки, колокольчики, погремушки и т.д.). Помимо этого, организатор должен выбрать безопасное место проведения. Для детей с нарушениями речи, глухих и слабослышащих педагог должен четко показывать и проговаривать задания, чтобы ребенок смог точно видеть движения губ, мимику и жесты объясняющего и смог повторить за педагогом. Детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата перед началом соревнований необходимо разделить на группы: передвигающиеся без технических средств и передвигающиеся с помощью технических средств (кресел-колясок, ходунков и т.д.). Для этой категории детей самое важное – спортивный зал, который оборудован всеми необходимыми средствами (пандусы, поручни и т.д.). Для детей с ОВЗ соревновательная деятельность необходима не только для достижения наивысших наград, но и для удовлетворения важнейших потребностей – в самоактуализации, социализации и интеграции в социум.

В заключение можно сказать, что структура организации соревнований для детей с ОВЗ и для здоровых не отличается, но содержание соревновательной программы имеет значительные отличия, которые обусловлены нозологическими и индивидуальными особенностями детей с ОВЗ.

### **Литература:**

1. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 27.12.2018) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [Электронный источник] [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_73038/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/)
2. Минникаева Н.В. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.В. Минникаева. – М.: Кемерово, 2014. – 142 с.

## ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРЕССОРНОЙ РЕАКЦИИ ПОСЛЕ АМПУТАЦИИ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

А.А. Сафарян

Научный руководитель доцент С.П. Лавриченко

**Аннотация.** В представленном материале описаны психофизиологические проблемы, возникающие после ампутации нижних конечностей, и методы их коррекции.

**Ключевые слова:** ампутация нижних конечностей, физическая реабилитация, хронический стресс, физиология стресса.

Доказано, что ампутация конечностей расценивается человеком как несчастье, становится критическим происшествием в его судьбе и воспринимается как стрессовое обстоятельство и психологическое расстройство личности. Факт физического недостатка представляет собой весомый психотравмирующий аспект, изменяющий жизненные привычки, нервно-психологический статус, и в общем может стать причиной расстройства адаптации личности.

Потеря конечностей, особенно в юношеском и зрелом возрасте, служит основанием формирования, выраженного эмоционального и физического стресса, при этом показатели стрессорной реакции не проходят весьма продолжительное время [1]. Таким образом, постоянный стресс привлекает в реакцию множество функциональных структур, обеспечивающих протекание адаптационно-компенсаторных реакций организма. К тому же, долговременная интенсивная работа механизмов адаптации приводит к расстройству саморегуляции главных физиологических систем организма и, возможно, окажется фактором формирования разного рода патологий соматического, психонейрогенного типа.

Также важно иметь в виду, что хронический стресс после перенесенной операции по ампутации нижних конечностей дополняется рядом морфофункциональных перестроек организма, высокой физической нагрузкой, напряжением механизмов адаптации и другими изменениями, увеличивающими его отрицательное воздействие [3]. Целенаправленные, научно обоснованные, лечебно-профилактические, психологические, реабилитационные процедуры должны быть направлены на исправление психофизиологических особенностей проявления стрессорной реакции после ампутации нижних конечностей. Отсутствие же реабилитационных мероприятий приведет к ослаблению нейроэндокринных механизмов регуляции, к стойким функциональным и психологическим расстройствам, снижению иммунологической резистентности организма [2].

Вышеперечисленное подтверждает необходимость проведения физической реабилитации с лицами после ампутации нижних конечностей, которая будет включать в себя коррекцию как их психоэмоционального, так и физического состояния.

### Литература:

1. Маришук В.Л. Поведение и саморегуляции человека в условиях стресса / В.Л. Маришук, В.И. Евдокимов. – СПб.: Издательский дом «Сентябрь», 2001. – 260 с.
2. Солодков А.С. Физиологические основы адаптации к физическим нагрузкам: Лекция / ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 2003. – 38 с.
3. Тигранян Р.А. Стресс и его значение для организма. – М.: Наука, 2002. – 172 с.

## СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ БОКСЕРОВ И КИКБОКСЕРОВ

А.И. Стародубец

Научный руководитель доцент С.П. Лавриченко

**Аннотация.** В работе ставится задача сравнить физические показатели спортсменов, занимающихся боксом и кикбоксингом. Анализируя данные, полученные с помощью проведения физических испытаний, доказано, что в похожих, на первый взгляд, видах спорта у спортсменов преобладают разные физические качества. У кикбоксеров более развита гибкость и ловкость, а у боксеров в свою очередь преобладает выносливость.

**Ключевые слова:** бокс, кикбоксинг, спорт, единоборства, физические качества, сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость.

В последнее время наметилась тенденция повышения заинтересованности детей в занятиях спортом. Мальчики среднего школьного возраста отдают предпочтение единоборствам, среди которых наибольшей популярностью пользуются бокс и кикбоксинг.

Целью исследования являлось сравнение физических качеств боксеров и кикбоксеров 11-13 лет, так как данные виды спорта ошибочно считаются схожими. Спортивная практика свидетельствует о том, что на начальных этапах тренировки боксеров явно выражена направленность тренировочного процесса на развитие физических качеств в общем [1, 2]. В эксперименте приняли участие 20 юношей – боксеров и 20 кикбоксеров ДЮСШ № 9 г. Краснодара.

Организация и методы исследования. Для оценки физических качеств использовались различные виды спортивных упражнений. Для оценки силы – сгибание и разгибание рук в упоре лежа; для оценки быстроты – бег на 30 метров и бег на 100 метров; для оценки выносливости – бег по пересеченной местности 60 минут; для оценки ловкости – челночный бег 3x10 м; для оценки гибкости – наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье [3].

Нами было доказано, что у испытуемых спортсменов, занимающихся, на первый взгляд, похожими видами спорта, преобладают разные физические качества. Так, показатели наклона туловища вперед у кикбоксеров в среднем преобладали на 9 см, а результат челночного бега также был лучше в среднем на 2 секунды, чем у боксеров. В свою очередь, боксеры справились с бегом по пересеченной местности длительностью 60 минут лучше, преодолевая дистанцию с меньшим количеством остановок для отдыха. Исходя из этого, следует, что у юношей, занимающихся данными видами спорта, имеется разница между показателями ловкости, гибкости и выносливости, что свидетельствует о разном влиянии тренировочных нагрузок на уровень развития физических качеств.

### Литература:

1. Беляев А.Н. Формирование физического состояния у подростков, занимающихся боксом: Учебно-методическое пособие / А.Н. Беляев. – Волгоград: ВГАФК, 2005. – 78 с.
2. Кузнецова Т.Д. Возрастные особенности движений детей и подростков / Т.Д. Кузнецова. – М.: Медицина, 1986. – 127 с.
3. Поляков М.И. Индивидуализация контроля: Тесты физической подготовленности ученика / М.И. Поляков // Физическая культура в школе. – 1994. – № 1. – С. 22-24.

## **АНАЛИЗ ЗАРУБЕЖНЫХ МЕТОДИК ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ ЦЕРЕБРАЛЬНЫХ ПАРАЛИЧАХ**

**В.А. Таловский**

**Научный руководитель старший преподаватель Е.А. Иващенко**

**Аннотация.** В настоящем исследовании сформулированы основные результаты обзора зарубежных методик физической реабилитации, определены перспективные направления исследования в рамках данной научной проблемы.

**Ключевые слова:** реабилитация, церебральный паралич.

К настоящему моменту в мировой литературе представлено множество комплексных обзоров по проблеме физической реабилитации лиц с церебральными параличами. На основании их анализа нами сделано заключение об актуальных средствах и методах физической реабилитации и перспективных направлениях для дальнейших научных исследований. Хорошие результаты были получены в реабилитации с применением ортезов голеностопного сустава, костюмной терапии (Orthose, TheraTogs TheraSuit/AdeliSuit), пояснично-крестцовой дорсальной ризотомии, постуральной терапии, тейпирования, физиотерапевтического вмешательства, функциональной электростимуляции [1, 2]. Также многообещающим средством для улучшения баланса и двигательных навыков у детей и подростков с церебральным параличом являются методики, основанные на технологии виртуальной реальности, в частности активных видеоигр (Activity Video Games, AVG). При разработке методик на основе виртуальной реальности перспективными для дальнейшего изучения являются координационные и локомоторные навыки в сочетании с различными платформами для получения более убедительных оценок. Не вызывает сомнения польза применения коррекционных упражнений в водной среде, однако к настоящему моменту среди специалистов не выработан единый подход к дозировке. Эксперименты показали, что индуцированную ограничениями терапию движением (определяемую как ограничение менее пораженной верхней конечности во время контролируемой деятельности более пораженной верхней конечности) можно успешно применять в реабилитации у детей с гемиплегическим церебральным параличом с любым уровнем моторной нетрудоспособности. Тем не менее отмечается, что совместная двигательная активность верхних конечностей способствует достижению аналогичного результата. Функциональная электростимуляция мышц сгибателей спины показала больший ортопедический эффект, чем стимуляция мышц отводящих бедро и улучшающих положение колена во фронтальной плоскости. Обучающие технологии в практике реабилитации пациентов с параличом основаны, преимущественно, на восстановлении навыков ходьбы. При этом методики, использующие скоростной тренинг, электромиографический тренинг, биологическую обратную связь и вибрационные техники, в наибольшей степени способствуют улучшению скорости походки в индивидуальных исследованиях и заслуживают дальнейшего изучения.

### **Литература:**

1. Martins E.L. Effectiveness of costume therapy for functioning in children and adolescents with cerebral palsy: a systematic review and meta-analysis / E.L. Martins et al. // *Dev Med Child Neurol.* – 2016 Apr. – № 58(4). – С. 348-60.
2. Ravi D.K. The effectiveness of virtual reality rehabilitation for children and adolescents with cerebral palsy: an updated systematic, evidence-based review / D.K. Ravi, N. Kumar, P. Singhi // *Physiotherapy.* – 2017 Sept. – № 103 (3). – С. 245-258.



## ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ В МИНИ-ФУТБОЛЕ

А. Танга

Научный руководитель старший преподаватель Е.А. Иващенко

**Аннотация.** Целью данной работы являлось рассмотреть особенности организации процесса физической реабилитации у спортсменов, специализирующихся в мини-футболе. Рассмотрены основные факторы, приводящие к травматизации у данного контингента.

**Ключевые слова:** мини-футбол, спортсмены, травматизация, реабилитация.

Анализ научной литературы позволил выявить ряд факторов, приводящих к травматизации спортсменов, занимающихся мини-футболом. Известно, что чрезвычайно малое число представителей данного вида спорта (не более 10%) в своем анамнезе не имеют травм опорно-двигательного аппарата (ОДА). Чаще всего в мини-футболе спортсмены получают травмы коленного сустава (более трети от всех случаев травматизации), далее по частоте встречаемости можно отметить травмы лодыжки, бедра и стопы. По функциональным показателям у данного контингента часто диагностируется выраженное снижение амплитуды движений обеих ног в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах [1]. Имеются сведения о том, что у спортсменов-футболистов значительную роль в формировании патологии опорно-двигательного аппарата играет форма ног – в частности их О-образное искривление. Данная патология ОДА характеризуется особым расположением костей нижних конечностей, которое способствует нарушению мышечного тонуса и формированию триггерных точек, болевых синдромов, специфическими особенностями походки [2]. Также немаловажно, что более чем у половины спортсменов в мини-футболе имеется поперечное плоскостопие. Негативное влияние данного фактора обусловлено резким снижением амортизирующих свойств стопы, что вызывает нарушение биомеханических функций нижних конечностей, костей таза и позвоночника [3].

Таким образом, на основании полученных данных можно заключить, что комплексная программа физической реабилитации спортсменов, специализирующихся в мини-футболе, должна быть ориентирована на устранение и профилактику развития трех основных факторов, ухудшающих биомеханическую реализацию двигательного акта и провоцирующих возникновение нарушений функционального состояния опорно-двигательного аппарата:

- 1) выраженное снижение амплитуды движений во всех суставах нижних конечностей (особенно в голеностопном),
- 2) уплощение поперечного свода стопы,
- 3) О-образная форма ног.

### Литература:

1. Валеев Н.М. Некоторые особенности реабилитации спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата / Н.М. Валеев // Теория и практика физ. культуры. – 2004. – № 1. – С. 28-30.
2. Коваленко Ю.А. Проблемы травматологии в современном спорте / Ю.А. Коваленко // Теория и практика физ. культуры. – 2006. – № 5. – С. 22-26.
3. Нененко Н.Д. Биомеханические особенности состояния нижних конечностей спортсменов, занимающихся мини-футболом // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2013. – №2 (27). – С. 122-125.

**ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ****С.В. Ульянова****Научный руководитель доцент Ф.Н. Шарикова**

**Аннотация.** Влияние адаптивной физической культуры на физическое и психическое состояние лиц с ОВЗ.

**Ключевые слова:** адаптивная физическая культура, реабилитация, отклонения в состоянии здоровья, активный образ жизни.

Адаптивная физическая культура – это физкультура для людей с ограниченными физическими возможностями, а также для тех, у кого есть серьезные отклонения в состоянии здоровья, например, большое сердце, плохое зрение, слабый слух, и, наконец, для людей, которые просто недостаточно физически развиты. Часто эта категория людей является изолированной от социума, испытывая при этом чувства ненужности, одиночества. Для того чтобы ощущать себя полноправными гражданами нашей страны, для них нужно создавать доступную среду обитания. И в этом им, безусловно, может помочь квалифицированный специалист в области адаптивной физической культуры. Задачей специалиста адаптивной физической культуры является воспитание в каждом нуждающемся человеке желания в саморазвитии, включение его в социум, мотивирование лиц с ограничениями в состоянии здоровья на творческую самореализацию, достижение духовного благополучия и конечно, повышение физических возможностей. Специалист по адаптивной физической культуре – это человек, которому не обязательно нужно пройти войну, чтобы понять, как живется «на том берегу реки», это человек, который строит мосты, чтобы соединить два берега в единый город [1]. Он должен максимально опираться на индивидуальные характеристики человека и его психосоматические особенности в целях достижения наилучшего результата с помощью физических упражнений.

Адаптивная физическая культура помогает реабилитироваться, создавать осознанное отношения к своим силам в сравнении с силами здорового человека, формирует потребность быть здоровым, насколько это возможно, формирует стремление к повышению физической и умственной работоспособности, преодолеть психические барьеры, которые порой мешают осуществлять полноценную жизнедеятельность, помогает в формировании организма с отклонениями, пребывающего в больном состоянии. Адаптивная физическая культура скорее жизненная философия и активный образ жизни, а также дополнение к другим лечебным процедурам.

Цель адаптивной физической культуры определяется как максимальное развитие жизненных способностей человека, у которого присутствуют устойчивые отклонения в состоянии здоровья, с помощью оптимального режима функционирования его двигательных возможностей, их гармонизации для максимальной самореализации [2]. Методика адаптивной физической культуры имеет существенные отличия, которые обусловлены аномальным развитием физической и психической сферы людей. Именно такие базовые положения, которые касаются медико-физиологических и психологических особенностей, типичных и специфических нарушений двигательной сферы, определяют концептуальные подходы к построению содержания методик адаптивной физической культуры. Для этих целей на территории Краснодарского края и в самом Краснодаре имеется ряд специализированных реабилитационных центров, которые помогают как детям, так и взрослым, имеющим определенные отклонения в состоянии здоровья, стать активными членами общества посредством занятий спортом.

**Литература:**

1. [www.edunews.ru](http://www.edunews.ru) - интервью с профессором кафедры АФК МПГУ М.Д. Рипой.
2. Евсеев С.П. АФК: учебное пособие / С.П. Евсеев, Л.В. Шапкова. – М. Советский спорт, 2000. – 10 с.

## КОМПЛЕКСНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ БОЛЬНЫХ КОКСАРТРОЗОМ

А.И. Фисенко

Научный руководитель О.С. Попова

**Аннотация.** В данной работе рассматриваются основные методы физической реабилитации деформирующего артроза тазобедренного сустава.

**Ключевые слова:** деформирующий артроз тазобедренного сустава, коксартроз, физическая реабилитация, методы.

Коксартроз, или деформирующий артроз тазобедренного сустава, – это наиболее частая и тяжелая форма остеоартроза. Это патологическое состояние в большинстве случаев заканчивается прогрессирующим нарушением функции сустава, что может вызвать полную потерю подвижности. В большей степени страдают лица в возрасте 45 лет и старше, патологический процесс может переходить на соседний здоровый тазобедренный сустав [1].

Целью физической реабилитации лиц с коксартрозом является нормализация функций тазобедренного сустава, повышение работоспособности и предупреждение инвалидизации. Все назначения индивидуальны и по показаниям, как правило, используется комплексный подход к лечению. Комплекс лечения деформирующего артроза тазобедренного сустава составляет немедикаментозная и медикаментозная терапия, которая показана при I-II стадии деформирующего артроза тазобедренного сустава. Основными методами физической реабилитации при коксартрозе выступают лечебная гимнастика, массаж, физиотерапия, постизометрическая релаксация мышц. Этот комплекс методов направлен на уменьшение болевого синдрома, улучшение обменных процессов в поврежденном суставе, увеличение подвижности сустава [2]. Консервативное лечение часто не предотвращает прогрессирование патологического процесса и может быть оправдано лишь на начальных стадиях заболевания, поэтому большинство пациентов, у которых диагностировали I-II стадию, нуждается в оперативном лечении [1].

При эндопротезировании, как и при любой серьезной операции, существует риск осложнений и инфицирования. Поэтому если пациент вложит силу воли и упорство в реабилитационный процесс, то он может добиться хороших результатов и тем самым отсрочить операцию на суставе.

### Литература:

1. Волокитина Е.А. Комплексная диагностика коксартроза / Е.А. Волокитина, И.М. Данилова, М.В. Чепелева // Актуальные вопросы травматологии и ортопедии: материалы науч. - практ. конф. – Минск, 2000. – Т. 1. – С. 98-103.

2. Евдокименко П.В. Боль в ногах. Что нужно знать о своем заболевании / П.В. Евдокименко. – 4-е изд., перераб. – М.: Мир и Образование, 2016. – 320 с.: ил. – (Методика доктора Евдокименко).

**ИССЛЕДОВАНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА****Я.С. Фролова****Научный руководитель старший преподаватель Е.А. Иващенко**

**Аннотация.** В данной работе анализируются особенности нервной системы у детей с нарушением интеллекта. На основании произведенного анализа сформирован комплекс заданий для определения функциональных возможностей нервной системы у детей с нарушением интеллекта.

**Ключевые слова:** умственная отсталость, нарушение интеллекта, центральная нервная система.

Функциональный нейropsychологический подход к пониманию особенностей формирования отклонений в состоянии здоровья в детском возрасте можно представить в виде следующих четырех переменных: 1) проявляющееся у ребенка нарушение; 2) оценка основных навыков и умений; 3) социальные и мотивационные факторы; 4) влияние биологического фактора (состояние ЦНС и другие показатели), который делает ребенка предрасположенным к данному нарушению [2]. Психомоторное недоразвитие детей с легкой умственной отсталостью проявляется в замедленном темпе развития локомоторных функций, непродуктивности движений, двигательном беспокойстве и суетливости. Двигательная недостаточность является основной частью ведущего дефекта и определяется теми же механизмами, что и умственная отсталость, а именно, недостаточностью аналитико-синтетической деятельности коры головного мозга. Как интеллектуальные, так и двигательные нарушения в данном случае обусловлены в первую очередь дефектами развития центральной нервной системы. В связи со специфическими особенностями развития детей, имеющих интеллектуальную недостаточность, подбор тестов для обследования их нервной системы связан с определенными трудностями организационного и содержательного характера. Так, многие традиционные методики оказываются слишком сложными для понимания детей с интеллектуальной недостаточностью, а некоторые способы организации (например, одновременное фронтальное тестирование) сопровождаются нарушением техники выполнения задания, что приводит к нарушению чистоты эксперимента [1, 3]. Эмпирически в ходе данного исследования было отобрано несколько тестов, позволяющих успешно оценить функциональные возможности центральной нервной системы у детей с нарушением интеллекта:

- «Теппинг-тест» (определяет выносливость нервной системы).
- «Реакция выбора» – простая зрительно-моторная реакция (автор Савельев В.В.)
- Тест-тренажер на скорость реакции (компьютерное тестирование) выполняется в онлайн-режиме на сайте <http://mozgion.ru/test-trenazher-na-skorost-reakcii>.
- Методика «Память на образы» предназначена для изучения кратковременной зрительной памяти (автор А.А. Карелин).
- Личностный тест функциональной асимметрии больших полушарий (выявление профиля асимметрии исследуемого (методика Дембо-Рубинштейн)).

**Литература:**

1. Макарова Г.А. Спортивная медицина: учебник / Г.А. Макарова. – М.: Советский спорт, 2003. – 480 с.: ил.
2. Психология детей с нарушениями интеллектуального развития: учебник / под ред. Л.М. Шипицыной. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 224 с.
3. Смирнов В.М. Физиология физического воспитания и спорта: Учеб. для студ. сред. и высш. учебных заведений / В.М. Смирнов, В.И. Дубровский. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. – 608 с.

# **КАФЕДРА АНАТОМИИ И СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ**

УДК 796.035

## **ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСОМ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА С РАЗЛИЧНЫМ ТИПОМ КОНСТИТУЦИИ**

**Е.В. Арутюнян**

**Научный руководитель профессор И.Н. Калинина**

**Актуальность.** Здоровье является неопределимой частью не только каждого человека, но и всего общества. Здоровье входит в тройку жизненных ценностей, а проблема сохранения здоровья в тяжелейших экономических и политических условиях приобрела острейший характер. В наши дни отмечается резкое ухудшение здоровья населения и сокращение продолжительности жизни. Многочисленные исследования свидетельствуют о том, что физическая нагрузка в комплексе со сбалансированным питанием и правильным образом жизни – это наиболее эффективный метод борьбы с заболеваниями и для увеличения продолжительности жизни. Так как заниматься спортом необходимо, на помощь приходит фитнес-аэробика. Это направление стало прорывом и является одним из самых востребованных видов физической активности среди молодежи. В настоящее время существует ряд работ, свидетельствующих о положительном влиянии занятий фитнесом на организм женщин различного возраста [1]. Между тем имеются также и достоверные данные о том, что внешняя форма тела человека взаимосвязана с особенностями строения и функционирования отдельных систем и органов человеческого тела. На этом основании нами было сделано предположение о том, что использование средств фитнеса у женщин зрелого возраста с учетом типа телосложения позволит добиться лучших результатов в повышении уровня здоровья.

**Ключевые слова:** конституциональные особенности, фитнес, женщины зрелого возраста.

**Цель исследования.** Определить особенности дифференцированного применения упражнений при занятиях фитнесом для женщин второго периода зрелого возраста, с учетом типа конституции.

**Методы и организация исследования.** Исследование проводилось на кафедре анатомии и спортивной медицины КГУФКСТ. В исследовании приняло участие 30 женщин в возрасте 36-50 лет, занимающихся фитнесом, по предложенной нами методике (основная группа), и группа контроля - 10 женщин, находящихся в таком же возрастном периоде, занимающихся без учета типа телосложения. Для определения типа телосложения осуществлялось соматотипирование по методике М.В. Черноруцкого [2].

**Результаты исследования.** Согласно методике М.В. Черноруцкого все исследуемые были разделены на 3 группы по индексу Пинье. Первую группу составили женщины астенического типа телосложения, характеризующиеся преимущественно ростом в длину, слабостью общего развития, длинными конечностями, относительно коротким туловищем – 12%. Во вторую группу (38%) вошли женщины - нормостеники, с пропорциональным типом телосложения, умеренной упитанностью и хорошей осанкой, занимающие промежуточное место между крайними типами. Третью группу (50%) составили женщины гиперстенического типа телосложения, с характерными признаками: короткие конечности, преобладание поперечных размеров тела, над продольными. Исходя из основных правил, оздоровительной тренировки мы руководствовались следующими принципами: соответствие уровня физических нагрузок физическим возможностям занимающихся, что достигалось путем выбора интенсивности по шкале Борга, которая учитывает субъективные признаки, самого занимающегося (очень легкая, легкая, средняя, тяжелая, очень тяжелая), учет основных закономерностей адаптации организма каждого человека к физическим нагрузкам, принцип специфичности, принцип разнообразности применяемых средств, принцип

систематичности, принцип постепенности. Для контроля эффективности проводимых занятий нами были изучены основные параметры гемодинамики всех исследуемых в состоянии относительного покоя и при выполнении физической нагрузки в виде функциональной пробы Мартинэ-Кушелевского, а также оценивался их уровень здоровья по методике SF-36.

**Заключение.** Были получены данные, свидетельствующие о снижении количества неблагоприятных реакций системы кровообращения на функциональную нагрузку, улучшении уровня здоровья в основных группах, что свидетельствует об эффективности предложенной нами методики.

**Литература:**

1. Береславская Н.В. Влияние занятий фитнесом на морфофункциональные показатели женщин первого возраста / Н.В. Береславская, В.И. Иванасова, Л.В. Жигайлова, А.А. Сергичева // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2016. – Т. 18. – № 1. – С. 22-26.
2. Черноруцкий М.В. Диагностика внутренних болезней. – Л.: Медгиз, 1953. – С. 82-94.

## МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ ДЕТЯМ ПЕРВОГО ДЕТСТВА

М.С. Бурко, А.В. Ошати́нская

Научный руководитель доцент О.В. Маякова

**Аннотация.** Обучение детей в раннем детстве имеет физическую, оздоровительную, образовательную ориентацию, в том числе предполагает общую физическую подготовку и освоение базовых элементов выбранной спортивной техники. Занятия гимнастикой детей раннего детства проводятся с акцентом на индивидуальный подход.

**Ключевые слова:** гимнастика, двигательные навыки, гибкость, техника тренировки гимнастики, дети раннего детства.

На начальном этапе обучения основными целями являются: укрепление здоровья и физическое развитие учащихся, развитие двигательных навыков, необходимых спортсмену: сила, способность координировать движения, поддерживать баланс, а также знание основ школы движений гимнастики [3].

В течение первого года обучения тренировки проводятся 2 раза в неделю в течение 2 часов. Дети хорошо справляются с ориентацией своего тела в пространстве. Однако внимание ребенка сложно удерживать длительное время. Поэтому для привлечения внимания детей в процессе обучения необходимо использовать четкие и краткие команды. В этом возрасте более целесообразно использовать целостный метод обучения. Тренировочный процесс должен сопровождаться объяснением и показом конкретного задания [1].

Возраст от 4 до 7 лет называется фазой «первого роста», в это время дети вырастают на 6-11 см, поэтому формирование опорно-двигательной системы у детей в возрасте 5-6 лет еще не завершено, связки и мышцы подвижны, эти свойства тренер должен учитывать при выполнении упражнений, обращая внимание на растяжку.

Опорно-двигательная система ребенка является гибкой, так как процесс оссификации еще не закончен. Из-за индивидуального развития и структуры скелета детям 4-5 лет не рекомендуется во время тренировки давать упражнения на развитие силовых способностей. Следовательно, на протяжении всего тренировочного процесса необходимо следить за правильным принятием позы, занимаемой детьми. Также важно соблюдать точную дозировку упражнений. Количество упражнений, направленных на развитие общей физической подготовки, не должно превышать 4-5. Ритм упражнений зависит от физической подготовки детей в каждой определенной группе [2].

У детей в возрасте 6 лет наблюдается аналитическое восприятие разучиваемых движений, что существенно ускоряет совершенствование двигательных навыков и заметно улучшает их по сравнению с предыдущим возрастом.

Общеразвивающие упражнения влияют не только на отдельные группы мышц и суставы, но и на организм в целом, в частности способствуют лучшей координации движений, ориентации в пространстве, оказывают положительное влияние на сердечно-сосудистую и дыхательную системы организма.

### Литература:

1. Андреев И.В. Психология и педагогика: учебное пособие / И.В. Андреев. – М.: Эксмо, 2008. – 165 с.
2. Болобан В.Н. Юный акробат: учебное пособие / В.Н. Болобан. – Киев: Здоровье, 1982. – 18 с.

## ВЛИЯНИЕ ТХЭКВОНДО-JRI НА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СПОРТСМЕНА

А.С. Галаган, А.С. Каплун

Научный руководитель доцент О.В. Маякова

**Аннотация.** Рассматриваются морфологические особенности у занимающихся тхэквондо-JRI (JhoonRheeinstitute). Специфика вида спорта оказывает влияние на мышцы, суставы и формирование двигательных навыков.

**Ключевые слова:** тхэквондо, единоборства, суставы, мышцы, морфологические особенности.

Тхэквондо – это древнее национальное боевое искусство, которое зародилось на Корейском полуострове, а в настоящее время является олимпийским видом спорта. Особенность данного единоборства является то, что большинство технических действий выполняется ногами. Это делает тхэквондо красивым и уникальным видом спорта.

Слово «тхэквондо» складывается из трех слов: [тхэ] – «нога» + [квон] – «рука» + [до] – «путь». В итоге складывается «путь ноги и руки» [2].

Тхэквондо является единоборством, где преимущественно загружены нижние конечности, поэтому развитию мышц нижних конечностей уделяется большое значение. Основной упор делается на разработку тазобедренного сустава и на растягивание мышц бедра голени и стопы.

Большинство ударов в тхэквондо связано с высоким подниманием ног, что развивает боковые мышцы туловища и внутренней поверхности бедер. «Вкручивание» тазобедренного сустава при ударах ногами и балансирующие движения руками хорошо развивают мышцы брюшного пресса. Тренировки по тхэквондо несут функциональный характер, что способствует развитию основных двигательных качеств (сила, скорость, выносливость, гибкость, координацию движений) [3].

В ходе занятий мышцы становятся рельефными, в теле уменьшается процент жировой ткани. Характерное для тхэквондо большое число повторений и небольшие преодолеваемые сопротивления развивают саркоплазматическую гипертрофию. Такие мышцы располагаются вблизи кровеносных сосудов, что улучшает выносливость и работоспособность организма в целом.

У тхэквондистов, имеющих за плечами годы тренировок, хорошо развиты: тазобедренный, коленный и голеностопный суставы, Успеха добиваются спортсмены с: удлинненными конечностями, высокого роста. Компонентный состав массы тела имеет свои особенности, например невысокий показатель жирового компонента [1].

Тхэквондо является популярным видом спорта и способствует формированию определенных морфофункциональных особенностей спортсмена [1].

### Литература:

1. Шулика Ю.А. Тхэквондо, теория и методика / Шулика Ю.А., Ключников Р.М. // Спортивные единоборства. – 2007. – Том 1. – 18 с.
2. ЧойСунг Мо Азбука тхэквондо / ЧойСунг Мо. – Ростовн/Д.: 2007. – 256 с.
3. Сун Ман Ли Современное тэквондо / Сун Ман Ли, Рике Г. – М.: Гранд, 2002. – 58 с.



## **ВЛИЯНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ДЕТСТВА**

**М.В. Гребенник, Н.А. Манукян**

**Научный руководитель доцент О.В. Маякова**

**Аннотация.** В статье рассматривается влияние оздоровительной гимнастики на физическое развитие детей первого детства и формирование у них физических качеств на начальных этапах тренировки.

**Ключевые слова:** оздоровительная гимнастика, физическое развитие, физические качества детей 4-7 лет, планирование тренировочного процесса, морфофункциональные особенности.

Гимнастика – один из видов спорта, который характеризуется продолжительными интенсивными нагрузками на организм человека, а также влияет на развитие анатомических, физиологических и морфологических особенностей.

Благоприятным периодом для начала занятий оздоровительной гимнастикой считают возраст 4 года [2].

Оздоровительная гимнастика позволяет сформировать навыки поведения в спортивном зале, а также влияет на развитие чувства ритма, развивает физические качества: гибкость, силу, выносливость, ловкость, быстроту, благоприятно влияет на рост и развитие девочек данной возрастной категории. Правильное составление плана тренировочного процесса для каждой гимнастки можно определить по специальным тестам подготовленности занимающихся, а также по антропометрическим и гониометрическим данным. Они позволяют тренеру правильно распределить нагрузку для достижения максимального результата при систематических занятиях гимнастикой [1].

У детей 4-7 лет занятия гимнастикой создают благоприятные условия для более раннего развития двигательных способностей, развития физических качеств, опорно-двигательного аппарата. Оздоровительная гимнастика развивает моторику, координацию движений, формирует правильную осанку, закладывает фундамент мышечного скелета, раскрывает физические возможности ребенка, что позволяет воспитать потребность в движении, стимулировать физическую активность в будущем [3].

### **Литература:**

1. Самсуев Р.П. Возрастная морфология / Р.П. Самсуев, Е.В. Зубараева. – Волгоград: ВГАФК, 2012. – Часть I. – С. 6-21.
2. Демидова Е.В. Влияние упражнений повышенной координационной сложности на физическое развитие детей дошкольного возраста (4-7 лет) / Е.В. Демидова: дис. ... д-ра мед. наук. – Краснодар, 1988. – С. 3-5.
3. Андреева В.Е. Сопряженное развитие гибкости и скоростно-силовых качеств на этапе базовой подготовки в художественной гимнастике / В.Е. Андреева: дис. ... канд. пед. наук. – Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2010. – С. 18-40.

**ВЛИЯНИЕ КЛАССИЧЕСКОЙ АЭРОБИКИ НА ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА**

О.А. Гром

Научный руководитель профессор И.Н. Калинина

**Актуальность.** В современном обществе одной из привлекательных и доступных систем физических упражнений оздоровительной направленности является фитнес, к которому относятся и занятия классической аэробикой. В настоящее время имеется достаточное количество публикаций, указывающих на то, что при регулярных занятиях физическими упражнениями происходят изменения адаптационных возможностей организма, физиологического резерва и уровня его тренированности.

При этом исследований, касающихся изучения особенностей психофизиологического состояния человека под влиянием физических нагрузок, в научной литературе крайне недостаточно. Особенно это касается женщин первого периода зрелого возраста, выполняющих многообразные социальные, политические, производственные, семейные, репродуктивные, воспитательные функции. При этом вопрос здоровья женщин становится тем острее, чем заметнее успехи цивилизации, которые, с одной стороны, дали человечеству электричество, транспорт, механизацию быта, телевидение, компьютерные технологии; с другой стороны, принесли глубокую рассогласованность социальных, духовных основ человеческой жизнедеятельности. В процессе занятий не всегда учитывается уровень здоровья занимающихся, и сама методика занятий является стандартизированной, что не позволяет осуществлять индивидуальный подход и получать оптимальный результат.

**Ключевые слова:** психофизиологические особенности, женщины зрелого возраста, аэробика.

**Цель исследования.** Выявить особенности психофизиологического статуса женщин первого периода зрелого возраста, занимающихся классической аэробикой.

**Методы и организация исследования.** Исследование осуществлялось на базе культурно-спортивного центра «Кубанец» Тимашевского района Краснодарского края, СОШ №2 города Краснодара. В пилотном исследовании изучены показатели психофизиологического статуса 30 женщин первого периода зрелого возраста, занимающихся классической аэробикой (основная группа), а также 10 женщин такого же возраста, не занимающихся физической культурой. Для оценки психофизиологического статуса исследуемых использовался восьмицветовой тест по методике М. Люшера [1]. Для определения степени адаптации к различным нагрузкам (физическим и психическим), а также для воспроизведения временного интервала использовался тест «Индивидуальная минута» [2] и осуществлялось определение биологического возраста. Изучение данных проводилось лонгитюдинально в начале занятий, через 3, 6, 9 месяцев и после 1 года занятий.

**Результаты исследования.** В процессе исследования, на определенных этапах были изучены показатели психической устойчивости как способности выдерживать психическую и эмоциональную нагрузку различной направленности, коэффициент вегетации – показатель обеспечения эмоционального фона путем влияния различных отделов вегетативной нервной системы. Было осуществлено тестирование, которое позволяет определить субъективное времяощущение: «Индивидуальная минута», и определены изменения биологического возраста

**Заключение.** Установлено, что у женщин занимающихся классической аэробикой, в процессе занятий наблюдается улучшение показателей психической устойчивости, оптимизация времяощущения, дает возможность определить скорость переработки

временной информации для оценки времени выполнения упражнений и снижения показателей биологического возраста. Особенно выражено улучшение показателей в период с 9-го по 12-й месяц занятий.

**Литература:**

1. Данилова Н.Н. Психофизиологическая диагностика функциональных состояний. М.: МГУ, 1992. – 192 с.

2. Шапошникова В.И. Оцените свое здоровье сами / В.И. Шапошникова, Н.А. Барбараш. – СПб: Питер, 2003. – 256 с.

## ОТБОР СПОРТСМЕНОВ В ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМАНДЫ ПО ХОККЕЮ

А.И. Гросбах

Научный руководитель доцент О.В. Маякова

**Аннотация.** При отборе спортсменов в профессиональные команды по хоккею используются функциональные и скоростно-силовые показатели.

**Ключевые слова:** скоростно-силовые качества, функциональные показатели спортсмена, МПК, ЧСС, МОК, работоспособность, хоккей с шайбой.

Наивысших результатов в хоккее добиваются спортсмены, которые обладают скоростно-силовыми и силовыми качествами. Работоспособность хоккеиста в ответ на заданные физические нагрузки определяется его индивидуальными и наследственными особенностями [1]. При отборе спортсменов в профессиональную команду тренер учитывает физические показатели силы, скорости и технико-тактические качества спортсмена, а также функциональные показатели сердечно-сосудистой системы [2].

Исследования Болобан В.Н. физиологических показателей хоккеистов в подготовительном периоде показали, что МПК, ЧСС, МОК определяют работоспособность спортсменов [3]. Поэтому для совершенствования механизма отбора в команды по хоккею надо учитывать эти параметры и индивидуальные особенности хоккеистов.

Скоростно-силовые качества спортсмена зависят от состава мышечных волокон. В процессе тренировки быстрые волокна подвергаются более значительной гипертрофии, чем медленные. Поэтому у спортсменов скоростно-силовых видов спорта быстрые волокна составляют основную массу мышц, или иначе занимают на поперечном срезе большую площадь. Сила сокращения мышц влияет на скорость движения: чем больше сила, тем быстрее движение [2].

Определение физиологических и физических особенностей хоккеистов, являющихся критериями спортивного отбора в профессиональную команду по хоккею, имеет практическое значение и может быть использовано тренерами и преподавателями детско-юношеских спортивных школ по хоккею и тренерами профессиональных хоккейных клубов.

### Литература:

1. Волков Е.А. Управление и моделирование тренировки в спортивных играх: учеб. Пособие / Е.А. Волков, В.Н. Олефиренко. – Челябинск: УралГАФК, 1999. – 255 с.
2. Иванов В.В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1997. – 256 с.
3. Болобан В.Н. Стабилография: достижения и перспективы / В.Н. Болобан, Т.И. Мистулова // Наука в олимпийском спорте. Спец. Выпуск ГНИИФК. – 2000. – 13 с.

## ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ КИОКУШИНКАЙ КАРАТЭ

Ю.О. Дьякова

Научный руководитель профессор И.Н. Калинина

**Аннотация.** Современный этап развития спортивной науки направлен на изучение закономерностей адаптации функциональных систем организма спортсмена в условиях напряженных физических и психоэмоциональных нагрузок. Для достижения высоких результатов в спортивных единоборствах существенное значение имеют психофизиологические особенности спортсмена, которые характеризуются особенностью нервной системы, данные о которых в настоящее время остаются недостаточно изученными или же фрагментарными.

В связи с этим целью нашего исследования явилось изучение психофизиологических особенностей каратистов 11-12 лет в подготовительном этапе годичного цикла тренировок.

**Ключевые слова:** каратэ, адаптация, психофизиологическое состояние, дети 11-12 лет.

Исследование проводилось на базе спортивного клуба «Плеханов-Доджо» и на базе кафедры анатомии и спортивной медицины КГУФКСТ. В исследовании приняло участие 40 мальчиков в возрасте 11-12 лет.

В исследовании измерялись такие показатели, как: длина тела, вес тела, показатели простой зрительно-моторной реакции (ПЗМР): среднее время, время реакции максимальное и минимальное, функциональный уровень системы (ФУС), уровень функциональных возможностей (УФВ), устойчивость реакции (УР).

Во время анализа основных психофизиологических показателей были изучены следующие показатели: длина тела  $155,03 \pm 8,12$  см; вес тела  $48,75 \pm 8,63$  кг; показатели ПЗМР: среднее время реакции  $255,75 \pm 29,18$  мс, время реакции минимальная  $196,53 \pm 26,04$  мс, время реакции максимальная  $341,93 \pm 34,87$  мс, ФУС  $4,82 \pm 0,56$  у.е., УР  $2,22 \pm 0,66$  у.е., УФВ  $4,65 \pm 0,81$  у.е.

По результатам исследования психофизиологических особенностей каратистов можно сделать следующие выводы: отличий в антропометрических показателях каратистов по сравнению с показателями ровесников, не занимающихся спортом, не выявлено. По показателям ПЗМР дети 11-12 лет, занимающиеся каратэ, приближаются к нормальным значениям 17-летних, не занимающихся спортом. У детей, занимающихся киокушинкай каратэ, более стабильна скорость сенсомоторной реакции по сравнению со сверстниками. При определении количественных критериев, позволяющих характеризовать с различных сторон текущее функциональное состояние центральной нервной системы (ФУС, УР, УФВ), выявлено, что занимающиеся киокушинкай каратэ по сравнению со своими сверстниками, не занимающимися спортом, способны формировать адекватную заданию функциональную систему и достаточно длительно ее удерживать.

## ПРЕДПОСЫЛКИ К ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКА ПЛАВАНИЯ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ДЕТСТВА

А.А. Зайцева

Научный руководитель доцент О.В. Маякова

**Аннотация.** В данной работе представлен анализ факторов готовности к обучению плаванию детей дошкольного возраста по морфофункциональным особенностям дыхательной, нервной, сердечно-сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата.

**Ключевые слова:** дети первого детства, особенности развития дошкольников, физическое развитие, дозировка упражнений.

Актуальность. Плавание – это эффективное средство для всестороннего развития организма ребенка, которое не только улучшает физическое развитие, но и является универсальным средством закаливания.

При взаимодействии ребенка с водой включаются механизмы терморегуляции, что помогает организму быть устойчивым к изменениям температуры, способствует овладению двигательными навыками, развитию сердечно-сосудистой, дыхательной систем. Плавание является аэробным видом спорта, который развивает выносливость, силу, быстроту, увеличивает массу легких и сердца, ЖЕЛ, в связи с этим повышается обмен веществ в организме [1].

Для успешного освоения навыков плавания детьми периода первого детства необходимо приступать к обучению только после того, как будет выявлена предрасположенность к овладению данными навыками [2, 3]. Учитывая специфику возраста обучаемых, тренер на суше знакомит детей с особенностями и свойствами водной среды и правилами поведения в ней. Кроме этого, именно на суше происходит выполнение специальных упражнений, которые способствуют более быстрому освоению движений. Посредством применения кратких, четких установок и команд тренер поддерживает дисциплину на занятии и эмоциональный фон занимающих. Подбадривание и поощрение детей также являются одним из основных условий для обучения плаванию.

Таким образом, период дошкольного возраста является наиболее благоприятным не только с точки зрения активного всестороннего развития, но и своей возможностью формирования у детей устойчивой мотивации к регулярным занятиям плаванием, что в свою очередь формирует привычку к активному, а значит, здоровому образу жизни, которая и позволяет сохранять и укреплять здоровье.

### Литература:

1. Алексанянц Г.Д. Возрастная и спортивная морфология: учеб.-метод. пособие / Г.Д. Алексанянц, В.В. Абушкевич, Т.Г. Гричанова, Ю.А. Кудряшова, О.В. Маякова, О.А. Медведева, Л.Ю. Тимофеева, Д.Б. Тлехас, А.М. Филенко // КГУФКСТ. – 2-е изд. – Краснодар, 2018. – С. 4-48.
2. Волосова Г.В. Особенности начального обучения плаванию детей 5-7 лет в условиях глубоководного бассейна / Г.В. Волосова, Д.В. Дьячков, С.А. Максимова, И.С. Полуныкова, П.А. Лукашов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 1 (119). – С. 53-56.
3. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. / Н.А. Бернштейн, Е.П. Ильин // Психомоторная организация человека: Учебник для вузов. – СПб. – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 181 с.

**МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНОВ,  
СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ПАРНО-ГРУППОВОЙ АКРОБАТИКЕ**

**А.Н. Иванова, К.А. Суходолова**

**Научный руководитель доцент О.В. Маякова**

**Аннотация.** Парно-групповая акробатика – это вид спорта, требующий высокого уровня развития физических качеств, а также развития функциональных систем организма. У спортсменов, специализирующихся в парно-групповой акробатике, имеется ряд морфофункциональных особенностей.

**Ключевые слова:** спортивная акробатика, спортсмены-акробаты, масса тела, длина тела, физические особенности.

Акробатические упражнения представляют собой эффективное средство воспитания и развития физических качеств. Спортсмены-акробаты имеют хорошо выраженную, рельефную и гармонично-развитую мускулатуру, правильную осанку. Их действия отличаются высокой координированностью, смелостью, красотой движений. Диапазон сложности и многообразия акробатических упражнений чрезвычайно велик [1], поэтому спортсмены-акробаты должны владеть большим количеством специальных приемов. Спортивная акробатика требует от спортсменов как морально-волевой, так и высокой физической подготовленности.

В достижении успеха спортсменом играет роль морфологический статус, так как особенности телосложения, весоростовые показатели, пропорции тела являются критериями спортивного отбора [2]. Для тренировок важно знать основные показатели физического развития спортсменов-акробатов: длину и массу тела, силу мышц, гибкость, а также скоростно-силовые показатели. Результаты исследований свидетельствуют, что длина и масса тела спортсмена-акробата зависят от его специализации: верхний(ая) 135-140 см, 26-30 кг; средний(ая) 150-165 см, 40-48 кг; нижний(ая) 158-170 см, 50-70 кг [1].

Чаще всего у спортсменов-акробатов наблюдаются такие типы телосложений, как долихоморфный тип пропорций (41,4%) длинные ноги и относительно короткое туловище; 58,6% – мезоморфный тип телосложения, то есть средняя длина туловища и нижних конечностей [2].

Специфика упражнений парно-групповой акробатики требует от спортсменов высоких показателей ловкости, быстроты, силы, выносливости и гибкости, вследствие чего развивается скелетная мускулатура, показатели становой и кистевой динамометрии находятся на высоком уровне, увеличивается подвижность в суставах и жизненная емкость легких, акробаты легко ориентируются в пространстве и выдерживают высокие физические нагрузки.

**Литература:**

1. Шабайкина С.В. Спортивная акробатика. Дополнительная предпрофессиональная образовательная программа / С.В. Шабайкина, И.А. Решинская. – М.: Спорт АкадемикПресс, 2015. – 155 с.
2. Жигайлова Л.В. Модельные характеристики акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских группах / Л.В. Жигайлова, О.А. Заславская, Н.В. Береславская, П.Ю. Жигайлов // Актуальные вопросы ФКиС. – КГУФКСТ. – Том 17. – 2015. – С. 27-30.

## **ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ И ТРЕНИРОВКИ ГИМНАСТОВ В ВОЗРАСТЕ 12-14 ЛЕТ**

**С.А. Крушанова**

**Научный руководитель доцент О.В. Маякова**

**Аннотация.** В возрасте 12-14 лет в художественной гимнастике начинается этап углубленной подготовки к выполнению норматива КМС. Особенностью подготовки является плавный переход от дозированных нагрузок к интенсивным нагрузкам, а также от умеренных к сложным и сверхсложным элементам. В процессе подготовки спортсменок высокой квалификации тренер должен осуществлять индивидуальный подход и учитывать особенности гимнасток.

**Ключевые слова:** подготовка гимнасток, тренировочные занятия, базовые элементы, сложные и сверхсложные элементы в художественной гимнастике.

Возраст 12-14 лет является пубертатным периодом. Этот период характеризует повышение обмена веществ, изменение веса и интенсивный рост, вследствие чего меняется телосложение спортсмена. Более напряженным и менее устойчивым становится энергетический обмен в клетках, из-за чего может произойти снижение мышечной работоспособности. Формируется опорно-двигательный аппарат, центральная нервная система, двигательные и вестибулярные анализаторы, из-за чего происходит эффективное обучение сложным движениям. Под влиянием гормональной перестройки процесс роста мускулатуры ускоряется. Рост кровеносных сосудов отстает от роста сердца, что приводит к нарушению ритма его деятельности и учащению сердцебиения. В связи с развитием кардиореспираторной системы, кислородное обеспечение скелетных мышц увеличивается, следовательно, увеличивается активность окислительных ферментов. Созревание мышечных волокон и нервных двигательных центров позволяет совершенствовать ловкость силу и координацию движений. Подростковый возраст – это благоприятный период для развития ловкости, формируется способность к запоминанию движений.

В пубертатном возрасте у спортсменок, специализирующихся в художественной гимнастике, повышается квалификация, спортсменки выполняют и подтверждают спортивный разряд КМС.

### **Литература:**

1. Ашмарин Б.А. Обучение физическим упражнениям / Б.А. Ашмарин // Теория и методика физического воспитания. учеб. пособ. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – С. 75-80.
2. Ванкова М.А. Обучение детей художественной гимнастике / М.А. Ванкова, Л.А.Кечеджиева, М.С. Чипрянова. – М.: ФиС, 1985.
3. Алексанянц Г.Д. Возрастная и спортивная морфология: учебно-методическое пособие / Г.Д. Алексанянц, В.В. Абушкевич, Т.Г. Гричанова, Ю.А. Кудряшева, О.В. Маякова. – 2-е изд. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 138 с.



## ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ И КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

А.С. Кузнецова, Д.Г. Гуртовая

Научный руководитель доцент О.В. Маякова

**Аннотация.** Важным физическим качеством в художественной гимнастике является гибкость – способность спортсмена выполнять упражнения с большим диапазоном движений. Это физическое качество вырабатывает точность движений, пластичность, улучшает технику выполнения упражнений.

**Ключевые слова:** гимнастическое упражнение, художественная гимнастика, физические качества, пассивная, активная гибкость.

Основа развития гибкости и координации движений включает достаточное количество гимнастических упражнений, требующих высокой подвижности в суставах, а некоторые полностью зависят от уровня развития этих качеств.

Гибкость выражается в величине амплитуды сгибаний и разгибаний. Амплитуда – это уровень развития качеств спортсменок и универсальность упражнений с предметами. Гибкость также помогает реализовывать большинство гимнастических упражнений, таких как: наклон, равновесия, волнообразные движения, прыжки. Кроме того, с помощью гибкости улучшается пластичности, мягкость, добавляет гимнастке изящное выполнение упражнений.

Большое внимание уделяется позвоночному столбу в поясничном, грудном, шейном отделах позвоночника, тазобедренном суставе, а также в суставах плеча, локтя, запястья при изучении волн, взмахов, в частности при совершенствовании техники владения предметами [1].

Гибкость имеет два типа: активный и пассивный. В настоящее время в художественной гимнастике большую роль играет активная гибкость, которая обеспечивает необходимую свободу движений и позволяет освоить соответствующую спортивную технику. Но при этом можно добиться лучшей подвижности в суставах только при одновременном развитии активной и пассивной гибкости.

Пассивные упражнения в художественной гимнастике делятся на: динамичные (пружинные) и статические (поддержание осанки). Для развития пассивной гибкости наиболее эффективны пружинные движения с дальнейшей фиксацией позы [2].

Художественная гимнастика является одним из сложнокоординированных видов спорта. Для достижения результатов и высокого профессионализма в художественной гимнастике необходимо освоить сложнокоординационные движения, а также умение передавать не только общий вид движений, но и его детали. В общем виде понимаются возможности человека, которые определяют его подготовку к оптимальному управлению и регулированию двигательных действий [3].

Основным методологическим аспектом является повышение гибкости и координации движений спортсмена, благодаря системным упражнениям, которые требуют точности и ориентировки в пространстве.

### Литература:

1. Карпенко Л.А. Отбор и начальная подготовка занимающихся художественной гимнастикой: методические рекомендации. – Ленинград, 1999.
2. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика. – М.: Физическая культура и спорт, 2002.
3. Лях В.И. Совершенствование специфичных координационных способностей // Физическая культура в школе. – 2001. – №2.

## **ОПРЕДЕЛЕНИЕ СОМАТОТИПА ПО МЕТОДУ ХИТ-КАРТЕРА У СПОРТСМЕНОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ КОМПЛЕКСНЫМИ ЕДИНОБОРСТВАМИ**

**А.И. Латоша**

**Научный руководитель доцент М.Г. Половникова**

**Аннотация.** Среди спортсменок-единоборцев ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» проведена оценка соматотипов по методу Хит-Картера, что позволит более грамотно определять действие тренировочной нагрузки, а также функциональное состояние спортсменок.

**Ключевые слова:** соматотип, соматотипирование, соматотип по методу Хит-Картера, эндоморфия, мезоморфия, эктоморфия, комплексное единоборство.

Соматотип в антропологии означает тип телосложения человека, который определяется на основании физических данных и характеризует уровень, особенность обмена веществ (соотношение мышечной, жировой и костной ткани). Если тип телосложения человека может изменяться на протяжении всей его жизни, то соматотип обусловлен генетически и является постоянной его характеристикой с момента рождения до момента смерти, определяющей склонность к различным заболеваниям и психофизиологические особенности индивида. Существует несколько систем соматотипирования. Самой распространенной из них является схема В. Шелдона в модификации Б.Х. Хит и Дж.Е. Картера. Преимуществом схемы Хит-Картера является то, что по ней можно определить соматотипы людей обоего пола, всех национальностей и рас, находящихся в возрасте от 2 до 70 лет. Соматотипирование по Хит-Картеру учитывает три величины, отражающие различные аспекты телосложения: уровень развития жировой ткани (эндоморфия), костной и мышечной ткани (мезоморфия) и меру вытянутости тела (эктоморфия). Данные компоненты соматотипа рассчитываются по формулам на основе антропометрических измерений. Соматотипирование на основе антропометрических данных считается наиболее точным, поскольку производится ряд измерений физических показателей тела и на основе точных формул делается вывод о принадлежности к тому или иному типу телосложения.

В ходе работы были обследованы 10 студенток-спортсменок ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» в возрасте 18-19 лет, занимающихся комплексными единоборствами. Исследование включало определение тотальных, парциальных размеров тела, а также толщины подкожно-жировых складок. Соматотип по методу Хит-Картера определяли на основе антропометрических расчетных формул [1]. При определении соматотипа по Хит-Картеру у спортсменок-единоборцев было выявлено, что на долю девушек с эктоэндоморфным соматотипом приходится 30%, эндомезоморфным – 30% и мезоэндоморфным – 40%. Применение показателей соматотипов при систематических наблюдениях за спортсменками-единоборцами в комплексе с данными других исследований позволит более точно оценивать воздействие задаваемой тренировочной нагрузки, а также функциональное состояние спортсменок.

### **Литература:**

1. Алексанянц Г.Д. Возрастная и спортивная морфология: учебно-методическое пособие / Г.Д. Алексанянц и др. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 138 с.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ СОСТАВА ТЕЛА СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ КОМПЛЕКСНЫМИ ЕДИНОБОРСТВАМИ

А.И. Латоша

Научный руководитель доцент М.Г. Половникова

**Аннотация.** Среди спортсменов-единоборцев ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» проводили определение компонентного состава массы тела, что позволит более грамотно оценивать действие тренировочной нагрузки, а также функциональное состояние спортсменов.

**Ключевые слова:** обезжиренная масса тела, жировой, мышечный и костный компоненты веса тела.

Высокие достижения в спорте во многом зависят от размеров тела, типа телосложения и состава тела. При этом одним из основных показателей является чистая масса тела, а также количество жира в организме. Форма, размеры и состав тела во многом детерминированы на генетическом уровне. Однако эти параметры физического профиля могут изменяться. Если размер тела и телосложение можно поменять лишь незначительно, то состав тела можно существенно изменить с помощью правильного питания и физических упражнений. Силовые тренировки позволяют значительно увеличить мышечную массу, а диета в сочетании с интенсивными физическими нагрузками позволяют значительно уменьшить содержание жира в организме. Эти изменения могут способствовать достижению высоких спортивных результатов. При исследовании морфологического состояния спортсменов применяется большое количество методик, среди которых широкое распространение получила предложенная Я. Матейки (1921) методика определения состава массы тела. Она проста, доступна, а показатели состава массы тела, полученные с ее помощью, являются важным дополнением к другим сведениям, позволяющим характеризовать морфологическое состояние спортсменов [1].

Были обследованы 10 спортсменок ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» в возрасте 18-19 лет, занимающиеся комплексными единоборствами. В работе использовались антропометрический, калиперометрический методы определения состава тела. Исследование включало определение длины и веса тела, продольных, поперечных и обхватных размеров тела, а также толщины подкожно-жировых складок. Обезжиренная масса тела, жировой, мышечный и костный компоненты определялись аналитическим методом, предложенным Я. Матейки [1]. Анализ обезжиренной массы тела и компонентного состава веса тела спортсменок, занимающихся комплексными единоборствами показал, что доля обезжиренной массы тела в среднем составила 84,2%, относительная масса жирового компонента – 23,6%, мышечного – 49,25% и костного – 13,2%. Превалирование мышечного компонента у спортсменок данной специализации объясняется адаптацией к тренировочным нагрузкам, при этом сохраняется в пределах нормы жировой компонент. Таким образом, точное определение состава тела спортсмена позволяет установить, какая масса тела необходима для достижения высоких спортивных результатов.

### Литература:

1. Алексанянц Г.Д. Возрастная и спортивная морфология: учебно-методическое пособие / Г.Д. Алексанянц и др. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 138 с.

## **ОСОБЕННОСТИ ХРОНОТИПОВ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ КОМПЛЕКСНЫМИ ЕДИНОБОРСТВАМИ**

**А.И. Латоша**

**Научный руководитель доцент М.Г. Половникова**

**Аннотации.** Среди студентов-спортсменов 1-го курса ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», занимающихся комплексными единоборствами, провели анализ хронотипов, что позволит выявить ориентиры для оценки функционального состояния спортсменов и действий тренировочной нагрузки.

**Ключевые слова:** биоритмы, хронотип, спортсмен, комплексные единоборства.

На данном этапе развития спорта одним из наиболее важных факторов организации тренировочного процесса является прогнозирование спортивных достижений и функционального состояния организма спортсмена. Базой для научного подхода к использованию средств тренером должны быть закономерности биологического развития человека. Правильное понимание разных физиологических процессов, происходящих в живом организме, и целенаправленное управление ими невозможно без знания основ биологических ритмов. В связи с этим были проведены исследования по оценке хронотипов у студентов-спортсменов ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», занимающихся комплексными единоборствами.

В ходе работы были обследованы 10 спортсменов-единоборцев 1-го курса обоего пола, одной возрастной группы (17-18 лет), находящиеся в сходных социальных условиях. Для определения хронотипов использовалась методика О. Остберга в модификации С.И. Степановой, которая представляет собой опросник, состоящий из 23 вопросов [1]. На основе набранных баллов определялся хронотип: свыше 92 баллов – четко выраженный утренний тип («жаворонок»); 77-91 балл – слабовыраженный утренний тип; 58-76 баллов – аритмичный тип («голубь»); 42-57 баллов – слабовыраженный вечерний тип; ниже 41 балла – четко выраженный вечерний тип («сова»).

При оценке хронотипов студентов-единоборцев было установлено, что среди обследуемых наибольший процент приходится на людей с аритмичным типом (70%), остальная часть (30%) была представлена спортсменами со слабовыраженным утренним типом. Слабовыраженный вечерний, четко выраженный вечерний и четко выраженный утренний типы среди спортсменов, занимающихся комплексными единоборствами, не были выявлены. Согласно данным российских и зарубежных авторов, при определении хронотипов спортсменов наблюдается определенная закономерность: спортсмены, соревнования которых проводятся преимущественно в первой половине дня, имеют утренний и аритмичный хронотипы, а спортсмены, соревнования которых проводятся во второй половине дня, – аритмичный и вечерний хронотипы, что также подтверждается результатами наших исследований. Применение этих показателей при систематических наблюдениях за спортсменами в комплексе с данными других методов исследования позволит более точно оценивать действие тренировочной нагрузки, а также общее состояние спортсменов, что будет способствовать достижению высоких результатов в спорте.

### **Литература:**

1. Малоземов О.Ю. Биоритмология. – Екатеринбург: УГЛТУ, 2016. – 144 с.

## МЕТОДЫ СПОРТИВНОГО ОТБОРА ДЕТЕЙ ПО МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫМ ПРИЗНАКАМ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ГИМНАСТИКОЙ

М.М. Пашенко, А.А. Алейникова

Научный руководитель доцент О.В. Маякова

**Аннотация.** Существует множество методов спортивного отбора, одним из них является оценка внешних показателей в баллах по методике Л.В. Жигайловой и Н.Н. Пилюка.

**Ключевые слова:** гимнастика, методы отбора, спортивный отбор, морфофункциональные особенности, физические качества.

Спортивный отбор включает в себя комплекс мероприятий, направленных на определение морфофункциональных особенностей ребенка, степень развития его физических качеств, а также на поиск более талантливых и способных детей, которые смогут достичь наивысших результатов в конкретном виде спорта.

При наборе детей для занятий гимнастикой определяются особенности организма, его антропометрические данные, уровень физической подготовленности, и состояние здоровья спортсмена, а также учитываются их тип пропорций тела, особенности телосложения и возможности их изменения [3].

При выявлении уровня показателей физической подготовленности занимающихся учитывают: сенситивные периоды, возрастные периоды, сроки полового созревания, варианты развития: акселерацию и ретардацию [2].

При отборе для занятий гимнастикой тренер учитывает показатели роста и веса, уровень развития физических качеств и координации. Внешние показатели оценивают в баллах по методике Л.В. Жигайловой и Н.Н. Пилюка. Оценка всех метрических показателей зависит от попадания каждого измерения в определенную зону статистического распределения. Высшей оценкой считается 2,5 балла, она ставится, если показатель попадает в зону от 1 до 1,5 балла. Результаты в зоне отклонений равных двум оцениваются в 1,5 балла, в ранге от 3 – оценивают 1 баллом. Показатель выше трех оценивается пятью баллами, которые, используются для визуальной оценки внешних данных (длина и форма шеи, рук, ног, имеющиеся отклонения в осанке, уровень жираотложений в области живота и бедер) [1].

Таким образом, с помощью данной системы оценки показателей осуществляют спортивный отбор детей в секцию гимнастики.

### Литература:

1. Жигайлова Л.В. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов. Гимнастика. Курс лекций / Л.В. Жигайлова, Н.Н. Пилюк. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – С. 138-140.
2. Волков И.П. Теория и методика обучения в избранном виде спорта / И.П. Волков. – Минск, РИПО, 2015. – С. 80-82.
3. Федорова И.Н. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельности спортсменов. Курс лекций / И.Н. Федорова, Ю.В. Шкабарня. – Краснодар: КУФКСТ, 2014. – С. 29-30.

**ЗАБОЛЕВАНИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СПОРТСМЕНОК,  
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ В ГРУППАХ  
ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА**

**Е.О. Пупенко, И.И. Ясакова**

**Научный руководитель доцент О.В. Маякова**

**Аннотация.** В работе рассмотрены основные заболевания опорно-двигательного аппарата у спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой.

**Ключевые слова:** травмы позвоночного столба, коленного сустава, голеностопного сустава, художественная гимнастика.

Современный спорт с его достижениями и рекордами не всегда благоприятно сказывается на физическом и моральном состоянии спортсменок. В художественной гимнастике наиболее часто встречаются заболевания опорно-двигательного аппарата у гимнасток в возрасте 16-20 лет.

Выявлена следующая локализация острых травм: позвоночный столб 17%, тазобедренный сустав 15%, коленный сустав 19%, голеностопный сустав 38%.

Как правило, у девушек, имеющих разряд кандидат в мастера спорта и звание мастера спорта, выявлены острые боли в поясничном отделе позвоночного столба. Боли появляются в результате многократного выполнения упражнений на разгибание позвоночника. В результате обнаружены такие травмы, как: спондилолиз (перелом дуги позвонка); спондилолистез (смещение тела нижележащего позвонка). В период реабилитации спортсменкам назначается лечебная физическая культура и ношение специального корсета, необходимого для поддержания позвоночного столба [2].

В области коленного сустава у спортсменок выявлен тендинит (дистрофия ткани сухожилия), возникающий в результате длительных упражнений прыжкового характера и последующего неправильного приземления. Во время восстановления следует постепенно повышать физическую нагрузку, во время учебно-тренировочных занятий спортсменкам рекомендуется использовать такие защитные средства, как: тейп, бандаж, наколенник [3].

Основной травмой голеностопного сустава выступает разрыв ахиллова сухожилия, вызванный неправильным выполнением гимнастками элементов. У девушек часто встречаются вывихи и переломы стопы. К примеру, подворачивание стопы является основной причиной перелома лодыжки [1].

Для профилактики травм следует грамотно распределять нагрузку, учитывать уровень физической подготовки спортсменок, соблюдать периодичность медицинских осмотров девушек. Все это необходимо для сохранения спортивного долголетия спортсменок.

**Литература:**

1. Башкиров В.Ф. Возникновение и лечение травм у спортсменов / В.Ф. Башкиров. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 221 с.
2. Бурмакова Г.М. Пояснично-крестцовые боли у спортсменов и артистов балета (клиника, диагностика, лечение) / Г.М. Бурмакова // Вестник травматологии и ортопедии им. Н.Н. Приорова. – 2004. – №1. – 87 с.
3. Дубровский В.И. Цели и задачи спортивной медицины / В.И. Дубровский // Спортивная медицина: Учебник для студентов высших учебных заведений. – 2-е изд., доп. – М.: Гум. изд. центр ВЛАДОС, 2002. – 512 с.

**ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ АСИММЕТРИИ ЮНЫХ ВАТЕРПОЛИСТОВ**

Д.А. Ровный

Научный руководитель доцент Ю.А. Кудряшова

**Аннотация.** Для оптимизации и повышения результативности тренировочного процесса тренерам сборных команд рекомендовано оценивать индивидуальный профиль асимметрии спортсменов. В настоящей работе для определения латеральных предпочтений моторных и сенсорных функций юных ватерполистов использовали методику Н.Н. Брагиной и Т.А. Доброхотовой, адаптированную Е.М. Бердичевской. В исследовании приняли участие 11 ватерполистов, члены юношеской сборной Краснодарского края, возраст занимающихся составлял 13-14 лет, спортивная квалификация 1 юношеский разряд.

**Ключевые слова:** индивидуальный профиль асимметрии, юные ватерполисты, межполушарная асимметрия.

Межполушарная асимметрия является одной из основных закономерностей деятельности мозга – генетически детерминирована и может изменяться под влиянием спортивной тренировки [1, 2, 3]. Работ по изучению индивидуального профиля асимметрии (ИПА) у юных ватерполистов нами не обнаружено.

Анализ функциональной асимметрии отдельных билатеральных органов у юных ватерполистов выявил, что в рейтинг наиболее распространенных профилей асимметрии входят:

1. «абсолютно правый» вариант ИПА – «пппп» – 64% (ведущие: правая рука, нога, глаз, ухо)
2. «перекрестный» вариант ИПА – «пЛпЛ» – 18% (ведущие: правая рука, нога, ухо, левый глаз)

Один спортсмен из всей группы исследуемых имел ведущую левую руку, ногу и ухо, но правый глаз («ЛЛпЛ»).

Водное поло ситуационный вид спорта, в результате чего во время напряженной игровой деятельности «чистые правши» превосходят других представителей латеральных фенотипов по степени выраженности произвольной регуляции моторики как правой, так и левой руки. При этом в управлении моторикой правой руки существенную роль играет механизм центральных команд, а для левой руки более значим механизм филогенетически древнего кольцевого рефлекторного управления. Во время атакующих действий на ворота соперника нападающий должен совершить наименьшее число ошибок как правой, так и левой рукой, обладать укороченным режимом реагирования, даже при выполнении очень сложных технико-тактических действий, и с этой задачей великолепно справляются «чистые правши». Для них свойственна наивысшая точность оценивания пространственных и временных показателей, надежность пространственной ориентации, скорости и качества считывания информации. Правая рука у правшей более результативно выполняет привычные действия, левая – неожиданно возникающие и ложные при высоком уровне полицеливого обеспечения и дефицита времени. Однако при реализации защитных действий на первый план выходит не скорость считывания информации, а меньшая утомляемость, которая характерна для спортсменов со смешанным ИПА [2].

В заключение хотелось бы отметить, что при распределении игроков по игровому амплуа необходимо учитывать ИПА. Так, для нападающих характерен абсолютно правый тип ИПА. Во время игровой деятельности в водном поло в нападение целесообразно ставить игроков с правым типом ИПА, характеризующихся хорошей точностью пространственно-временных изменений и высокой скоростью в обработке получаемой информации. Игроки со смешанным ИПА выгодно реализуются в защите, так как они более выносливы и подвержены меньшему утомлению, вследствие распределения нагрузки на оба полушария.

### **Литература:**

1. Кудряшова Ю.А. Морфологические характеристики фехтовальщиков на разных этапах подготовки с учетом функциональной асимметрии конечностей / Ю.А. Кудряшова, В.В. Шалимова, Е.М. Бердичевская, Е.А. Кудряшов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №2. – С. 96-101.
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 // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2012. – № 4. – С. 55-58.
3. Чемерчей О.А. Факторная структура моторной дихотомии конечностей спортсменов, занимающихся прикладными видами единоборств / О.А. Чемерчей, А.В. Еганов // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2017. – Т.12. – №2. – С. 225-234.



## ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ АСИММЕТРИИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ВАТЕРПОЛИСТОВ

Д.А. Ровный

Научный руководитель доцент Ю.А. Кудряшова

**Аннотация.** Исследования функциональной асимметрии в спорте доказывают возможность и целесообразность управления тренировочным процессом с учетом индивидуального профиля асимметрии спортсмена. В настоящей работе обследовано 11 ватерполистов московской команды «УОР-4» Штурм 2002, возраст занимающихся составлял 15-16 лет, спортивная квалификация 1 разряд. Для оценивания латеральности парных органов юных ватерполистов за основу приняли методику Н.Н. Брагиной и Т.А. Доброхотовой, адаптированную Е.М. Бердичевской.

**Ключевые слова:** индивидуальный профиль асимметрии, ватерполисты, межполушарная асимметрия.

Функциональная асимметрия мозга может определяться как генетическими факторами, так и паратипическими, в частности влиянием спортивной тренировки [1,2,3]. Работ по изучению индивидуального профиля асимметрии (ИПА) у квалифицированных ватерполистов нами не обнаружено.

Анализ функциональной асимметрии отдельных билатеральных органов у квалифицированных ватерполистов выявил, что в рейтинг наиболее распространенных профилей асимметрии входят:

1. «преимущественно правый» вариант ИПА – «пАпп» – 36,4% (ведущие: правая рука, глаз, ухо, симметрия функций ног)
2. «абсолютно правый» вариант ИПА – «пппп» – 18,2% (ведущие: правая рука, нога, глаз, ухо)
3. «смешанный» вариант ИПА – «пАЛп» – 18,2% (ведущие: правая рука и ухо, левый глаз и симметрия функций ног)
4. «перекрестный» вариант ИПА – «пЛпп» – 18,2% (ведущие: правая рука, глаз, ухо, левая нога) [2].

Один ватерполист из всей группы исследуемых имел ведущую правую руку и ногу, но левый глаз и ухо («ппЛЛ»).

Особенности межполушарной асимметрии у квалифицированных ватерполистов генетически детерминированы и отражают долговременную адаптацию под влиянием спортивной тренировки. По-видимому, «преимущественно правый» вариант ИПА («пАпп»), был сформирован под влиянием многолетней тренировочной нагрузки и в процессе спортивного отбора. Амбидекстрия нижних конечностей способствует равномерному распределению веса тела на обе конечности и меньшей утомляемости по сравнению со спортсменами, имеющими односторонний тип доминирования функции.

### Литература:

1. Бердичевская Е.М. Функциональная межполушарная асимметрия и спорт // Функциональная межполушарная асимметрия: хрестоматия. – М.: Научный мир, 2004. – С. 636-672.
2. Таймазов В.А. Значение функциональной асимметрии как генетического маркера спортивных способностей / В.А. Таймазов, С.Е. Бакулев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2006. – №22. – С. 74-82.
3. Кудряшова Ю.А. Морфологические показатели и асимметрии юных ватерполистов / Ю.А. Кудряшова, Д.А. Ровный, Е.А. Кудряшов, О.А. Медведева, О.В. Маякова, М.Г. Половникова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №3. – С. 74-81.

## ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ АСИММЕТРИИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ВАТЕРПОЛИСТОВ

Д.А. Ровный

Научный руководитель доцент Ю.А. Кудряшова

**Аннотация.** Асимметрии человека представляют собой значительный резерв в повышении эффективности тренировочного процесса в спорте. В настоящей работе для оценивания латеральности парных органов юных ватерполистов за основу приняли методику Н.Н. Брагиной и Т.А. Доброхотовой (1994). Программа тестовых заданий была адаптирована Е.М. Бердичевской (1999). Перечень данных тестов включал 53 пробы для определения латеральных предпочтений моторных и сенсорных функций. В исследовании приняли участие 11 ватерполистов московской команды «Штурм 2002», возраст занимающихся составлял 17-18 лет, 10 человек имели разряд КМС, 1 человек МС.

**Ключевые слова:** индивидуальный профиль асимметрии, высококвалифицированные ватерполисты, межполушарная асимметрия.

Исследования функциональной асимметрии в спорте высших достижений дают возможность оптимизации тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсмена [1, 2, 3]. Работ по изучению индивидуального профиля асимметрии (ИПА) у высококвалифицированных ватерполистов нами не обнаружено.

Анализ функциональной асимметрии отдельных билатеральных органов у квалифицированных ватерполистов выявил следующие особенности ее дифференцировки по направленности и степени выраженности. Выявлено, что для большинства спортсменов (54,5%) был характерен «преимущественно правый» тип ИПА (пАпп) с сочетанием правой ведущей руки, глаза и уха, но с симметрией нижних конечностей. Кроме того, 18,2% исследуемых обладали правой ведущей рукой и ухом, симметрией ног и левым ведущим глазом (пАЛп). Также было выявлено по одному спортсмену с абсолютно правым вариантом ИПА (пппп), «преимущественно правым» вариантом ИПА (пппЛ) с сочетанием правой ведущей руки, ноги и глаза, но левого уха и один «чистый левша» (ЛЛЛЛ).

Особенности межполушарной асимметрии у высококвалифицированных ватерполистов генетически детерминированы и отражают долговременную адаптацию под влиянием спортивной тренировки. В связи с этим можно предположить, что «преимущественно правый» вариант ИПА («пАпп») был сформирован под влиянием многолетней тренировочной нагрузки и в процессе спортивного отбора. Амбидекстрия нижних конечностей способствует равномерному распределению веса тела на обе конечности и меньшей утомляемости по сравнению со спортсменами, имеющими односторонний тип доминирования функции.

### Литература:

1. Бердичевская Е.М. Функциональная межполушарная асимметрия и спорт // Функциональная межполушарная асимметрия: хрестоматия. – М.: Научный мир, 2004. – С. 636-672.
2. Таймазов В.А. Значение функциональной асимметрии как генетического маркера спортивных способностей / В.А. Таймазов, С.Е. Бакулев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2006. – №22. – С. 74-82.
3. Кудряшова Ю.А. Морфологические показатели и асимметрии юных ватерполистов / Ю.А. Кудряшова, Д.А. Ровный, Е.А. Кудряшов, О.А. Медведева, О.В. Маякова, М.Г. Половникова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №3. – С. 74-81.

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ С ПРОФИЛЕМ МОРФОЛОГИЧЕСКОЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ**

**С.С. Сабурова**

**Научный руководитель доцент Ю.А. Кудряшова**

**Аннотация.** В работе представлен обзор причин нарушения осанки и их связь с морфологическими и функциональными асимметриями.

**Ключевые слова:** осанка, морфологическая асимметрия, функциональная асимметрия, профиль асимметрии.

По данным В.А. Челнокова (2007), приблизительно 80% молодых людей имеют различные нарушения осанки и деформации позвоночника. По данным А.В. Левина и А.Д. Викулова (2013), к основным причинам нарушений осанки относят: специфические особенности и наследственность, статические нарушения (неправильные позы, провоцирующие деформации), нездоровый образ жизни и заболевания (рахитический, ревматический сколиозы). О.К. Марченко (2012) выделяет другие причины: нарушение окостенения позвонков, близорукость, остеопороз, анкилоз и нарушения мышечно-связочного аппарата.

Известно, что нарушения осанки проявляются в форме функциональных и морфологических изменений и заболеваний позвоночного столба органического характера, что делает возможным их раннюю диагностику. Профиль функциональной сенсомоторной асимметрии – это динамическая система, определяющая межполушарное взаимодействие в анализаторных системах в целом.

По данным Г.Е. Егорова (1972), 14,8% профессиональных баскетболистов с ярко выраженным правым или левым профилем асимметрии имели нарушения осанки. В заключение своего исследования Г.Е. Егоров утверждает, что факторы асимметричной нагрузки в период наиболее интенсивного роста организма могут быть причиной, а также условием развития неправильной осанки и даже сколиоза.

Вероятно, что наличие выраженной односторонней морфологической и функциональной асимметрии будет вызывать асимметричность осанки и, как следствие, различные биомеханические нарушения опорно-двигательного аппарата. Поскольку вопрос о развитии нарушений осанки и их корреляции с морфологическими и функциональными асимметриями у лиц, не имеющих высокой спортивной квалификации, в литературе освещен недостаточно, исследование взаимосвязи профиля асимметрии и морфологических асимметрий с нарушениями осанки является актуальным.

### **Литература:**

1. Егоров Г.Е. Асимметричная нагрузка при занятиях спортом как фактор, способствующий развитию сколиозов и нарушений осанки // Теория и практика физической культуры. – 1972. – № 9. – С. 20-23.
2. Левин А.В. Этиология и классификация нарушений осанки / А.В. Левин, А.Д. Викулов // Ярославский педагогический вестник. – 2013. – Том III (Естественные науки). – С. 12-15.
3. Марченко О.К. Основы физической реабилитации // Учебник для студентов вузов. – Олимп. Лит, 2012. – С. 250-255.
4. Челноков В.А. Модульная технология применения физических упражнений при профилактике остеохондроза позвоночника у населения России // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 1. – С. 12-16.

## **ВЛИЯНИЕ МАС-РЕСТЛИНГА НА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СПОРТСМЕНОВ**

**И.И. Самохин**

**Научный руководитель доцент О.В. Маякова**

**Аннотация.** Рассматриваются морфологические особенности у занимающихся мас-рестлингом. В ходе работы выявлены основные закономерности и особенности у занимающихся.

**Ключевые слова:** мас-рестлинг, единоборства, суставы, мышцы.

Мас-рестлинг – это древний вид единоборства, который зародился в Республике Саха (Якутия) и был описан еще в 17 веке, а в 2003 году получил аккредитацию в Министерстве спорта Российской Федерации. Уникальность данной дисциплины борьбы заключается в том, что значительное число технических действий выполняется со сменой центра тяжести и переменной опорной ноги. Это делает его зрелищным и интересным видом спорта. Словосочетание «мас-рестлинг» складывается из двух слов: [Мас] – в переводе с якутского «деревянная палка» + [рестлинг] – в переводе с английского «борьба».

Мас-рестлинг является единоборством, где борьба происходит за счет мышц спины, рук и ног, их развитию уделяется большое внимание. Основной упор делается на разработку тазобедренного, коленного, плечевого сустава и на растягивание мышц туловища и нижней свободной конечности [1].

Большинство приемов связано со скоростью передвижения и силой этого движения, что развивает глубокие мышцы туловища и четырехглавую мышцу бедра. «Тяга», «наклоны», «шаги» – основные движения и нагрузка оппонентов, такие отягощения развивают мышцы-разгибатели спины, трапециевидные мышцы. Занятия этим видом спорта проходят в тренажерном зале, используются тренажеры для занятий тяжелой атлетикой. Цепкий хват и быстрая работа ногами увеличивает у спортсмена приток крови к верхним и нижним конечностям, улучшает кровообращение, снижает жировой компонент и улучшает функциональное состояние организма [2].

Мас-рестлинг укрепляет тазобедренный, коленный, голеностопный и плечевой сустав. Более успешные имеют невысокий рост, укороченные конечности, малый процент жира, рельефные мышцы. Комплекс занятий по мас-рестлингу способствует развитию таких двигательных качеств, как сила, ловкость, быстрота.

Таким образом, мас-рестлинг является полезным и эффективным видом спорта, который способствует формированию определенных морфофункциональных особенностей спортсмена и его оздоровлению.

### **Литература:**

1. Захаров А.А. Мас-рестлинг: учебное пособие / А.А. Захаров // Северо-Восточный федеральный университет, Издательский дом СВФУ. – Якутск. – 2011. – 168 с.
2. Кривошапкин П.И. Мас-рестлинг / П.И. Кривошапкин // Биомеханические основы техники, тактики и методики. – Якутск. – 2004. – 196 с.

## ОСОБЕННОСТИ ХРОНОТИПОВ СПОРТСМЕНОВ-БАСКЕТБОЛИСТОВ

**В.С. Филимонова**

**Научный руководитель доцент М.Г. Половникова**

**Аннотации.** Среди студентов-спортсменов 1-го курса ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», занимающихся баскетболом, проводили анализ хронотипов, что позволит выявить ориентиры для оценки функционального состояния спортсменов и действий тренировочной нагрузки.

**Ключевые слова:** биоритмы, хронотип, спортсмен, баскетбол.

Биологический ритм является механизмом, который способствует адаптации организма человека к условиям жизни. Четкая работа этого механизма способствует правильной организации режима нагрузок и отдыха в ходе тренировок. Биологические ритмы необходимо учитывать в ходе умственной и физической деятельности, процессе восстановления сил спортсмена, рационального режима питания. Имея информацию о ритмах жизнедеятельности человека можно рационально спланировать подготовку спортсмена на всех этапах тренировочного цикла. В связи с этим были проведены исследования по изучению хронотипов у студентов-спортсменов ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», занимающихся баскетболом.

В ходе работы были обследованы 15 студентов-спортсменов 1-го курса обоего пола, одной возрастной группы (17-18 лет), находящиеся в сходных социальных условиях. Для определения хронотипов использовалась методика О. Остберга в модификации С.И. Степановой, которая представляет собой опросник, включающий 23 вопроса [1]. На основе набранных баллов определялся хронотип: свыше 92 баллов – четко выраженный утренний тип («жаворонок»); 77-91 балл – слабовыраженный утренний тип; 58-76 баллов – аритмичный тип («голубь»); 42-57 баллов – слабовыраженный вечерний тип; ниже 41 балла – четко выраженный вечерний тип («сова»).

При оценке хронотипов студентов-баскетболистов было установлено, что среди 15 обследуемых наибольший процент приходится на людей с аритмичным типом (60%), при этом на долю остальных типов (слабо выраженный утренний, слабо выраженный вечерний, четко выраженный вечерний типы) приходилось по 13,3%. Четко выраженный утренний тип среди спортсменов-баскетболистов не был выявлен.

На современном этапе развития спорта важнейшим фактором организации тренировочного процесса является прогноз спортивных достижений и функционального состояния организма спортсмена. Научной основой в использовании методических средств педагогами, тренерами должны быть знания закономерностей биологических ритмов человека. Поэтому полученные результаты позволят выявить ориентиры для оценки функционального состояния спортсменов, занимающихся баскетболом. Знание закономерностей хронобиологии позволяет осуществлять прогноз состояний организмов спортсменов, что увеличит их конкурентоспособность, качество спортивных успехов и достижений (личных, национальных, континентальных, мировых).

### **Литература:**

1. Малоземов О.Ю. Биоритмология. – Екатеринбург: УГЛТУ, 2016. – 144 с.

## **ЗНАЧЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ ПРИ НАБОРЕ ДЕТЕЙ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ГИМНАСТИКОЙ В ПЕРИОД РАННЕГО ДЕТСТВА**

**А.А. Фисак, Э.Р. Кунбутаева**

**Научный руководитель доцент О.В. Маякова**

**Аннотация.** Физическое развитие ребенка связано с его интеллектуальным и психологическим развитием. В настоящее время работает большое количество развивающих центров для детей, начиная с полутора лет. Каждый из центров выбирает различные способы и методы. Наиболее распространены методики: Домана, Вальдорфская педагогика, Сесиль Лупан и система Монтессори и др.

**Ключевые слова:** визуальный метод отбора в гимнастике, методика Г. Домана, метод С. Лупан.

Основа гимнастики для детей раннего возраста должна состоять из ходьбы, лазания, преодоления препятствий, различных игр с мячом, флажками, гимнастическими палками, музыкальных и танцевальных уроков, подвижных игр. Самой эффективной формой проведения гимнастики с ребенком раннего возраста является игра [1].

Ребенок в возрасте от 1 года до 3 лет восприимчив и склонен к подражанию, поэтому надо показывать ему упражнения самим, при этом сравнивать эти упражнения с движениями животных, с персонажами из сказок. Усложнять задания нельзя, нужно обучать постепенно и только после того, как малыш овладеет более простыми движениями.

Методика Глена Домана заключается во взаимосвязи интеллектуального и физического развития. Доман утверждал, что физические упражнения с первых месяцев жизни будут способствовать хорошему развитию мышления и продвигал идею раннего развития двигательного интеллекта ребенка [2].

Вальдорфская педагогика ориентирована на творческое и духовное развитие личности. Здесь изучают народную культуру, изобразительное искусство, песни, танцы, и конечно же все это прекрасно применяется в гимнастике.

Сесиль Лупан считала активные занятия физическими упражнениями в раннем возрасте залогом успешного развития интеллекта. По ее мнению, самые лучшие преподаватели для ребенка — это родители, не нужно все время проверять ребенка, любознательность поддерживается быстротой и новизной, а самое главное обучение — это игра, которую нужно прекращать до того, как ребенок устанет [3].

### **Литература:**

1. Багрова И.Г. Сурдопедагогика / Багрова И.Г. – М.: «Владос», 2004. – 655 с.
2. Дольникова В.И. Гармоничное развитие ребенка / В.И. Дольникова, Г.К. Доман. – М.: Аквариум, 1996. – 448 с.
3. Мудрик В.А. Социальная педагогика / В.А. Мудрик. – М.: Академия, 2007. – 224 с.

## ВЛИЯНИЕ ПЛАВАНИЯ НА ОРГАНИЗМ ДЕТЕЙ ГРУДНОГО ВОЗРАСТА

К.А. Шульгина

Научный руководитель доцент О.В. Маякова

**Аннотация.** Плавание способствует стимуляции обменных процессов в организме, укреплению сердечно-сосудистой, дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата, а также повышает общий тонус организма, улучшается сон и аппетит ребенка. Вода действует как массаж, нормализует нервную и другие системы организма.

**Ключевые слова:** младенческое плавание, водная среда, стимуляция обменных процессов, физическое развитие, закаливание организма, здоровье.

Дети, занимающиеся плаванием, растут здоровыми, закаленными, психически уравновешенными. Они намного раньше своих сверстников начинают ходить, овладевают речью и осваивают сложные двигательные навыки.

Младенческое плавание появилось в России недавно. Грудничковое плавание способствует стимуляции обменных процессов в организме, укрепляет сердечно-сосудистую, дыхательную системы, опорно-двигательный аппарат, повышает общий тонус организма, улучшает сон и аппетит ребенка. Вода действует как массаж, нормализует нервную и другие системы организма. Для детей с отклонениями физического развития, плавание является полноправной частью терапии [2].

Систематические занятия в бассейне развивают гибкость, уравновешенность и позволяют избежать проблем со здоровьем, связанных как с ожирением, так и с диабетом. Плавание способствует закаливанию организма. Известно, что теплоемкость воды в 28 раз выше теплоемкости воздуха, организм человека теряет в воде в 30 раз больше тепла, чем на воздухе, поэтому водные процедуры являются сильным закаливающим средством [1].

Плавание оказывает влияние на формирование личности ребенка. Психологи установили, что ребенок, преодолевая сопротивление толщи воды, развивает в себе такие черты личности, как: целеустремленность, настойчивость, решительность, смелость, умение проявлять самостоятельность. По мнению психологов, дети до 6 месяцев не имеют чувства страха. Поэтому начинать занятия грудничковым плаванием можно после консультации с педиатром и при отсутствии противопоказаний уже на 2–3-й неделе жизни ребенка, когда у него полностью заживет пупочная рана [3].

Первые занятия длятся 5–10 минут, впоследствии длительность возрастает до 20 минут. А в 2–3 месяца тренировка может длиться полноценные 40 минут.

Плавание для детей младенческого возраста не только возможно, но еще и желательно. Оно доступно для младенцев и их родителей, а самое главное – оказывает положительное влияние на организм.

### Литература:

1. Азаренко Т. Как рыбка в воде / Т. Азаренко. – М.: Издательство Ресурс, 2018. – 144 с.
2. Петрова Н.Л. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. – М.: Издательство Гранд-Фаир, 2008. – 120 с.
3. Янушанец Н.Ю. Плавать раньше, чем ходить / Н.Ю. Янушанец. – СПб.: Издательство Питер, 2003. – 192 с.

# **КАФЕДРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ** **И ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ**

УДК 614.8

## **МЕРОПРИЯТИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЭВАКУАЦИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ПРИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОМ АКТЕ**

**Л.С. Бавыкина**

**Научный руководитель старший преподаватель А.И. Величко**

**Аннотация.** В данной работе говорится о проблеме распространения терроризма с образовательных учреждений. Также рассказывается об основных действиях при эвакуации.

**Ключевые слова:** безопасность, террористический акт, эвакуация, план действий.

Под сущностью терроризма следует понимать совокупность оригинальных признаков, характерных черты и отличительных особенностей, присущих терроризму как социально-политической и правовой категории и составляющих его внутреннее содержание [1]. На сегодняшний день борьба с терроризмом стала одной из глобальной проблем. Люди гибнут в домах, в общественном транспорте, на отдыхе, а также в образовательных учреждениях.

Обнаружить опасный предмета в образовательном учреждение может либо сотрудник, либо учащийся. Такие предметы, как пакет, сумка, игрушка, могут оказаться взрывными, если:

- слышны щелчки или тиканье часов;
- имеет специфический запах (хлор, аммиак);
- видны провода, веревки.

Также угроза террористов может поступить по телефону, либо в письменной форме. В случае появления опасности террористического акта действия сотрудников в образовательных учебных заведениях в первую очередь обязаны быть ориентированы на обеспечение защищенности учащихся, их эвакуацию, спасение и при надобности осуществление первой врачебной помощи.

Во время озвучивания сигнала «Внимание» необходимо двигаться организованно и решительно. Вся информация должна быть немедленно донесена до заместитель директора школы по обеспечению безопасности. У ответственного должен быть разработан план действий и эвакуации детей.

При проведении эвакуации нужно:

1. Определить выходы в безопасную зону за короткое время.
2. Препятствовать возникновению паники.
3. В первую очередь эвакуация должна начинаться с того места, где обнаружен подозрительный предмет.
4. Напомнить учащимся и работникам, что следует взять с собой верхнюю одежду и по возможности личные вещи.
5. Также важно отключение электро- и радиопередающих устройств.

Терроризм стал одним из более небезопасных вызовов защищенности общества. Чаще всего террористические акты направлены на воздействие общества либо власти. Серьезной опасности подвергаются также крупные объекты, образовательные, политические, экономические и культурные центры. Террористические акты становятся все более масштабными и разнообразными по формам проявления и использованию технических средств [2].

### **Литература:**

1. [https://docs.google.com/presentation/d/1iLawSYfdbApHPPIRQNf8UEnws8mcx2S4O2bYf\\_ckTP4/edit?pli=1#slide=id.p130](https://docs.google.com/presentation/d/1iLawSYfdbApHPPIRQNf8UEnws8mcx2S4O2bYf_ckTP4/edit?pli=1#slide=id.p130)
2. Петров С.В. Обеспечение безопасности в образовательных учреждениях. – 2006. – 115 с.



**НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ФАКТОРЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ,  
ВЛИЯЮЩИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА****Л.С. Бавыкина****Научный руководитель старший преподаватель К.Р. Саакова**

**Аннотация.** В работе говорится об отрицательных факторах окружающей среды, которые влияют на здоровье человека. Также рассматриваются различные источники загрязнения природы.

**Ключевые слова:** человек, факторы, влияние, заболевания, организм, здоровье, окружающая среда.

За последний век человеческая деятельность сумела воздействовать на Землю. Как демонстрирует реальность, она становится единым источником загрязнений в находящейся среде. По этой причине происходит: снижение плодородия, деградация территорий, изменение в худшую сторону свойств воздуха и воды. На здоровье человеческого организма оказывают большое влияние природные факторы, а также такие как химические, биологические, климатические факторы также питание и воздух. Например выбросы отходов в окружающую среду. Из-за химических соединений после которых происходит попадание в воздушное и водное пространства, а затем, посредством употребления пищи и воды. В итоге все органы человека будут содержать несколько миллиграмм ядовитых веществ.

Биологическими факторами служат паразиты, вирусы и бактерии. Есть факторы, влияющие на человека из-за погодных условий. Такие факторы могут вызвать обострение заболеваний суставов, головные боли, повышение или понижение артериального давления.

Также от качества пищи зависит здоровье организма. Каждый день человек нуждается в белковых соединениях, углеводах, жирах, микроэлементах и витаминах. При недостатке таких микроэлементов и витаминов происходит развитие заболеваний сердечно – сосудистой системы, пищеварительных каналов, нарушение обменных процессов.

Негативное воздействие на организм человека и окружающую среду оказывают промышленные предприятия, расположенные в черте города, вблизи жилых районов. Воздух является основным фактором окружающей среды. Ежедневно уменьшается количество углекислого газа. Происходит выброс вредных веществ в атмосферу.

Окружающий мир и организм человека представляют собой систему «Человек – среда обитания». В современных условиях все выбросы в окружающую среду наносят вред здоровью. В процессе жизнедеятельности люди стремятся к максимальному уменьшению загрязнения окружающей среды, самостоятельно заботятся об окружающей среде, поддерживая природный баланс, в котором человек способен к комфортным условиям жизнедеятельности.

**Литература:**

1. Агаджанян Н. Экология, здоровье и перспективы выживания // Зеленый мир. – 2004. – № 13-14. – С. 10-14.
2. Протасов В.Ф. Экология, здоровье и охрана окружающей среды в России: Учебное и справочное пособие. – 3-е изд. – М.: Финансы и статистика, 2001. – 672 с.
3. Ревич Б.А. Загрязнение окружающей среды стойкими органическими загрязнителями и здоровье населения / Б.А. Ревич, А.А. Шелепчиков // Гигиена и санитария. – 2008. – №4. – С. 6-31.

## АНАЛИЗ ОТНОШЕНИЯ УЧЕНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ К СЛУЖБЕ В РЯДАХ РОССИЙСКОЙ АРМИИ

А.С. Градовец

Научный руководитель профессор А.Г. Ахромова

**Аннотация.** Изучено отношение школьников к службе в армии, выявлены причины формирования негативного или позитивного отношения к службе в рядах Российской армии, проанализированы формы и методы допризывной подготовки.

**Ключевые слова:** допризывная подготовка, школьники, военная служба, Российская армия.

Социологические исследования показывают, что в сознании общества по отношению к современной армии все более активно присутствуют две противоположные точки зрения. Одна из них – это рост доверия населения к армии, другая – низкий престиж военной службы и стремление значительной части юношей по тем или иным причинам уклониться от исполнения воинского долга. Таким образом, характер отношения призывников к предстоящей военной службе отличается противоречивостью [1].

Анализ литературы свидетельствует о том, что в формировании отношения к военной службе большая роль принадлежит допризывной подготовке. У призывников постепенно меняются представления о ее стиле и характере, причем школьники старших классов высказываются за разнообразие форм допризывной подготовки к военной службе. В связи с этим мы решили провести исследование, позволяющее выявить причины формирования негативного или позитивного отношения школьников к службе в армии, а также изучить формы и методы допризывной подготовки, которая во многом и формирует это отношение.

Цель исследования – изучить отношение школьников старших классов к службе в рядах Российской армии.

Задачи исследования:

1. Изучить современное состояние проблемы допризывной подготовки юношей к военной службе.
2. Изучить отношение школьников 10-х и 11-х классов к службе в рядах Российской армии.
3. Провести анализ мероприятий, проводимых в школе, имеющих военно-патриотическую направленность.
4. Дать практические рекомендации в области военно-патриотического воспитания школьников.

Методы исследования: анализ специальной литературы, педагогическое наблюдение, анкетирование школьников по анкете, определяющей отношение к военной службе, методы математической статистики.

В эксперименте принимали участие 40 юношей 10-х и 11-х классов.

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о том, что среди учеников старших классов имеются те, кто хочет служить в армии, но в то же время есть достаточно большое число юношей, не желающих отдать воинский долг, причем и те, и другие имеют четкую аргументацию своего мнения. Во многом мнение школьников о военной службе связано с уровнем допризывной подготовки, которая, по нашему мнению, нуждается в существенном реформировании.

**Литература:**

1. Крутилин Д.С. Об укладе военной службы по призыву в современных вооруженных силах России // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2013. – № 6 (118). – С. 101-112.

**ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ  
ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**В.В. Демченко**

**Научный руководитель доцент Ю.И. Чуйко**

**Аннотация.** Разработаны тематика и формы организации занятий на уроках предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (БЖД), направленные на решение задач патриотического воспитания старшеклассников. Даны рекомендации по патриотическому воспитанию школьников.

**Ключевые слова:** старшеклассники, патриотическое воспитание.

Проблема патриотического воспитания старшеклассников в российских школах актуальна как никогда. Немало школьников, потенциальных призывников, не имеют позитивной мотивации к воинской службе. Значительная часть молодежи воспринимает ее как неблагоприятную повинность, как неприятную неизбежность [2]. Отсюда актуальность патриотического воспитания – нужно предлагать старшеклассникам убедительные ориентиры для подражания, новые эффективные методы воздействия на их еще не сформировавшееся сознание [1].

Целью нашей работы являлась разработка и апробация на уроках дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» системы патриотического воспитания школьников старших классов для формирования у них чувства любви и преданности своей Родине.

На основе анализа специальной литературы и бесед с опытными педагогами нами была предложена организация учебно-воспитательной работы на уроках БЖД следующим образом:

- была выбрана учебная программа, содержащая тематику и задания по решающим вопросам патриотического воспитания старших школьников;
- были использованы современные образовательные технологии личностноориентированного обучения.

В предложенную нами к использованию учебную программу были включены темы: «Основы военной службы», «Боевые традиции ВС РФ», «ВС РФ – защитники нашего Отечества и его национальных интересов», «Символы воинской чести» и другие, изучение которых знакомит молодых людей с историей создания ВС РФ, структурой, функциями и задачами современных ВС, их ролью в системе обеспечения национальной безопасности. Изучение данной тематики вызывает у учащихся гордость за наши Вооруженные Силы и за нашу Родину. Важно подчеркнуть, что уроки проводились так, чтобы ученики в процессе изучения материала были не пассивными слушателями, а активными участниками занятия.

Анализ анкетирования и опроса участников нашего исследования свидетельствует о положительном влиянии предложенной нами тематики и организации занятий на патриотическое воспитание старшеклассников, что позволяет рекомендовать ее к использованию при работе в старших классах.

**Литература:**

1. Бака М.М. Физическая и военно-прикладная подготовка допризывной молодежи / Учебн.-метод. пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – С. 3-6.
2. <https://vospitanie.guru/patrioticheskoe/problemny>

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ  
УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ С ИХ УСПЕВАЕМОСТЬЮ ПО  
ПРЕДМЕТУ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**А.Р. Закутский**

**Научный руководитель доцент Ю.И. Чуйко**

**Аннотация.** Установлена положительная связь между уровнем проявления некоторых физических качеств и успеваемостью по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» у учащихся старших классов общеобразовательной школы. Даны рекомендации по планированию их двигательной активности.

**Ключевые слова:** старшеклассники, физическая подготовленность, успеваемость, образовательная школа.

Существует противоречивое мнение по поводу благотворного влияния физического воспитания на умственные способности детей школьного возраста. Одни специалисты утверждают, что физические упражнения способствуют улучшению памяти, логики детей, улучшают работоспособность [1]. Другие исследователи склоняются к тому, что физическое воспитание и спорт практически не влияют на умственные способности, а в некоторых случаях ухудшают дисциплину [2]. Мы предполагали, что уровень развития физических способностей положительно коррелирует с успеваемостью по основным школьным учебным дисциплинам.

Объектом исследования был уровень физической подготовленности школьников старших классов и их успеваемость по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ). Предметом исследования являлась степень связи показателей физической подготовленности и оценок по данной дисциплине. Цель настоящей работы – выявить взаимосвязь между показателями физической подготовленности и оценками по предмету ОБЖ.

Для достижения цели нам предстояло произвести статистический анализ собранных данных и рассчитать корреляционные связи физической подготовленности с успеваемостью учеников старших классов по указанной дисциплине. В результате математической обработки была обнаружена достоверная положительная связь между некоторыми показателями уровня физической подготовленности и успеваемостью по предмету ОБЖ.

В частности установлено, что:

- выносливость коррелирует с успеваемостью по ОБЖ с высоким уровнем достоверности ( $r = 0,58$ ;  $P < 0,01$ );
- достаточно высокий показатель коэффициента корреляции наблюдаются между скоростно-силовыми качествами и успеваемостью по ОБЖ ( $r = 0,49$ ;  $P < 0,05$ );
- координационные способности и показатели гибкости практически не имеют достоверной связи с оценками по учебной дисциплине ОБЖ.

Результаты нашего исследования могут быть использованы учителями по физической культуре и ОБЖ в общеобразовательных школах при планировании двигательной активности старшеклассников.

**Литература:**

1. <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2017/01/22/vliyanie-fizicheskogo-vozpitanija-na-umstvennoe>
2. [https://vkusnyasha.ru/statyi\\_na\\_saite/5021-otricatelnoe-vozdjejjstvie-sporta-na-detejj.html](https://vkusnyasha.ru/statyi_na_saite/5021-otricatelnoe-vozdjejjstvie-sporta-na-detejj.html)

## МЕТОДЫ УКРЕПЛЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИИ

К.К. Загула

Научный руководитель старший преподаватель А.И. Величко

**Аннотация.** В работе рассматривается анализ положения новейшей стратегии национальной безопасности РФ, определяющий модификацию опасностей для существования РФ. Делаем вывод, что в данной ситуации на передний план выходит не только усовершенствование Вооруженных сил, но и формирование нынешних стандартов вооружения, объединение российского общества, улучшение национального согласия, обеспечение общественно-политической и общественной устойчивости.

**Ключевые слова:** национальные приоритеты, стратегические цели, трансформация рисков, национальная безопасность, угрозы безопасности.

Для того чтобы искать методы укрепления национальной безопасности России, нужно понимать, какими факторами обусловлены основные угрозы в международной сфере.

Таковыми являются:

- стремление отдельных государств и межгосударственных объединений принизить существующие механизмы обеспечения национальной безопасности;
- угроза падения общественно-политического, финансового и военного воздействия РФ в мире;
- улучшение общественно-политических конструкций и объединений;
- распространение оружия массового уничтожения и средств его доставки [1].

В минувшие годы были глобальные перемены в международной политике.

На самом деле для проведения внешней политики, нацеленной на решение вопросов интернациональной защищенности, необходимо проложить всевозможные усилия на укрепления государства.

Наше государство обладает всеми возможными средствами защиты своих интересов [2].

Весьма ценна и бесспорна роль Президента в обеспечении национальной безопасности. Президент РФ определяет основные понятия государственно-военной политической деятельности, а также утверждает концепцию безопасности и военную доктрину в стране и мире. Командует Вооруженными силами РФ, другими войсками и воинскими формированиями, органами и силами обеспечения безопасности в стране. В случае появления агрессоров против России, власть провозглашает общую мобилизацию, а также объявляет о введении военного положения, внедряет в действие правовые акты военного времени [3].

### Литература:

1. Акимов В.А. Безопасность России. Национальная и международная безопасность / В.А. Акимов, В.А. Баришполец, Н.А. Махутов, М.И. Фалеев. – М.: Знание, 2012. – 752 с.
2. Ващекин Н.П. Безопасность и устойчивое развитие России: Монография / Н.П. Ващекин, М.И. Дзлиев, А.Д. Урсул; Моск. гос. ун-т коммерции и др. – М., 2008. – 445 с.
3. Прокудин И.И. Полномочия Президента и Правительства Российской Федерации по осуществлению контроля в области обеспечения национальной безопасности // Право и политика. – 2003. – № 9. – С. 10-12.

## ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ШКОЛЬНИКАМИ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

А.К. Зимаков

Научный руководитель профессор А.Г. Ахромова

**Аннотация.** Определен уровень знаний школьников старших классов о наркотиках, выявлена частота употребления алкогольных напитков, токсических средств, курения, определено отношение учащихся к наркомании, разработана программа, направленная на профилактику употребления психоактивных веществ.

**Ключевые слова:** школьники, психоактивные вещества, профилактика.

В настоящее время наркомания является одной из наиболее важных проблем современного общества. Решение этой проблемы требует от государственных структур активных и решительных действий в области профилактики наркозависимости, а также связанных с ней социально-негативных явлений. По мнению специалистов, в 21 веке злоупотребление алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами (ПАВ) приняло характер эпидемии [1].

Данные многочисленных социологических исследований свидетельствуют о негативных тенденциях в отношении распространения и употребления наркотических веществ подростками и молодежью [2].

Цель исследования – разработать программу профилактики употребления школьниками старших классов психоактивных веществ, формирования у них здорового и безопасного образа жизни.

Задачи исследования.

1. С помощью анкетирования определить уровень знаний школьников старших классов о наркотиках, выявить частоту употребления алкогольных напитков, токсических средств, курения и причин, побудивших школьников к этому, узнать отношение учащихся к наркомании.

2. Разработать программу для профилактики употребления школьниками психоактивных веществ.

3. Внедрить разработанную программу в практику воспитательной работы со школьниками.

Методы исследования: анализ литературы и материалов Интернета, педагогическое наблюдение, анкетирование школьников по анкетам «Что ты знаешь о наркотиках?», «Отношение к наркомании», «Отношение к ПАВ», «Как я отношусь к наркотикам?», методы математической статистики.

Нами разработана программа профилактики употребления школьниками психоактивных веществ. Мы рассматривали систему профилактической работы с учащимися как комплекс мероприятий, направленных как на информационное обеспечение в области негативного влияния на организм наркотиков и алкоголя, так и консультирование по вопросам здорового и безопасного образа жизни. Программа предусматривала не только проведение тематических мероприятий, но и развитие творческого потенциала школьников, создание условий для их творческой реализации.

Разработанная нами программа внедрена в практику воспитательной работы школы с целью формирования у учащихся здорового и безопасного образа жизни.

### Литература:

1. Климович В.Ю. Профилактика наркомании и алкоголизма в школе: Программа // Справочник руководителя образовательного учреждения. – 2013. – № 7. – С. 63-71.

2. Щербакова Е.М. Нарконашествие в России // Социологические исследования. – 2013. – № 1. – С. 70-91.

## ОБУЧЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ ОСНОВАМ АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

С.С. Ищенко

Научный руководитель профессор А.Г. Ахромова

**Аннотация.** Разработана программа, направленная на формирование антитеррористической защищенности школьников путем совершенствования знаний, формирования умений и навыков действий при угрозе и во время терактов.

**Ключевые слова:** школьники, терроризм, антитеррористическая подготовка.

В 21 веке в мире происходит рост экстремизма. В ситуации возрастания террористических угроз именно молодежь становится основной «группой риска». В связи с этим, задача по профилактике экстремистских настроений в молодежной среде становится очень важной [1]. Анализ литературы и материалов Интернета показывает низкий уровень знаний учащихся по проблемам, связанным с терроризмом и экстремизмом [2]. Однако в организации антитеррористической подготовки школьников положительным является тот момент, что учащиеся, как правило, проявляют высокую заинтересованность в изучении вопросов антитеррористического воспитания [3].

Цель исследования – разработать курс антитеррористической подготовки школьников, направленный на формирование антитеррористической идеологии.

Для достижения поставленной цели мы решали следующие задачи:

1. По данным литературы и материалам Интернета изучить состояние антитеррористической подготовки учащихся школы.
2. Разработать курс антитеррористической подготовки школьников, направленный на повышение знаний, умений и навыков учеников в области антитеррора.
3. Внедрить курс в практику подготовки учащейся молодежи с целью формирования у них антитеррористической защищенности.

В эксперименте участвовали 32 школьника 11-х классов. Они были разделены на 2 группы – контрольную и экспериментальную, по 16 человек в каждой. Во вторую группу вошли учащиеся, проявившие интерес к проблеме антитеррористической подготовки и выразившие желание пройти разработанный нами курс.

Вначале на основании изучения данных Интернета нами были подобраны вопросы и задания, определяющие уровень знаний, умений и навыков школьников в области антитеррористической подготовки. Далее нами был разработан курс обучения, включающий разнообразный материал по терроризму и его профилактике. Для поддержания интереса школьников к материалу курса мы использовали современные интерактивные формы и методы обучения: дискуссии, разработка и защита творческих проектов, урок-исследование, ролевые игры, тренинги коммуникативного характера, электронные средства поддержки образовательного процесса, цифровые образовательные ресурсы, слайд-лекции, электронные учебно-методические комплексы и др.

Результаты исследования свидетельствуют о положительном влиянии предложенного нами курса на знания, умения и навыки школьников старших классов в области антитеррористической подготовки.

### **Литература:**

1. Вольхин С.Н. Основы защиты от терроризма / С.Н. Вольхин, В.Г. Ляшко, А.В. Снегирев, В.А. Щербаков. – М.: Дрофа, 2007. – 244 с.
2. <http://www.scienceport.ru> – Портал «Наука и образование против террора»
3. <http://www.terrorunet.ru> – Интернет-проект «Террору нет»

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ПРИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОМ АКТЕ

Н.А. Косенко

Научный руководитель старший преподаватель А.И. Величко

**Аннотация.** Необходимо постоянно контролировать ситуацию вокруг себя, особенно в местах массового пребывания. Человеческая жизнь во многом зависит от нас самих, а рекомендации, приведенные в работе, помогут учащимся и сотрудникам подготовиться и действовать при террористическом акте в образовательном учреждении.

**Ключевые слова:** правила поведения, терроризм, террористический акт, происшествие.

В связи с тем, что на территории Российской Федерации ситуация остается напряженной из-за происходящих диверсионно-террористических действий, любой горожанин обязан иметь в виду, что его индивидуальная защищенность зависит в значительной степени от него самого, выполнение простых мер осторожности в необходимом месте и в необходимый период способно увести значительную беду, так как за высокими цифрами статистики спрятано колоссальное людское несчастье [3].

Для того чтобы изначально не попасть в статистику, надо научить детей вести себя и действовать в критических ситуациях уже со школьной скамьи, проводить с ними беседы на тему террористических актов. Необходимо объяснить учащимся, что терроризм является серьезным преступлением, в котором организованная группа людей или один человек хочет достичь своих целей при помощи насилия. А сами террористы являются людьми, которые берут заложников, организуют взрывы, убийства в многолюдных местах, где чаще всего гибнут невинные дети. Поэтому изначально надо сформировать у учащихся правильную культуру поведения, которая обеспечит личную безопасность и безопасность находящихся вокруг.

В случае террористического акта в образовательном учреждении необходимо позвонить в единую службу спасения по номеру 112, сообщить точный адрес, где происходит происшествие, номер по которому звонишь, предоставить свое имя и фамилию, схему проезда к месту происшествия и подробную информацию о самом происшествии, например номер, кабинета с учащимися, сколько человек находится и на каком этаже, кто и как совершает акт террора [1].

Пока группа будет ждать службу спасения, надо организовать действия сотрудников и учащихся, а также настроить детей функционировать своими силами. При пребывании в помещении приготовиться к экстренной эвакуации. Для этого положить в собственную сумку личные вещи, должностные бумаги убрать в стол, шкаф, сейф, более точно определить путь эвакуации из здания и место сбора за пределами помещения. Закрывать окна, задернуть их шторами. Отключить электрическое оборудование. Организовать средства с целью предложения первой врачебной помощи.

Прийти к соглашению с работниками располагающихся рядом помещений о совместных действиях в случае оказания взаимопомощи. При эвакуации подействовать тем, кто в этом нуждается [2].

Не допускайте паники, истерик и горячки. Здание покидайте в организованном порядке. Возвращайтесь в оставленное здание только лишь после разрешения ответственных лиц. Не забывайте, что от согласованности и четкости ваших поступков будет зависеть жизнь и здоровье множества учащихся, находящихся рядом с вами.

### Литература:

1. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для бакалавров. 19-е изд., пер. и доп. / Э.А. Арустамов. – М.: Дашков и К, 2016. - 448 с.



2. Караваев А.Г. Молодежь и антитеррор: Пособие для учащихся средних и старших классов общеобразовательных школ, студентов вузов, их родителей, учителей и специалистов различных областей. / А.Г. Караваев. – М.: ООО «Красногорская типография», 2013. – 32 с.
3. Петров С.В. Обеспечение безопасности образовательного учреждения: Учебное пособие / С.В. Петров, П.А. Кисляков. – М.: Издательство «Русский журнал», 2010. – 260 с.

## РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Н.А. Косенко

Научный руководитель старший преподаватель К.Р. Саакова

**Аннотация.** Человеческая жизнь и здоровье тесно связаны с физической культурой. Именно она способствует излечению от многих болезней и продлевает жизнь. Физическая культура является неотъемлемой частью жизни студента.

**Ключевые слова:** физическая культура, спорт, здоровье, студент, молодежь, упражнение.

За последние несколько десятилетий физическая культура стала особо популярна в мире. Однако существуют некоторые преграды ее распространения, такие как малоподвижный образ жизни, недостаток финансирования. Это препятствует физическому совершенству молодежи.

Наиболее актуальной проблема является для студентов, все же знают, что физическое переутомление переносится легче, чем умственное. А для студентов в этом возрасте и в это время закладываются основы здорового образа жизни, но не всегда физическое здоровье является для них приоритетным [1]. Учащиеся вузов привыкли к головным болям, сонливости и общей слабости, так как они очень часто переутомляются, что очень вредит физическому и психологическому состоянию студентов и может негативно отразиться на формировании личности. Но есть отличный способ лечения в виде физических нагрузок, так как занятия спортом насыщают организм кислородом, снимают утомление нервной системы и улучшают дальнейшую трудоспособность человека.

Большую часть учебного процесса студенты находятся в сидячем положении, вследствие чего они не получают необходимой двигательной, физической нагрузки. [2]. Поэтому всем студентам не мешало бы заниматься спортом. Если для этого нет времени, что очень часто бывает, можно сделать несложные упражнения, находясь в комнате:

- приседания,
- прыжки на месте, руки на поясе,
- растяжка мышц и подвижных суставов,
- «велосипед» лежа на спине,
- повороты головой попеременно вправо, влево.

Самостоятельные занятия спортом дают хорошую усвояемость учебной информации.

Стоит уделить внимание и распорядку дня. К основным составляющим здорового образа жизни относят: режим труда и отдыха, организация сна, режим питания, оптимальная двигательная активность, профилактика вредных привычек [3].

Верное выполнение абсолютно всех данных элементов распорядка дня приведут вас к улучшению как физиологических характеристик, так и интеллектуальных, а кроме того, к лучшему единению состояния самочувствия и повышению длительности существования.

### Литература:

1. Кашуба В.А. Роль физического воспитания и спорта в ориентации студентов на здоровый образ жизни / В.А. Кашуба, С.М. Футорный. – 2011, 22 апреля 2011.
2. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие. – Ростов Н/Д, 2002. – 384 с.
3. Максимович В.А. Организационно-методическое обеспечение физического воспитания студентов на основе видов двигательной активности / В.А. Максимович, В.А. Коледа, С.К. Городилин.

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЮРИДИЧЕСКОЙ ГРАМОТНОСТИ КАК ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ**

**В.Ю. Кривенец**

**Научный руководитель профессор А.Г. Ахромова**

**Аннотация.** Проанализирована статистика подростковой преступности в России, изучены правовые знания школьников, разработана программа правового обучения, направленная на формирование безопасного образа жизни подростков.

**Ключевые слова:** подростковая преступность, правовые знания, школьники.

Анализ состояния подростковой преступности в последние 5 лет свидетельствует о неблагоприятных тенденциях изменения различных показателей правонарушений. В связи с этим одной из важнейших задач на данном этапе развития современного общества является предупреждение совершения правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних, правовое информирование и правовая культура школьников [1,2,3].

Цель исследования – изучить уровень правовой грамотности школьников и разработать элективный курс правового обучения, направленный на повышение правовой образованности детей, формирование высокого уровня их гражданской активности и основ безопасного образа жизни.

Задачи исследования:

1. Изучить статистику подростковой преступности в России в 2014-2018 годах.
2. Проанализировать современное состояние проблемы правовой грамотности школьников.
3. Разработать элективный курс правового обучения школьников, направленный на формирование у них безопасного образа жизни и изучить его влияние на уровень правовой грамотности детей.
4. Дать практические рекомендации по внедрению различных форм и методов подготовки по основам юридических знаний в практику внеклассной работы со школьниками в рамках предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Методы исследования: анализ специальной литературы, педагогическое наблюдение, анкетирование школьников по вопросам, касающимся правовых знаний и умений учеников действовать в ситуациях социального характера в соответствии с законодательными нормами, методы математической статистики.

Исследование проводилось среди школьников 11-х классов г. Краснодара. Число участников эксперимента составило 48 человек. Испытуемые были разбиты на 2 группы – контрольную и экспериментальную. Последняя в течение четырех месяцев проходила элективный курс правового обучения в объеме 32 часов.

Исследование показало, что занятия со школьниками по разработанной нами программе способствуют формированию у них правового сознания, а тем самым – основ безопасного образа жизни. Прогнозируется, что это будет способствовать снижению количества правонарушений, совершенных учениками, воспитанию сознательных и активных граждан.

### **Литература:**

1. Корсаков К.В. Проблемы методики процесса правового обучения и воспитания // Российский юридический журнал. – 2010. – № 3 (май-июнь). – С. 194-201.
2. Певцова Е.А. Право: основы правовой культуры: учебник для 11 классов общеобразовательных учреждений: часть 1. / Е.А. Певцова – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2017. – 264 с.
3. Черемесина А.А. Становление и развитие правового образования и воспитания учащихся / Черемесина А.А. // Педагогическое образование и наука, 2009. – № 10. – С. 35-38.

## ЕДИНОБОРСТВА КАК СРЕДСТВО ПОДГОТОВКИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ К СЛУЖБЕ В РЯДАХ РОССИЙСКОЙ АРМИИ

Х.В. Куантов

Научный руководитель доцент Ю.И. Чуйко

**Аннотация.** Установлено положительное влияние занятий различными видами спортивных единоборств и рукопашным боем на уровень специальных двигательных качеств, специальных умений и навыков будущих воинов Российской армии.

**Ключевые слова:** старшекласники, единоборства, служба в армии, рукопашный бой.

Общие требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам военного должен знать каждый старшекласник для того, чтобы еще на ранних стадиях профессионального самоопределения грамотно сопоставить свои личные особенности с этими требованиями, осознанно сделать выбор профессии и целенаправленно строить свое самовоспитание, учебную, физическую и психологическую подготовку к несению военной службы [1].

Специальной задачей физической подготовки в сухопутных войсках является, кроме прочих, формирование готовности к рукопашному бою с численно превосходящим противником.

Обучение юношей элементам борьбы имеет важное значение для последующего (в период службы в армии) формирования у них навыков рукопашной схватки, воспитания смелости и решительности, инициативы и находчивости [1].

Успешное освоение элементов борьбы закладывает прочный фундамент для овладения приемами боя с оружием, ударами рукой и ногой и защитой от них, болевыми приемами, бросками, удушениями, приемами обезоруживания, включаемыми в занятия по рукопашному бою с личным составом вооруженных сил [2].

Целью нашего исследования было определение эффективности занятий спортивными единоборствами при подготовке старшекласников к службе в рядах Российской армии. Критерием эффективности такой подготовки мы считали успешность выполнения контрольных нормативов, проводимых по программе для допризывной молодежи.

Обследуемым контингентом были старшекласники, занимающиеся различными видами спортивных единоборств. Среди них пять дзюдоистов, четыре борца греко-римского стиля, три – вольного, пять человек, занимающихся различными стилями восточных единоборств. Тестирование показало достоверное превосходство юных единоборцев над представителями контрольной группы в которую входили учащиеся, не занимающиеся спортом.

### Литература:

1. Бака М.М. Физическая и военно-прикладная подготовка допризывной молодежи: Учебно-методическое пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 280 с.
2. Зиамбетов В.Ю. Военно-прикладная физическая подготовка и военно-патриотическое воспитание студентов: методические рекомендации / В.Ю. Зиамбетов; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2014. – 54 с.

## ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ПОВЕДЕНИЯ В ОПАСНЫХ СИТУАЦИЯХ

Ю.А. Мацко

Научный руководитель старший преподаватель А.И. Величко

**Аннотация.** В данной работе будут рассмотрены биологические и психофизиологические факторы личности, возникающие в опасных, непредвиденных ситуациях, а также исследование случаев травматизма и выявление наиболее склонных к несчастным случаям типов темперамента людей.

**Ключевые слова:** способность человека, травматизм, опасная ситуация, несчастный случай, угроза, противодействие.

При возникновении различного вида опасностей организм абсолютно любого человека будет неосознанно реагировать на возможные для него угрозы. К таким факторам можно будет отнести биологические (например, повреждения глаза, когда глаз резко закрывается, а рука отдергивается) и психофизиологические. Ко второй категории факторов относятся: восприимчивость к обнаружению сигналов опасности и реактивные возможности откликаться на них, эмоциональные адаптации на возможную опасность и т.д.

Возможность человека предугадывать опасную ситуацию, соответствующие возможности адаптирования и знание мер по определению его личностных особенностей связаны с особенностями нервной системы. От ее идентичной выносливости (силы) зависит способность к активной продолжительной работе и сопротивлению утомлению, к быстрой мобилизации в чрезвычайной ситуации, вдобавок способность быстро действовать при опасностях [3].

Возможности индивидуума, не подвергающего себя опасностям различного спектра и уверенностью в поведении в нестандартной ситуации, определяются особенностями разных типов темперамента. В данном случае необходимо будет своевременно перевести свое внимание и реагировать адекватно на опасные, быстро возникающие сигналы.

На поведение индивидуумов в данных ситуациях особенно оказывает влияние его физическое состояние, и в частности психофизиологическое. Возможным вариантом для безопасного поведения в этих ситуациях будет выступать критичность мышления, внимательность и преобладание волевой сферы над эмоциональной, к этому также необходимо отнести и способность человека к стабилизации таких дезорганизирующих производных факторов, как утомляемость, сонливость и плохой эмоциональный настрой.

В ходе исследования отдельных случаев травматизма выяснилось, что при похожих условиях труда женщины обычно получают травмы по неосторожности реже, чем мужчины. Это можно объяснить их большей исполнительностью и добросовестностью в выполнении условий. Но, тем не менее, взаимосвязи нарушений и ошибок в данной деятельности бывает неоспоримо больше. У мужчин подобные случаи прежде всего происходят в связи тем, что они самонадеянно относятся к собственному потенциалу возможностей, в то время как женский пол обычно попадает в такие ситуации из-за неспособности оценить свои возможности и умения, и слишком уж излишней предрасположенности к перестраховки [1]. Факт, что женщины работают более ответственно, чем мужчины. Но это действительно только до тех пор, пока они будут находиться в безопасных условиях для их работы.

### Литература:

1. Антюхин Э.Г. Основы безопасности жизнедеятельности / Э.Г. Антюхин, М.Б. Сулла. – М.: 2003. – 50 с.
2. Карандашев В.Н. Психология: Введение в профессию. – М.: Смысл, 2000. 288 с.

## ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ЭТИКА В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ю.А. Мацко

Научный руководитель старший преподаватель К.Р. Саакова

**Аннотация.** В данной работе рассматривается профессиональная этика в психолого-педагогической деятельности. Определены наиболее важные нормы и принципы при работе с клиентами.

**Ключевые слова:** профессиональная этика, психолог, психологическое консультирование, этические принципы, моральные нормы.

В настоящее время в жизни человека психология занимает особое место, это связано с изменениями в социальной и экономической сферах жизни и развитием общества, культурными переменами. Эти изменения привели к грамотной интерпретации поведения человека, которая может помочь ему разобраться в чувствах и переживаниях и является своего рода технологией, оптимизирующей жизнь, создающей в ней гармонию, помогающей успешной адаптации к обновленным жизненным требованиям [3].

Соблюдение норм профессиональной этики будет являться наиболее важным критерием для успешной реализации деятельности специалиста.

Психологическое консультирование – новая область деятельности психолога, недавно выделенная в качестве самостоятельной сферы деятельности. Оно проводится в определенное время, в специально оборудованном для этого помещении и в условиях конфиденциальности. Сеанс консультирования проходит в форме беседы с клиентом. В этот период будет оцениваться личность клиента, а также его индивидуальные особенности. В течение беседы ему будут даны рекомендации, которые научно обоснованы, аргументированы и способствуют решению его проблем [1].

В настоящее время в разных странах выработаны свои этические кодексы, регулирующие деятельность практических психологов. Этические принципы – определенные правила поведения, основанные на моральных принципах, общепринятых в современном обществе, а также взаимодействие участников процесса общения различных сферах. При подготовке специалистов-психологов изучение вопроса этики входит в базовую подготовку.

Содержание зависит также от специфики профессиональной деятельности, о которой идет речь. Моральные нормы представляют собой позицию, исходя из которой психолог строит свою деятельность [2].

Принципы формируют этический кодекс, который является ориентиром не только при планировании и построении работы, но и при возникновении проблемных ситуаций в ней.

Этические принципы определяют не только права и ответственность сторон, но также тип взаимодействия участников. Индивидуальность каждой отдельной личности, невозможно подогнать под свод правил ограничить рамками, многое зависит от конкретной ситуации и увеличивает спрос на квалифицированных специалистов высокого уровня в области психологического консультирования.

Психологические сообщества пытаются решить данную проблему, утверждая и постоянно корректируя систему определенных правил и норм, которые каждый квалифицированный психолог-консультант должен знать и использовать как один из важнейших ориентиров в своей работе.

### Литература:

1. Карандашев В.Н. Психология: Введение в профессию. – М.: Смысл, 2000. – 288 с.
2. Шилова Т.А. Психолого-педагогические проблемы воспитания несовершеннолетних // Психология и педагогика в образовательной и социальной сферах. – М: МГУС СТИ, 2002. – С.8-13.
3. Фридман Л.М. Психология детей и подростков. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2003. – 428 с.

## ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

Е.А. Никитенко

Научный руководитель старший преподаватель А.И. Величко

**Аннотация.** Дети проводят в школе значительную часть своей жизни, по этой причине защита и сохранение психологической безопасности, улучшение и поддержка эмоционального самочувствия ребенка проблема далеко не только семьи, но и преподавателей. В нынешних обстоятельствах глобализации и социализации защита психологической безопасности представляет значительную важность в организации образовательного процесса.

**Ключевые слова:** дети, безопасность, образовательный процесс, родители, защищенность, психологическая безопасность.

Психическая защищенность образовательного процесса одна из важных дискуссионных тем современного образования. Главным вопросом является то, что в сегодняшних обстоятельствах глобализации и социализации совершаются кардинальные перемены в представлении о целях образования и путях их реализации. Нынешнее образовательное учреждение должно всерьез и по-настоящему становиться не только местом, в котором учат детей, но и пространством их полноценного взросления, питательной средой развития эффективных, счастливых и здоровых людей. И для этого образовательная организация должна быть территорией абсолютной психологической безопасности [2].

В нынешних условиях образовательного процесса большая часть родителей озадачена вопросами защищенности ребенка в образовательном процессе. Родителей тревожит, то что не всегда в школе гарантируется защита прав и достоинств ребенка, их беспокоят конфликты среди сверстников и подростков с педагогами. Также родителей тревожит, ощущает ли себя ребенок в образовательной сфере принятым, уважаемым, позитивно оцененным вне зависимости от его академических успехов.

С развитием социума от преподавателя требуется не только знание своего предмета, но и методы педагогического воздействия и общей психологии. Знание общей психологии может помочь преподавателю находить как индивидуальный подход к учащимся, так и решение остроконфликтных ситуаций. Комфортная психологическая обстановка содействует сохранению и укреплению здоровья растущего поколения. Пренебрежение индивидуальными возрастными особенностями развития детей может стать предпосылкой отрицательных психических состояний, стимулированных неверным взаимоотношением учителя.

Обеспечение психологической безопасности образовательного учреждения должно осуществляться с целью создания благоприятных и комфортных условий для развития школьников. Во избежание конфликтных и стрессовых психологических обстановок в учебном процессе педагогу необходимо целесообразно строить свои взаимоотношения со школьниками, также необходимо обращать внимание на учеников с неустойчивым психическим развитием. В образовательном процессе недопустимо ущемление прав детей и преувеличение педагогом своих полномочий для исключения нестандартных стрессовых ситуаций у детей и их полноценного эмоционального развития в период образовательной деятельности [1].

### Литература:

1. Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды. – 2011. – 45 с.
2. Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении / Под ред. И.А. Баевой. – СПб.: Речь, 2006. – 123 с.

**ОБУЧЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ ОСНОВАМ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ  
В ПРОЦЕССЕ ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЫ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**А.А. Орлова**

**Научный руководитель профессор А.Г. Ахромова**

**Аннотация.** Изучены знания, умения и навыки школьников по различным аспектам пожарной безопасности, разработан проект их обучения основам пожарной безопасности в процессе внеклассной работы по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

**Ключевые слова:** школьники, пожарная безопасность, внеклассная работа, предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

Анализ причин возникновения пожаров в жилых домах и в детских учреждениях свидетельствует о необходимости систематической работы с детьми в учебное и внеучебное время, которая поможет сформировать у них знания о правилах пожарной безопасности, умении предотвращать пожары, а при их возникновении – грамотно действовать, тем самым уменьшая риск для жизни и здоровья как самого человека, так и окружающих [1]. Обучение правилам пожарной безопасности проводится с целью воспитания у учащихся бережного отношения к имуществу, сохранения жизни и здоровья, формирования навыков по предупреждению пожаров и тушению возгораний, а также по оказанию первой помощи пострадавшим [2].

Цель исследования – разработать проект обучения школьников основам пожарной безопасности в процессе внеклассной работы по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

Задачи исследования:

1. Выявить у обучающихся 10-х классов уровень знаний, умений и навыков (ЗУН) по различным аспектам пожарной безопасности.
2. Разработать программу противопожарной подготовки с целью систематизации знаний правил пожарной безопасности, формирования у школьников навыков по предупреждению пожаров, а при возникновении возгораний – их тушению.
3. Изучить влияние разработанной программы на ЗУН школьников по пожарной безопасности.
4. Дать практические рекомендации по внедрению проекта в практику внеклассной работы по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

Методы исследования: анализ специальной литературы, педагогическое наблюдение, проведение тестов «Знаки пожарной безопасности», «Правила пожарной безопасности», «Пожарная безопасность в лесу», оценка умений оказания первой помощи пострадавшим при пожаре, оценка навыков тушения пожаров подручными и стандартными средствами, методы математической статистики.

В исследовании принимали участие 40 учеников 10-х классов, которые были разбиты на 2 группы. Экспериментальная группа, кроме обучения пожарной безопасности в процессе изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», проходила обучение по разработанной нами программе. Результаты исследования свидетельствуют о том, что реализация программы противопожарной подготовки способствует повышению знаний, умений и навыков учащихся в данной области.

**Литература:**

1. Скрипник Л.Ю. Пожарная безопасность в школе: методическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2016. – 64 с.
2. Шарова О.Е. Основы пожаробезопасного поведения: учебное пособие. – СПб.: Изд-во «Петро-РИФ», 2007. – 124 с.



## РЕАЛИЗАЦИЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В РОССИИ

С.С. Петухов

Научный руководитель старший преподаватель А.И. Величко

**Аннотация.** В работе рассматривается понятие национальной безопасности, а также основные подходы к пониманию его сущности. Согласно использованному подходу, человеческая личность считается начальным компонентом социума и страны, по этой причине ее безопасность является единой составляющей общегосударственной и социальной защищенности. На основе всестороннего анализа исследовательской литературы делается вывод о том, что в современных обстоятельствах присутствие множественных внутренних и наружных призывов и опасностей только лишь для поддержки прочной и устойчивой государственности позволяет обеспечить соответственный уровень безопасности легитимных прав и заинтересованностей личности.

**Ключевые слова:** национальная безопасность, сущность национальной безопасности, субъект национальной безопасности, объект национальной безопасности, государство.

Для того чтобы понимать сущность национальной безопасности, нужно знать формулировку безопасности. Безопасность является субъектом и защищает интересы России, а также имеет права и обязанности по обеспечению безопасности. Из этого следует, что объект безопасности – это то, что подлежит защите [3].

Так как в нашем случае идет речь о национальной безопасности, то рассматриваемая социальная организация — это общество, обладающее государством и всеми его правами. Нация представляется равно и как субъект, и как объект по обеспечению защищенности. Для него характеризующим является целостность общегосударственной и общественной власти и функции, производимые посредством ее использования [2]. Государство, можно сказать, распоряжается той или другой сферой существования общества, и при возможности защищает его. Это подтверждают внешние и внутренние функции страны, такие как:

- охранительные;
- регулятивные;
- оборонные.

Из вышесказанного можно сделать вывод, что сущность национальной безопасности определяется взаимодействием органов государственной власти и общества в целом, для защиты национальных интересов и свобод [1].

### Литература:

1. Авдийский В.И. Национальная и региональная экономическая безопасность России: Учебное пособие: моногр / В.И. Авдийский. – М.: ИНФРА-М, 2018. – 134 с.
2. Воробьев А.Е. Национальная экономическая безопасность России. Методология управления государственными долгами: моногр / А.Е. Воробьев, Т.В. Чекушина. – М.: Издательство Российского университета дружбы народов, 2015. – 420 с.
3. Костин В.И. Национальная безопасность современной России. Экономические и социокультурные аспекты / В.И. Костин, А.В. Костина. – М.: Ленанд, 2015. – 344 с.

## **ФИЗИЧЕСКАЯ И УМСТВЕННАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ВЛИЯНИЕ НА НЕЕ РАЗЛИЧНЫХ ФАКТОРОВ**

**К.В. Поо**

**Научный руководитель старший преподаватель К.Р. Саакова**

**Аннотация.** В работе изображены конкретные и индивидуальные условия обучения и отклонения в организме обучающихся, изменение состояния организма под воздействием условий обучения, признаки утомления в ходе умственной работы, а также работоспособность и воздействие на нее различных условий.

**Ключевые слова:** работоспособность, утомление, обучающиеся, индивид.

Работоспособность – способность индивида реализовывать конкретную работу в рамках определенных скоротечных предельных норм и характеристик продуктивности. Специальные познания, способности и мастерство, конкретных психофизических свойств, к примеру, как интерес или воспоминания, а также особенности сердечно-сосудистой и эндокринной системы. Работоспособность находится в тесной связи с уровнем мотивации определенной проблемы и соответствующими возможностями человека.

Каждый промежуток работоспособности основывается воздействием различных внешних и внутренних факторов, эти факторы можно разделить на 3 группы: физические, физиологические, психологические.

Физическая и умственная работоспособность является кратковременным повторением пребывания утомления – если повышается усталость, то снижается работоспособность. Физическая усталость возникает как при местной, так и при общей перегрузке.

Интеллектуальное утомление и связанное с ним снижение работоспособности содержат свои специфические особенности. При таком утомлении случается снижение памяти, исчезают те знания, которые обучающийся приобрел ранее. При долговременном занятии умственным трудом в организме наблюдаются многофункциональные изменения, влекущие за собой отсутствие физической работы.

День обучающегося содержит в себе умственные и эмоциональные перегрузки. Рабочее положение, при котором мышцы держат туловище в определенном тоне, нарушение режима труда и отдыха, не связанные с нормой физические нагрузки – все это может привести организм к утомлению.

Для того чтобы организм не утомился, необходимо периодически заменять один вид деятельности на другой. После сложной физической деятельности, утомление длится более суток, а после интенсивной умственной деятельности может достигать более двух недель. И никто не дает себе отчет о том, что каникулы в неделю после умственной и физической работы – незначительный период для восстановления сил. Также в случае если не предпринимать никаких действий (увеличение двигательной деятельности, пребывание на свежем воздухе и т. д.), усталость к завершению второго семестра будет налицо.

Способность обучающегося к длительному и интенсивному труду сокращает физические возможности. Однако эти способности имеют все шансы измениться за счет физической культуры и спорта. Похожее обучение повысит уровень физической и эмоциональной выносливости; сократит заболеваемость; обеспечит существенную интенсивность деятельности.

Все без исключения является важным для предстоящего специалиста, в период обучения, индивид должен беспокоиться об обеспечении своей физической и эмоциональной готовности к напряженному высококлассному труду.

### **Литература:**

1. Физическая работоспособность человека [Электронный ресурс] URL: [http:// medbiol.ru/](http://medbiol.ru/) Биология и медицина.
2. Работоспособность человека [Электронный ресурс] URL: [http:// www/up-pro.ru/](http://www.up-pro.ru/) Управление производством.

## ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ ПРИ ПЕРЕВОЗКЕ ОРГАНИЗОВАННЫХ ГРУПП

**В.И. Сай**

**Научный руководитель старший преподаватель А.И. Величко**

**Аннотация.** В работе рассмотрена специфика формирования поведения детей в младшем школьном возрасте при перевозке автомобильным транспортом. Определены правила перевозки. Все это направлено на предотвращение травматизма и неблагоприятного воздействия на организм детей вредных факторов.

**Ключевые слова:** младший школьный возраст, безопасность, обучающиеся, образовательное учреждение, меры безопасности.

Одна из главных проблем общества является обеспечение безопасности движения на транспорте. В Федеральном законе от 9 февраля 2007 г. № 16-ФЗ «О транспортной безопасности» предлагается такое определение - «Транспортная безопасность – состояние защищенности объектов автотранспортной инфраструктуры и транспортных средств от действий незаконного вмешательства». Государство делает все возможное, чтобы избежать каких-либо травм и чрезвычайных ситуаций.

При перевозке учащихся создаются следующие меры безопасности:

- учащихся сопровождают два взрослых
- водитель не моложе 20 лет (стаж не менее 3 лет)
- предрейсовый медицинский осмотр [1].

При перевозке учащихся нужно соблюдать правила личной гигиены. Перевозка обучающихся допускается только по письменному разрешению директора или заместителя директора по УВР. Перед поездкой следует согласовать маршрут с ГИБДД. Также необходимо провести инструктажи среди обучающихся по правилам поведения в автобусе во время перевозки с записью в журнале регистрации инструктажа.

Водитель транспорта обязан удостовериться в технической исправности транспортного средства согласно путевому листу и путем внешнего вида.

Посадка обучающихся производится со стороны тротуара, а также согласно количеству посадочных мест. Во время движения стоять или ходить строго запрещено.

При перевозке обучающихся обязаны соблюдать правила поведения в автобусе и выполнять указания педагога. Скоростной режим автобуса не должен превышать 60 км/ч. Во избежание травм в транспортном средстве при внезапном торможении необходимо придерживаться следующих правил: - опираться ногами в пол кузова автобуса и руками держаться за расположенное впереди сиденье.

Запрещено перевозить обучающихся в условиях ограниченной видимости, в гололед, в темное время суток. Сопровождающему следует обратить внимание на правильное закрепление сумок. Это очень важно, так как при аварийной ситуации именно сумки могут нанести сильный удар пассажирам [2].

Подводя итог вышесказанного, можно с уверенностью говорить о том, если будут соблюдены правила дорожного движения, а также правила поведения в автобусе, то можно избежать множество неприятных последствий.

### **Литература:**

1. Постановление Правительства РФ от 9.02.2007 г. № 16-ФЗ «Транспортная безопасность»
2. Петров С.В. Обеспечение безопасности образовательного учреждения: Практическое пособие для руководителей и работников образовательных учреждений. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2006. – 248 с.

## ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА ДОРОГЕ

А.И. Степанченко

Научный руководитель профессор А.Г. Ахромова

**Аннотация.** Изучены знания, умения и навыки школьников в вопросах организации безопасности дорожного движения, разработана программа обучения детей безопасному поведению на дороге, внедрение которой дало положительные результаты.

**Ключевые слова:** школьники, дорожно-транспортные происшествия, профилактика.

В Резолюции Генеральной Ассамблеи ООН от 2 марта 2010 года было провозглашено «Десятилетие действий по обеспечению безопасности дорожного движения 2011–2020 годов». По заявлению Генеральной Ассамблеи, «... до тех пор, пока не будут приняты решительные меры по противодействию такой тенденции, число смертей и серьезных травм будет увеличиваться, и может привести к тому, что к 2030 году дорожно-транспортные происшествия (ДТП) станут восьмой из десяти главных причин смертности населения планеты».

27 октября 2012 года в России утверждена Концепция федеральной целевой программы «Повышение безопасности дорожного движения в 2013-2020 годах». Основными задачами программы являются «...снижение количества ДТП, в которых гибнет наибольшее количество людей, уменьшение общего травматизма в авариях, а также развитие системы оказания помощи пострадавшим в ДТП». Основной акцент в программе делается на развитие систем предупреждения опасного поведения на дорогах. В связи с этим, вопрос организации работы с учащимися по вопросам дорожного движения с целью профилактики детского дорожно-транспортного травматизма (ДДТТ) на сегодняшний день остается одним из самых важных.

Деятельность по организации предотвращения ДДТТ должна быть комплексной и системной. Главным в комплексе мер по предупреждению травматизма является система обучения детей безопасному поведению на дороге. Основой подготовки служит формирование у школьников знаний, умений и навыков (ЗУН) безопасного поведения в условиях дорожного движения. Это должно осуществляться как в общеобразовательных учреждениях, так и в системе дополнительного образования детей.

Цель исследования – разработать проект, посвященный обучению детей безопасному поведению на дороге. Для достижения этой цели мы решали следующие задачи: изучить современное состояние проблемы безопасности детей на дороге, определить уровень ЗУН учащихся старшей школы по основам безопасности дорожного движения, создать программу обучения школьников правилам дорожного движения, выявить влияние занятий по разработанной программе на уровень ЗУН по безопасности дорожного движения.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что разработанная программа обучения детей правилам дорожного движения и безопасному поведению на дороге улучшает знания, умения и навыки школьников в вопросах организации безопасности дорожного движения, тем самым способствуя профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.

### Литература:

1. Концепция федеральной целевой программы «Повышение безопасности дорожного движения в 2013-2020 годах». Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 27 октября 2012 года № 1995-р

## ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Е.В. Толокнова

Научный руководитель старший преподаватель К.Р. Саакова

**Аннотация.** В работе рассмотрены особенности физического воспитания детей дошкольного возраста. Определены главные цели и задачи данного вида воспитания дошкольников. Исходя из вышесказанного, раскрыты особенности методики физического воспитания дошкольного возраста. Заключительное внимание приковано к роли физического воспитания детей дошкольного возраста в дальнейшей жизни.

**Ключевые слова:** дошкольники, воспитание, особенности, методика, цели, задачи, жизненная роль.

В дошкольном возрасте (3-7 лет) значительно изменяются физические и психические показатели детей. Важно в этот период приучить ребенка к систематическим занятиям физическими упражнениями, подвижным играм и закаливаниям. Следует развивать интерес дошкольников к освоению новых видов физических упражнений. Для высшей нервной деятельности у дошкольников характерна неустойчивость нервных процессов, поэтому допускается не прочное освоение ребенком каких-либо двигательных умений и действий, а также рассеянность внимания и повышенная эмоциональность.

Физическое воспитание – это педагогический процесс, направленный на формирование здорового образа жизни детей. Главная цель физического воспитания детей дошкольного возраста – формирование здоровья и полноценное развитие их организма. Физическое воспитание создает условия для развития ребенка. Процесс физического воспитания детей дошкольного возраста нацелен на формирование двигательных умений и навыков, а также на развитие психофизических качеств и двигательных способностей детей. Основной задачей полноценного физического воспитания является формирование правильной осанки, двигательных качеств.

Для реализации поставленных задач физического воспитания детей дошкольного возраста необходимо максимально учитывать возраст и функциональные особенности организма. Формирование у детей правильных ориентиров происходит в процессе закономерно следующих друг за другом и взаимосвязанных стадий физического воспитания.

Правильно организовав физическое воспитание дошкольников, воспитатель и родители обеспечивают обогащение материальной базы детей, приобретение важных навыков, выполнение двигательного режима, который является необходимым условием здорового физического и психического состояния ребенка в течение всей жизни. В процессе физического воспитания и развития детей дошкольного возраста происходит формирование первых навыков здорового образа жизни и обучение основным двигательным навыкам.

### Литература:

1. Козлова С.А. Дошкольная педагогика / С.А. Козлова, Т.А. Куликова. – М.: Академия, 2002.
2. Волошина Л. Будущий воспитатель и культура здоровья // Дошкольное воспитание. – 2006. – №3.
3. Довыдов В.Ю. Методика оценки физического развития подготовленности детей младшего школьного / В.Ю. Довыдов, С.А. Шептикин, А.Г. Трифонов.

**КОНЦЕПЦИЯ НАЦИОНАЛЬНОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИТИКИ РФ,  
ЕЕ РЕАЛИЗАЦИИ**

**В.В. Трубникова**

**Научный руководитель старший преподаватель А.И. Величко**

**Аннотация.** После распада Советского Союза Российской Федерации как новому государству требовалось выработать национальную политику, которая бы могла привести к национальному единству множество различных этносов, которые населяют территорию государства, в работе представлены проблемы реализации концепции государственной национальной политики.

**Ключевые слова:** национальная политика, полиэтничность, многонациональное государство, государственная политика, национальная концепция.

Начиная с 1990 годов, в России требовалось создание новой государственной национальной политики. Спустя 28 лет мы бы хотели обратить внимание на проблемы реализации национальной политики, поскольку это является важным фактором для существования страны.

Был издан приказ Президента Российской Федерации № 909 от 15.06.1996 г. «Об утверждении концепции общегосударственной и государственной политики РФ»; 19 декабря 2012 года была установлена политика общегосударственной и государственной политической деятельности РФ на период до 2020 года; 29 декабря 2016 года издается распоряжение Правительства РФ об утверждении государственной программы РФ «Реализация общегосударственной и государственной политики».

Американский исследователь П. Ратленд в 2011 году выдвинул гипотезу, что, по данным социологических опросов, кривая роста сторонников слогана: «Россия — для русских!» с 2014 года стремительно начала двигаться вниз. «Все народы России должны обладать равными правами, и никто не должен иметь никаких преимуществ», согласно сведениям ВЦИОМа в апреле 2014 года увеличился до определенного процента [1].

Концептуальное обоснование политики РФ отмечается в статье: «Россия: национальный вопрос». Так, например, там мы встречаем мысль, о том, что на сегодняшний день мы наблюдаем, как изменяется ситуация в Европе и ряде других стран, в которых отмечаются большие миграционные потоки. Мы видим, что зачастую в этих странах повышается уровень ксенофобии и неприязни к мигрантам. В свою очередь Российская Федерация: во-первых, также принимает много мигрантов, во-вторых, на территории страны исторически проживает много различных этносов [2].

Интересно, что президентом приведен пример того, почему не образуется в других странах устойчивых русских диаспор.

«Интересен и тот факт, что этнические русские нигде и никогда, ни в какой эмиграции не составляли устойчивых национальных диаспор, хотя и численно, и качественно были представлены весьма значительно. Потому что в нашей идентичности – другой культурный код. Русский народ является государствообразующим – по факту существования России. Великая миссия русских – объединять, скреплять цивилизацию».

Таким образом, мы можем сделать вывод, что к основным проблемам, которые необходимо решить, для реализации концепции национальной политики, относятся: контроль за государственными структурами в отдельных субъектах страны, для того, чтобы они выполняли свои прямые задачи – а именно защищали жизнь и права всех граждан; должна быть решена проблема интеграции различных этнических групп в русскую культуру. Для этого стоит выстроить качественную систему начального, среднего и высшего образования в государстве и выстроить грамотную пропаганду многонационального государства, как особой ценности для России.

**Литература:**

1. ВЦИОМ: Пресс-выпуск от 24.06.2014г. №2611 «Россия – общий дом для разных народов».
2. ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПОСТАНОВЛЕНИЕ от 29 декабря 2016 года №1532 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Реализация общегосударственной и государственной политики» (с изменениями на 7 апреля 2018 года).

## ВОЗНИКНОВЕНИЕ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ СИТУАЦИИ В ДЕТСКИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

А.О. Чегровая

Научный руководитель старший преподаватель А.И. Величко

**Аннотация.** В данной работе рассматривается возникновение террористической ситуации в дошкольных образовательных учреждениях, а также методы противодействия терроризму.

**Ключевые слова:** теракт, терроризм, экстремальная ситуация, антитеррористические мероприятия.

Началом борьбы с терроризмом можно считать теракт, произошедший в сентябре 2001 года. Этот год ознаменовал появление сильных и организованных террористических группировок, действия которых, зачастую, были направлены на школы и детские сады. Самым громким примером можно считать захват школы в Беслане, из 330 погибших 186 были детьми.

В настоящее время терроризм стал бедой всего мирового сообщества, но самое ужасное, что жертвами терактов в нынешнем мировом порядке все чаще становятся дети. Ранее террористический акт носил политический характер, а сегодня представляет собой самый опасный вызов безопасности, находясь в одном ряду с распространением оружия массового уничтожения, региональными конфликтами и организованной преступностью [1].

С развитием такой тенденции должны быть четко разработанные антитеррористические мероприятия. Важно уметь ориентироваться и правильно действовать в условиях экстремального характера. Воспитатели и родители должны психологически быть подготовлены к защите детей и себя в экстремальной ситуации. К таким ситуациям относятся:

- обнаружение подозрительного предмета;
- поступление угрозы по телефону;
- захват в заложники детей и воспитателей [2].

В свою очередь работа с детьми является значимым элементом формирования основ противодействия терроризму. Задачами дошкольного образовательного учреждения (далее по тексту ДОУ) в этом направлении являются:

- проводить беседы с детьми о способах защиты себя и близких;
- сформировать у детей представление о мерах предосторожности;
- развить навыки поведения и умения противостоять в экстремальной ситуации.

Для обеспечения безопасности воспитанников ДОУ осуществляются следующие мероприятия:

- разработка инструкций по противодействию терроризму;
- назначение ответственных лиц по проведению инструктажей и мероприятий по профилактике терроризма;
- ведение журналов по проведению учебных тренировок и эвакуации как воспитанников, так и всех работников учреждения [3].

Использование вышеперечисленных методов и мероприятий поможет сформировать у детей правильный алгоритм действия при угрозе возникновения террористического акта.

### Литература:

1. Адельханян Р. Современный терроризм / Р. Адельханян // Законность. – 2004. – №11.
2. Замковой В.И. Терроризм – глобальная проблема современности / В.И. Замковой, М. Ильчиков. – М.: Гардарики, 2006.
3. Антонян Ю.М. Типология и причины терроризма // Проблемы борьбы с терроризмом. – М., 2000. – 76 с.



## АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ УГРОЗЫ

К.Р. Шеховцов

Научный руководитель старший преподаватель А.И. Величко

**Аннотация.** В работе указана необходимость уметь ориентироваться и правильно принимать решения в ситуациях, которые могут повлечь за собой человеческие жертвы, а также постараться предоставить все возможные условия, для расследования преступления. Преподаватели, учащиеся и их родители должны четко понимать о своих действиях, и свое поведение в самых различных ситуациях, и психологически быть к этому готовыми.

**Ключевые слова:** преступники, попытки освобождения, заложники, необдуманные действия, спецслужбы, эвакуация.

При нахождении в общественных местах школах, ВУЗах, находясь в общественном транспорте, обращайте внимание на подозрительно оставленные предметы (сумки, коробки, пакеты, свертки и т.п.), в которых может находиться взрывное устройство. Не подходите и не трогайте оставленные без присмотра вещи, лучше перестраховаться и попытаться найти хозяина оставленной вещи или, в случае подозрительной активности, обратиться в специальные службы (МВД, ФСБ, МЧС) [1].

Если вдруг вы оказались заложником в общеобразовательном учреждении: Самое главное вести себя без паники и попытаться себя успокоить, отвлечься самыми различными мыслями. По мере возможности находите подалеже от окон, дверей и самих преступников. Внимательно следите за поведением и намерениями террористов. Не думайте доставать мобильные телефоны, своими действиями вы сможете спровоцировать на необдуманные действия в вашу сторону, которые могут привести к тяжелым травмам или даже гибели, избегайте попыток самоосвобождения [2]. Не смотрите преступникам прямо в глаза, некоторым из них это может показаться провоцирующим действием. Если вы получили тяжелое ранение или травму, постарайтесь лечь на пол и не двигаться, различные движения могут только усугубить сложившуюся ситуацию. Во время освобождения старайтесь держаться подалеже от окон и дверей, голову закройте руками и не шевелитесь. При первых признаках газовой атаки нужно приложить к носу и рту какую-нибудь ткань или носовой платок. В любой ситуации не бегите к сотрудникам службы спасения, так как они могут вас принять за преступников. Эвакуация учащихся и персонала должна осуществляться специализированными бригадами медицинской помощи.

Основные признаки взрывоопасного предмета:

- наличие у предмета признаков боеприпасов;
- пиротехнических изделий или их элементов;
- звук работающих часов или иного механизма;
- наличие у обнаруженных предметов самодельных доработок, не соответствующих их

прямому назначению.

Действие:

- не приближаться, не трогать, не перемещать обнаруженный объект;
- сообщать об этом сразу после обнаружения в полицию;
- записать время и место, где был найден предмет;
- вывести людей из безопасной зоны на определенное расстояние;
- наблюдать за найденным предметом и никого не подпускать к нему;
- по прибытии представителей правоохранительных органов действовать по их указанию

[2].

**Литература:**

1. Петров С.В. Обеспечение безопасности образовательного учреждения.
2. Маршакова Н.Н. Классификация преступления против общественной безопасности. –

2007.

## **ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ КАК ОСНОВА ПОДГОТОВКИ К СЛУЖБЕ В РОССИЙСКОЙ АРМИИ**

**В.В. Юндалова**

**Научный руководитель профессор А.Г. Ахимова**

**Аннотация.** Разработана комплексная программа военно-патриотического воспитания молодежи в рамках дополнительного образования школьников старших классов, изучено ее влияние на психологический статус и физическую подготовленность школьников, даны практические рекомендации по подготовке молодежи к службе в рядах Российской армии.

**Ключевые слова:** школьники, военно-патриотическое воспитание, служба в армии.

Президент России В.В. Путин объявил национальную идею – конкурентоспособная страна. По словам В.В. Путина, «...Патриотизм призван дать новый импульс в достижении этой цели, в духовном оздоровлении народа, формировании в России единого гражданского общества. Разработка научно обоснованных концептуальных подходов к организации патриотического воспитания граждан, его теоретических основ является актуальной задачей» [2].

Цель патриотического воспитания, по мнению А.А. Глебова (2015), «... развитие у обучающихся гражданственности и патриотизма, как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, формирование профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и других, связанных с ней, видов государственной службы, верности конституционному и воинскому долгу, высокой ответственности» [1].

Цель исследования – разработать комплексную программу военно-патриотического воспитания молодежи и внедрить ее в практику внеклассной работы с учащимися старших классов общеобразовательной школы.

Задачи исследования: изучить состояние вопроса военно-патриотического воспитания молодежи по данным литературы и интернет-источникам; разработать комплексную программу военно-патриотического воспитания молодежи в рамках дополнительного образования школьников старших классов; изучить влияние занятий по разработанной программе на психологический статус и физическую подготовленность школьников; дать практические рекомендации по внедрению различных форм и методов военно-патриотического воспитания школьников старших классов и подготовки их к службе в рядах Российской армии.

Разработанная нами комплексная программа военно-патриотического воспитания школьников старших классов состояла из 8 разделов: Россия – наше Отечество, воинская слава России, уставы Вооруженных Сил РФ, психология личности, огневая подготовка, туристическая подготовка, строевая подготовка, физическая подготовка.

Полученные нами данные проведенного исследования у учащихся контрольной и экспериментальной групп свидетельствуют о положительном влиянии разработанных занятий на психологический статус и физическую подготовленность школьников. Это позволяет рекомендовать ее для подготовки юношей к службе в рядах Российской армии.

### **Литература:**

1. Глебов А.А. Социально-педагогические аспекты патриотического воспитания / А.А. Глебов // Специалист. – 2015. – № 4. – С. 28-29.
2. <http://rusrand.ru/response/putin-patriotizm-eto-nacionalnaya-ideya-rossii>

# **КАФЕДРА БИОХИМИИ, БИОМЕХАНИКИ И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН**

УДК 796.01:612

## **УПРАВЛЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИЕЙ ЧЕЛОВЕКА В ПРОЦЕССЕ ВЫПОЛНЕНИЯ ФИНАЛЬНОГО УСИЛИЯ В ТЕХНИКЕ МЕТАНИЯ КОПЬЯ (ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ)**

**М.В. Абакумова**

**заслуженный мастер спорта России по легкой атлетике, аспирант**

**Научный руководитель профессор Н.К. Артемьева**

**Научный консультант доцент А.Г. Заболотный**

**Аннотация.** В данной работе представлен краткий кинематический анализ базовых и специфических особенностей техники исполнения финального усилия в метании копья и выявлены основные параметры управления двигательной функцией спортсмена.

**Ключевые слова:** управление двигательной функцией человека, финальное усилие в технике метания копья, биоэлектрическая активность скелетной мускулатуры.

В основе техники метания копья лежит пространственно-временной порядок линейных и угловых перемещений в кинематических цепях двигательного аппарата спортсмена, обеспечивающий высокую скорость вылета снаряда. Спортсмен набирает скорость постепенно, с достижением максимума к моменту выполнения бросковых шагов, передача скорости копью реализуется при выполнении финального усилия. Связующим звеном между разбегом и финальным усилием являются бросковые шаги, из которых наиболее значимым является «скрестный шаг» [1]. Это вынужденное техническое действие, выполняемое спортсменом после отведения копья для выполнения обгона снаряда. Важно, чтобы оно обеспечивало наименьшую потерю скорости при переходе к финальному усилию.

Техника выполнения скрестного шага достаточно изучена и подробно описана в современной литературе, где позиции большинства авторов совпадают [2]. Неопределенность существует в установлении технических особенностей перехода от «скрестного шага» к финальному усилию. В частности отмечается, по завершению «скрестного» шага спортсмен приземляется на правую ногу, а левая, выпрямленная в коленном суставе, переносится вперед в упор как можно дальше от проекции ОЦМ. Ее главная роль — торможение нижних звеньев тела, вследствие чего возникает передача количества движения от нижних звеньев тела к верхним. Эта позиция сомнений не вызывает. Однако действия и роль правой ноги при переходе со «скрестного шага» к финальному усилию на сегодняшний день не установлена. Визуальный анализ техники выполнения метаний на соревнованиях различного уровня позволяет говорить, что метатели выполняют движения правой ногой при выходе со «скрестного шага» по-разному. Единства нет как среди перворазрядников, так и спортсменов высокого класса. Так, одни спортсмены выполняют приземление на правую ногу перекатом с пятки на носок, другие приземляются на полную стопу, третьи после приземления производят вращение стопы внутрь.

Чем выше уровень спортивного мастерства, тем чаще перед постановкой левой ноги метатели выполняют мощное разгибание правой ноги в голеностопном суставе. При этом практически все производят приземление на правую ногу, согнутую в коленном суставе. В этой связи в целях методического обеспечения тренировочного процесса возникает необходимость определить наиболее рациональный способ перехода от «скрестного шага» к финальному усилию, обеспечивающему сохранение высокой скорости движения. Решение данной задачи требует согласования всех системных компонентов управления пространственно-временным порядком кинематической цепи двигательного аппарата

спортсмена, обеспечивающим высокую скорость вылета снаряда. Скорость вылета, передаваемая снаряду через кисть спортсмена, обеспечивается сложением скоростей, достигнутых в звеньях кинематической цепи. Однако механизм управления этой работой, обеспечивающий максимальное использование скоростного потенциала звеньев кинематической цепи для достижения общего системного эффекта – максимальной скорости вылета снаряда, в современной литературе не установлен. Эта неопределенность не позволяет провести системный анализ техники финального усилия. Современные исследования преимущественно направлены на изучение визуальной формы движения спортсменов высокого класса. При этом предметом анализа преимущественно является выявление лежащих на поверхности специфических особенностей индивидуальной техники каждого спортсмена, которые в большинстве случаев невозможно использовать для разработки методики совершенствования техники других спортсменов.

Проблема методического сопровождения совершенствования техники финального усилия может быть решена путем систематизации линейных и угловых параметров кинематической структуры [3]. Это позволит определить системные компоненты управления техникой финального усилия. В частности установить базовые и специфические особенности техники, ритмическую структуру активности звеньев кинематической цепи их доминантность и типичные ошибки. Определение вышеизложенных позиций возможно путем применения оптической системы трехмерного видеоанализа движений и регистрации биоэлектрической активности скелетной мускулатуры.

На основе применения данных методик в целях проведения системного анализа управления техникой финального усилия метания копья необходимо установить следующие ее параметры:

1. Кинематические характеристики изменения суставных углов.
2. Кинематические характеристики линейных перемещений анатомических сегментов тела человека.
3. Параметры биоэлектрической активности скелетной мускулатуры.

#### **Литература:**

1. Гаусман К.И. Метание копья / К.И. Гаусман, М.Г. Желобкович // Методические рекомендации. – Минск, 1973. – 63 с.
2. Кравцев И.Н. Особенности биодинамики финального движения при метании копья / И.Н. Кравцев, В.И. Овчинник, И.П. Ратов // Проблемы биомеханики спорта. – М.: Спорткомитет СССР. – 1974. – С. 42-50.
3. Bartonietz K., Borgstrom A. The throwing evtns at the World Championships in Athletics 1995. *New studies in Athletics*, 1995, N 4, p. 43-66.

## СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ КАК СРЕДСТВО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ С КЛИЕНТАМИ

Е.И. Гавриленко

Научные руководители старший преподаватель О.С. Толстых  
доцент Е.Г. Костенко

**Аннотация.** В данной работе представлены основные возможности продвижения деятельности фитнес-клубов посредством социальных сетей.

**Ключевые слова:** социальные сети, фитнес-клубы, информационно-коммуникационные технологии, интернет-технологии.

Социальные сети в системе фитнес-центров являются самым доступным и популярным средством продвижения услуг и взаимодействия с клиентами. Использование интернет-технологий позволяет потенциальному клиенту получить информацию об услугах, сервисе, акциях и установить обратную связь с организацией, предлагающей данный сервис. Реклама и ее продвижение в социальных сетях позволяют экономить на создании собственного сайта.

Занимаясь маркетингом на социальных платформах, фитнес-клубы должны основываться на эмоциях потребителя, избегая скучной рекламы в лентах новостей сделать это они могут, используя возможность: публикации фото, видео, цитат шуточного характера; проводя различные акции – розыгрыши призов спортивного назначения или абонементы на разовое или длительное посещение тренировок; взаимодействуя с аудиторией поздравляя их со спортивными успехами в фитнес залах отмечая Gif-презентами, скрепить содружество группы позволяют публикации историй членов фитнес-клуба, добившихся определенных успехов.

Главной задачей присутствия страницы фитнес-клуба в социальных сетях является перевод клиентов из виртуального пространства в реальные фитнес-залы, организовать это можно грамотной работой PR-специалистов и владением информационно-коммуникационными технологиями в профессиональной деятельности.

Для этого необходимы изучение статистических показателей, позволяющих определить целевую аудиторию и их заинтересованность представленным продуктом, обработка этих данных с применением программных комплексов, например MS Excel, а также графическое представление информации средствами презентаций, графиков, обработкой фото- и видеофайлов. В спортивных вузах данную задачу реализует дисциплина «Информационные технологии в физической культуре и спорте».

### **Литература:**

1. Толстых О.С. Актуальность использования компьютерных технологий в учебном процессе физкультурных вузов / О.С. Толстых, Е.Г. Костенко // Тезисы докладов: научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма округа. – Краснодар, 2018. – С. 297-298.

2. Толстых О.С. Учебно-методическое обеспечение процесса профессиональной подготовки будущих специалистов по физической культуре и спорту по дисциплине «Информационные технологии в физической культуре и спорте» / О.С. Толстых, Е.Г. Костенко // Тезисы докладов: научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма округа. – Краснодар, 2018. – С. 299-300.

3. Костенко Е.Г. Современные информационные технологии как способ контроля, объективного анализа учебно-исследовательской деятельности спортсмена / Е.Г. Костенко, О.С. Толстых // Образование и наука в России и за рубежом. – 2018. – № 9 (44). – С. 274-280.

## **ПРОБЛЕМЫ ОБЕСПЕЧЕННОСТИ МИКРОНУТРИЕНТАМИ ШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ**

**А.М. Гришаева**

**Научный руководитель профессор Н.К. Артемьева**

**Аннотация.** В работе представлена главная проблема нашего времени — недостаток микронутриентов у детей младших классов. На основе проведенного обследования были сделаны определенные выводы по этой проблеме.

**Ключевые слова:** здоровое питание, микронутриенты, школьники начальных классов.

Для нормального роста и развития ребенка, а также для поддержания его здоровья необходимы не только белки, жиры и углеводы, но и другие микронутриенты, которые ребенок должен получать в повседневном сбалансированном рационе, так как именно в этот период закладывается фундамент здоровья человека.

Ни для кого не секрет, что на сегодняшний день хронический дефицит микронутриентов является главным негативным фактором воздействия на растущий организм ребенка. Дисбаланс микронутриентов препятствует регенерации тканей, формированию репродуктивной функции, ослабляет нервную и иммунную систему, приводит к увеличению числа простудных заболеваний [1, 2, 4].

В процессе работы нами были обследованы 243 школьника начальных классов школы сельской местности, данные обследования показали, что абсолютно у всех учеников, в той или иной мере, присутствует недостаток микронутриентов в организме. Установлен наибольший дефицит незаменимых аминокислот, в том числе серосодержащих, участвующих в процессах мышечной деятельности, витаминов группы В, оказывающих влияние на деятельность центральной нервной системы, а также сложных углеводов, нормализующих деятельность желудочно-кишечного тракта и выполняющих интоксигирующую функцию. Нельзя не отметить тот факт, что самыми уязвимыми являются первоклассники, обусловлено это повышенными физиологическими потребностями, связанными с особенностями, обеспечивающими социально-биологическую адаптацию ребенка в новой среде, и повышенный уровень часто болеющих детей.

Проанализировав дополнительно российские и зарубежные исследования, можно сделать вывод, что с каждым годом ухудшается обеспеченность микронутриентами во всех возрастных группах, но наибольшее негативное влияние этот фактор оказывает на рост, развитие и здоровье подрастающего поколения, одной из основных причин этого является неадекватное пищевое поведение, принятое в семье.

Решением существующей проблемы, связанной с недостатком микронутриентов, является максимально разнообразный рацион, включающий все основные группы пищевых продуктов, обогащенных необходимыми для роста и развития организма пищевыми ингредиентами [3].

### **Литература:**

1. Артемьева Н.К. Рациональное питание: Курс лекций / Н.К. Артемьева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 95 с. – 125.00
2. Герасимова А.Н. Детское питание / А.Н. Герасимова. – М.: АСТ, Сова, 2007. – 96 с.
3. Горохов В.А. Лечебно-сбалансированное питание – путь к здоровью и долголетию. – СПб.: Питер. 2011. – 278 с.
4. Ребров В.Г. Витамины, макро- и микроэлементы [Текст] / О.А. Громова, В.Г. Ребров [и др.]. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2008. – 960 с.

## АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА

А.В. Ежова

Научный руководитель доцент А.А. Колесникова

**Аннотация.** В данной работе представлен анализ последствий чрезмерной загруженности детей в условиях постоянно растущих потребностей социума.

**Ключевые слова:** дошкольники, дошкольные учреждения, здоровье детей, чрезмерные нагрузки, переутомление.

Состояние здоровья подрастающего поколения всегда вызывало озабоченность в обществе и государстве. На сегодняшний день в России эта проблема является актуальной. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков, за последние несколько лет число здоровых дошкольников уменьшилось в 4,5-5 раз, что составляет примерно 10% от контингента детей дошкольного возраста. Темп развития современного общества очень высок [1]. Постоянные изменения происходят не только в информационных и технических областях, но и в сфере здравоохранения, образовании, физической культуре, спорте. Пытаясь соответствовать постоянно меняющимся условиям общества, возникает проблема воспитания подрастающего поколения, а именно чрезмерная загруженность детей. Данная «погоня» за тенденциями социума приводит к следующим показателям: функциональные отклонения достигают более 70%, хронические заболевания у детей – 50%, около 40% дошкольников на момент поступления в школу имеют сниженную остроту зрения [3]. Причиной таких показателей служит не только постоянный рост образовательной программы, требований к ученикам, но и чрезмерные амбиции родителей.

Число дошкольников постоянно растет, соответственно возрастает и потребность в дошкольных учреждениях. На сегодняшний день в России количество детских садов составляет более 43000. Несмотря на множество положительных сторон воспитания подрастающего поколения, актуальной проблемой является повышение количества занятий и их длительность в течение дня, что не обоснованно ни индивидуальными, ни возрастными особенностями детей. Зачастую, деятельность ребенка не ограничивается занятиями в детском саду. Многие дошкольники посещают дополнительные секции, как минимум 2 раза в неделю [2].

Чрезмерные нагрузки неблагоприятно сказываются на состоянии здоровья, они вызывают у детей переутомление, отрицательно отражаются на эмоциональном благополучии и являются причиной дезадаптации в школе. Для устранения последствий таких значительных перегрузок необходимо соблюдение режима работы и отдыха, а также коррекция рациона питания, в соответствии с суточными энергозатратами.

### Литература:

1. Алексеев С.В. Гигиена труда / С.В. Алексеев, В.Р. Усенко. – М.: Медицина, 2016. – 576 с.
2. Бабунова Т.М. Дошкольная педагогика / Т.М. Бабунова. – М.: Сфера, 2007. – 204 с.
3. Безруких М.М. Возрастная физиология. Физиология развития ребенка / М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер. – М.: Академия, 2009. – 416 с.

## АНАЛИЗ ПРИЧИН РАСПРОСТРАНЕНИЯ ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.В. Ежова

Научный руководитель доцент А.А. Колесникова

**Аннотация.** В последнее время количество людей, которые страдают от пищевой аллергии, значительно возросло. В работе представлен обзор распространения и возникновения данной патологии у детей.

**Ключевые слова:** пищевая аллергия у детей, иммунитет, реакция организма, заболевание, дети дошкольного возраста.

Пищевая аллергия – это реакция на белки пищи, которые иммунная система считает вредными и запускает защитные процессы в виде выброса гистамина [2]. На сегодняшний день пищевая аллергия встречается у 13% всего населения. По мнению доктора медицинских наук Захаровой Ирины Николаевны (2016), «...каждый четвертый ребенок в России предрасположен к развитию аллергии». У детей дошкольного возраста данное заболевание наблюдается в 6-8% случаев, но по прогнозам ученых этот показатель интенсивно растет. Основными аллергенами являются: коровье молоко (2-3% дошкольников), яйца, лесные орехи, арахис (4-8% детей), пшеница, моллюски, соя, рыба, овощи и фрукты (часто – цитрусовые, киви, клубника, помидоры, сельдерей, петрушка), мясо (в основном, говядина) [1].

Бесспорно, основная причина развития пищевой аллергии – генетическая, но почему число имеющих данное заболевание постоянно растет? Тенденция увеличения количества дошкольников, страдающих от пищевой аллергии, прослеживается в экономически развитых странах. Некоторые ученые придерживаются «гигиенической гипотезы». Они считают, что одержимость чистотой, постоянно растущие гигиенические стандарты не всегда благоприятно сказываются на здоровье детей. Это объясняется тем, что иммунная система ребенка в процессе взросления не сталкивается с общими аллергенами. Также, за последние сто лет организм человека утратил множество «хороших» бактерий, которые находились не только в нашем кишечнике, но и на коже.

Арантса Вега (Arantza Vega), координатор Испанской ассоциации аллергологии и клинической иммунологии (Seiac) (2013), считает «... аллергия – пандемия XXI». Таким образом, данное заболевание требует своевременной диагностики и последующего лечения, а именно коррекции рационов питания.

### Литература:

1. Алферов В.П. Пищевая непереносимость у детей: пособие для врачей / В.П. Алферов, Ф.В. Романюк, Л.Н. Пройда. – СПб, 2007. – 68 с.
2. Ишкова Н.С. Пищевая аллергия у детей: патогенетическая терапия / Н.С. Ишкова, А.В. Молокова, К.С. Казначеев, Л.Ф.Казначеева, Ю.В. Чеганова // Вестн. Новосиб. Гос. Ун-та. Серия: Биология, клиническая медицина. Т.13, вып.2. – 2015 – С. 77-82.



## ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ДАННЫХ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ

В.А. Калошина

Научные руководители доцент Е.Г.Костенко,  
старший преподаватель О.С. Толстых

**Аннотация.** В работе рассмотрены основные моменты интерпретации данных спортивно-педагогических исследований, использование критериев значимости.

**Ключевые слова.** Спортивно-педагогические исследования, интерпретация.

Отечественные вузы утвердили стратегию компетентностного подхода к подготовке специалистов, в том числе в области физической культуры и спорта.

В ходе освоения теоретического и практического учебного материала студенты должны не только уметь проводить спортивно-педагогические исследования, но и интерпретировать данные, то есть превращать их в количественные и качественные показатели.

Анализируя эмпирические данные, экспериментатор проводит сравнительную оценку результатов исследования с теоретическими предположениями в спортивной и педагогической работе.

Применяя в спортивно-педагогическом исследовании экспериментальные данные, понятия и определения, общетеоретические выводы, положения, закономерности других наук, необходимо, прежде всего, выяснить, «разгадать» смысл с точки зрения этих учений, а также педагогический смысл.

При интерпретации показателей использование статистических критериев в педагогических и спортивных исследованиях позволяет определить значимость результата.

Сформировать владение критериями значимости позволяет дисциплина «Основы математической обработки измерений в физической культуре», практические занятия по которой проводятся с помощью персональных компьютеров с использованием программ Microsoft Excel и ППП Statistic.

Например, при решении учебной задачи по теме «Сравнение двух выборочных средних. t-критерий Стьюдента» при независимых вариантах необходимо составить и рассчитать статистическую таблицу, представленную на рисунке 1.

|             |                   |                            |             |                   |                            |
|-------------|-------------------|----------------------------|-------------|-------------------|----------------------------|
| $x_i$       | $(x_i - \bar{x})$ | $(x_i - \bar{x})^2$        | $y_i$       | $(y_i - \bar{y})$ | $(y_i - \bar{y})^2$        |
| $\bar{x} =$ |                   | $\sum (x_i - \bar{x})^2 =$ | $\bar{y} =$ |                   | $\sum (y_i - \bar{y})^2 =$ |

Рисунок 1. Статистическая таблица

Итогами спортивно-педагогических исследований является написание докладов, статей, советов, выпускных квалификационных работ, диссертаций, книг в области физической культуры и спорта.

### Литература:

1. Костенко Е.Г. Современные информационные технологии как способ контроля, объективного анализа учебно-исследовательской деятельности спортсменов / Е.Г. Костенко, О.С. Толстых // Образование и наука в России и за рубежом. – 2018. – №9 (Vol.44). – С. 274-280.

2. Костенко Е.Г. Учебно-исследовательская деятельность студентов физкультурного вуза как условие компетентностной модели профессионального образования / Е.Г. Костенко, О.С. Толстых // Педагогические науки. – 2018. – № 4(91). – С. 32-35.

3. Толстых О.С. Обработка экспериментальных данных в физической культуре и спорте средствами современных информационных технологий / О.С. Толстых, Е.Г. Костенко, А.П. Костенко // Педагогические науки. – 2018. – № 4(91). – С. 29-31.

## ОПТИМИЗАЦИЯ РАЦИОНА ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОК, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

В.П. Королева

Научный руководитель профессор Н.К. Артемьева

**Аннотация.** В работе раскрывается взаимосвязь пищевого поведения и энергетического баланса в соответствии с тренировочными нагрузками гимнасток, разработаны требования, предъявляемые к рациону питания.

**Ключевые слова:** эстетическая гимнастика, спортивная нутрициология, энергетический баланс и режим питания.

Эстетическая гимнастика – это динамичный, сложнокоординационный вид спорта, который требует поддержания постоянной мышечной массы и компонентного состава тела спортсменок, на фоне развития функциональных возможностей организма и высокой степени подвижности в суставах. Элитные гимнастки могут тренироваться около 40 часов в неделю, поэтому рацион питания должен обеспечить организм всеми необходимыми питательными веществами.

Известно, что юная гимнастка тратит 50-62 килокалории в сутки на каждый килограмм массы тела [2]. Гимнастки разного возраста и веса потребляют разное количество пищи. Расчет калорийности принято производить по схеме [3]: масса тела 30-39 кг – 1500-2000 ккал; 40-49 кг – 2000-2500 ккал; 50-59 кг – 2500-3000 ккал; 60 кг – 3000-3500 ккал.

При выявлении избыточного веса гимнастке рекомендуется уменьшить калорийность рациона на 20-40% (взрослым разрешено снижать калории на 50%). Энергетический баланс достигается за счет исключения пищевых продуктов, содержащих углеводы и жиры, таких как кондитерские изделия и сладости, сахар, спагетти, картофель, бананы, крупа, растительное и сливочное масло, продукты с высоким содержанием жира. Индивидуальные потребности в питании определяются задачами тренировочного цикла подготовки, индивидуальными особенностями спортсмена, состоянием здоровья и адаптацией к росту и развитию организма более молодых спортсменок. В периоды интенсивных тренировок важно, чтобы гимнастка могла восполнить энергию в восстановительный период, чтобы избежать перетренированности и усталости, которые могут привести к серьезным травмам [1].

Спортивная диета гимнастки состоит из систематических регулярных приемов пищи небольшими порциями за 1,5-2 часа до тренировки и не позднее, чем за 2 часа до сна. Первый прием пищи через полчаса после пробуждения – это лучшее время для эффективного усвоения питательных веществ. Завтрак должен включать углеводы, белки, жиры и распределен на два приема, чтобы избежать перегрузки желудка, особенно при утренних тренировках. Обед рекомендуется составлять из сложных углеводов и белков, в сочетании с овощами для обеспечения энергетического баланса витаминного статуса. Ужин должен включать белки и полиненасыщенные жиры. Морепродукты рекомендуется принимать как источник фосфора, который необходим для развития мышечного сокращения. Рацион питания гимнасток должен быть легким, питательным, а также разнообразным для поддержания положительного эмоционального фона.

### Литература:

1. Артемьева Н.К. Взаимосвязь адекватности питания и параметров биологического возраста высококвалифицированных спортсменок / Н.К. Артемьева, М.В. Абакумова, В.В. Степуренко // V всероссийская научно-практическая конференция с международным участием «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации» (27-28 ноября 2015 г.). – ФГБОУ ВПО «КГУФКСТ» – С. 7-9.

2. Полиевский С.А. Спортивная диетология. – М.: Академия, 2015. – 208 с.

3. Электронный ресурс:

[https://rg-leotard.com/blog/gymnastics\\_articles/right\\_nutrition\\_for\\_rhythmic](https://rg-leotard.com/blog/gymnastics_articles/right_nutrition_for_rhythmic)

## НАРУШЕНИЯ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ГИМНАСТОК

С.А. Михеева

Научный руководитель профессор Н.К. Артемьева

**Аннотация.** Спортсмены, добившиеся высших достижений, регулирующие массу тела, часто имеют нарушения пищевого поведения, сразу после окончания спортивной карьеры, вследствие жестких диет и ограничений во время спортивной жизни.

**Ключевые слова:** гимнастка, пищевое поведение, переедание.

Пищевое поведение — это совокупность наших привычек, связанных с питанием — диета, наши предпочтения в пище, рацион питания. Пищевое поведение зависит от этнических и социально-экономических особенностей, от воспитания, поведения и традиций членов семьи, также важную роль играют биологические особенности организма, сложившиеся в данном виде спорта стандарты внешнего вида спортсменов.

Результаты в художественной гимнастике на 60% зависят от внешнего вида гимнастки, поэтому спортсменки обязаны строго контролировать свой вес. Вследствие этого у многих девочек в достаточно раннем возрасте возникают проблемы на психологическом уровне, что приводит к нарушению пищевого поведения. Принято выделять три основных типа нарушения пищевого поведения: эмоциогенное, экстернальное и ограничительное [3].

Экстернальное пищевое поведение — это повышенная реакция на внешние стимулы: стол с приготовленной едой, человек, принимающий пищу, яркая реклама продуктов. Как следствие, спортсменки с экстернальным пищевым поведением употребляют еду всегда, когда она им доступна и находится перед глазами. Это становится основным фактором переедания. Чувство сытости возникает медленно, появление насыщения запаздывает по времени и ощущается как механическое переполнение желудка [1].

Эмоциогенное пищевое поведение — стимулом к приему пищи является не чувство голода, а эмоциональный дискомфорт. Беспокойство, нервозность, взволнованность, плохое настроение, чувство опустошения после неудачного выступления у гимнасток с эмоциогенным пищевым поведением может послужить фактором излишнего приема пищи. Также к причинам переедания у лиц с данным типом пищевого расстройства относится синдром ночного приема пищи.

Ограничительное пищевое поведение. Другими словами — наличие строгих рамок. Гимнастки при составлении своего меню тщательно выбирают пищу, разделяя продукты и способы их приготовления на здоровые и нездоровые, правильные и неправильные, невредные и вредные. Много сил тратится на то, чтобы потреблять хорошую пищу и не смотреть в сторону запрещенной. Ежедневные взвешивания, попытки сдержаться вызывают сильное напряжение, которое постепенно накапливается и приводит к срывам диеты, тренировок, нарушению эмоционального состояния спортсменки. Для коррекции пищевого поведения необходимо проведение занятий, способствующих повышению уровня знаний. При этом необходим индивидуальный подход к оценке адекватности питания, учитывающий физиологические особенности организма и этап тренировочного процесса [2].

Таким образом, расстройство приема пищи — это совокупная проблема, которая сочетает в себе психологические и физиологические факторы. Как правило, психогенное переедание предполагает совместную работу с обоими факторами, путем обращения не только к психологу, но и к врачу-диетологу. В частности, при лечении расстройств приема пищи эффективны когнитивная психотерапия и психоанализ.

### Литература:

1. Артемьева Н.К. Индивидуальный подход к оценке пищевого статуса детей в условиях гипо- и гипердинамии // Физическая культура, спорт — наука и практика. — 2004. — №1-4.
2. Гинзбург М.М. Ожирение. — Москва, 2002.
3. <http://www.psyq.ru/pitanie/tipy-pishevogo-povedenija>.

## ПРОЯВЛЕНИЯ ДЕФИЦИТА ВИТАМИНОВ В ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

С.А. Михеева

Научный руководитель профессор Н.К. Артемьева

**Аннотация.** В настоящее время у большинства детей школьного возраста нарушена сбалансированность рационов питания, вследствие чего возникает дефицит микроэлементов, что приводит к нарушению функционального состояния организма.

**Ключевые слова:** микроэлементы, дети школьного возраста, дефицит.

Любые необычные отклонения в функционировании организма без особых на то причин – повод подозревать наличие дефицита микроэлементов. Лишь каждый пятый житель России не испытывает дефицита витаминов. К такому выводу пришли российские ученые из ФИЦ питания и биотехнологии. По их наблюдениям, больше всего люди страдают от дефицита витаминов D и B2. Лишь 16,8% детей старше десяти лет получают все необходимые для здоровья витамины в нужном количестве. Авитаминоз может привести к развитию многих заболеваний. Важно знать симптомы дефицита микроэлементов для поддержания здоровья ребенка [3].

Признаками нехватки витамина А являются: ухудшение зрения в ночное время, снижение иммунитета, угревая сыпь на коже. При появлении подобных симптомов стоит увеличить потребление omega-3s, добавляя в рацион сардины, анчоусы, лосося, а также ретинола – огурцы, брокколи, морковь, красный перец. Быстрая утомляемость, частые простуды, нарушения в работе нервной системы (раздражительность, бессонница), жирового и углеводного баланса, снижение уровня гемоглобина, кожный зуд, трещинки в уголках рта, воспалительные процессы на слизистых оболочках, покалывания, пощипывания и онемение в руках и ногах свидетельствуют о нехватке витаминов группы В, железа, цинка. Источниками этих микроэлементов являются яйца и мясо птицы, лосось, семена кунжута и др. [2].

При недостатке витамина С снижается иммунитет, появляется вялость, кровоточивость десен, частые простудные заболевания, плохо заживают раны, кожа становится сухой, ухудшается состояние ногтей и волос. Витамин С в основном содержится в ягодах шиповника, зелени, кабачках, цитрусовых и моркови.

Дефицит витамина D часто приводит к остеопорозу и развитию рахита у детей. Первые симптомы его нехватки – спазмы в мышцах ног, судороги конечностей, проблемы с зубами, эндокринные нарушения. Восполнить запасы этого витамина помогают кисломолочные продукты: сыр, творог. Для поддержания витамина D необходимо употреблять сливочное и растительное масло. Диетологи советуют также разнообразить рацион печенью трески, которая содержит максимальную концентрацию D3 на 100 г.

Для предохранения организма от состояния нехватки витаминов и минералов нужно стремиться получать нужные организму питательные вещества из цельной натуральной пищи. Также необходимо снизить употребление рафинированных пищевых продуктов, сфокусируйтесь на здоровых жирах, свежих продуктах, натуральном мясе животных и птиц, молочных продуктах, домашних яйцах, орехах и семенах и употреблении свежих овощей и фруктов. Особенно важно поддерживать адекватное состояние витаминного статуса для детей, занимающихся спортом [1].

### Литература:

1. Артемьева Н.К. Индивидуальный подход к оценке пищевого статуса детей в условиях гипо- и гипердинамии // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2014. – №1-4.
2. Теплова А.И. Витамины и минералы для жизни и здоровья// СпецЛит. – Санкт-Петербург, 2015. – 111 с.
3. [https://tvzvezda.ru/news/vstrane\\_i\\_mire/content/201801290153-c8ig.htm](https://tvzvezda.ru/news/vstrane_i_mire/content/201801290153-c8ig.htm)

## ВЛИЯНИЕ ВИТАМИНОВ НА ОРГАНИЗМ ГИМНАСТОК 8-12 ЛЕТ

С.А. Михеева

Научный руководитель профессор Н.К. Артемьева

**Аннотация.** Современный спортсмен, выступающий на соревнованиях, нуждается в дополнительных средствах повышения специальной работоспособности. Мы все знаем, что длительные тренировки приводят организм к истощению полезных веществ. Поэтому нельзя недооценивать влияние витаминов на организм юных спортсменов.

**Ключевые слова:** спортсмен, витамин, гимнастка, тренировка.

Витамины очень важны для организма на каждом этапе жизни, особенно во время интенсивного роста (8-12 лет). Для спортсменок, специализирующихся в художественной гимнастике, наиболее важными витаминами являются: А, В6, В12, С.

Ретинол регулирует процессы зрения, что очень важно при предметной подготовке юных гимнасток. Часто случается, что гимнастка не может выполнить определенные броски предмета с элементами риска только потому, что она не видит летящий на нее предмет. Эта ситуация может привести к травме, в результате падения предмета на спортсменку или к потере ориентации в пространстве. У детей 8 лет суставы, связки и мышцы еще находятся на стадии развития, а значит, достаточно слабы. В этом виде спорта основное двигательное качество – гибкость, что требует повышения подвижности суставов. Учитывая, что не все гимнастки в возрасте 8-12 лет могут полностью контролировать амплитуду своих движений, суставы максимально подвержены травмам, поскольку они не окрепли [1].

Аскорбиновая кислота помогает спортсменкам быстрее восстановить физическую форму и уменьшить количество травм при тренировках, так как большая часть травм связана именно с опорно-двигательным аппаратом.

Кобаламин. При нехватке витамина В12 работа центральной нервной системы нарушается, чувствуется постоянная усталость. Как известно, очень важным фактором в подготовке спортсменов является психологическая подготовка и психическое состояние спортсмена, вследствие нарушения работы нервной системы гимнастки очень рассеяны, что приводит к потере предмета на соревнованиях и общему недомоганию. Также при нехватке витамина В12 скорость сокращения мышц становится очень слабой [3].

Пиридоксин очень важен для сердца, а точнее при его нехватке ослабляется сердечная мышца, что может привести к серьезным последствиям. При дефиците витамина В6 может подниматься давление, что снижает специальную работоспособность и отрицательно влияет на процесс спортивной тренировки [2].

Таким образом, витамины играют особо важную роль и в гимнастике, и в спорте в целом. Они выполняют функцию регуляции обмена веществ и энергии. От правильного потребления витаминов может зависеть дальнейший результат спортивных достижений.

### Литература:

1. Грибанова О.В. Витамины для вашего здоровья. Физиология и биохимия для любознательных / О.В. Грибанова, Г.Е. Завьялова. – Ростов н/Дону: Феникс, 2015. – 94 с.
2. Панков О.П. Питание и зрение. Витамины для глаз. Уникальные рекомендации для восстановления зрения / О.П. Панков. – М.: Астрель, 2011. – 140 с.
3. Михеева С.А. Витаминизация детей дошкольного возраста / С.А. Михеева, Н.К. Артемьева // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль - март 2017 г.) часть 1. – Краснодар. – С. 83-85.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕССЕНДЖЕРОВ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А.Д. Моргунова

Научные руководители старший преподаватель О.С. Толстых,  
доцент Е.Г. Костенко

**Аннотация.** В работе описываются возможности использования различных мессенджеров в профессиональной и образовательной деятельности.

**Ключевые слова:** Мессенджеры, информационно-коммуникационные технологии, WhatsApp, Viber, контент, профессиональная деятельность.

На современном этапе развития информационно-коммуникационных технологий при широком использовании планшетов и смартфонов огромную популярность получили мессенджеры в профессиональной и образовательной деятельности как способ коммуникации с целевой аудиторией.

Мессенджеры являются средством обмена короткими текстовыми сообщениями, изображениями, видеофайлами, а также позволяют осуществлять аудио- и видеозвонки, отправлять голосовые сообщения, создавать группы, являются универсальным способом для рассылки рекламы, информирования клиентов, инструментом для оформления заказов. Одними из самых популярных на сегодняшний день являются WhatsApp, Viber, Skype, Telegram и Facebook Messenger.

В профессиональной и деятельности в области физической культуры и спорта WhatsApp и Viber, мессенджеры для смартфонов могут использоваться спортсменами, тренерами, фитнес-инструкторами, студентами и преподавателями спортивных вузов для консультирования, персонального общения на научные и профессиональные темы. Данные средства коммуникации позволяют осуществлять информационную поддержку и дистанционное обучение целевой аудитории путем телеконсультирования.

Мессенджеры обладают рядом преимуществ: наличие номера мобильного телефона; мгновенные уведомления, которые точно будут прочитаны, в отличие от социальных сетей они более персонализированы, содержат различного рода контент, позволяют общаться в режиме реального времени, отсутствие оплаты в сравнении с СМС.

В спортивных образовательных учреждениях данные телекоммуникационные технологии помогут усилить осуществление контроля за выполнением внеаудиторной работы и эффективностью консультирования по возникающим вопросам с тренером, преподавателем. Фитнес-инструкторы, учителя физической культуры, используя мессенджеры в своей работе могут ориентировать своих клиентов и учеников на здоровый образ жизни и контролировать выполнение фитнес-программ и домашних тренировок.

### Литература:

1. Толстых О.С. Актуальность использования компьютерных технологий в учебном процессе физкультурных вузов / О.С. Толстых, Е.Г. Костенко // Тезисы докладов: научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2018. – С. 297-298.

2. Толстых О.С. Учебно-методическое обеспечение процесса профессиональной подготовки будущих специалистов по физической культуре и спорту по дисциплине «Информационные технологии в физической культуре и спорте» / О.С. Толстых, Е.Г. Костенко // Тезисы докладов: научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2018. – С. 299-300.

## СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

А.Ю. Найденко

Научные руководители доцент Е.Г. Костенко,  
старший преподаватель О.С. Толстых

**Аннотация.** В данной работе рассматриваются спортивно-педагогические исследования с использованием методов математической статистики и информационных технологий.

**Ключевые слова:** спортивно-педагогические методы, математическая статистика, информационные технологии.

Российские высшие учебные заведения приняли политику компетентностного подхода к подготовке кадров. В процессе успешного обучения бакалавр спортивного вуза приобретает умение и навыки проводить спортивно-педагогические исследования с помощью математических методов и моделей с использованием компьютерных технологий.

В спортивно-педагогической работе используются различные методы и методики, взаимосвязанные между собой. Исследования в области физической культуры и спорта являются двухуровневыми: экспериментально-эмпирическим и теоретическим.

Одним из распространенных методов в спортивно-педагогических исследованиях является теоретический анализ. Он необходим как в теоретической, так и в эмпирической работе для формулировки и представления выводов, обобщений.

К педагогическим методам относятся педагогическое наблюдение и эксперимент, включающий контрольные тестовые испытания. Результаты тестирования обрабатываются с помощью методов математической статистики с использованием программ Microsoft Excel и ППП Statistic.

В педагогических и спортивных исследованиях применяют методы, связанные со сбором и фиксацией информации, используя опрос, анкетирование, беседы, интервью. Количественную обработку полученных данных удобно проводить, используя надстройку «Анализ данных» в MS Excel.

Эффективность педагогических и спортивных методов исследования неотрывно связана с использованием компьютерных технологий, применением математического аппарата.

### Литература:

1. Костенко Е.Г. Современные информационные технологии как способ контроля, объективного анализа учебно-исследовательской деятельности спортсменов / Е.Г. Костенко, О.С. Толстых // Образование и наука в России и за рубежом. – 2018. – №9 (Vol.44). – С. 274-280.
2. Костенко Е.Г. Учебно-исследовательская деятельность студентов физкультурного вуза как условие компетентностной модели профессионального образования / Е.Г. Костенко, О.С. Толстых // Педагогические науки. г. Москва № 4(91). 2018 г., С32-35.
3. Толстых О.С. Обработка экспериментальных данных в физической культуре и спорте средствами современных информационных технологий / О.С. Толстых, Е.Г. Костенко, А.П. Костенко // Педагогические науки. – 2018. – № 4(91). – С. 29-31.



## **ФОРМИРОВАНИЕ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ У СПОРТИВНОЙ ПАРЫ В КОНКУРЕ**

**Э.Е. Панченко**

**Научный руководитель доцент А.А. Ругина**

**Аннотация.** Конный спорт одна из самых интересных и сложных дисциплин. Одним из факторов, оказывающим большое влияние на результат соревнований, является уверенность или неуверенность в себе спортивной пары в целом. Уверенность в себе, своих силах и возможностях оказывает положительное влияние, которое помогает показать наилучшие результаты.

**Ключевые слова:** конный спорт, конкур, уверенность в себе, психологическая подготовка.

Конный спорт один из самых зрелищных видов спорта, в особенности хочется отметить конкур (преодоление препятствий). Сложность данной дисциплины состоит в том, что команда состоит из человека и животного (спортсмена и лошади). Нельзя рассчитывать только на себя, на свои силы и возможности, также многое зависит от способностей животного. Спортсмен, который уверен в себе, показывает более высокие результаты на соревнованиях, это было доказано в Воронежском государственном институте физической культуры. Но в конкуре столь же важную роль имеет уверенность лошади, поэтому на тренировочных занятиях стоит особое внимание уделять психологической подготовке спортивной пары в целом. Неуверенность пары приводит к чрезмерному эмоциональному перенапряжению, что снижает работоспособность, точности выполнения движений, повышает риск травм и ошибок на дистанции. На тренировочных занятиях стоит соблюдать главный принцип «от простого к сложному». Именно благодаря ему получится развить уверенность в себе не только человека, но и животного.

### **Литература:**

1. Юрченко Н.В. Особенности подготовки к соревнованиям детей и взрослых в конно-спортивной секции и изменения правил по спортивной джигитовке // Материалы Международной научно-практической конференции для работников науки и образования. – Москва. – 2016. – 197 с.
2. Бакеев А.В. Основы начального обучения верховой езде на лошадях в холке до 150 сантиметров: Учебно-методическое пособие / А.В. Бакеев, А.Ю. Александров. – Малаховка, 2012. – С. 57-78.
3. Александров Б.Ю. Деятельность генерала Брусилова в развитии и пропаганде конного спорта России начала XX века // Вестник спортивной истории. – 2015. – №1. – С. 21-28.
4. John James Smith Foil Fencing: The techniques and tactics of modern foil fencing. - UK: Summersdale Publishers, 2013. - 3 p.

## СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОСНОВНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ

**В.Ю. Скоробогатова**

**Научный руководитель доцент А.А. Ругина**

**Аннотация.** Поэтапное совершенствование основных двигательных качеств на занятиях танцевальным спортом – это основная задача формирования показателей, характеризующих высокий уровень физического развития организма в целом.

**Ключевые слова:** двигательные качества, танцевальный спорт, физические качества.

На каждом этапе занятий танцевальным спортом ставится определенная задача, при достижении которой улучшается одно из двигательных качеств, в результате чего поэтапно достигается высокий уровень физического развития организма в целом. Следует заметить, что возрастной диапазон в танцевальном спорте достаточно широк и, по сути, не имеет границ. Это позволяет приобщиться к данному виду спорта практически на любом жизненном этапе. Поэтому по возрасту танцевальные пары подразделяются на пять категорий: дети, юниоры, молодежь, взрослые танцоры и сеньоры. Категории дети, юниоры и сеньоры имеют также внутреннюю градацию [1].

По степени подготовленности танцоры распределяются по классам. Класс в танцевальном спорте — это определенный уровень физического развития, психологической, технической и музыкально-эстетической готовности танцора, обеспечивающий ему способность использовать в своих композициях фигуры более высокой степени сложности. Классы имеют следующее латинские обозначение: «Е», «D», «C», «B», «A», «S» и «M». На начальных этапах занятий по танцевальному спорту должна быть грамотно выстроена осанка, за счет различных статических и динамических упражнений на развитие силы мышц спины и пресса [2]. Следующим этапом становится разучивание основ, элементарных движений. Берутся простые шаги каждого из танцев начального уровня. В результате чего совершенствуется координация, ловкость, танцор учится владеть своим телом, одновременно контролировать действия рук, ног, положение спины, головы. Используются классические упражнения для развития координации.

И далее следует достаточно равномерное развитие всех двигательных качеств, за счет чего тренер добивается дуэтности, высокого уровня физической и технической подготовленности, музыкальности, презентабельности. Важной задачей является достижение баланса между силой и выносливостью.

Наилучших результатов можно достигнуть, если все физические качества развиты равномерно. Тренер должен контролировать и анализировать ситуацию, и в случае, если какое-то из качеств теряет должный уровень, сделать упор на тренированность определенных аспектов [3].

### **Литература:**

1. Ведерников Д.В. Проблема личностного развития подростков, занимающихся спортивными танцами / Д.В. Ведерников. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 155-159.
2. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта, или Что нужно знать, чтобы стать первым / Н. Рубштейн. – М., 2000. – 139 с.
3. Современный спортивный балльный танец: исторический опыт, современные проблемы, перспективы развития: Межвузовская научно-практическая конференция, 22 февраля 2013 г. – СПб.: СПбГУП, 2013. – 64 с.

## **ВЛИЯНИЕ ВЕГЕТАРИАНСТВА НА СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

**С.А. Столярчук**

**Научный руководитель Д.Н. Микова**

**Аннотация.** Вегетарианство и спорт – мало исследованная тема. В настоящее время перед наукой стоит вопрос о пользе и влиянии вегетарианской диеты на спортивные показатели. Можно предположить, что смысл в таком типе питания для спортсменов есть.

**Ключевые слова:** вегетарианство, спорт, питание, диета, спортивные показатели.

Основная польза вегетарианства как для здоровья, так и, возможно, для увеличения спортивных показателей связана во многом не с отсутствием мяса в диете, а с тем, что вегетарианцы употребляют в пищу больше растительных продуктов, для того чтобы восполнить недостаток макро- и микроэлементов.

Мы решили провести анкетирование среди студентов КГУФКСТ второго курса, насколько они осведомлены о вегетарианстве, какие виды они знают, хотели бы они перейти на вегетарианскую диету для улучшения двигательных качеств. На основе собранных данных можем сделать следующие выводы: 93,5% опрашиваемых студентов второго курса знают хотя бы один вид вегетарианства, остальные 6,5% не знают ни одного вида; 19% опрашиваемых положительно относятся к вегетарианству, 23% имеют отрицательное отношение и оставшиеся 58% относятся нейтрально; 18% студентов считают вегетарианство полезным, 48% думают наоборот, а 34% участвующих в опросе не знают о пользе или вреде; 51% опрашиваемых знают о положительных сторонах вегетарианства, а 49% не знают. Таким образом, вегетарианство набирает популярность, но из-за недостаточного изучения многие спортсмены относятся к этому нейтрально и не знают о пользе, а также о положительных и отрицательных сторонах этой диеты. Кроме того, больше половины опрашиваемых не хотели бы стать вегетарианцами.

Также, проанализировав все виды вегетарианства, можно прийти к выводу, что без вреда для здоровья в спорте высших достижений возможно только лакто-овоовегетарианство. В их рацион питания входят такие продукты, как зерновые и бобовые культуры, овощи, фрукты, семена, орехи, молочные продукты и яйца.

Во всем мире вегетарианцы в различных видах спорта установили множество рекордов. Например, сестры Уильямс, Мартина Навратилова, Дейв Скотт.

Спортсмены, желающие перейти на вегетарианскую диету без вреда для своего здоровья и для улучшения спортивных показателей, могут это сделать, если будут систематически находиться под наблюдением спортивного врача и соблюдать сбалансированную систему питания, для того чтобы восполнить своевременно организм белками, жирами и углеводами на покрытие затрачиваемых ресурсов.

### **Литература:**

1. Медкова И.Л. Все о вегетарианстве / И.Л. Медкова, Т.Н. Павлова, Б.В. Брамбург. – 2-е изд. – М.: Междунар. отношения, 1993. – 200 с.

2. Туголуков А.В. Перспективы развития науки и образования // Сборник научных трудов по материалам XXI международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 75-79.

## РАЦИОН ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ

А.А. Фисак

Научный руководитель преподаватель Д.Н. Микова

**Аннотация.** В современном спорте важным требованием при организации тренировочного процесса является грамотно спланированный рацион питания спортсменов.

**Ключевые слова:** питание, калорийность, рацион, спортсмен, спорт.

Рацион спортсмена должен составляться с учетом некоторых принципов:

1. При выборе продуктов следует учитывать содержание спортивной деятельности – его активные тренировки, период подготовки к соревнованиям, соревнования, восстановительный период.

2. Питание должно быть сбалансированным, учитывающим особенности данного вида спорта и интенсивность нагрузок. Необходимо соблюдать равновесие между основными питательными веществами, витаминами и микроэлементами.

3. При составлении рациона должны быть учтены индивидуальные особенности данного спортсмена: его пол, возраст, физиологические, метаболические характеристики, наличие болезней, состояние желудочно-кишечного тракта и других органов.

4. Прием пищи должен быть адекватным режиму тренировок и соревнований.

Автором было проведено анкетирование среди студентов второго курса КГУФКСТ, с целью проанализировать степень информированности о спортивном питании у студентов, занимающихся различными видами спорта. В опросе приняли участие 110 студентов. Из них: 23 гимнаста, 6 борцов, 11 футболистов, 12 каратистов, 10 легкоатлетов, 12 боксеров, 7 тхэквондистов, 6 дзюдоистов, 6 волейболистов, 4 баскетболиста и 13 тяжелоатлетов.

Среди общего количество спортсменов мастеров спорта насчитывалось – 26 человек, кандидатов в мастера спорта – 42, имеющих 1 взрослый разряд – 18 и ниже 1 разряда – 24 человека.

Данная анкета включала 4 вопроса. На первый из них – «Сколько раз в день должен питаться спортсмен», были получены следующие результаты: 48,8% считают, что спортсмен должен питаться 5 раз в день, 46% – 4 раза и 4,8% – 2-3 раза в день.

Отвечая на вопрос: «Знают ли спортсмены калорийность своего рациона», всего 47 человек из 110 опрошенных дали положительный ответ.

Ответы на вопрос об употреблении пищевых добавок среди студентов распределились следующим образом: да, употребляю – 45,6%, иногда – 37,6%, нет, не употребляю – 16,8%.

При опросе студентов на тему: «Ваш рацион питания включает» получены следующие данные: 87% студентов второго курса КГУФКСТ ответили, что в рацион их питания входят: фрукты, овощи, мясо, молочные продукты, крупы и злаки, в то время как 13% из опрошенных абсолютно не следят за своим питанием.

Таким образом, большинство опрошенных студентов знают, как планировать свой рацион.

### Литература:

1. Борисов И.М. Питание гимнастов // Гимнастика. Ежегодник. – 1986. – С. 75-78.
2. Могильный М.П. Особенности организации питания спортсменов / М.П. Могильный, В.А. Тутельян // Вопросы питания. – Том 84. – № 3. – 2015. – С. 42-43.

**ДИЕТА – СЫРОЕДЕНИЕ**  
**Э.И. Чуйкова**  
**Научный руководитель Д.Н. Микова**

**Аннотация.** В данной работе рассматривается концепция правильного питания и ведения здорового образа жизни посредством сыроедения.

**Ключевые слова:** диета, сыроедение, обмен веществ, растительная пища, здоровье.

В современном мире человек хорошо развился в технологической сфере. Создано огромное количество приборов, конструкций, предметов и программ, которые предназначены упростить и улучшить повседневную жизнь каждого человека. Развитие непрерывно движется вперед. И в этом стремительном темпе люди забывают о самом главном – о своем здоровье. В связи с этим были разработаны различные методики здорового образа жизни и диеты, позволяющие только лишь на время предотвратить образование болезней и замедлить время ухудшения функциональной работы организма из-за последствий использования губительной еды во время приемов пищи.

Для того чтобы приступить к рассмотрению темы работы, необходимо знать определения таких понятий, как «диета» и «сыроедение». Диета в переводе из греческого языка означает «образ жизни» и сыроедение – это потребление пищи без термической обработки, то есть ягоды, фрукты, зелень, овощи и орехи. Из этого выходит, что сыроедение это не кратковременное занятие, а образ жизни каждого, кто хочет быть здоровым и счастливым.

Все знают, что в продуктах, как в вареных, так и необработанных, присутствуют различные вещества. Из курса химии известно, что тепло, попадающее на материю, приводит к возникновению эндотермической химической реакции, то есть в результате варки, молекулы в еде трансформируются в совершенно новую форму. В работах Габриэля Казенса говорится, что любая термическая обработка обесценивает 50% белков, нарушает цельность 50-70% витаминов и снижает содержание других питательных веществ [1]. Например, качество мяса и молока обусловлено кормом, которым потчуют домашний скот. Здоровье животных и человека на 99,99% зависит от продуктов питания [2]. К тому же докладывание в пищу обработанных термическим путем жиров породило у исследуемых животных нарушение работы клеток сердца, печени и почек. Также, согласно Виктории Бутенко, в результате эксперимента по зависимости между фактом зарождения рака и применением в пищу овощей и фруктов, был зафиксирован результат, по которому употребление большого объема разнообразных фруктов и овощей приводит к эффекту сохранности желудка, пищевода, легких, полости рта и носоглотки, кишечника при раке.

Ученые во всем мире на сегодняшний день чрезвычайно обеспокоены результатами, полученными в ходе анализа обработки пищи термическим путем. С 2003 года двадцать семь стран, по предложению итальянского профессора Винченца Фоглианоба, подписали меморандум: «Термически обработанная пища: возможные последствия для здоровья». Поэтому ешьте много необработанной растительной пищи.

Мечта любого – хорошо себя чувствовать, и каждый может ее достичь!

**Литература:**

1. Бутенко Виктория 12 шагов к сыроедению; [пер. с англ. Д. Морозова]. – СПб.: Питер, 2013. – 256 с.
2. Арнольд Эрет Живое питание Арнольда Эрета (с предисловием Вадима Зеланда) / Арнольд Эрет; [пер. с нем. Г.В. Сахацкого]. – М.: Эксмо, 2013. – 256 с.

## АНАЛИЗ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКОЙ

А.А. Штанова

Научный руководитель доцент А.А. Колесникова

**Аннотация.** Одним из основополагающих факторов, определяющих результативность в спортивной деятельности, является питание. В связи с этим актуален анализ пищевого поведения занимающихся спортом для организации рационального питания в соответствии с индивидуальными особенностями и специализацией.

**Ключевые слова:** пищевое поведение, легкая атлетика, разработка рационов питания.

Режим питания обуславливает компонентный состав массы тела, метаболические и функциональные изменения в организме. В связи с этим питание для спортсмена, определенное с учетом его специализации, играет важнейшую роль, так как позволяет сохранить и укрепить уровень здоровья, повысить физическую работоспособность, быстрее восстановиться после тренировок и соревнований, и, как следствие, достичь высоких спортивных результатов. Для коррекции фактического рациона с целью приближения его энергетической ценности и нутриентного состава к физиологическим потребностям необходимо провести анализ пищевого поведения атлета [1].

Пищевое поведение – один из компонентов поведения человека, участвующий в выборе продуктов питания, их потребления и физиологических процессах пищеварения.

Для анализа пищевого поведения спортсменов, его коррекции и оптимизации применялся метод анкетного опроса. Были обследованы спортсменки высокой квалификации, специализирующиеся в беге на короткие дистанции в возрасте от 17 до 25 лет. Проанализировав данные о фактическом потреблении пищевых продуктов, в рационах исследуемой группы легкоатлеток были выявлены энергетическая и нутриентная несбалансированности, а также нарушение режима питания. Так, отрицательный энергетический баланс был выявлен у 27,3% спортсменок, а положительный – у 36,4%. В суточных рационах потребление белков и жиров на 1 кг массы тела в соответствии с избранным видом спорта исследуемых превышено на 1 и 1,3 г. соответственно, а углеводов – снижено на 3 г. Кроме того, кратность приема пищи 3-разовая при рекомендуемой 4-5-разовой. Для легкоатлеток были разработаны рационы питания, которые по суточному потреблению энергии и основных пищевых веществ были приближены к физиологическим нормам.

Таким образом, анализ пищевого поведения спортсменов позволяет выявить нарушения принципов рационального питания, что диктует настоятельную необходимость проведения радикальных мер по его оптимизации и организации. Все это позволит повысить эффективность тренировочных занятий на различных этапах подготовки атлета [2].

### Литература:

1. Артемьева Н.К. Анализ, оптимизация и коррекция пищевого статуса велосипедистов-шоссейников / Н.К. Артемьева, А.А. Колесникова // Научный журнал КубГАУ. – 2012. – №80(06).

2. Борисова О.О. Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации: учеб.-метод. пособие. – М: Советский спорт, 2007. – 132 с.

## **КАФЕДРА ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ**

УДК 338.48

### **IMPORTANCE OF LIFE SAFETY IN THE STATE SYSTEM OF THE RUSSIAN FEDERATION KRASNODAR**

**D.I. Bushueva**

**Scientific Supervisor O.L. Ivanova**

**Abstract.** Life Safety is comprised of institutions protecting civilians and the economy of Russia from the consequences of catastrophes, natural and technogenic disasters, and hostile actions. It is directed at achieving comfortable or safe living conditions. Technological progress and international situation are increasing the importance of Life Safety nowadays.

**Key words:** Life Safety, civil defense, anthropogenic hazards, destructive impact, natural ecological disasters, entropy processes.

Life safety is an integral part of state system and incorporates social and civil defense, preventing civilian deaths and injuries in emergency situations, developing, adopting and regulating principles and methods of protecting population. In Russia Life Safety Institute emerged of Civil Defense Institute that originated during the wartime. Elimination of Consequences of Emergencies Committee and Natural Disasters Protection Committee deal with all issues of protection of civil population. They incorporate Civil Defense, Life Safety, Security Authorities, Federal Security Services.

Industrialization and improving of high technologies as well as unstable international situation have led to the increase in the importance of Life Safety nowadays. Life Safety is concerned with hazards, their elimination and protection of population and economy of a country against the consequences of technogenic and ecological catastrophes, natural disasters, accidents as well as against destructive hostility actions. The main goal Life Safety is to protect people and the techno sphere from negative impacts of anthropogenic and natural origin and to guarantee comfortable and safe living conditions.

The growth of the destructive impact of natural hazards and processes are caused by growth and concentration of population, and the products of life activity within relatively limited areas, as well as the changing nature of natural ecological disasters.

The impact of anthropogenic hazards disturbs the normal life activity of people, causes emergency situations and disasters and environmental catastrophes.

At present, there has been created an alarming tendency of building up devastating effects of hazardous natural phenomena and processes.

By encroaching upon nature and by creating more and more powerful industrial complexes, the mankind sets up new, extremely complicated systems, including the present-day techno sphere, whose laws of development are not discovered yet. This leads to increased uncertainty, lack of information about techno sphere functioning and entropy processes going within it.

As a result the risk of large-scale technological disasters - accidents at industrial enterprises, nuclear, thermal power plants and other energy producing plants, on transport increases. Biosphere pollution with dangerous toxic and radioactive wastes is threatening health of the population.

#### **References:**

1. [https://www.armscontrol.org/act/2000\\_01-02/docjf00](https://www.armscontrol.org/act/2000_01-02/docjf00)
2. <http://cis-legislation.com/document>.
3. [https://moeobrazovanie.ru/online\\_test/obzh](https://moeobrazovanie.ru/online_test/obzh)
4. <https://www.itopf.org/knowledge>

## **SPORT SKILLS: BASIC SKILLS STEPS REQUIRED IN EACH SPORT**

**E.V. Galko**

**Professor, Head of the Department of Foreign Languages L.G. Jarmolinets**

**Abstract.** The level of competition has become much higher than it was before. Now those methods that coaches have used in their training are not effective. Therefore new methods and models of learning competitive skills have begun to appear. The methodology on sport skill learning developed by an elite American coach is very considered.

**Key words:** skills, sport, training, athlete, coach, competition, practice.

Skill training is an important element in every sport. But only skills training does not provide perfect performance in competitions. Many athletes fail in competitions not because they are poorly trained but because they cannot adapt to the conditions of the competition. A coach working with the world's elite athletes offers the following system, and he calls it « The 7 sports skills steps you master in every sport» [1].

Step 1. Just complete the skill. At this stage, the athletes perform the skills that the coaches show them.

Step 2. Perform the skill very well. Only by regularly repeating skills you can achieve their perfect performance.

Step 3. Perform the skill very well and quickly. In almost all sports, it is necessary to quickly perform all skills.

Step 4. Perform the skill very well, quickly and with fatigue. The result of many competitions depends on how the athlete will manifest itself in the last minutes or seconds of the competition.

Step 5. Perform the skill very well, quickly, with fatigue and under the influence. It includes an element of environmental influence on the athlete in training activities, and performance at competitions will not be so difficult for an athlete emotionally.

Step 6. Perform the skill very well, quickly, with fatigue, under the influence and systematically. Always perform the skill perfectly in a competitive environment is a sign of a winner. In training it is necessary to use competitive situations.

Step 7. Perform the skill very well, quickly, with fatigue, under the influence, systematically and in a competitive environment. Competition is an important factor in sports. Therefore to achieve high results it is necessary to perform competitive skills in a competitive environment [2].

Just learning and learning motor skills is currently not enough to achieve high results. This is due to increased number of competition. Athletes and coaches should spend as much effort on training skills in a competitive environment as on basic skills training. Each coach who guides their athletes through these 7 sports skills steps will be able to lead their athlete to victory [1].

### **References:**

1. Zweifel M. Sports Skills, электронный ресурс <https://www.stack.com/c/sports-skills>
2. Goldsmith W. Sports Skills: The 7 Sports Skills Steps You Must Master in Every Sport., электронный ресурс <https://wgcoaching.com/sports-skills/>



**SPORTS ADMINISTRATION AS A MODERN CAREER PATH KRASNODAR**

**A.A. Guryanova**

**Scientific Supervisor O.L. Ivanova**

**Abstract.** Sports administrators have responsibilities, similar to administrators in other sectors of industries. In the modern world there exists quite a number of career paths for sports administrators on both national and international levels, in government and non-government organizations, in professional and amateur sports.

**Key words:** career path, sports administrator, professional and amateur sports clubs, administrative tasks not-for-profit organization, community center.

Sport is becoming of prime importance and more and more in demand in modern society as it is promoting healthy lifestyles, helping to reduce obesity thus being a means of community development. Authorities and public have become aware of considerable sport's contribution to individuals' health, society development and state economy.

Sport is developing nationally and internationally on all continents, so there are plenty of opportunities for climbing up sports administration career ladder.

On national level sports administrators can work for government and non-government, charitable and community organizations, for professional or amateur sports clubs, local leisure clubs, health spas or school and university sports facilities, as well as with people having disabilities or with young people.

On international level sports administrators may be involved into representing sports clients in international sports organizations, in branding, sponsorship, sales or consumer products licensing, voluntary projects abroad.

To have a job sports administrators need to combine passion for sport with practical administrative skills. Sport administrators are expected to have professional skills and abilities and strong interest in sport and an awareness of the issues affecting the sports industry. They are supposed to possess good IT skills, a high degree of self-motivation and a drive for change and improvement, an enthusiastic personality, good people skills, planning, organizing and time management skills, the ability to work well in a team, in a dynamic and customer-focused environment

Sports administrators are responsible for carrying out administrative tasks working for sports clubs and variety of different organizations and their task is to make sports organizations, events and initiatives to run efficiently and cost-effectively. It will involve maintaining databases, managing administrative systems and implementing project management processes.

Sports administrators are involved into marketing, management, organizing and scheduling sports events, managing budgets or overseeing the recruitment and training of staff. They usually focus on organizing events and running sports facilities. Additional duties are likely to include promotion of the services of their club, responding to users, fundraising, and possibly working with budgets.

**References:**

<https://degree.astate.edu/articles/sport-administration/what-is-sport-administration.aspx>

<https://www.prospects.ac.uk/job-profiles/sports-administrator>

<https://sps.northwestern.edu/masters/sports-administration>

<https://sm.hhp.ufl.edu/news/sport-management-vs-sports-administration>

## PSYCHOLOGICAL MOTIVATION IN SPORT

E.A. Kirbabina

Scientific Supervisor F.N. Sharikova

**Abstract.** This paper examines the role of psychological motivation in sports activities.

**Key words:** psychological motivation, sport, athlete.

Psychological training is of great importance in sport. A psychologist, a coach, a team, a family, as well as an athlete themselves, have a psychological impact on an athlete [1].

To achieve high results, an athlete must set a goal and look for ways and means to achieve this goal. If not, then the sportsman will not have an incentive to train hard and give all the best in competitions [1].

However, professional sport requires a lot of exposure, makes high demands on the athlete. And this is a constant struggle with yourself, daily exercise, and strict regime. To endure all this and achieve the goal, the athlete needs motivation.

The same motivation in sports is a prerequisite for unleashing human potential. However, due to the fact that it, in fact, bears an abstract character, it is very difficult to use to the full [3].

Motivation in sports activities, whether cyclical or acyclic types, comes from within. Motivation is the driving force to success.

The athlete must have a steady motivation to train hard, to withstand large, long and intense loads. Sometimes it will be hard to train, sometimes it hurts, sometimes it will be boring, and sometimes apathy will occur. But the athlete will continue to do it anyway, because all this is necessary in order to get in shape and show the highest result in sports activities [2].

The level of motivation directly correlates to sportsman's level of success. While there are plenty of outside factors – his physical ability as well as the level of competition – if he wants it, he can achieve it. If an athlete competing against someone who has the exact same physical abilities as he, so when it comes down to it, it'll truly be the athlete with the most motivation and determination that will come out on top [2].

The success of an athlete depends on the level of his motivation. In this case, everything will be important: the will of the athlete to win, recognition among the team, friends, family, fame. Also in big-time sports you can get a high salary, which is also a powerful motivation. However, there are various external factors that can affect the result of an athlete - this is his physical abilities, a predisposition to not all, but to certain sports, high competition. If the athlete and his rivals are physically prepared at approximately the same level, then the first place will be taken by the one whose will to win, determination and, of course, sports motivation was higher.

When apathy arises, the athlete must not forget about his goals, about what he is training for. He should remember the feeling of victory and understand that his rivals are also training hard. To do this, motivation must always accompany, and thanks to it, the athlete must move forward, constantly develops and trains.

### References:

1. Кирбабина Е.А., Кирбабина Т.А. Психологическая подготовка велосипедистов-шоссейников: Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа (февраль-март 2017 г., г. Краснодар): материалы конференции / ред.кол: Алексанянц Г.Д., Погребной А.И., Просоедова Л.И. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Часть 1. – 366 с.

2. Kiri Rowan Motivation in sport: the psychology behind competition. Режим доступа: URL: <https://blog.udemy.com/motivation-in-sport/>

3. Мироненко А.Н. Мотивация в спорте [электронный ресурс]. Режим доступа: URL: [https://revolution.allbest.ru/psychology/00476589\\_0.html](https://revolution.allbest.ru/psychology/00476589_0.html)

## MOTIVATION IN CHILDREN SPORT (BASED ON FOREIGN PUBLICATIONS)

Y.V. Kitova, N.S. Degovzev

Supervisor Professor L.G. Yarmolinez

**Abstract.** The article deals with the motivation in children sport. Children's motivation to participate in sport is a key consideration for researchers, coaches, parents and teachers alike.

**Key words:** motivation, self-determination, athletes, children, sport, activity, high level of development.

Understanding of motivation has also been a popular focus for research, where numerous social-contextual and interpersonal factors have been identified as potential determinants of motivation in athletes [2].

Motivation is a conscious reason for the activity of a person, aimed at achieving a certain goal, a set of different motivations for a certain activity, to generate, stimulate and regulate this activity. Motivation occupies a leading place in the structure of personality, permeating all its structural formations: orientation of the personality, character, emotions, abilities, mental processes. Motivation is considered as a mental state that is formed as a result of the correlation of person's needs and capabilities with the characteristics of a specific activity and serves as the basis for setting and implementing its goals. Motivation, as well as volitional qualities, is being for a long period [3].

As for sports motivation, it is specific. The specificity of sports motivation is due to the qualitative originality of sports activities. There are two levels of sports motivation:

- general motivation. Its formation is the task of the whole educational process. A prerequisite for this is setting and fixing in the child's mind a far-reaching goal;
- motivation at the training session, at a specific stage of preparation, which, refracted through general motivation, is updated through awareness of the tasks of this stage of preparation and self-assessment of one's condition, functioning capabilities [3].

The development and functioning of sports motivation implies the need for a high level of development of a number of personality features:

- a positive attitude towards sports and overcoming the difficulties of sports activities;
- emotional-volitional qualities - dedication, determination, perseverance, self-reliance, self-control, resourcefulness, emotional stability, a sense of collectivism and its manifestations.

Sports motivation is defined as the current state of an athlete's personality, which serves as the basis for setting and implementing goals aimed at achieving the highest possible sports result at the moment. Every child needs motivation to play sports [1].

Motivation helps to achieve the desired results. It is especially important to pay attention to the formation of sustainable motivation for sports at the initial stage of sports training [1].

The basis of the motivation that prompted to sports, are the needs, which are divided into: physiological, psychological, social, material. Motivation is influenced by age characteristics of children [3].

### References:

1. Roberts G.C. Understanding the dynamics of motivation in sport and physical activity // Handbook of sport psychology New York, NY: MacMillan. 2008. P. 3-21.
2. Treasure D.C. Students' perceptions of motivational climate // Research Quarterly for Exercise and Sport, 72(2), 2001. P. 165-175.
3. Vazou, S., Ntoumanis, N., Duda, J.L. Peer-created motivational climate // Social psychology in sport Champaign, IL: Human Kinetics. 2006. P. 145-156.

## PSYCHOLOGICAL FACTORS OF MAINTAINING MOTIVATION AMONG ATHLETES OF DIFFERENT AGE

V.A. Kunitsyna

Scientific Supervisor O.V. Anisimova

**Abstract.** The research is devoted to the problem of psychological factors of maintaining motivation at different stages competitive career. The results showed that athletes of both older and younger age have autonomy, supported by a trainer, positively associated with the components of intrinsic motivation, as evidenced by low rates of amotivation.

**Key words:** motivation, amotivation, basic needs, autonomy, intrinsic motivation.

The motivation of an athlete is a key factor determining the ability of an athlete for professional growth and high performance. The impact of motivation on the personality and activity of an athlete is multifaceted, and at each sporting stage has its own specifics, which means that motivation has a dynamic character throughout the entire career [1].

The purpose of the study is to establish the psychological factors causing the maintenance of motivation of athletes of different ages.

A study was conducted of psychological factors of motivation among 41 athletes of aesthetic gymnastics aged 10-23 years. During the study, the subjects were divided into two age groups: 10-14 and 15-23 years. To achieve this goal, methods were used: "Why do I go in for sports?", The scale of basic psychological needs, "Climate in a sports team".

Correlation data showed that in the older group, an indicator of intrinsic motivation — new impressions is positively associated with autonomy and an indicator of basic needs — involvement in relationships, which in turn is negatively associated with amotivation. At the same time, autonomy is positively correlated with such basic needs as independence and competence and an indicator of intrinsic motivation — knowledge. In the older group, the coach actively supports the autonomy of the athletes, which leads to the activation of inner motivation in the first place, as well as the achievement of the goal by the athlete and his independence. At the same time, the pleasure of inclusion in sports activities and the pleasure of interaction with people significant in an athlete for his sport are positively interrelated. Such data suggests that the coach sets the right motivational climate [2].

In the younger group, a connection was discovered between new impressions (intrinsic motivation) and autonomy. As well as the competence of the indicator of intrinsic motivation is positively associated with the competence of basic needs. Young athletes strive to effectively interact with the environment, which has a positive effect on their intrinsic motivation. At the same time, their coach in the right way creates the conditions in which athletes feel like participants in their own activities.

The study provided us with insufficient data to solve the tasks and achieve the intended goal. In our opinion, for the future perspective of the study, it is necessary to consider the relationship of athletes with the social environment, their psychological atmosphere in the team and group cohesion. These indicators will help in more detail to consider the nature of the motivational climate at different ages, as well as the role of the coach, his influence on the motivation of athletes.

### References:

1. Gorskaya G.B. Motivational climate as a psychological regulator of athletes. *Fizicheskayakul'tura,sport–naukaipraktika*[Physical culture, sport - science and practice], 2016, no. 4. pp. 85-91. (in Russian)
2. Curran T., Hill A., Hall H.K., Jowett G.E. Relationship between the coach-created motivational climate and athlete engagement in youth sport. *Journal of sport and exercise psychology*, 2015, v. 37, 193-198.

**EXPRESSIVENESS DEVELOPMENT IN INITIAL TRAINING  
IN AESTHETIC GYMNASTICS**

**V.P. Korolyova**

**Scientific advisor: senior teacher E.I. Getman**

**Abstract.** Aesthetic gymnastics is a mass sport, covering almost the entire female population, since it takes into account the anatomical, physiological and psychomotor characteristics of the body. Combinations consisting of the most complex body movements, such as acrobatic, dancing, choreographic elements, teamwork cohesion require not only a wide range of skills and abilities, but also a high degree of artistry, complete immersion in music and transmission of this music in motion.

**Key words:** aesthetic gymnastics, expression, gaming method, girls aged 7-8, movements.

In aesthetic gymnastics artistry is understood as perfection, completeness, dynamism, expressiveness, originality of the performance of both individual elements of the composition, and the exercise as a whole. The expressiveness of performance in aesthetic gymnastics is manifested in the correspondence of the movements to the character of the music and the emotional transfer of this music in motion. All this is connected with the movement interpretation of music, the nuances of movements that are able to fully reflect the intention of the composition and the nature of the musical accompaniment. The experiment involved 20 girls aged 7-8 years practicing aesthetic gymnastics. The studies were conducted on the basis of a specialized youth school number 8. for youngsters for three months in the city Krasnodar. Two groups took part in the experiment: an experimental one and a control group. The control group of children was engaged in the traditional system of the training process. In the experimental group, classes were conducted according to the method developed by the coaches and included musical games, dances, exercises for the development of musical hearing, expressiveness and motor movements in the preparatory and final parts. Such expressiveness indicators as integrity, dynamism, correspondence of movements to the nature of music, dynamics, coordination of movements were taken for our research. For the analysis of the development of expressiveness and coordination, the control exercises were evaluated by points from 1 to 5, which were put up by experts before and after the experiment. In addition, at the end of each month, children were asked to compose a small composition for a previously listened musical work from animated films and fairy tales. After the 3-months experiment, the following results were obtained: the indicators of both groups improved, but with varying degrees of development of expressiveness, their expressiveness was assessed as an average one.

In the experimental group, the significant improvement of the following indicators was found.

1. The experiment showed that after a 3-month training process, expressiveness indicators improved in both groups, but with varying degrees of severity. In the control group, the results increased to a small extent and did not have significant differences, in the experimental group the results improved with a reliable degree of difference.

2. The data obtained in the course of the experiment testify to the positive impact of the developed methodology on the development of expressiveness indexes of movements in children of junior school age practicing in rhythmic gymnastics, which indicates the effectiveness and feasibility of its use at the initial stage of training young gymnasts.

3. The results of the experiment also showed that expressiveness is not always the innate quality of a person, it can be brought up by the environment in which the child studies and develops.

**References:**

1. Киященко Н.И., Козлова Н.Н., Кругликов В.А. Современные концепции эстетического воспитания. – М.: 2013. – 313 с.
2. Методика проведения занятий по эстетической гимнастике. – М., 2006-114 с.

**PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF EXTREME TOURISM IN KRASNODAR REGION**

**L.M. Makovetskaya**

**Scientific Supervisor E.V. Sivakova**

**Abstract.** The article is dedicated to the main problems of the development of an extreme type of tourism in Krasnodar region.

**Key words:** active tourism, Krasnodar region, sport, tourism, extreme tourism.

The tourism industry is among the three leading sectors of the world economy, slightly behind only the oil industry and the automotive industry. It is also an important basis for the economy of the region and the country as a whole.

Extreme tourism is one of the types of tourist recreation associated with risk. Passion for people this type of tourism is growing every year, it becomes more interesting, diverse, winning masses of fans, aimed to get a vivid and unforgettable experience from the rest. Extreme forms of recreation are born every day. They are characterized by: a high degree of danger to human life and health, a large number of acrobatic stunts, a high level of adrenaline in the blood. Currently, extreme tourism is equally popular among young people and among experienced tourists or athletes.

But, despite the large number of advantages, the presence of high potential, in the development of tourism in Krasnodar region there are many problems that can be used to improve the efficiency of the industry.

The main problem of the development of extreme tourism in the districts of Krasnodar region is the lack of information about tourist resources and growth factors, as well as their effective use. We know about the uniqueness of the nature of our mountains and reservoirs, but in order for them to become a national tourist resource, work is needed to study international tourist demand, assess and prepare natural sites for exploitation. The absence of such works raises the problem of the inability to effectively manage the development of tourism in Krasnodar region.

There is an urgent need to develop international inbound tourism throughout the country, including Krasnodar region, in order to attract foreign tourists, increase industry profitability, involve the region in the growth of international tourist visits and the rational use of national natural tourism resources, and ensure sustainable socio-economic development regions of Russia.

The main directions of development of extreme tourism in Krasnodar region: the formation of a modern marketing strategy to promote the tourist product in the domestic and international tourist market. The development of the tourism industry in the region and the improvement of the quality of tourist services are an additional source of formation of the revenue part of the territorial budget. Extreme tourist routes, above all, to increase the tourist attractiveness of the region.

The development of tourism, including extreme tourism, is an important activity in the economy. Krasnodar region is attractive in all tourist areas and directions.

**References:**

1. Mikhailov N.N. English for students of hospitality and tourism industries.

## PHENOMENOM OF VOLUNTEERSHIP IN THE MODERN WORLD

S.A. Mikitas

Scientific Supervisor E.V. Sivakova

**Abstract.** The article is dedicated to the description of a volunteer and some peculiar features of his work. Some facts that unite all the volunteers are given.

**Key words:** volunteer, results of activity, career, free of charge, self-realization.

The word volunteer comes from the French «volontaire», which in turn comes from the Latin «voluntaries», and literally means "volunteer", "willing".

Usually, volunteers are people of different ages, denominations, sexes, and people who are passionate about different types of activity, but all of them are united by the following factors:

1. An idea that reflects the importance and principles of activity. It is the idea that determines whether a person will understand what he is doing and why, whether he will have pride, self-esteem and satisfaction from work and results of activity;

2. Psychological need to be necessary. The voluntary movement allows you to realize this need, to feel your need;

3. The need for communication. If a cool, cheerful company is selected and it is interesting and comfortable in it, then you want to be near;

4. Interest. Volunteer work is often not related to standard approaches and new opportunities;

5. Entourage. Beginning volunteers are more often interested in the external attractiveness of the movement (single uniform, badges, etc.) than the idea, goals, or end result, especially for children and adolescents;

6. Career and self-realization. This includes the opportunity to improve their social position in the career and interpersonal sphere. Sometimes the career of a psychologist or a teacher begins precisely in the volunteer movement. Being a volunteer, you can establish new connections, learn new things. Often, it is in the volunteer movement that certain abilities appear, for example, organizational skills;

7. Creative opportunities. You can express yourself in various activities, regardless of age or profession you have - journalism, teaching, management, speeches, scripting, design;

8. Leisure. Time can be spent in two ways - with advantage and without. The first option is a volunteer movement;

Main types voluntary activities:

- professional volunteering. Sent to gain experience in their chosen specialty.

For example, future sociologists, psychologists, lawyers, medical and social workers, teachers choose the volunteer movement to acquire professional skills.

- public volunteering. We know a lot of useful work: cleaning flower beds and parks, cleaning ponds, planting seedlings, etc. The purpose of this work is to meet new people, communicate and help society.

- virtual volunteering. Free internet work at home. Unlike other types of volunteering, virtual activities are not limited by time. Online assistance can be provided within 24 hours a day, on weekends and holidays, in all weather conditions.

- family volunteering. This is the activity of several family members (adults, children)

### References:

1. Arzamastseva N.A., Kruzhev D.A., Koreneva M.V., Movsesyan G.G. Experience of the Volunteer Center of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Professional Education KGUFKST on youth involvement in volunteer activities through social design // Experience in the organization of social services: state, regional characteristics, development prospects: Materials of the International Scientific and Practical Conference. 2014. p. 45-50.

**HIERACHY OF HOTELS: HISTORIC APROACH****S.A. Mikitas****Scientific Supervisor E.V. Sivakova**

**Abstract.** The article is dedicated to complexity of hotel enterprises that provide, in addition to accommodation, catering services, leisure activities, transport and tourist services, allows us to speak of the hotel industry as a tourism industry in miniature.

The authors stipulate that hotels play a leading role in the economy of tourism, they, as a rule, determine aspects related to the psychology of tourism, namely: satisfaction with the trip, attractiveness of the tourist destination, high appreciation of the organization of stay. The behavior of the hotel staff gives the guest an impression of the country's hospitality industry in general.

**Key words:** hospitality, hotel, service, accommodation, hierarchy, tourism, classification.

The evolution of the hotel industry in the countries of all continents proceeded according to the “inn - hotel” scheme. The time interval was calculated to several centuries, which is well traced by the example of the development of these services in America.

In Russia, hotels originally existed in the form of inns, accommodations for overnight stays with a courtyard for horses and carriages of travelers (usually with a tavern) and monastery courtyards - inns for monks and embassies arriving in Moscow. The very first hotels were opened in Moscow in the middle of the 18th century. At the beginning of the 19th century there were 7 hotels in Moscow, by the mid-19th century there were already a few dozens.

Hotels and other accommodation facilities are also closely connected with the business, cultural and sports life of the region in which they are located: events such as festivals, sports competitions, conferences, concerts of famous performers attract viewers from various regions. Often, participants in such events become at the same time clients of hotels, thereby emphasizing the interconnection of various components of the tourism infrastructure.

The complexity of hotel enterprises that provide, in addition to accommodation, catering services, leisure activities, transport and tourist services, allows us to speak of the hotel industry as a tourism industry in miniature.

Food Classification Hotels:

- 1) hotels providing full board (accommodation + three meals a day);
- 2) hotels offering accommodation and breakfast only.

In addition, there are a number of foreign hotels:

- Rotel - hotel on wheels;
- Akvatel - a ship, moored at the pier and intended for accommodation customers:
  - Botel - a small hotel on the water;
  - the flotel - a large hotel - “resort on the water”, where vacationers are provided water skis, boats, tackle for fishing, underwater sports, etc.;
- Flytel - “flying hotel” - aerogostinitsa.

All hotels are classified according to categories and categories, depending on the size and type of residential and office space, equipment, comfort level of rooms and public spaces, services provided and other factors. The purpose of the classification is to determine the compliance of a particular hotel, as well as rooms with established criteria or service standards.

**References:**

1. Mikhailov N.N. English for students of hospitality and tourism industries. – M: Izdatelskiy center «Akademia», 2011. – 160 p.



## THE OLDEST HOTEL IN THE WORLD. ITS HISTORY AND FACILITIES

K.T. Petrosyan

Scientific adviser E.I. Getman

**Abstract.** The paper presents the history of the development of one of the oldest hotels in the world with a cognitive purpose. Present facilities of the hotel are also reflected in the text.

**Key words:** hotel, facilities, tourists, accommodations, Asia.

The «Hoshi Ryokan» hotel's history dates back to 717 AD. For 13 centuries it was owned by the same dynasty, whose representatives bore the name of Dzengoro-Hoshi. The hotel heading was inherited from sire to son. 46 generations of owners have changed for the whole period of its existence. It is known that the creation of the hotel «Hoshi-Ryokan» is imbued with legends. They say that once there lived a Buddhist monk Taito Daishi who traveled throughout Japan with the preaching of Buddhism. Someday the spirit of the mountains appeared to him in his dream and told him that it was not far from the village of Avazu, at the foot of the Mount Haku, that there was a hot spring, that could heal people. Taito Daishi found this spring exactly in the place indicated to him in his dream. He ordered his apprentice to build a shelter for wanderers near the healing source so that each person could improve his health with the help of that healing water. After a while, the son of monk's apprentice founded a hotel at the shelter site [1].

Up to now, the healing hot spring is the main feature of the hotel. The hotel guests can bathe in those baths which employees fill with water from the healing source. At present, the hotel «Hoshi-Ryokan» accepts not only Japanese, but also tourists from all over the world. Its doors are open for everyone. The interior of some rooms is arranged in a more modern style, the rest of them have been left in the traditional Japanese style. There are straw mats on the floor, and the doors are made of bamboo in the form of extendible lattice. As for the furniture in these rooms, there is only a low table with tea accessories and special mattresses because Japanese used to sleep on the floor according to their tradition.

Like many other modern hotels, the hotel «Hoshi Ryokan» offers such facilities as a spa center and a restaurant that can offer a wide variety of dishes of national cuisine. On the hotel territory, there is a picturesque garden with exotic plants, a ceramics gallery, a museum and a small theater, which contribute to the harmonious rest of tourists and good views around the hotel. Besides these facilities, if you want to relax and spend time with your friends in a cozy place with great music there is a karaoke bar. In Asian countries, this type of rest is very popular. The hotel is equipped with 100 rooms and can accommodate about 450 guests. The price per night is 580\$. It includes breakfast and lunch. It is better to book rooms in the hotel in advance, because this hotel is very popular among tourists [2].

Until 2011, «Hoshi Ryokan» was considered as the oldest existing hotel in the world according to the Guinness Book of Records.

### References:

1. Необычные отели – [electronic resource], access mode: [uniquhotel.ru/hoshi-ryokan/](http://uniquhotel.ru/hoshi-ryokan/)
2. Мир красив – [electronic resource], access mode: <http://www.mirkrasiv.ru/articles/samyi-staryi-otel-mira-hosi-ryokan-japonija.html>

## SPORTS TOURISM, ITS TYPES AND FEATURES

Y.Y. Predko

Scientific adviser E.I. Getman

**Abstract.** Presently, sports tourism is actively developing around the world. Sports tourism is the kind of sport that includes overcoming various obstacles in natural and artificial relief. It involves man's mastery sports improvement in the natural environment.

**Key words:** sports tourism, competition, obstacle, athlete, tactics, techniques.

There is a great variety of sports, both winter and summer, indoor and outdoor, expensive and cheap, etc. Among all these sports events sports tourism is comparatively young. But it has already proved its necessity and demand.

Speaking about sports tourism you shouldn't mix up such notions as tourist activity and sports tourism. In 1949 it was included into the Unified All-Russian Sports Classification (UASC) and since then it has become a complex professional sport [2]. In 2006 this sports discipline was introduced into the university system of physical education. People of all ages can go in for sports tourism including children's, youthful and adult age. As a rule and depending on the age a person chooses for himself the kind of sports tourism that is closer and more interesting to him/her, and he/she is eager to practice it.

Sports tourism is subdivided into various types, among them: pedestrian, mountain, skiing, cycling, water, equestrian, auto tourism, «distance» disciplines and some others. Like any other sport, it has its own certain tactics and techniques to overcome obstacles. There are different degrees of difficulties in sports tourism. It depends on such factors as the sphere of person's activity, season, location, participant's age, the type of obstacles and much more. Various competitions are held on sports tourism: district, regional, interregional, federal. Each athlete has the right to confirm his/her sports rank (for each kind of sports tourism there is its own system of awarding and confirmation of the rank). Unfortunately, at present, the title of Honored Master of Sports (HMS) in sports tourism is not assigned, although sports ranks and titles up to the Master of Sports of international class (MSIC) are inclusively awarded [1].

Athletes who are engaged in sports tourism are consistently surrounded by the pleasant atmosphere that encourages them to go further. Doing sports tourism, they learn such qualities as collectivism, mutual assistance, self-sacrifice, patriotism. Moreover, they can cultivate such moral qualities as courage, perseverance, discipline, initiative and some others. This sport gives athletes the opportunity to acquire the skills of survival in the natural environment, improves all their physical abilities, forms their healthy lifestyle to help them become a fully and harmoniously developed personality [1].

### References:

1. Спортивно-оздоровительный туризм [Текст]: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с.
2. <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/22032>.

## FAMOUS REHABILITATION CENTERS OF KRASNODAR

N.O. Savotskaya

Scientific adviser E.I. Getman

**Abstract.** Rehabilitation centers are necessary institutions to restore the lost functions of the body. There are about 72 rehabilitation centers in Krasnodar. Each such institution has its own methods of rehabilitation.

**Key words:** rehabilitation, physical training, sports trainer, health, recovery, disease.

Krasnodar is the capital of Krasnodar region and it is here that a large number of rehabilitation, where people restore the lost functions of the body are concentrated.

In Krasnodar there are many rehabilitation centers, among them: Dr. Vorobiev's clinic, center for children and teenagers with disabilities, Bubnovsky's center and some others.

Sergey Bubnovsky is a doctor of medical sciences and the author of a new system of recovery without using medicine. His programs include physical exercises made on special sports apparatus, which can not be found in a regular fitness gym. Trainings in Bubnovsky's clinic are individual and are selected by experts depending on age, sex and diseases. After the course of rehabilitation, patients can do exercises at home themselves to maintain their health. Another rehabilitation center is the recovery center «Dynamics» worked out by Dikul. Valentin Dikul was paralyzed and moved in a wheelchair, but with the help of physical activity he was able to recover and won the disease. His methods treat a hernia of the spine, scoliosis without medical operation, osteochondrosis and consequences of cerebral palsy. Dikul's center, also provides psychological consultations in addition to such procedures as physical therapy, massages and physiotherapy to maintain people's spiritual and physical health. Each patient here has a special treatment program.

The Krasnodar balneological clinic is one of the well-known medical institutions in the region. There are two treatment approaches in the clinic for children and for adults. The diseases of the nervous, musculoskeletal system and chronic diseases are treated here. The recovery is done with the help of mineral, salt, pine, pearl and phyto baths, mud wraps, underwater massages, contrast showers and so on. This balneological clinic is one of the first rehabilitation centers in Krasnodar, which effectively helps people and gives positive results.

So, the role of rehabilitation centers is great. They help to restore and maintain good health, vital energy and correct day regimen. In that way, they teach people to take care for their spiritual and physical health. It is always important to remember about your health, because as the Roman writer Juvenal said «mens sana in corpore sano».

### References:

1. Бубновский С.М. Методика Бубновского: краткий путеводитель / С.М. Бубновский. – Москва «Издательство «Э», 2017. – 2 с.
2. Щеглова Н.В. Healthy lifestyle: учебное пособие / Н.В. Щеглова; под общей редакцией Л.Г Ярмолинец. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 154 с.

**THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL CULTURE IN ATHLETES'  
SELF-REALIZATION**

**I.S. Fokina**

**Scientific Supervisor O.V. Anisimova**

**Abstract.** The research is aimed at the study of psychological culture as an important direction in the study of self-realization in sports. The sample included 75 athletes of various qualifications. The results established the correlation of affective and regulatory components of psychological culture with indicators of professional self-realization.

**Key words:** psychological culture, self-realization, self-regulation of behavior, emotional intelligence.

In recent years, the issue of psychological culture that is able to be an important condition for sports longevity and professional success of an athlete has become topical.

The most important aspects of psychological culture in sports are the regulatory and affective components, which are the ability to regulate behavior and emotions, as well as control mental states [1, 2]. This is justified by the specifics of sports activities - the constant increase in physical and mental stress and high requirements for technical and tactical skills.

The purpose of the study is to establish the characteristics of psychological culture as the basis for athletes' readiness for self-realization.

The research was conducted with the help of three questionnaires: emotional intelligence, the type and level of professional self-realization, the style of self-regulation of behavior. 75 athletes of different qualifications of adolescence and youth were surveyed.

Correlation analysis revealed that in the group of athletes of mass discharges there are several positive relationships between the components of psychological culture and the level of self-realization.

The direct relationship of the level of self-realization with the general level of self-regulation of behavior suggests that independence, the ability to respond flexibly and adequately to changing conditions, the conscious promotion and achievement of goals contributes to a faster and easier self-realization.

The direct correlation of the level of self-realization with general emotional intelligence makes it possible to judge that the level of self-realization in professional activities and the desire of athletes for self-improvement is closely related to the ability to manage, understand and recognize their own and other people's emotional states.

In the group of highly qualified athletes, there are no reliable relationships between indicators of self-regulation of behavior and emotional intelligence with the level of self-realization.

The results of the research, in our opinion are advisable to use in the construction of the training process and in the framework of psychological support for athletes of different skill levels.

**References:**

1. Motkov O. Psychological Culture in the Mosaic of a Person. Sbornik tezisov XII Mezhdunarodnyh chtenij pamyati L. S. Vygotskogo «Znak kak psihologicheskoe sredstvo: sub"ektivnaya real'nost' kul'tury» [Proc. 12th Int. Conf. "A Sign as a Psychological Means: Subjective Reality of Culture"]. Moscow, 2011, pp. 246-252. (In Russian).

2. Semikin V.V. Psychological Culture and Education. Izvestiya RGPU im. A.I. Gercena [News of the Russian State Pedagogical University. A.I. Herzen], 2002. vol. 2, no. 3. pp. 26-36. (In Russian).

## ENGLISH ZOONYM IDIOMS AND METHODS OF THEIR TRANSLATION

E.D. Yurkina

Scientific Supervisor E.V. Sivakova

**Abstract.** The article is dedicated to the study of phraseological English idioms with a zoo component as well as their classifications and methods of translation.

**Key words:** phraseological unit, zoonym, translation, non-equivalent translation.

The idiom is the only meaningful unit that expresses a holistic meaning. Zoonym in phraseology is understood as essential language unit which is of paramount importance.

There are two main classifications of zoonyms: classification based on the dominant qualities of character and classification based on the dominant lexical unit. Studies have shown that caution and forethought are the dominant qualities of the English character. In the second place is life experience, in the third place is hard work [2]. For example, the idioms: "Better than the tail of a lion", "Don't swap horses when crossing the stream", "Dumb dogs are dangerous" reflect caution and forethought. Phraseologisms "A good dog deserves a good bone", "If you want a ride, a life experience," reflect hard work. Through research we can also see that the most widely represented phraseological units contain the lexical unit "dog." Example: "Dog eat dog", "Barking dogs seldom bite", "An old dog will learn no new tricks". The lexeme "horse" takes the second place: "It's a good horse that never stumbles", "You can't take a drink". In the third place by particular use is the cat: "Care killed a cat", "A cat has nine lives", "When the cat is away, the mice play" [2].

Phraseological units are often impossible to translate literally, therefore, among foreigners difficulties of translation and understanding may arise. In English, the most widely represented class is non-equivalent phraseological units-zoonyms, in this case the zoo component of the proverb is in one language, but its equivalent is not in another language [1]. Example: "There is life in the old horse yet", "It has been stolen". The second group includes phraseological units that are present in two languages, but have different zoo components. For example, when translating a phraseological unit "Never buy a pig in a poke", "pig" is translated as "cat". However, there are phraseological units that completely coincide in two languages: "To live cat - and-dog", "Man to man is wolf".

The semantics of phraseological units with the zoonym component in most cases reflects the national specificity of the perception of reality by linguistic communities. Every nation has its own special perception of the world, so zoonyms are very diverse and specific, as well as the methods of their translation.

**References:**

1. Phraseological units with the zoonym component in the English and Russian languages / Tishkina DA. – Kazan, 2008. – 219 p.
2. Phraseological units with zoonyms in English and Russian / N.A. Voevodin. – Prokopyevsk, 2007.

# **КАФЕДРА ОБЩЕЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ**

УДК 612

## **АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

**Г.Г. Амбарцумян, Н.А. Амбарцумян**

**Научный руководитель к.п.н. К.В. Малашенко**

**Аннотация.** В данном тезисе раскрыт вопрос о подготовке младших школьников средствами футбола, с учетом анатомо-физиологических особенностей.

**Ключевые слова:** футбол, грудной изгиб, морфофункциональные особенности, младшие школьники, спортивные секции, уроки физической культуры.

Позвоночный столб как фундамент тела ребенка в возрасте от 7 до 11 лет отличается значительной гибкостью, а также неустойчивостью грудного и поясничного изгибов. Грудной изгиб полностью формируется к концу 7-летнего возраста, а поясничный – только к возрасту 12 лет [3].

К 8 годам «закрываются» дужки позвонков (происходит слияние ядер окостенения левой и правой половины дужек), а на возрастном этапе от 8 до 11 лет окостеневают эпифизарные хрящевые диски тел позвонков. Следует учитывать, что полное срастание данных дисков происходит до возраста 24 лет. Эластичный связочный аппарат, толстые межпозвоночные хрящевые диски и еще не развитая мышечная система спины могут вызвать деформацию позвоночных изгибов у школьников в период их обучения в начальных классах.

Поэтому не только неправильная посадка за партой, ношение тяжестей в одной руке, но и неправильно подобранные физические средства с преимущественным односторонним их выполнением могут способствовать деформации позвоночных изгибов, боковым искривлениям или образованию сутулости спины, что впоследствии приведет к повышенному травматизму позвоночного столба и, как следствие, снижению максимальных результатов в спортивной деятельности [1].

Исключительный характер морфофункциональных особенностей младших школьников свидетельствуют о необходимости четкого подбора физических средств при обучении специфических умений и навыков. Формирование большинства умений возникает непосредственно в процессе занятий на уроках по физической культуре, а также в результате посещения различных спортивных секций. Одним из таких направлений (секций) может быть футбол, который развивает ребенка всесторонне, воспитывая у него как чувство коллективизма, ответственность, взаимопомощь, так и формируя у него самоконтроль, отсутствие вредных привычек и, конечно, развивая весь список основных физических способностей [2].

### **Литература:**

1. Исраэлян Л.Г. Анатомо-физиологические даты детского возраста / Л.Г. Исраэлян. – М.: Государственное издательство медицинской литературы, 2016. – 210 с.
2. Островская И.М. Анатомо-физиологические особенности детского возраста / И.М. Островская. – М.: Государственное издательство медицинской литературы, 2013. – 236 с.
3. Шаулин В.Н. Физическая культура. 1-4 класс: учебник ФГОС. / В.Н. Шаулин, А.В. Комаров, И.Г. Назарова, Г.С. Шустиков. – Самара: Издательский дом Федоров, 2018. – 176 с.

**ВОСПИТАНИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ****В.С. Антонова, Н.А. Амбарцумян****Научный руководитель доцент В.Л. Соколов**

**Аннотация.** В публикации рассматриваются пути развития выносливости у подростков старшего школьного возраста и вопросы поиска новых средств и методов, позволяющих эффективнее развить это физическое качество.

**Ключевые слова:** выносливость, методика, программа, старший школьный возраст, средства и методы.

Выносливость – это способность организма сопротивляться утомлению во время длительного выполнения спортивных упражнений [1]. Уровень развития выносливости определяется, прежде всего, функциональными возможностями сердечно-сосудистой и нервной систем, уровнем обменных процессов, а также координацией деятельности различных органов и систем. Существенную роль при этом играет экономизация функций организма. На выносливость вместе с этим оказывают влияние координация движений и силы психических, особенно волевых процессов спортсмена [2]. Большинство учащихся в старшем школьном возрасте испытывают потребность в движении. Поскольку наблюдается довольно большая загруженность обучающихся как школьной программой, так и подготовкой к экзаменам и поступлению в высшее учебное заведение, организм испытывает большие психические и физические нагрузки, что повышает значимость занятий спортом и физической культурой. Занятия разными видами физической культуры требуют от занимающихся проявления таких качеств, как быстрота, сила, ловкость, координация движений. Одним из специфических и важных качеств является выносливость [3].

Следует отметить, что научно-методических разработок по повышению общей и специальной выносливости у юношей и девушек старшего школьного возраста, занимающихся легкой атлетикой в спортивной секции в условиях общеобразовательной школы, по-прежнему недостаточно. Это приводит к снижению результативности, казалось бы, хорошо подготовленных спортсменов, участников межшкольных, районных, краевых и других соревнований. Поэтому поиск новых методов и средств развития общей и специальной выносливости у юношей и девушек старшего школьного возраста, следует продолжать, что подтверждает актуальность дальнейшего исследования в данном направлении.

Таким образом, приступая к развитию выносливости, необходимо придерживаться определённой логики построения тренировочного процесса, т.к. нерациональное сочетание в занятиях нагрузки различной функциональной направленности может привести не к улучшению, а наоборот, к снижению уровня тренированности. Необходимо отметить, что на начальном этапе развития выносливости необходимо сосредотачивать внимание на развитии аэробных возможностей с одновременным совершенствованием функции сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укреплении опорно-двигательного аппарата, т.е. на развитии общей выносливости.

**Литература:**

1. Бакланов Л.Н. К вопросу об определении эффективных периодов развития общей выносливости у школьников / Л.Н. Бакланов // Развитие двигательных способностей у детей. – М.: Просвещение, 2011.
2. Волков Л.В. Физические способности детей и подростков // Здоровье. – 2008. – С. 24-27.
3. Зимкин Н.В. Физиологическая характеристика силы, быстроты и выносливости / Н.В. Зимкин. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 206 с.

## УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩИХСЯ СЕЛЬСКИХ И ГОРОДСКИХ ШКОЛ

В.В. Жигалкин, Н.А. Амбарцумян

Научный руководитель доцент В.Л. Соколов

**Аннотация.** В работе проведено сопоставление данных о физическом развитии и физической подготовленности учащихся 5-6 классов сельской и городской школ. Сделан вывод о более высоких результатах школьников села по сравнению с городскими сверстниками по ряду показателей.

**Ключевые слова:** физическое развитие, физическая подготовленность, городские и сельские школьники.

Сравнительная характеристика уровня физического развития школьников свидетельствует о том, что в практике работы детских учреждений и школ для оценки физического развития детей не могут быть применены единые стандарты – единые возрастно-половые нормы для повсеместного использования [1, 2].

В прогрессивной стадии онтогенеза оздоровительная направленность предполагает в качестве компонента оптимизацию процессов возрастного развития личности и организма человека. Это обуславливает специфику подходов к планированию и корригированию посредством физических упражнений недостатков физического развития у детей и подростков. Уровень и темпы развития физической подготовки имеют большие индивидуальные, генетически обусловленные различия. Рассматривая рост сельских школьников различных областей России, авторы отмечают, что в зависимости от места проживания можно выделить наиболее «низкорослые» и наиболее «высокорослые группы». Авторы считают, что результаты их исследований дают право утверждать, что стандарты физического развития города и села должны разрабатываться отдельно.

Целью данной работы являлось сравнение показателей физического развития и физической подготовленности учащихся 5-9 классов сельской и городской школ. По результатам сравнения уровня физического развития учащихся 5-6-х классов г. Курганинска и села Небуг установлено, что в период всего эксперимента наблюдалась лучшая устойчивая динамика у сельских школьников, чем у городских. Эти показатели за весь период наблюдений с 5 по 6 классы показали превосходство сельских школьников в среднем: по показателям роста 1,7%; веса на 5,0%; окружность грудной клетки (ОКГ) – 2,9%; индекса Кетле – 3,7%. Достоверные различия в 5 классе наблюдались в росте, весе, ОКГ. В результатах Индекса Кетле достоверных различий не наблюдалось. В 6 классе достоверность показали результаты роста и ОКГ, недостоверность показателей массы тела и Индекса Кетле.

По результатам сравнения уровня физической подготовленности мальчики села на протяжении всего эксперимента, с 5 по 6 классы, показали достоверно более высокие результаты, чем их сверстники из города во всех тестах: бег 30 метров; прыжок в длину с места; челночный бег 3x10 метров; наклон вперед; кросс 1500 метров, подтягивание на перекладине, исключением явились наклон вперед в 5 классе и кросс 1500 метров в 6 классе.

### Литература:

1. Аршинник С.П. Мониторинг физического состояния: учебное пособие. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФСТ, 2015. – 69 с.
2. 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, К.В. Малашенко, В.И. Тхорев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 9 (151). – С. 13-19.



## РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ В ФУТБОЛЕ В МЛАДШИХ КЛАССАХ

**И.В. Захаров, Н.А. Амбарцумян**

**Научный руководитель доцент В.Л. Соколов**

**Аннотация.** В данной работе проводится анализ развития ловкости в футболе в младших классах.

**Ключевые слова:** футбол, младший школьный возраст, ловкость, средства и методы развития ловкости.

Спорт вообще, и в особенности футбол, играет важную образовательную роль в обучении и развитии молодежи. Футбол должен не только предоставлять возможность молодым людям развивать специфические для игры навыки, он также должен помогать развивать им свою индивидуальность, психологические и социальные навыки.

Специализированные футбольные школы, академии и другие тренировочные центры должны приспособить свои образовательные и тренировочные программы к концепции всестороннего развития и играть образовательную роль, при этом, однако, соблюдая различные этапы развития и образовательные цели этих этапов [1].

В футболе необходимо постоянно реагировать на неожиданные действия соперников. Для этого важно развивать физическое качество ловкость, которое зависит от пластичности и подвижности нервной системы и ее умения адаптироваться к изменяющимся условиям внешней среды.

Целью данной работы является изучение средств и методов развития ловкости в младших классах.

Младший школьный возраст – это тот возраст, где наиболее благоприятными для развития являются физические качества гибкость, быстрота и ловкость. Младшие школьники довольно легко могут поддерживать равновесие тела, а также воспроизводить пространственные, силовые и временные параметры движения.

Основной тест, который наиболее распространен и всем известен, – это челночный бег. Однако не стоит заострять внимание только на нем. Есть множество других средств для развития и совершенствования ловкости. Например, гимнастические и акробатические упражнения, чередование ходьбы и бега, подвижные игры с неожиданно меняющимися условиями и другие. Самое главное, они должны быть сложными, новыми для занимающихся, предполагать возможность неожиданного изменения условий решения двигательной задачи [2].

Наиболее эффективными методами для развития ловкости являются изменение скорости или темпа движений, зеркальное выполнение движений, выполнение движений из необычных исходных положений и другие.

Ловкость тесно связана с координацией и объемом двигательных навыков и их комбинаций. Поэтому для развития ловкости необходимо использовать разнообразные упражнения из различных видов спорта, и чем чаще эти виды будут меняться, тем лучше будет развиваться мозг и нервная система.

### **Литература:**

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта футбол. Утвержден приказом Минспорта России от 19 января 2018 г. № 34. – Москва: издательство стандартов, 2018. – 24 с.
2. Метод оценки организации тренировочного занятия с учетом параметров физической нагрузки юных футболистов в группах начальной подготовки / М.Р. Григорьян, Л.А. Якимова, В.В. Суворов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – № 3 (сентябрь). – С. 33-39.

## РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

А.В. Куликов, Н.А. Амбарцумян

Научный руководитель доцент В.Л. Соколов

**Аннотация.** В данной работе изучалась эффективность использования в процессе физического воспитания учащихся младшего школьного возраста, специальных подвижных игр, эстафет и упражнений для развития скоростно-силовых способностей.

**Ключевые слова:** быстрота, скоростно-силовые способности, учащиеся младшего школьного возраста.

Школьный возраст – очень важный этап в жизни человека. В этом возрасте закладываются основы здоровья, долголетия и гармоничного физического развития, и хотя это развитие является закономерным биологическим процессом, однако на него можно воздействовать в нужном направлении, исходя из анатомо-физиологических особенностей ребенка. В этот период происходит функциональное совершенствование головного мозга нервной системы, основных органов и систем организма. Но в наше время многие дети увлечены компьютерными играми, ведут малоподвижный образ жизни, неправильно питаются, и этому в большой мере сопутствуют родители и преподаватели.

У младшего школьника резко меняется режим дня, ребенок получает большую нагрузку, а также большой поток информации. А так как дети ведут малоподвижный образ жизни, у многих заторможенная реакция, дети рассеяны. Поэтому преподавателям необходимо повышать двигательную активность детей, совершенствовать их двигательные качества.

Одними из таких качеств являются быстрота и скоростно-силовые способности. Это кладовая разнообразных движений, требующая от ребенка своеобразных действий, умения выполнять одно и то же движение с различной скоростью в соответствии со сложившейся ситуацией.

**Цель работы** заключалась в разработке методики развития качества быстроты у учащихся младшего школьного возраста используя специальные подвижные игры, эстафеты и упражнения.

Было разработано планирование использования подвижных игр, суть которого заключалась в том, что в течение суток используются 12-15 игр на развитие быстроты. В течение первой недели подвижные игры с детьми разучивались, на второй закреплялись, на третьей – совершенствовались, на четвертой – выносились в самостоятельную деятельность.

После проведенного педагогического эксперимента низкий уровень развития быстроты движений изменился в сторону улучшения и определен как средний и выше среднего. Такая картина наблюдалась как у мальчиков, так и у девочек младшего школьного возраста экспериментальной группы, обучающихся в образовательной школе.

### Литература:

1. Аршинник С.П. Мониторинг физического состояния: учебное пособие. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФСТ, 2015. – 69 с.
2. Барчуков И.С. Физическая культура: Учеб.для вузов / И.С.Барчуков; Под общ. ред. Н.Н. Маликова. – 5-е изд., стер. – М.: Академия, 2012. – 528 с.

## ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ПОЛИАТЛОНОМ

В.М. Любовская

Научный руководитель доцент В.В. Суворов

**Аннотация.** В публикации представлен подход к оценке соревновательной деятельности полиатлонисток в зависимости от квалификации. Основой для разработки оценочных шкал выступила апробированная методика. Автор внимание сосредоточил на установлении трех уровней оценки выступления полиатлонисток.

**Ключевые слова:** полиатлон, четырехборье с бегом, полиатлонистки, соревновательная деятельность, трехуровневые шкалы, квалификация.

Развитие полиатлона связано в первую очередь с желанием соревноваться на основе испытаний заложенных во Всероссийском физкультурно-спортивный комплексе «Готов к труду и обороне». Однако если данные соревнования переросли в стабильно развивающийся вид спорта, то возникает необходимость углубленного научного обоснования подготовки спортсменов. Этого на сегодняшний день и не хватает. Следовательно, исследования соревновательной деятельности полиатлонисток различной квалификации и на этой основе разработки оценочных шкал для спортсменов различной квалификации определяют актуальность работы.

Основной задачей было установление особенностей соревновательной деятельности полиатлонисток различной квалификации. Для этого были проанализированы 66 стартовых протоколов чемпионатов России, в которых участвовали 5 спортсменок в статусе перворазрядников, 5 – мастеров спорта международного класса, 22 – мастера спорта и 31 кандидат в мастера спорта. С помощью t-теста были установлены различия. Так, мастера спорта международного класса превосходят всех полиатлонисток независимо от квалификации в беге на 1000 метров, а кандидатов в мастера спорта еще и в беге на 100 метров. Мастера спорта в свою очередь превосходят кандидатов в мастера спорта в беге на 100 и 1000 метров и в плавании на 100 метров.

Установленные особенности позволили разработать оценочные шкалы эффективности выступления полиатлонисток в каждом из четырех испытаний и в зависимости от квалификации. Шкала оценки имеет три уровня результативности: высокий, средний и низкий, что дает тренеру возможность дифференцировать систему подготовки полиатлонисток в зависимости от квалификации. Дифференцировке подвергаются и каждое отдельное испытание четырехборья, что позволяет прогнозировать рост результатов и переход на новый квалификационный уровень.

Таким образом, эффективность тренировочного процесса будут определять особенности выступления спортсменок различной квалификации и дифференцированный подход к оценке результативности.

### Литература:

1. Садилкин А.Ф. Динамика спортивных результатов в многолетней подготовке летних полиатлонистов / А.Ф. Садилкин, А.Ю. Кейно // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – Тамбов, 2010. – №4 (84). – С. 122-129.
2. Суворов В.В. Результативность полиатлонистов по спортивной дисциплине летнего пятиборья в зависимости от квалификации / В.В. Суворов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №4. – С. 44-50.
3. Фарбей В.В. Особенности структуры соревновательной деятельности зимних полиатлонистов различной квалификации / В.В. Фарбей, Г.Н. Пономарев, С.А. Хисматуллин // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 4. – С. 85-87.

## **ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ В СЕКЦИИ ФУТБОЛА НА УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ МАЛЬЧИКОВ 13-15-ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА**

**Д.В. Нежалский, Н.А. Амбарцумян**

**Научный руководитель доцент В.Л. Соколов**

**Аннотация.** В работе предложена методика тренировочных занятий с юными футболистами, направленная на повышение уровня развития выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей мальчиков 13-15-летнего возраста.

**Ключевые слова:** «станционные занятия», выносливость, скоростно-силовые и координационные способности.

Анализ доступной литературы позволят нам говорить о недостаточной изученности влияния занятий футболом в школьной секции на уровень физических способностей подростков. Отсюда мы предположили, что систематические, рационально организованные занятия мальчиков 13-15-летнего возраста футболом по предложенной нами методике будут способствовать существенному повышению уровня их общей физической подготовленности, а в особенности выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей [1, 2, 3].

Предполагалось, что занятия в пришкольной секции футбола по разработанной нами методике существенно повысят уровень развития выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей мальчиков 13-15-летнего возраста.

Целью работы явилось совершенствование процесса развития выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей юных футболистов посредством разработки методики «станционных занятий».

Как показал трехмесячный педагогический эксперимент, при использовании «станционных занятий» тренировки проходят весело, разнообразно и интересно, а также с большой интенсивностью. Школьники привыкают упражняться самостоятельно и сознательно: работают все одновременно, в тесном дружеском взаимодействии и с оказанием взаимопомощи, что так характерно для хорошего, красивого футбола. При этом не теряется драгоценное время на очереди и ожидания.

В результате проведения педагогического эксперимента было доказано положительное влияние занятий по предложенной методике на уровень развития скоростных и координационных способностей мальчиков 13-15 лет. В экспериментальной группе у мальчиков произошли качественные изменения, достигшие статистически достоверных величин ( $p < 0,05$ ) по скоростным и координационным способностям. На фоне того, что у мальчиков контрольной группы отсутствует качественный прирост по всем исследуемым показателям ( $p > 0,05$ ), можно говорить об эффективности внедрения предложенных нами рекомендаций.

### **Литература:**

1. Золотарев А.П. Нормирование специализированности и координационной сложности тренировочных нагрузок юных футболистов // Теория и практика физ. культуры. – 2004. – № 8. – С. 60-61.
2. Золотарев А.П. Теория и методика футбола /А.П. Золотарев, Р.З. Гакаме, А.А. Семенюков. – Краснодар, 2008. – 175 с.
3. Ермаков В.В. Модель процесса физической подготовки юных футболистов 15-17 лет / В.В. Ермаков, А.П. Золотарев, В.В. Лавриченко // Ученые записки университета Лесгафта. – 2014. – №6. – С. 66-70.

## УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ

А.Н. Резник, Н.А. Амбарцумян

Научный руководитель доцент В.Л. Соколов

**Аннотация.** На фоне улучшения физического развития учащихся происходит достаточно заметное ухудшение их физической подготовленности. В последние годы в системе образования наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья и физической подготовленности учащихся. В этой связи во многих регионах страны ежегодно приводится мониторинг физической подготовленности детей.

**Ключевые слова:** сенситивные периоды, физическая подготовленность, школьники, физические качества.

Уровень физических качеств не только отражает развитие двигательной функции в целом, но и является одним из главных и наиболее заметных признаков физического совершенствования. Данное положение находит свое отражение во многих нормативных документах. Так, в обязательном минимуме содержания основных образовательных программ Федерального компонента государственного образовательного стандарта общего образования по физической культуре развитие основных физических качеств и повышение уровня физической подготовленности являются в школе главной целью. Практически во всех программах физического воспитания школьников развитие двигательных (физических) способностей (качеств) учащихся выступает как основная задача [1, 2].

С целью определения уровня развития основных физических качеств учащихся 5-9-х классов и анализа динамики их физической подготовленности было проведено исследование на базе МБОУ ЛИЦЕЙ № 12 г. Краснодара. В исследовании приняли участие 270 учащихся 5-9-х классов, из них 140 мальчиков и 130 девочек.

Сравнение уровня развития физических качеств учащихся 5-9-х классов МБОУ ЛИЦЕЙ № 12 с нормативными данными показало, что в основном он соответствовал среднему уровню. Вместе с тем у учащихся данной школы при выполнении теста «наклон вперед» довольно часто обнаруживался низкий уровень развития подвижности позвоночника. Однако при выполнении теста «сгибание и разгибание туловища за 30 сек» мальчиками и девочками почти всегда определялся высокий уровень развития соответствующей двигательной способности.

Данные результаты, по нашему мнению, также говорят об эффективности методики дифференцированного физического воспитания мальчиков и девочек на уроках физической культуры в данной школе. К указанному следует добавить, что уровень развития выносливости мальчиков в среднем на 23,9% превышает данный уровень у девочек, причем отличия возрастают по мере взросления детей.

### Литература:

1. Аршинник С.П. Мониторинг физического состояния: учебное пособие. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФСТ, 2015. – 69 с.
2. 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, К.В. Малашенко, В.И. Тхорев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 9 (151). – С. 13-19.

## АНАЛИЗ СООТВЕТСТВИЯ ТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ В ЖЕНСКОМ ФУТБОЛЕ

Е.Г. Солонина

Научный руководитель доцент В.В. Суворов

**Аннотация.** В работе представлен анализ технико-тактических действий, выполняемых в женском футболе во время игры и на тренировочном занятии. Базой для рассмотрения данного вопроса явилась подготовка девушек групп начальных лет обучения. Основное внимание уделяется соответствию программы, реального тренировочного процесса и количественных и качественных характеристик приемов, используемых в игре.

**Ключевые слова:** женский футбол, технико-тактические действия, начальная подготовка, соревновательная деятельность.

Возросшая популярность футбола после чемпионата мира 2018 года позволила привлечь к регулярным занятиям дополнительное количество детей. В стороне не остались и девочки, желающие записаться в секции по футболу. Достаточно большой объем научных исследований, проводимых для групп начальной подготовки, сконцентрирован на мужском футболе [1], а женский футбол остается без должного внимания [2, 3]. Следовательно, проведение исследования в этом направлении является актуальным.

Основной задачей исследования стало установление соответствия между тремя характеристиками многолетней подготовки футболисток, во-первых, программного материала, во-вторых, объемов тренировочных заданий технико-тактической направленности, в-третьих, игровых приемов, используемых в соревновательной деятельности.

Используя метод сравнения, удалось установить, что структура тренировочных заданий характеризуется увеличением объемов групповых взаимодействий с возрастом и индивидуальных действий, таких как игра головой и удары по воротам. Соревновательная деятельность определяется превалированием индивидуальных действий над групповыми. Так, ведение мяча и обводка соперника в группах начальной подготовки первого и второго годов обучения составляет 37% и 25% соответственно, а количество ударов по мячу ногой – 31,2% и 38,4%.

Изменения, происходящие из года в год на этапе начальной подготовки, можно классифицировать: во-первых, действия, связанные с увеличением объемов, – это передачи мяча назад и поперек, на движение и в штрафную площадь; во-вторых, действия, связанные с уменьшением объема – это ведение мяча, обводка; в-третьих, действия, объем которых не связан ни с годом подготовки, ни с анализируемой структурой.

Установлено отсутствие синхронности в подготовке футболисток по таким параметрам, как программный материал, соревновательная и тренировочная деятельность технико-тактической направленности.

### Литература:

1. Григорьян М.Р. Метод оценки организации тренировочного занятия с учетом параметров физической нагрузки юных футболистов в группах начальной / М.Р. Григорьян, Л.А. Якимова, В.В. Суворов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – №3. – С. 33-38.
2. Зайцева Т.М. Многолетняя динамика показателей соревновательной деятельности футболисток-юниорок / Т.В. Зайцева, А.П. Золотарев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2016. – №4. – С. 8-14.
3. Суворов В.В. Особенности соревновательной деятельности женских и мужских футбольных команд высокой квалификации / В.В. Суворова, Л.А. Якимова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – №1. – С. 18-23.

## УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И ГИБКОСТИ У ЮНЫХ ГИМНАСТОК

А.В. Твердохлебова, Н.А. Амбарцумян  
Научный руководитель доцент В.Л. Соколов

**Аннотация.** В данной работе изучались наиболее значимые в гимнастике физические качества: гибкость, координация движения, как показатели, дающие возможность оценить динамику развития на первых этапах совершенствования способностей.

**Ключевые слова:** гибкость, координация движения, школьники, гимнастика.

Одним из массовых и популярных видов спорта является гимнастика. Если легкую атлетику называют «королевой спорта», то гимнастика вполне претендует на наименование «мать спорта». Гимнастические упражнения являются подлинной школой движений. Они оказывают всестороннее воздействие на весь организм человека.

Спортивную гимнастику характеризуют такие физические качества, как гибкость, ловкость, сила, координация движения. По мнению многих авторов, результативность и успех выступлений, особенно на первых этапах совершенствования, во многом зависит от подвижности суставов, скоростно-силовых качеств, координации движений [1, 2].

Целью работы являлось установление динамики развития гибкости и координации движений под влиянием специальных учебно-тренировочных занятий.

Для определения эффективности подобранных упражнений и заданий был проведен эксперимент, в котором приняли участие 2 группы, состоящие из 10 девочек 7-8 лет контрольной группы и 10 девочек 7-8 лет экспериментальной группы. В контрольной группе занятия проводились обычными упражнениями, а в экспериментальной дополнялись специально подобранными комплексами упражнений.

Предложены комплексы упражнений на развитие гибкости, а также примерные подвижные игры на развитие координационных способностей. Они выполняются 3-4 недели (9-12 занятий). Всего представлено 5 комплексов упражнений, выполнение которых рассчитано на 24 недели, т.е. примерно на два подготовительных периода типового годового цикла. Комплексы специальных упражнений выполняются в конце тренировочного занятия.

В процессе проведенных исследований определены гибкость позвоночного столба, подвижность тазобедренных суставов и ловкость у девочек 7-8 лет, занимающихся гимнастикой на начальном этапе обучения. Результаты, полученные в процессе занятий, соответствуют средним значениям данных показателей в этой возрастно-половой группе. Специальные занятия, направленные на развитие гибкости и ловкости, позволяют значительно увеличить темпы прироста данных физических качеств у девочек 7-8 лет. Методика, направленная на развитие этих качеств, должна носить индивидуальный характер.

### Литература:

1. Барчо О.Ф. Развитие координации движений рук у девочек, занимающихся художественной гимнастикой, на этапе начальной подготовки / О.Ф. Барчо, Л.В. Жигайлова, Ю.В. Дыбайло // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А.И. Погребного. – Т. 14. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – С. 22-25.

2. Безродная Н.В. Организация и проведение научных исследований в спортивных видах гимнастики: учебное пособие / Н.В. Безродная, Н.В. Береславская, Н.Н. Пиллюк. – Ростов-н/Дону: Феникс, 2008. – 139 с.

## ВОСПИТАНИЕ СКОРОСТНЫХ И СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 11-12 ЛЕТ

М.А. Третьяк, Н.А. Амбарцумян

Научный руководитель доцент В.Л. Соколов

**Аннотация.** В данной работе изучалась эффективность перераспределения объема средств по физической подготовке за счет увеличения процентного соотношения скоростно-силовой направленности.

**Ключевые слова:** скоростная и скоростно-силовая подготовка, физические качества, юные футболисты.

Высокий уровень развития быстроты и мышечной силы у занимающихся в значительной мере предопределяет достижения ими хороших результатов в спорте. Актуальность избранной темы определяется необходимостью совершенствования учебно-тренировочного процесса, повышением эффективности тренировочных нагрузок в спортивных секциях и их перераспределением с учетом тенденций развития футбола. На этапе начальной спортивной тренировки особенно велика роль общей физической подготовки. На этом этапе не целесообразно использовать в работе с детьми, подростками и юношами весьма обширный комплекс средств, направленный на разностороннее физическое развитие и повышение их общей физической подготовленности.

Целью данного исследования является научное обоснование эффективности использования методики скоростной и скоростно-силовой подготовки, а также определение закономерности динамики скоростно-силовых качеств у юных футболистов 11-12 лет.

Предполагалось, что перераспределение объема средств по физической подготовке за счет увеличения процентного соотношения скоростно-силовой направленности приведет к повышению уровня этих качеств.

Опрос тренеров детско-юношеского футбола, анализ их тренировочных планов и педагогические наблюдения в условиях реального учебно-тренировочного процесса показали, что общий объем времени, отводимого на занятия и соревнования, составляет 430 академических часов. Это соответствует учебной программе для ДЮСШ. При этом от 87% до 93% составляют специализированные средства тренировки (упражнения с мячом).

Результаты проведенного педагогического эксперимента доказали обоснованность изменения соотношения времени, направленного на воспитание различных физических качеств в возрасте 11-12 лет. Так, время учебно-тренировочных занятий, отводимое на воспитание общей выносливости, необходимо уменьшить до 25%, на скоростную выносливость - увеличить до 15%; время, отводимое на совершенствование скоростных и скоростно-силовых качеств, также необходимо увеличить до 33-35%. На воспитание ловкости и гибкости необходимо выделить 25% от объема тренировочного процесса.

### Литература:

1. Ермаков В.В. Модель процесса физической подготовки юных футболистов 15-17 лет / В.В. Ермаков, А.П. Золотарев, В.В. Лавриченко // Ученые записки университета Лесгафта. – 2014. – №6. – С. 66-70.
2. Селиванова Ю.М. Проблема физической подготовки юных футболистов 15-16 лет / Ю.М. Селиванова, М.М. Шестаков // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации: материалы VII всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Краснодар, 2017. – С. 344-348.



## **ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ МАЛЬЧИКОВ 11-12 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ БОРЬБЫ**

**Д.А. Филатов, Н.А. Амбарцумян**

**Научный руководитель доцент В.Л. Соколов**

**Аннотация.** В данной работе изучалась эффективность использования в процессе физического воспитания мальчиков 11-12 лет комплекса упражнений на основе элементов борьбы.

**Ключевые слова:** уровень физической подготовленности, занятие борьбой, система физического воспитания, физическое развитие.

Существует целый ряд исследований, обосновывающих необходимость овладения учащимися основами разных видов спорта с целью их гармонического физического развития. В частности, авторами рекомендуется применять элементы или проводить целостные уроки по легкой атлетике, по спортивной и ритмической гимнастике, атлетической гимнастике, подвижным и спортивным играм [1, 2]. Среди элементов единоборств в научно-методической литературе представлены рекомендации по включению в школьную систему физического воспитания занятий борьбой.

В то же время известно, что высокий уровень физической подготовленности школьников не означает автоматически и высокий уровень физического здоровья. Это несоответствие пытаются устранить специалисты при разработке авторских школьных программ по физической культуре. Так в «Комплексной программе физического воспитания учащихся 1-11 классов» содержание программного материала разделено на две части – базовую, обязательную, и вариативную, связанную с региональными особенностями. Помимо обязательной и вариативной частей уроков, школьная система физического воспитания включает внеурочные занятия физической культурой и спортом в самых разнообразных ее формах, как самостоятельных, так и проводимых в условиях различных детских учреждений.

В ходе предпринятого в течение учебного года эксперимента мальчики 11-12 лет экспериментальной группы освоили ряд специальных упражнений в парах: борьба за захват, борьба за туловище, борьба за сгибание шеи вперед, борьба руками, борьба ногами в стойке, борьба ногами сидя, борьба за набивной мяч и другие.

Применение в течение учебного года разработанной нами экспериментальной методики позволило получить достоверное улучшение показателей, характеризующих общую выносливость (6-минутный бег) и силовые способности (подтягивание на высокой перекладине) у мальчиков экспериментальной группы по сравнению со сверстниками контрольной группы. По результатам 6-минутного бега, подтягивание – 30,6% по сравнению с данными в начале эксперимента [2]. По остальным показателям (челночный бег, прыжок в длину с места) у мальчиков экспериментальной группы произошло более выраженное улучшение результатов, по сравнению с контрольной группой. В меньшей степени изменились показатели гибкости: в экспериментальной группе на 2,1%, в контрольной группе на 2,4% относительно исходных данных.

### **Литература:**

1. Карпухин А.П. Методика физической подготовки учащихся среднего школьного возраста на основе традиционных казачьих средств / А.П. Карпухин, В.Л. Соколов // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2011. – № 1. – С. 46-51.

2. Тхорев В.И. Физическая культура: региональная учебная программа для общеобразовательных организаций Краснодарского края. Начальные классы: учебно-методическое пособие / В.И. Тхорев, С.П. Аршинник. – 2017. – 2-е изд., доп. и перераб. – Краснодар: КГУФКСТ. – 78 с.

## СООТВЕТСТВИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ РАКЕТНЫХ ВОЙСК ТРЕБОВАНИЯМ КОМПЛЕКСА ГТО

В.Н. Фокин

Научный руководитель кандидат педагогических наук К.В. Малашенко

**Аннотация.** В данной работе рассматривается вопрос об уточнении норм ВФСК ГТО за счет исследования уровня физической подготовленности военнослужащих.

**Ключевые слова.** Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», военнослужащие, нормативы, физическая подготовленность.

Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» послужило мощным толчком к исследованиям, посвященным определению норм и критериев оценки уровня физической подготовленности. Данные исследования успешно проведены с населением, относящимся к категории обучающиеся (1–6 ступень) [1].

Проведение масштабных исследований на контингенте, относящимся к 7–11 ступеням, затруднительно, вследствие чего проверка информативности критериев оценки физической подготовленности является проблемой. В связи с этим отсутствует отправная точка начала формирования программ и рекомендаций по физической подготовке взрослого населения к выполнению норм ВФСК «ГТО» [2].

Одним из путей преодоления данной проблемы видится исследование уровня физической подготовленности трудоустроенного населения, которое по своим должностным обязанностям регулярно занимается физической подготовкой и соответствует определенным требованиям к уровню физической подготовленности. Сравнение результатов, полученных в ходе исследования профессионально-прикладной физической подготовленности, с нормами ВФСК «ГТО» поможет уточнить требования и методики тестирования, применяемые в нем.

Анализ физической подготовленности военнослужащих ракетных войск, выявил:

- военнослужащие, проходящие службу по призыву, после шести месяцев службы показали следующие результаты: 61% выполнили требования ВФСК «ГТО», из них 0% на «золотой» знак, 22,2% на «серебряный» знак и 38,8% на «бронзовый» знак;

- военнослужащие, проходящие службу по контракту и относящиеся к 6 ступени, показали следующий результат: 63,6% выполнили требования, из них 0% на «золотой» знак, 45,4% на «серебряный» знак и 18,2% на «бронзовый» знак;

- военнослужащие, проходящие службу по контракту и относящиеся к 7 ступени, показали следующий результат: 100% выполнили требования, из них 0% на «золотой» знак, 83,3% на «серебряный» знак и 16,7% на «бронзовый» знак.

Требования к уровню физической подготовленности военнослужащих ракетных войск 2-3 категории, представленные в «Наставлении по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации» выше, чем требования ВФСК «ГТО» 6-7 ступени, этим и обусловлен большой процент выполнивших нормы. Отсутствие выполнения норм на «золотой» знак требует дальнейшего более детального исследования.

### Литература:

1. К вопросу о разработке структуры и содержания урока физической культуры, направленного на подготовку к выполнению нормативов комплекса ГТО / С.П. Аршинник, Г.Н. Дудка, В.И. Тхорев, Н.Г. Шубина // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – Т.12. – 2017. – № 2. – С. 73-81.
2. Синявский Н.И. Мониторинг физической подготовленности населения 35-39 лет в выполнении требований VII ступени комплекса ГТО / Н.И. Синявский, А.В. Фурсов, Н.Н. Безноско, Р.И. Садыков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 2 (156). – С. 223-226.

## ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ УЧАЩИХСЯ 7 КЛАССОВ

Т.В. Халанская, Н.А. Амбарцумян

Научный руководитель доцент В.Л. Соколов

**Аннотация.** В работе определено влияние уровня знаний по физической культуре на формирование мотивов к занятиям физическими упражнениями у учащихся.

**Ключевые слова:** мотивы, потребности, учащиеся, занятия физической культурой.

У многих школьников мотивы занятий физкультурой характеризуются неустойчивостью, зависят от внешних обстоятельств, от применяемых форм и методов воспитания. Мотивы многих школьников носят временный характер, поэтому для развития им необходима определенная программа педагогического воздействия с акцентом на социальную значимость занятий физкультурой и спортом. В мотивационном комплексе школьников средних классов отражаются две побуждающие тенденции. Первая связана с потребностями в активном освоении действительности, вторая – с потребностями в освоении самой физкультурно-спортивной деятельности [1, 2].

Предполагалось, что формирование мотивов и потребностей подростков в двигательной активности позволит повысить их интерес к занятиям физическими упражнениями и будет способствовать успешному решению задач физического воспитания.

Целью данной работы являлось определение влияния уровня знаний по физической культуре на формирование мотивов к занятиям физическими упражнениями у учащихся 7 классов.

Отношение к занятиям физическими упражнениями и спортом во внеурочное время у школьников контрольных групп, как у мальчиков, так и у девочек совпало по всем трем вариантам ответов: «да» – 19, «нет» – 11, «не знаю» – 2 человека. Первоначальное определение качества знаний в области физической культуры по предложенным тестам показало низкий уровень в обеих группах. Дополнительные факультативные занятия в экспериментальных группах дали положительный эффект. Так, в экспериментальной группе девочек количество сдавших на «два» уменьшилось более чем в 4 раза, изменившись с 68,7% до 15,6%, а количество отличников увеличилось почти в 10 раз – с 3,2% до 31,3%. Девочки контрольной группы также увеличили качество знаний, но в меньшей степени.

У мальчиков в контрольной группе процент сдавших на «два» уменьшился вдвое, снизившись с 90,6% до 43,7%, а в экспериментальной группе эти изменения более существенны, с 84,3% при первом тестировании количество двоечников уменьшилось до 25% во втором тестировании. В этой же группе сдавших на «отлично», в первом тестировании не было, во втором их количество являлось 21,9%.

### Литература:

1. Дука А.Я. Воспитание интереса к занятиям физической культурой у подростков // Тез. Докл. IV Всесоюзн. Конф. «Физическое воспитание и школьная гигиена». – М., 1991. – 141 с.
2. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 512 с.

**ПОНЯТИЕ «ГИПЕРТРОФИЯ МЫШЕЧНЫХ ВОЛОКОН»  
ПРИ ЗАНЯТИЯХ БОДИБИЛДИНГОМ**

**Д.С. Шипенко, Н.А. Амбарцумян**

**Научный руководитель доцент В.Л. Соколов**

**Аннотация.** В данном тезисе раскрыто понятие «гипертрофия мышечных волокон», а также проанализированы средства, позволяющие достичь мышечной гипертрофии.

**Ключевые слова:** бодибилдинг, гипертрофия, анаболические стероиды, тестостерон, сустанон 250, нандролон, туринабол, метандростенолон.

Основополагающим фактором при занятии бодибилдингом является мышечная гипертрофия. Поиск эффективных средств и методов увеличения мышц очень важен для современного культуриста. Целью работы является изучение средств, позволяющих достигнуть гипертрофии мышц в бодибилдинге. Объектом исследования – люди, профессионально занимающиеся бодибилдингом [1]. Предметом исследования является эффект, оказываемый анаболическими стероидами в совокупности со спортивными добавками на гипертрофию мышц и организм в целом. В работе использовались следующие методы исследования – дедуктивный и наглядный. Изучение основных видов и механизмов гипертрофии, является неотъемлемой частью успеха в занятии атлетической гимнастикой [2, 3, 4].

Рассматривалось влияние и последствия применения синтезируемого мужского полового гормона и его разновидностей, таких как тестостерон; сустанон 250; нандролон; туринабол; метандростенолон, на скорость восстановления миофибрилл, набора сухой мышечной массы, укрепления костной системы, увеличения силовых показателей силы и выносливости, а также вред, причиняемый организму из-за нарушения гормонального фона человека. Проанализированы классификация и необходимость приема: протеина; креатина и гейнера во время тренировочного процесса, их виды, эффекты и наиболее рациональный подход к приему данных средств. Таким образом, можно сделать вывод о том, что профессиональным культуристам необходимо употреблять фармакологию.

**Литература:**

1. Андрианов П.И. Библия домашнего бодибилдинга / П.И. Андрианов. – М.: АСТ, 2017. – 448 с.
2. Мансуров А.В. Бодибилдинг для начинающих / А.В. Мансуров. – М.: Феникс, 2018. – 144 с.
3. Мурзин Дмитрий Бодибилдинг. Базовая система упражнений / Дмитрий Мурзин. – Москва: СИНТЕГ, 2014. – 272 с.
4. Остапенко А.А. Анаболические средства в современном силовом спорте/А.А. Остапенко, М.В. Клестов. – М., 2014. – 288 с.

**ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЙ  
В СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ В КАРАТЭ КИОКУШИНКАЙ****Т.С.Шумакова, Н.А. Амбарцумян****Научный руководитель доцент В.Л. Соколов**

**Аннотация.** В данной публикации представлены данные о проблеме преодоления стрессовых ситуаций и об использовании приобретенных навыков на соревнованиях, а также представлены результаты анализа методики специальной подготовки каратистов.

**Ключевые слова:** каратэ, подготовка каратистов, специальная подготовка, стрессовые ситуации.

Современное каратэ киокушинкай нуждается в квалифицированных спортсменах, которые смогут воспользоваться своей подготовкой для решения спортивно-профессиональных задач. В связи с этим в системе специальной подготовки спортсмена становится приоритетным формирование навыков преодоления стрессовых ситуаций, умение воспользоваться приобретенными навыками на соревнованиях. Выполненный анализ специальной подготовки спортсмена основывается на общих принципах, сформулированных в специальной литературе [1, 2, 4, 3].

Отмечая плодотворную работу этих авторов, следует отметить, что существует ряд проблем при изучении специальной подготовки каратистов. Нерешенными остаются вопросы, связанные с преодолением стрессовых ситуаций, умением использовать приобретенные навыки в бою, синдром «перегорания». Цель исследования – изучить методы формирования навыков преодоления стрессовых ситуаций в специальной физической подготовке спортсменов, занимающихся каратэ киокушинкай. Задачи исследования – выявить наиболее эффективную методику специальной подготовки каратистов, систематизировать различные способы и средства совершенствования навыков преодоления стрессовых ситуаций.

Для выявления оптимальной методики было проведено интервью с 15-ю тренерами каратэ киокушинкай г. Краснодара. По результатам исследования оказалось, что 97% тренеров проводят беседу со своими спортсменами о пройденных соревнованиях. Всего лишь 10% тренеров используют успокаивающие методы, а соревновательные методы используют 100%. У всех оказалось одинаковое количество разновидностей изучаемых ударов, но только у 60% тренеров дети применяют в соревновательной деятельности 50% изученного, у остальных цифра не превышает 40%. Все без исключения утверждают, что сталкивались с синдромом «перегорания», чаще всего это происходит на важных соревнованиях. У 30% тренеров спортсмены уходили из карате из-за синдрома «перегорания», 60% тренеров сталкивались с этой проблемой, но смогли переубедить своих учеников.

Таким образом, результаты исследования показали, что тренеры уделяют очень мало внимание психологической подготовке, которая является одной из составляющих специальной подготовки карате киокушинкай.

**Литература:**

1. Микрюков В.Ю. Энциклопедия каратэ. [Электронный ресурс]. – М.: Издательство: ИГ «Весь», 2013. – 137 с.
2. Травников А.С. Карате для начинающих / А.С. Травников. – М.: Издательский дом: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2008. – 145 с.
3. Кевин Хили. Карате. Все техники и основные упражнения. [Электронный ресурс]. – М.: Издательство: «Эксмо», 2015. – 112 с.
4. Степанов С.В. Учебно-образовательная программа по киокушинкай каратэ / С.В. Степанов. – М.: Издательство: «Прометей», 2007. – 161 с.

## **ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ У ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

**В.В. Щербаков, Н.А. Амбарцумян**

**Научный руководитель доцент В.Л. Соколов**

**Аннотация.** В работе разработана и экспериментально обоснована методика проведения занятий по физической культуре с детьми 6-7-летнего возраста в целях формирования у них правильной осанки. Методика может быть использована в процессе оздоровления детей на школьных занятиях, в группах здоровья, бассейнах и в других детских оздоровительных учреждениях.

**Ключевые слова:** физические упражнения, осанка, школьники, физическая культура.

Одним из основных средств укрепления здоровья детей младшего школьного возраста является физическая культура. В настоящее время она рассматривается как наиболее эффективный фактор неспецифической общей профилактики и функционально-восстановительной терапии. Под влиянием физических упражнений повышается защитная реактивность организма, расширяются функциональные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышается работоспособность школьников, снижается заболеваемость и рецидивы [1, 2].

Ограничение двигательной активности приводит к функциональным и морфологическим изменениям в организме, в частности нарушениям осанки и дефектам позвоночника.

**Целью исследования** явилась оптимизация процесса формирования правильной осанки у детей 6-7 лет посредством использования физических упражнений.

Состояние осанки определяли по глубине шейного и поясничного изгибов позвоночника, равенству треугольников талии, симметрии лопаток, по положению плеч на одном уровне, по расположению остистых отростков на одной прямой. Анализ показателей, характеризующих осанку, позволил установить, что дети нуждаются в коррекции шейного и поясничного изгибов.

На основе проведенного педагогического тестирования уровня физического состояния детей и состояния их осанки мы сделали заключение о необходимости разработки системы корригирующих упражнений, способствующих формированию правильной осанки.

В ходе проведенного педагогического исследования были получены результаты, которые позволили дать ряд практических рекомендаций:

- с целью повышения оздоровительной эффективности использовать дополнительные занятия с детьми, имеющими нарушения осанки;
- в режиме общеобразовательной школы целесообразно следует использовать комплексную оздоровительную тренировку, включающую общеразвивающие, специальные корригирующие упражнения, подвижные и спортивные игры.

### **Литература:**

1. Клименко А.М. Эффективность занятий в группе здоровья с детьми младшего возраста / А.М. Клименко, А.А. Соколова, В.Л. Соколов // XXXIII научная конференция студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма: Тезисы докладов. – Краснодар, 2016. – С. 6-7.

2. Осик В.И. Проблема физического воспитания детей и подростков с патологией опорно-двигательного аппарата / В.И. Осик, А.Б. Медников, М.М. Шестаков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1999. – №3 – 4. – С. 49 -57.

# КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ

УДК 159.922.7

## **РОЛЬ ТЕАТРАЛИЗОВАННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАЗВИТИИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ДОШКОЛЬНИКОВ**

**Л.Б. Артеменко**

**Научный руководитель доцент Н.П. Носенко**

**Аннотация.** В работе раскрывается влияние театрализованной деятельности на развитие межличностных отношений, представлен проект технологии коррекции поведения неблагополучных в общении детей посредством театрализованной деятельности.

**Ключевые слова:** развитие, театрализованная деятельность, межличностные отношения, общение, поведение, технология, дошкольники.

У детей старшего дошкольного возраста психика чрезвычайно пластична, поэтому именно в этом возрасте необходимо проводить коррекционную работу по преодолению проблем в межличностных отношениях, формированию положительных личностных качеств и поведения [1].

В процессе организации театрализованной игры у детей развиваются организаторские умения и навыки, совершенствуются формы, виды и средства общения, складываются и осознаются непосредственные взаимоотношения детей друг с другом, приобретаются коммуникативные умения и навыки, что обосновывает целесообразность разработки технологии использования театрализованной деятельности с целью коррекции межличностных отношений детей старшего дошкольного возраста [2, 3].

Цель технологии: коррекция поведения неблагополучных в общении со сверстниками детей и социализация их в детском обществе.

Задачи:

1. Формировать представления ребенка о нормах поведения в социуме.
2. Формировать самооценку ребенка.
3. Научить ребенка видеть, слышать и чувствовать других детей.
4. Развивать эмпатию.
5. Развивать социально положительную активность путем привлечения к совместной деятельности.
6. Повышать авторитет каждого непопулярного ребенка в глазах сверстников.

Этапы работы:

1 этап. Диагностический.

Цель: выявить детей неблагополучных в межличностных отношениях со сверстниками и определить причины их неблагополучия: агрессивность, застенчивость, обидчивость, демонстративность поведения.

Методы: наблюдение, социометрия, метод проблемных ситуаций.

2 этап. Технологический.

Цель: коррекция поведения неблагополучных в общении со сверстниками детей и социализация их в детском обществе.

Содержание работы на данном этапе подразделяется на четыре основных блока:

- 1 блок – работа непосредственно с детьми, неблагополучными в межличностных отношениях со сверстниками
- 2 блок – работа с детским коллективом в целом
- 3 блок – работа с педагогами
- 4 блок – работа с родителями

3 этап. Рефлексивный.

Цель: диагностика и анализ результатов коррекционной работы.

Предполагаемые результаты: развитие межличностных отношений дошкольников.

**Литература:**

1. Антипина Е.А. Театральная деятельность в детском саду / Е.А. Антипина. – М.: Сфера, 2013. – 128 с.
2. Мигунова Е.В. Организация театральной деятельности в детском саду / Е.В. Мигунова. – Н. Новгород: ГУ им. Ярослава Мудрого, 2016. – 210 с.
3. Носенко Н.П. Театральная деятельность в дошкольном образовательном учреждении / Курс лекций. – Краснодар. – 2016. – 138 с.



## ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТЕЙ У СПОРТСМЕНОВ

Н.В. Бережная

Научный руководитель профессор А.Ш. Гусейнов

**Аннотация.** Ценности являются той частью структуры личности, которую необходимо развивать с этапа начальной подготовки. Ценности становятся одним из значимых моментов универсальной культурной деятельности спортсменов.

**Ключевые слова:** ценности, спорт, спортсмены, спортивная культура.

Значимыми в спортивной психологии становятся ценности спорта и общечеловеческие ценности. В настоящее время, в связи с коммерциализацией спорта, происходит переориентировка феномена ценности на «цену». Человек, который занимается спортом, не только соперничает с другими людьми, но и рассуждает об успешности, следит за духовным благополучием себя и окружающих. Психологи утверждают, что ценности – это часть структуры личности спортсмена, которые становятся причиной детерминации и упорядочивания мотивации к действию для реализации спортивного ресурса спортсмена. Спорт инсталлирует культурные ценности. Они имплицитно входят в содержание культуры [3].

Все ценности подразделяются на два типа. К первому типу относятся те ценности, которые имеют связь с функциональным значением спорта (ценность выступает как эмоциональная сторона спортсмена). Ко второму типу относятся те ценности, преимуществом которых служит спорт. Например, взаимодействие с окружающими, зрелищная борьба, физические способности, комплекция фигуры, социальное признание, самоактуализация, целеустремленность, ответственность, сознательность, чувство необходимости. Следовательно, ценности детерминируют взаимоотношения между спортсменом и миром и между спортсменом и социумом и является основой ценностных ориентаций. Ценности в спорте становятся главным компонентом в структуре личности спортсмена [2].

Ценности становятся системой, благодаря которой происходит упорядочивание поведения спортсмена, действия затрагивают не только высшие структуры сознания, но и подсознательные структуры. Они направляют волю, внимание и интеллект.

Известно, что спортивная деятельность может воспитать как положительные, так и отрицательные черты, которые будут противоречить общекультурным ценностям. Из этого следует, что начиная с этапа начальной подготовки необходимо воспитывать у молодых спортсменов положительную позицию к идеям олимпизма и к принципам фэйр-плэй (частной игры) в спорте [1].

### Литература:

1. Абашкина Р.А. Олимпийские ценности и спортивная этика / Р.А. Абашкина // Молодой ученый. – 2018. – № 26. – С. 100-101.
2. Загоревская, А.И. Ценностные ориентации как основа формирования спортивной культуры студентов в процессе физкультурно-спортивного образования / А.И. Загоревская, В.С. Сосуновский // Вестник Томского государственного университета. – 2013. – № 368. – С. 119-122.
3. Мазов Н.Ю. Ценности и ценностное содержание спорта / Н.Ю. Мазов // Башкирский институт физической культуры (филиал) ФГОУ ВПО «Уральский государственный университет физической культуры» (г. Уфа). – 2008. – № 3. – С. 50-54.

**Аннотация.** Самоэффективность становится существенным феноменом, который проявляет значимое воздействие на достижение высоких результатов и успешности в спорте. В качестве теоретической основы самоэффективности рассматривается положения социально-когнитивной теории А. Бандуры.

**Ключевые слова:** спортсмены, самоэффективность, спортивная деятельность.

Самоэффективность – представление индивида о своих ресурсах и убежденность в умении добиваться поставленных целей в разнообразных жизненных сферах. Феномен самоэффективности рассматривается в когнитивной психологии. Он рассматривается как предвидение обстановки и оценка событий. Самоэффективность является элементом благополучия в спортивной деятельности и воспринимается спортсменами как способность выполнения алгоритмов действий и реализации модели образа жизни, которые необходимы для свершения поставленных целей [3].

А. Бандура говорит, что лучшее средство преобразования самоэффективности оказывает жизненный опыт, когда самоэффективность формируется обыденным путем, за счет увеличения жизненного опыта, удачных действий и контроля за благоприятными действиями окружающих. Но не исключается возможность развития самоэффективности помощью специально созданной психологической подготовки. В масштабе теории социального научения самоэффективность рассматривается как элемент, который возникает из разнообразных источников информации, опосредованной сложившимися знаниями. Самоэффективность имеет 4 генезиса: осваивание мастерства (благополучный результат своих действий); социальное моделирование (наблюдение за успешным выполнением задачи); вербальное подкрепление (убеждение в успешности деятельности); психологическое состояние (чувствуемая и осознаваемая эмоциональная и физическая обратная связь) [1, 2].

Из вышесказанного следует, что прикладные исследования самоэффективности имеют значимый смысл для спортсменов и их тренеров. Опираясь на запас знаний собственных умений и навыков, возможно совершенствовать необходимые характеристики спортсменов, которые необходимы в конкретном виде спорта, а также дальнейшем исследовать самоэффективность в контексте субъектной позиции.

**Литература:**

1. Корниенко Д.С. Взаимосвязь самоэффективности и спортивной мотивации в разных видах спорта пилотажное исследование / Д.С. Корниенко, А.Я. Фоминых, Е.А. Сорокина // Вестник Пермского гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. – 2016. – С. 69-84.
2. Погорелова Е.И. Взаимосвязь самоэффективности и копинг-стратегий у спортсменов скалолазов на этапе ранней юности / Е.И. Погорелова // Спортивный психолог. – 2016. – №4. – С. 70-73.
3. Чехунова А.А. Особенности самоэффективности спортсменов высшего мастерства / А.А. Чехунова // Молодой ученый. – 2018. – №47. – С. 326-330.

## ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ТОЛЕРАНТНОСТИ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

А.А. Величко

Научный руководитель доцент И.В. Харитонова

**Аннотация.** Исследование посвящено особенностям взаимосвязи толерантности к неопределенности и эмоционального интеллекта в юношеском возрасте. Выборка составила 50 студентов КГУФКСТ.

**Ключевые слова:** толерантность к неопределенности, интолерантность, эмоциональный интеллект, межличностный эмоциональный интеллект, внутриличностный эмоциональный интеллект.

Функционирование современных социальных систем характеризуется высоким риском попадания индивида в ситуации неопределенности, реакция на которые проявляется в растерянности, апатичности, закрытости личности, особенно в юношеском возрасте [1]. Психологическим фактором спасения юношей выступает толерантность к неопределенности, для успешного формирования которой необходим ресурс эмоционального интеллекта [2].

Цель исследования – рассмотреть взаимосвязи между толерантностью к неопределенности и эмоциональным интеллектом. В исследовании приняли участие 50 студентов КГУФКСТ. В качестве инструментов использовались: методика оценки толерантности к неопределенности – опросник Т.В. Корниловой и опросник ЭИИ Д.В. Люсина для определения уровня эмоционального интеллекта испытуемых юношеского возраста.

Исследование показало наличие достоверной корреляционной взаимосвязи между толерантностью к неопределенности и межличностным эмоциональным интеллектом у юношей. Чем выше способность молодых людей распознавать и понимать эмоций других людей, тем больше их стремление к изменениям, формированию индивидуального образа, наблюдению дифференциального в социальном. В выборке девушек прямая корреляционная связь была обнаружена между компонентами интолерантности, межличностным эмоциональным интеллектом и способностью к пониманию эмоций. Иными словами, способность девушек распознавать эмоции других людей и понимать собственные чувства связана со стремлением личности к ясности, стабильности и упорядоченности мыслей и образа жизни.

### Литература:

1. Леонов И.Н. Толерантность к неопределенности как психологический феномен: история становления конструкта [Электронный ресурс] // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2014. – №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tolerantnost-k-neopredelennosti-kak-psihologicheskii-fenomen-istoriya-stanovleniya-konstrukta> (дата обращения: 24.09.2018).

2. Алимбаева Р.Т. Теоретические аспекты эмоционального интеллекта [Электронный ресурс] // Инновационная наука. – 2017. – №3-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-aspekty-emotsionalnogo-intellekta> (дата обращения: 24.09.2018).

**ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ  
44.03.02 «ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ» В ПРОЦЕССЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ**

**Ю.Д. Вишнякова**

**Научный руководитель к.пс.н. А.С. Распопова**

**Аннотация.** Представлены результаты исследования изучения психологических особенностей личности обучающихся, определяющих перспективность профессиональной деятельности в области психологии образования.

**Ключевые слова:** профессионально важные качества, личность, студенты, профессиональная деятельность, психолог.

Сегодня, в быстро развивающемся мире, уровень профессионализма молодых специалистов выступает в качестве магистральной проблемы в процессе профессиональной подготовки. Успешность профессиональной деятельности напрямую зависит от профессионально важных качеств личности обучающихся [2]. Это отображает, что личностное развитие имеет базисное значение для формирования профессионализма [1]. Поэтому есть основания полагать, что студенты, выбравшие профессию психолога в системе образования, должны обладать профессионально важными качествами личности, которые присущи выбранной профессии.

В ходе исследования наша гипотеза о том, что студенты-психологи обладают психологическими особенностями личности, такими как: высокий уровень конфликтоустойчивости, доброжелательности, эмоционального интеллекта, коммуникативных свойств и уровнем профессиональной направленности частично подтвердилась. Обучающимся направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование», направленность (профиль) «Психология образования» характерен средний уровень конфликтоустойчивости, доброжелательности, коммуникативных навыков, кроме показателя смелость в социальных контактах и профессиональной направленности. В наименьшей степени у обучающихся был выявлен эмоциональный интеллект, который выражен низким уровнем интегративного показателя.

Корреляционный анализ позволил детерминировать прямые связи эмоционального интеллекта с конфликтоустойчивостью, доброжелательностью и коммуникативными свойствами; доброжелательности с профессиональной направленностью.

Таким образом, успешная профессиональная деятельность будущих психологов образования будет носить положительный характер, если обучающиеся будут знать свои индивидуальные особенности. Для этого необходимо реализация программы психолого-педагогического сопровождения студентов и внедрения активных, практических методов обучения в процессе профессиональной подготовки.

**Литература:**

1. Носенко Н.П. Развитие личностной готовности студентов к профессиональной деятельности педагога в процессе обучения в вузе физической культуры: дис. ... канд. психол. наук. Краснодар, 2006. – 171 с.
2. Распопова А.С. Формирование толерантности у студентов, обучающихся профессии психолога // Тезисы докладов XXXV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2008. – С. 103.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ОБЛАСТИ ПСИХОЛОГИИ  
ОБРАЗОВАНИЯ**

**Ю.Д. Вишнякова**

**Научный руководитель к.пс.н. А.С. Распопова**

**Аннотация.** Представлено описание и обоснование актуальности изучения психологической готовности к трудовой деятельности в области психологии образования на этапе профессионального обучения в вузе.

**Ключевые слова:** психологическая готовность, профессиональное самоопределение, деятельность, специалисты, образование.

В современных условиях психологическая готовность к профессиональному самоопределению выступает как личностный ресурс субъекта труда. Сейчас система профессионального образования претерпевает значительные изменения, повышая требования к молодым специалистам – выпускникам вызов. Главной проблемой выступает готовность будущих специалистов к реализации профессиональной деятельности и эффективное выполнение трудовых задач, соответствовать которым невозможно без психологической готовности [2]. Тогда вполне обосновано можно говорить о необходимости рассмотрения термина «психологическая готовность» студентов к профессиональной психолого-педагогической деятельности.

Профессиональное становление личности начинается во время обучения в вузе, когда на первый план выступает проблема психологической готовности к профессиональному самоопределению [2]. Поэтому в данный период целесообразно изучить закономерности становления психологической готовности в условиях профессиональной подготовки.

В контексте профессионального обучения, психологическая готовность выступает как интеграция личности, которая включает в себя комплекс мотивационных, когнитивных и эмоциональных процессов. Если данные процессы на этапе профессиональной подготовки были успешно сформированы, то в дальнейшем они позволяют личности эффективно выполнять профессиональные обязанности, обеспечивая продуктивное выполнение трудовой деятельности [1].

В настоящий момент не существует единой классификации структуры психологической готовности. Проведя теоретический анализ литературы, мы выделили основные компоненты психологической готовности: мотивационный, когнитивный и эмоциональный.

Таким образом, следующим этапом исследования станет изучение психологической готовности обучающихся на разных этапах обучения в вузе по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование».

**Литература:**

1. Дворникова И.Н. Изучение формирования психологической готовности студентов-психологов к будущей профессиональной деятельности / И.Н. Дворкина, А.В. Першина // Молодой ученый. – 2014. – №21.1. – С. 89-91.

2. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – М.: Академия, 2004. – 304 с.

## ЛИЧНОСТНЫЕ РЕГУЛЯТОРЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ ФИГУРИСТОВ

К.С. Ворпотинская

Научный руководитель профессор Г.Б. Горская

**Аннотация.** В данной работе представлено обсуждение результатов исследования, включающих в себя изучение мотивационной сферы, личностных черт «Большой пятерки», психической устойчивости и удовлетворения базовых психологических потребностей у 36 юных фигуристов 12-16 лет. Обнаруженные корреляционные связи призваны помочь специалистам при работе со спортсменами данной возрастной группы.

**Ключевые слова:** юные фигуристы, личностные регуляторы деятельности, черты «Большой пятерки», теория самодетерминации, психологические потребности, психологическая устойчивость.

В последние годы наблюдается рост уровня конкуренции и ужесточение требований в спорте высших достижений, что привело к пониманию того, что нужно качественно усовершенствовать подготовку спортивного резерва. Это актуально для фигурного катания, где спортсмены уже в подростковом возрасте должны иметь высокий уровень квалификации для того, чтобы участвовать в соревнованиях высокого уровня [1].

Целью исследования было установление значимых личностных регуляторов деятельности фигуристов подросткового возраста, включая исследование личностных черт спортсменов и мотивационной сферы с позиции теории самодетерминации [2].

В исследовании приняли участие 36 фигуристов в возрасте от 12 до 16 лет. Для проведения исследования использовались методики: Р. Дж Валлеранда «Почему я занимаюсь спортом», удовлетворенность базовых психологических потребностей. Черты «Большой пятерки» устанавливались по методике Голдберга, эмоциональная устойчивость спортсменов определялась при помощи теста Л. Голдберга (MTQ) в адаптации О.Н. Вербицкой. Для выявления взаимосвязей между исследуемых показателей применялся корреляционный анализ по Пирсону.

Исследования показали, что спортсмены исследованной группы имеют достаточно высокий уровень спортивной мотивации, удовлетворения базовых потребностей и достаточно развитые личностные черты, относящиеся к «чертам большой пятерки», а уровень психической устойчивости, необходимый для достижения высоких результатов в спорте, является невысоким.

В результате проведенного корреляционного анализа, полученные результаты исследования привели к вопросу о необходимости повышения уровня их психической устойчивости в условиях соревновательной деятельности.

Данные исследования привели к заключению, что главным влиянием на психическую устойчивость спортсмена может быть создание условий, которые способствуют удовлетворению базовых потребностей за счет поддержки самостоятельности подростков, демонстрации интереса к мнению спортсмена, включения спортсменов в процесс планирования соревновательной и тренировочной деятельности, подчеркивания их успехов в приобретении мастерства [3].

### Литература:

1. Качанова Т.М. Психологическая подготовка учащихся детско-юношеской спортивной школы по фигурному катанию / Т.М. Качанова, Л.Г. Чернышева // Материалы секционных заседаний 56-й студенческой научно-практической конференции ТОГУ. – 2 т. – 2016. – С. 438-442.
2. Deci E.L., & Ryan R.M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.

3. Bartholomew K., Ntoumanis N., Thøgersen-Ntoumani C. Coaches Controlling Motivation Strategies. A Review of Controlling Motivational Strategies from a Self-Determination Theory. School of Sport and Exercise Science, University of Birmingham, UK. 09.06.2009.

## ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ВОЛЕЙБОЛИСТОК В ПОДРОСТКОВОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

А.В. Герасимова

Научный руководитель доцент Е.А. Пархоменко

**Аннотация.** В исследовании рассматривается методика «Почему я занимаюсь спортом», разработанная на основе теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана. Эта теория позволяет составить более детальное представление о возможном соотношении в структуре мотивации внутренних и внешних мотивов [2]. Цель заключается в том, чтобы определить особенности мотивации занятий спортом у волейболисток в подростковом и юношеском возрасте. Выборка включала 40 учащихся спортивной школы девушек-волейболисток подросткового и юношеского возраста.

**Ключевые слова:** мотивационная направленность, юношеский и подростковый возраст, волейбол, теория самодетерминация, внутренние и внешние мотивы.

В ходе статистического анализа полученных в исследовании данных было выявлено, что у волейболисток разного возраста значимые различия в структуре мотивации, а именно: у волейболисток юношеского возраста мотивационная сфера менее сложная и менее дифференцированная, нежели у волейболисток-подростков. Подводя итоги особенностей мотивационной направленности волейболисток в подростковом и юношеском возрасте, следует сказать, что внутренние мотивы представляют собой гораздо более сложное явление, чем мотивация, направленная на внешние факторы. Несмотря на нехватку доказательности во многих аспектах этой проблемы, в выявлении особенностей мотивационной направленности спортсменов в целом наблюдается определенный прогресс. Данные исследования доказывают, что спортсмены юношеского возраста отличаются от подростков высоким уровнем внутренней мотивации: они ставят перед собой достаточно трудные цели, основывающиеся на представлениях о своих очень больших возможностях, способностях, и прилагают максимальные усилия для реализации этих целей.

### Литература:

1. Высочина Н. Особенности психологического обеспечения подготовки спортсменов в игровых видах спорта / Н. Высочина, Н. Безмылов // Наука в олимпийском спорте. – 2015. – №3. – 40 с.
2. Ильин Е. П. Мотивация спорта / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 977 с.
3. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 317 с.



## РОЛЬ ИГРЫ В ПСИХИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ РЕБЕНКА

А.Ю. Дячкина

Научный руководитель к.пс.н. Ю.М. Босенко

**Аннотация.** В исследовании рассматриваются особенности психического развития и формирования личности детей дошкольного возраста и влияние игры на их становление.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, игра, психическое развитие

Подход к воспитанию и развитию детей, к формированию личности в будущем, необходимо пересмотреть и выдвинуть новые требования в целом к развитию ребенка.

Таким образом, в настоящее время для многих психологов остается актуальным вопрос об особенностях психического развития и формирования личности ребенка. Этот интерес, разумеется, не случаен, так как обнаруживается, что детство – это период жизни, который является периодом психофизиологического развития, когда закладывается фундамент физического, психического, нравственного и эмоционального благополучия. [1]

Игра является эффективным способом развития ребенка, что доказано исследованиями многих педагогов. Кроме этого, она оказывает влияние на формирование и развитие психических функций детей, а также на становление их личности. Это влияние так существенно, что игру рассматривают как ведущий тип деятельности, особенно в период дошкольного детства.

Игра является специфической формой человеческой активности в контексте жизненных реалий, которые направлены на организацию социального опыта, в закрепленных способах осуществления предметной деятельности. Для игры, чертой, которая отличает ее от другого вида деятельности, является возможность воспроизведения и моделирования действительности с целью ее освоения. Являясь самым доступным видом деятельности для дошкольника, игра выступает способом переработки полученных знаний и впечатлений из окружающего мира. Кроме того, игровая деятельность — это стимул к яркому проявлению особенностей мыслительных процессов, воображения, возбудимости, активности и развития потребностей в общении. Игра, несомненно, является ведущим типом деятельности у детей дошкольного возраста. Она формирует определенный базис для обучения в школе. В процессе онтогенетического развития игра, являясь спонтанной деятельностью [2], проходит определенные этапы развития. На каждом из них происходит обогащение, усложнение и синхронизация опыта детей. Игра в развитии личности ребенка главным образом имеет задачу познакомить дошкольника со взаимоотношениями между людьми, являющимися образцом поведения. Этот образец развивает качества личности ребенка, необходимые для коммуникации и взаимодействия со сверстниками.

Игра развивает психические процессы, такие как произвольное внимание, память, мышление и речь.

### **Литература:**

1. Аванесова В.Н. Дидактические игры и упражнения в самостоятельной деятельности детей. – М.: Педагогика. 2011. – 176 с.
2. Белкина В.Н. Взаимодействие детей дошкольного возраста со сверстниками: психологический и педагогический аспекты: монография. – Ярославль: ЯГПУ. – 2010. – 320 с.

**ОСОБЕННОСТИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПОНЕНТОВ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ  
ДОШКОЛЬНИКОВ, С УЧЕТОМ ГЕНДЕРНОГО АСПЕКТА**

**Я.Е. Есауленко**

**Научный руководитель доцент А.А. Дубовова**

**Аннотация.** В работе представлены результаты исследования готовности детей 6-7 лет к обучению в школе. В статье представлены результаты по изучению интеллектуальной, коммуникативной, мотивационной готовности. Полученные данные также проанализированы с учетом гендерного аспекта. Было установлено, что мотивационная готовность зависит от интеллектуальной сформированности и социально-коммуникативных навыков.

**Ключевые слова:** психологическая готовность к обучению в школе, дошкольники, мальчики, девочки.

Подготовка детей к школе является одной из главных проблем в настоящее время, это связано в-первую очередь с тем, что происходит постоянное совершенствование системы школьного образования, предъявляются повышенные требования к уровню психологической готовности дошкольника. Все это представляет интерес для изучения психологической готовности к поступлению в школу дошкольника.

Под психологической готовностью к обучению в школе понимается многокомпонентный показатель от сформированности, которого зависит адаптации к обучению в школе, а также успешность ребенка.

Целью исследования явилось изучение мотивационного, интеллектуального, коммуникативного компонентов психологической готовности у детей 6-7 лет, а также с учетом гендерной принадлежности.

Было установлено, что данные компоненты (мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной) у детей 6-7 лет сформированы на среднем и выше среднего уровне.

Анализируя полученные результаты с учетом, половой принадлежности было установлено, что более высокий уровень готовности к обучению в школе проявлен у мальчиков, чем у девочек.

Корреляционный анализ между изучаемыми показателями установил, что желание обучаться в школе (мотивационный компонент) зависит от уровня интеллектуальной готовности, а также от социально-коммуникативных навыков.

Таким образом, в последнее время задача подготовки детей к школьному обучению занимает одно из важных мест, а успешное решение задач развития личности ребенка, повышение эффективности обучения, благоприятное профессиональное становление во многом определяются тем, насколько верно учитывается уровень подготовленности детей к школьному обучению.

**Литература:**

1. Агафонова И.Н. Психологическая готовность к школе в контексте проблемы адаптации. – 2012. – 32с.
2. Гуткина Н.И. Психологическая готовность к школе. – СПб.: Питер – 2011. – 208 с.
3. Дубровина И.В. Возрастная и педагогическая психология / И.В. Дубровина, В.В. Зацепин. – М. – 2009. – 129 с.

## РАЗВИТИЕ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ, ИМЕЮЩИХ ОБЩЕЕ НЕДОРАЗВИТИЕ РЕЧИ

Е.Г. Есаулко

Научный руководитель доцент Н.П. Носенко

**Аннотация.** В работе рассматривается необходимость развития моторики у детей 5-6 лет, имеющих общее недоразвитие речи (ОНР).

**Ключевые слова:** моторное развитие, моторика, общее недоразвитие речи, мыслительные функции.

Несмотря на активные действия, предпринимаемые медиками, логопедами и другими участниками коррекционно-педагогического процесса, продолжается рост числа детей с различными нарушениями речи, в том числе детей с ОНР. Ученые и исследователи связывают это явление с рядом определенных причин: внутриутробным поражением плода различного генеза, отставанием ребенка в физическом развитии, неблагоприятной социальной средой и другими [2].

Зачастую родители детей с ОНР полагают, что с возрастом все нормализуется само собой. Не всегда воспитатели дошкольных образовательных организаций обращают внимание родителей на необходимость консультации специалиста.

Вышесказанное определяет актуальность исследования и поиск эффективных путей преодоления общего недоразвития речи.

В качестве действенного инструмента коррекции речевого развития детей с ОНР выступают разнообразные упражнения, направленные на развитие крупной и мелкой моторики [1].

Вышеизложенное позволило разработать проект развития моторики у детей 5-6 лет, имеющих ОНР в условиях БДОУ МО «Детский сад №59».

Теоретическая концепция проекта основывалась на существенной взаимосвязи развития моторики и речи у детей дошкольного возраста.

Цель проекта – разработать и оценить эффективность методики развития моторики у детей с ОНР.

Задачи проекта:

1. Теоретически обосновать роль моторики в развитии речи у детей дошкольного возраста.
2. Разработать методику развития моторики у детей 5-6 лет, имеющих ОНР.
3. Оценить эффективность внедрения методики в коррекционно-образовательный процесс дошкольной образовательной организации.

Этапы проекта:

I этап – психодиагностическое обследование детей 5-6 лет на уровень моторного развития и уровень речевого развития.

II этап – внедрение комплексной методики развития моторики у детей 5-6 лет, имеющих ОНР.

III этап – повторное психодиагностическое обследование детей 5-6 лет на уровень моторного и речевого развития.

IV этап – анализ и обработка полученных результатов, составление выводов и практических рекомендаций.

Предполагается, что реализация проекта будет способствовать развитию крупной и мелкой моторики у детей 5-6 лет, имеющих ОНР, развитию у них речемыслительных функций головного мозга и речи.

**Литература:**

1. Глухов В.П. Формирование связной речи детей дошкольного возраста с общим речевым недоразвитием / В.П. Глухов. – М.: АРКТИ, 2012. – 276 с.
2. Якименко С.Т. Развитие речи как формирование умения решать коммуникативные речевые задачи / С.Т. Якименко. – М.: Логос, 2014. – 289 с.

## **ПРОФИЛАКТИКА ВОЗНИКНОВЕНИЯ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**Е.М. Ефремова**

**Научный руководитель доцент Т.А. Банникова**

**Аннотация.** В работе рассматривается влияние вредных привычек на подростков и профилактика данного негативного явления с помощью занятий физическими упражнениями. Делается вывод о том, что специалистам и родителям обучающихся необходимо создавать положительный пример и использовать новые эффективные методы профилактики.

**Ключевые слова:** вредные привычки, физическая культура, спорт, синдром дефицита внимания (СДВ), личность, профилактика.

Табакокурение, чрезмерное потребление алкоголя и зависимость от наркотических веществ – вредные привычки, и они являются губительной силой для человеческого сознания и организма. Наибольшая вероятность их приобретения приходится на подростковый возраст, а их употребление увеличивается по мере взросления. Одними из основополагающих факторов, влияющих на возникновение различных форм зависимости в школьном возрасте, выступают наследственность и негативный пример со стороны взрослых, особенно родителей. Интерес к алкоголю и сигаретам может вызывать социальное окружение подростка и его среда обитания. Негативное взаимодействие всех факторов порождает различные синдромы, такие как синдром дефицита внимания (СДВ) и дефицита удовлетворенности.

Известно, что занятия физической культурой и спортом являются не только средством формирования, поддержания и укрепления здоровья, но и профилактикой различных неинфекционных заболеваний и вредных привычек [2].

Основная специфика физкультурно-профилактической работы – это комплексное воздействие на личность занимающегося посредством занятий спортом, включающих в себя изменение поведения подростка, удовлетворение потребностей в самоутверждении и самореализации. Спорт, кроме физической деятельности, имеет интеллектуальный и психоэмоциональный компонент. Благодаря этим компонентам, он воздействует на растущий организм благоприятным образом. Также спорт обеспечивает потребность подростков в двигательной деятельности. Следовательно, физкультурно-спортивная деятельность выступает средством формирования сильной, здоровой личности и альтернативой вредным привычкам.

По мнению известного педагога Н.Н. Куинджи: «...для детей среднего школьного возраста необходимо найти яркие примеры благотворного влияния физической культуры, чтобы они стали достоянием гласности в ученическом коллективе, на примере воспитанников учебного заведения предшествующих лет или известных спортсменов» [1].

Таким образом, пресечение и предупреждение возникновения вредных привычек в школьном возрасте, особенно в 10-15 лет, требует использования методов профилактики, грамотного санитарного просвещения в образовательных учреждениях, как со стороны специалистов, так и со стороны родителей обучающихся. Необходимо обезопасить подростка от влияния негативного социального окружения и создавать положительный пример для формирования гармоничной личности.

### **Литература:**

1. Куинджи Н.Н. Валеология: пути формирования ЗОЖ школьников: метод. пособие / Н.Н. Куинджи – М.: Аспект-Пресс, 2001. – 139 с.
2. Смирнов В.В. Педагогическая система профилактики и борьбы с вредными привычками в России: история и современность: монография / В.В. Смирнов – М.: Компания Спутник, 2008. – 354 с.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ РАБОТНИКОВ МЧС****О.Н. Иванюк****Научный руководитель к.пс.н. Ю.М. Босенко**

**Аннотация.** В исследовании представлены уровни выраженности психологической культуры, базисных убеждений и экзистенциальной мотивации сотрудников МЧС (N=48), а также прямые связи между интегральным показателем экзистенциальных мотиваций с двумя показателями базисных убеждений («ценность «Я» и «степень удачи») и четырьмя показателями психологической культуры личности: «самопознание», «общение», «творчество» и «интегральный показатель психологической культуры».

**Ключевые слова:** психологическая культура, базисные убеждения, экзистенциальная мотивация, МЧС.

Включенный в сложную социальную систему индивид так или иначе стремится направить собственную активность во благо общества, других людей, что может обеспечить более полное удовлетворение от своих действий, осознание собственной значимости и так далее. Цель исследования – выявить ресурсы самореализации работников МЧС. В ходе исследования принимали участие сотрудники ОГПС МЧС России Краснодарского края г. Горячий Ключ и ЯНАО п. Яр-Сале (48 человек).

У сотрудников МЧС наблюдаются такие качества, как открытость миру, способность доверять окружающим людям, осознавать ценность отношений с другими людьми, ценность времени, идей, вещей, чтобы к нему относились справедливо, а также чтобы и он сам чувствовал, поступает он справедливо или нет. В результате изучения базисных убеждений личности (Р. Янов-Бульман) можно сделать вывод, что большинство пожарных считают, что в их жизни положительные моменты преобладают над негативными. Высокий уровень убежденности в своей способности контролировать происходящие события говорит о том, что респондент склонен выбирать такую стратегию поведения, которая увеличивает вероятность благоприятного для себя исхода дела. В то же время в некоторых ситуациях исследуемые надеются на волю случая и на благосклонность к ним везения. При диагностике психологической культуры личности (Мотков О.И.) мы выявили, что большую часть выборки составляют люди, способные реально оценивать собственные способности, реалистично планировать, отказываться от нереальной цели и формулировать более осуществимые цели. Мы установили корреляционные взаимосвязи между показателями экзистенциальных мотиваций, базисных убеждений личности и психологической культуры, на основании чего были выделены позитивные параметры личностной самореализации, включающие в себя самовоспитание личностных установок и поведения, способность управлять событиями, осмысленности и осознанности ценности своей деятельности, готовность к принятию других людей, высокий самоконтроль и реалистичное планирование целей.

**Литература:**

1. Иванюк О.Н. Личностные факторы экзистенциальной самореализации работников МЧС / О.Н. Иванюк, Ю.М. Босенко // Психология и жизнь: актуальные проблемы психологии образования: материалы III Международной научно-практической конференции (14–15 ноября 2018 г., г. Минск) / редкол.: С.И. Коптева, Л.А. Пергаменщик (отв. ред.) [и др.]. – Минск: БГПУ, 2018. – С. 487-490.

## ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ПСИХИЧЕСКОЙ НАДЕЖНОСТИ И БАЗОВЫХ УБЕЖДЕНИЙ У СПОРТСМЕНОВ-ГИМНАСТОВ

В.А. Качанова

Научный руководитель кандидат психологических наук Ю.М. Босенко

**Аннотация.** В исследовании рассматривается взаимосвязь психической надежности спортсменов и базовых убеждений личности (N=40), а также описываются особенности выраженности данных показателей.

**Ключевые слова:** психическая надежность, базисные убеждения, гимнасты.

Современный спортсмен вынужден функционировать в достаточно жестких условиях постоянной борьбы, поэтому именно изучение базовых убеждений может способствовать предупреждению деформаций личности спортсменов [1, 2]. Цель исследования – выявить взаимосвязь базовых убеждений личности и психической надежности спортсменов.

При анализе показателей психической надежности (В.Э. Мильман) в выборке гимнастов были выявлены следующие особенности в структуре изучаемого феномена: умеренный уровень мотивации, стабильности и помехоустойчивость, с одной стороны, и несколько пониженный уровень показателей «саморегуляция» и «эмоциональная устойчивость» – с другой.

Исследование особенностей базовых убеждений личности спортсменов (Р. Янов-Бульман) показало, что большинство параметров находятся в диапазоне средних значений. Вместе с тем по таким шкалам, как «отношение к осмысленности мира», «контролируемость мира», «случайность как принцип распределения происходящих событий», был выявлен несколько заниженный уровень во всей выборке, что может быть обусловлено постоянной оценкой спортсменов со стороны, и тем, что им не всегда подвластен контроль результата своих выступлений, действий и деятельности в целом.

Мы установили значимые положительные корреляционные взаимосвязи между показателями психической надежности и базовыми убеждениями личности: «стабильность-помехоустойчивость» и «контролируемость мира» ( $r=0,45$ ), «отношение к осмысленности мира» и «спортивная мотивация». Полученные корреляционные взаимосвязи указывают на возрастание стабильности-помехоустойчивости, при условии роста уровня контролируемости мира. В свою очередь, убежденность спортсменов в том, что все происходящее вокруг, в том числе их деятельность, имеет смысл, свидетельствует о том, что они готовы к активному проявлению себя в жизни и спортивной деятельности, и чем больше выражен уровень осмысленности, тем больше спортсмены мотивированы на активную деятельность.

### Литература:

1. Босенко Ю.М. Взаимосвязь мотивационных установок с базисными убеждениями о себе и мире у спортсменов / Ю.М. Босенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1. – С. 211.
2. Босенко Ю.М. Взаимосвязь перфекционизма и психической устойчивости спортсменов / Ю.М. Босенко, А.С. Распопова // Рудиковские чтения материалы XIII Международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта. – 2017. – С. 116-120.

## МОТИВАЦИОННЫЙ КЛИМАТ В ЭЛИТНОМ СПОРТЕ

Я.В. Китова

Научный руководитель профессор Г.Б. Горская

**Аннотация.** В работе рассматривается мотивационный климат в спорте высших достижений. Охарактеризовано поведение тренеров, сверстников и родителей, которые воспринимаются элитными спортсменами как спортивные агенты, влияющие на мотивацию спортсменов.

**Ключевые слова:** мотивация, мотивационный климат, спорт высших достижений, элитные спортсмены, социальные агенты.

Элитные спортсмены усердно тренируются и приносят огромные жертвы, чтобы достичь вершины физического совершенства и технического мастерства [2]. Влияние ключевых социальных агентов на мотивацию спортсменов часто связывают с мотивационным климатом, который является термином, наиболее тесно связанным с теорией целей достижения [1].

Элитные спортсмены должны быть мотивированы в течение длительного периода времени, чтобы часто и интенсивно тренироваться. На мотивацию спортсменов оказывают влияние такие социальные агенты, как тренер, товарищи по команде и родители [3].

За последние 30 лет в зарубежной психологии спорта многочисленные исследователи пытались измерить мотивационный климат, и в большинстве этих исследований изучались: спортсмены школьного возраста, редко элитного уровня; модель достижения целей Николса; влияние социальных агентов (обычно к тренера, редко изучали одновременного влияния тренеров, сверстников и родителей) на мотивацию спортсменов [1].

Модели карьерного роста в спорте разработали Bloom (1985), Côté, Baker и Abernathy (2003) Wylleman, Alfermann и Lavallee (2004). В каждом случае ранняя карьера характеризуется участниками, которые обычно приглашаются попробовать себя в различных видах спорта и посмотреть, нравится ли им это и есть ли у них талант. Этот период называется «посвящение» (Côté, 2003) или «выбор» (Wylleman, 2004). После этого этапа спортсмены как правило, сосредотачиваются на одном или двух видах спорта, в которых они специализируются. Этот период («специализация») характеризуется постепенным изменением от «свободной игры» в направлении более обдуманной практики. Модели предполагают, что влияние родителей уменьшается на этапе «мастерства» или «инвестиций», а коллеги, тренеры и (для некоторых) партнеры являются наиболее влиятельными. Этап мастерства может начинаться примерно с 15 лет, в зависимости от вида спорта. Следующим является этап «инвестиционного мастерства»: к этому этапу относятся спортсмены, которые недавно вступили на этот уровень или являются элитными, которые способны конкурировать на национальном и международном уровнях [1].

### Литература:

1. Keegan R. A qualitative investigation of the motivational climate in elite sport // *Psychology of Sport and Exercise*, 15. 2014. P. 97-107.
2. Roberts G.C. Understanding the dynamics of motivation in sport and physical activity // *Handbook of sport psychology* New York, NY: MacMillan. 2008. P. 3-21.
3. Vazou S., Ntoumanis, N., Duda, J.L. Peer-created motivational climate // *Social psychology in sport* Champaign, IL: Human Kinetics. 2006. P. 145-156.

## **ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСА К УРОКАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

**Ю.А. Ковалева**

**Научный руководитель доцент Т.А. Банникова**

**Аннотация.** В настоящее время все более обсуждаемой становится проблема формирования и развития интереса младших школьников к урокам физической культуры. Это связано с потребностями общества в здоровом молодом поколении. Нестабильность современной окружающей среды повышает требования к обеспечению должного объема и интенсивности двигательной деятельности человека.

**Ключевые слова:** физическая культура, младшие школьники, интерес, урок, учитель, физическая подготовка.

Активность младших школьников на уроках физической культуры в большей степени зависит как от самого учителя, так и от желания детей заниматься физической культурой [3]. Важной задачей учителя физической культуры является формирование у школьников целеустремленности, то есть стремления достичь отдаленную цель [1].

Дети младшего школьного возраста лучше реагируют на устные инструкции с меньшим количеством наглядного материала. Внимание детей улучшается благодаря меньшему вмешательству отвлекающих факторов. В этом возрасте важно развивать помехоустойчивость. Если дети готовы к умственной и эмоциональной работе, то у них должна быть возможность заниматься любым видом спорта [1]. Попытка занятий разными видами деятельности и различными видами спорта помогает детям осознать, что им нравится и что у них хорошо получается. Если дети преуспевают в определенном виде физической активности, то они с большей вероятностью останутся заинтересованными и дальше. По мере того, как дети становятся старше, их видение, внимание и различные двигательные навыки, такие как бросок на расстояние и другие, улучшаются. Они также могут лучше следовать указаниям. Если дети мотивированы, их тренировку легко контролировать, дети умеют сосредоточиться [2].

Для детей школьного возраста физическая активность не только интересна, но и важна. Дети этого возраста нуждаются в ежедневной активности не менее 4 часов, чтобы оставаться здоровыми. Занятия должны включать аэробные упражнения, упражнения на работу мышц, укрепление костей. Уроки физической культуры в школе очень важны, но также важны и дополнительные занятия физической культурой. Когда у детей есть шанс бегать и играть до школы, на переменах, после уроков, то есть обеспечивать необходимую суточную двигательную активность, они больше сосредотачиваются на занятиях и меньше беспокоятся на уроках. Физическая активность обеспечивает умственный отдых школьников, что очень важно для детей. Формирование физической культуры обеспечивает выработку навыков здорового стиля жизни.

Многие дети готовы к занятиям спортом в начальной школе. Воспроизведение видов спорта на уроках в школе может помочь ребенку физически развиваться и чувствовать себя хорошо, научиться внимательно слушать и следовать инструкциям, улучшить двигательные навыки и навыки координации, научиться руководить и быть частью команды, узнать о честной игре и быть хорошим спортсменом.

### **Литература:**

1. Полунина Т.И. Ритмика и физическая подготовка // Физическая культура в школе. – 2009. – №7. – С. 29-31.
2. Ревенко Е.М. Возрастные особенности физической подготовленности учащихся как условие индивидуализации физического воспитания // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 3. – С. 201-207.
3. Романов К.Ю. Особенности физического воспитания с оздоровительной направленностью // Образование в современной школе. – 2005. – №5. – С.17-23.



## ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

Ю.А. Ковалева

Научный руководитель доцент Т.А. Банникова

**Аннотация.** В работе представлена важность физической активности для учащихся младших классов.

**Ключевые слова:** физическая культура, физическая активность, младшие школьники, физическая подготовка, здоровье.

С каждым годом в период учебных занятий физическая активность школьников не только не увеличивается, но и все более уменьшается. В связи с этим существует необходимость обеспечения достаточного объема суточной двигательной деятельности детям в соответствии с их возрастом и состоянием здоровья.

К сожалению, здоровье современных детей находится на низком уровне. По мнению врачей, среди современных первоклассников почти нет здоровых детей. С каждым годом здоровье школьников ухудшается [2].

Занятия физической культурой оказывают положительное влияние на здоровье детей. Важно понимать, что в современных условиях любой ребенок легко преодолет не только младший школьный возраст, но и подростковый период без серьезных заболеваний только при условии, если заботится о профилактике самых распространенных детских заболеваний вовремя. В современном мире в повседневных условиях это уже очень большое достижение. Для детей самыми распространенными заболеваниями считаются болезни опорно-двигательного аппарата, так как в школе ребенок испытывает большую нагрузку (много сидит в одной позе, носит тяжелый портфель), болезни органов пищеварения, а также офтальмологические заболевания. Все это очень тяжело лечить и почти невозможно вылечить полностью. Заболевания намного легче предупредить в детстве [1].

Большинство детей младшего школьного возраста нуждаются в высокоподвижной деятельности, такой как бег, игры в догонялки, а также игры на игровых площадках. Ежедневная физическая активность также может включать в себя прогулки на свежем воздухе, катание на велосипедах, самостоятельную игровую деятельность.

Распределение средств физического воспитания с учетом соматических типов обучающихся, дозировка упражнений в соответствии с уровнем биологического развития и физической подготовленности учащихся, использование многоуровневых тренировочных режимов с учетом состояния здоровья, введение стандартов физической подготовки в соответствии с ростовесовыми характеристиками может значительно улучшить физическое состояние учащихся начальной школы [3].

Регулярная физическая активность связана со значительными положительными физическими и умственными воздействиями на организм ребенка и играет важную роль в профилактике различных хронических заболеваний. Необходимый уровень физической активности и привычки к занятиям физической культурой и спортом формируются в детстве и переносятся во взрослую жизнь, о чем важно помнить.

### Литература:

1. Макарова Л.В. Особенности физического развития детей 10-11 лет / Л.В. Макарова, Г.Н. Лукьянец, К.В. Орлов // Новые исследования. – 2014. – С. 31-39.
2. Ревенко Е.М. Физическое воспитание и индивидуальные особенности возрастного развития // Образование и наука. – 2017. – №2. – С. 160-179.
3. Романов К.Ю. Особенности физического воспитания с оздоровительной направленностью // Образование в современной школе. – 2005. – №5. – С. 17-23.

**ОСОБЕННОСТИ АССЕРТИВНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ****Т.С. Коновалова****Научный руководитель доцент А. А. Дубовова**

**Аннотация.** В тексте рассматриваются результаты исследования по выявлению уровня ассертивности в юношеском возрасте. Установлено, что такие показатели данного феномена, как «Независимость» и «Уверенность в себе», имеют большинство респондентов. Но при этом по шкале «Социальная желательность» у большинства респондентов выявлены низкие значения. Анализ полученных результатов не выявил между юношами и девушками статистически достоверных различий.

**Ключевые слова:** ассертивность, независимость, уверенность, социальная желательность, студенты.

На современном этапе проблема исследования обусловлена необходимостью поиска новых подходов к выявлению и развитию ассертивного поведения в юношеском возрасте. Ассертивность понимается как личностная черта, которую можно определить как автономию, независимость от внешних влияний и оценок, способность самостоятельно регулировать собственное поведение [1].

Установлено, что ассертивные дети более честны и счастливы, и они с успехом достигают своих целей, в процессе взросления, в период юности [2].

Цель исследования – выявить особенности ассертивности в юношеском возрасте с помощью методики «Тест на ассертивность» В. Каппони и Т. Новак.

Выборку исследования составили 54 студента КГУФКСТ факультета спортивного менеджмента, педагогики и психологии факультета спорта.

Нами было выявлено, что у большинства студентов показатель по шкале «Независимость» находился на среднем (67%) и низком уровне (28%), и только 6% свойственны высокие значения. Это свидетельствует о том, что студенты достаточно независимы, но с вниманием и уважением относятся к мнениям других людей. Они, преимущественно, умеренно самостоятельны, но достигают желаемой цели, не причиняя вреда окружающим. Об этом свидетельствуют результаты по шкале «Уверенность». По шкале «Уверенность» 52% респондентов имеют высокие показатели, 43% – средние и 6% – низкие. Так, высокие значения по шкале «Уверенность» свидетельствует о том, что они решительны, чаще опираются на себя при решении проблем. Высокие баллы по шкале «Социальная желательность» не были выявлены. Средние показатели свойственны 35% опрошенным, большинство обследуемых (65%) имеют низкий уровень социальной желательности. Это свидетельствует об отсутствии стремления полностью соответствовать социальным нормам, а также об излишней требовательности к себе. Таким образом, данные свидетельствуют об умеренном уровне ассертивности у опрошенных. В результате исследования достоверных различий между показателями ассертивности между юношами и девушками выявлено не было. Отсутствие различий говорит о том, что студентам в равной степени свойственно умеренно выраженное ассертивное поведение. Эти данные представляют интерес при изучении данного феномена с учетом профессиональной направленности студентов.

**Литература:**

1. Воробьева К.И. Ассертивность как системообразующее свойство субъекта адаптации / К.И. Воробьева // Вестник Бурятского государственного университета. – 2012. – №4. – С. 118-124.
2. Шейнов В.П. Ассертивность и психологическое здоровье // Материалы научной конференции «Ананьевские чтения – 2013». – СПб., 2013. – С. 371-373.

**АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИН «ПЕДАГОГИКА»  
И «ПЕДАГОГИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»  
В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ 49.03.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Е.А. Кузенко**

**Научный руководитель доцент Т.А. Банникова**

**Аннотация.** В данной работе представлен анализ содержания дисциплин «Педагогика» и «Педагогика физической культуры» в процессе подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

**Ключевые слова:** дисциплина «Педагогика», дисциплина «Педагогика физической культуры», направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

Важное место в системе подготовки высококвалифицированных кадров отводится профессиональной подготовке специалистов с высшим образованием. Данная проблема актуальна в связи с тем, что уровень подготовки специалиста, освоение определенных компетенций и процесс обучения зависят от грамотности подготовки рабочих программ дисциплин [1, 3].

Рассмотрим рабочие программы дисциплин «Педагогика» и «Педагогика физической культуры» 2015 года. Данные дисциплины в 2015 году проводились на разных курсах. Формой промежуточного контроля дисциплины «Педагогика» является экзамен, дисциплины «Педагогика физической культуры» – зачет. Количество часов, выделяемых на лекции и практические занятия, совпадает. Планируемые осваиваемые компетенции ОК-7 и ОПК-4 по дисциплинам совпадают. В дисциплину «Педагогика» входит компетенция ОПК-12, а в дисциплину «Педагогика физической культуры» общепрофессиональные компетенции ОПК-3 и ОПК-10, а также профессиональная компетенция ПК-1, таким образом, дисциплина «Педагогика физической культуры» более узкоспециализирована. Овладение компетенцией ПК-1 очень важно для выпускника, так как педагогический контроль играет важную роль в процессе обучения, выпускнику необходимо владеть методиками определения качества обучения.

С 2018 учебного года дисциплина проводится на 2 курсе, что является наиболее рациональным для студентов. Также по сравнению с 2015 годом произошло сокращение часов. Это связано с тем, что темы по «Педагогике» и «Педагогике ФК» совпадают. Повторять одни и те же темы на разных курсах не всегда рационально и интересно для студентов, например, тема 7 «Детский коллектив в процессе формирования личности» дисциплины «Педагогика» дублирует тему 8 «Особенности воспитания в детском спортивном коллективе» дисциплины «Педагогика физической культуры», тема 9 «Педагогическое мастерство» дисциплины «Педагогика» совпадает с темой 10 «Педагогическое мастерство спортивного педагога» дисциплины «Педагогика ФК». Поэтому сокращение количества часов является оптимальным выходом. Кроме того, исходя из опыта преподавателей, можно рекомендовать опустить совпадающие темы и выделить большее количество часов на другие более важные темы [2].

**Литература:**

1. Небытова Л.А. Физическая культура: учебное пособие / Л.А. Небытова, М.В. Катренко, Н.И. Соколова. – СКФУ. – 2017. – 269 с.
2. Новиков А.М. Методология научного исследования: учебно-методическое пособие. М. Либроком, 2015. – 284 с.
3. Семенов Л.А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта: Учеб. Пособие. – М.: Сов. спорт, 2016. – 200с.

**РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН «ПЕДАГОГИКА» И «ПЕДАГОГИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» 2018 ГОДА В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ 49.03.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»: СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ**

**Е.А. Кузенко**

**Научный руководитель доцент Т.А. Банникова**

**Аннотация.** В данной работе представлен анализ содержания дисциплин «Педагогика» и «Педагогика физической культуры» за 2018 год в процессе подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

**Ключевые слова:** дисциплина «Педагогика», дисциплина «Педагогика физической культуры», направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

Рабочие программы дисциплин имеют четкую структуру, включают такие разделы, как перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, осваиваемые компетенции место дисциплины в структуре образовательной программы, содержание дисциплины, перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», материально-техническое обеспечение соответствующей дисциплины. Отдельно прилагаются аннотация, внутренняя и внешняя рецензии, экспертное заключение на фонд оценочных средств [2, 3].

Рабочие программы дисциплин «Педагогика» и «Педагогика физической культуры» за 2018 утверждены на заседании научно-методического совета от «30» августа 2018 г. протокол № 1, разработаны в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», утвержденного приказом №935 от 07.08.2014 года.

Дисциплина «Педагогика» проводится на 2 курсе в 3 семестре, включает 10 тем. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа, лекции – 14 часов, на практические занятия – 22 часа, самостоятельная работа составляет 72 часа. В результате освоения образовательной программы бакалавриата «Педагогика» 2018 года набора обучающийся должен освоить компетенции ОК-7, ОПК-4, ОПК-12, как и в программе 2015 года. К формам текущего контроля относятся устный и письменный опрос, реферат, дискуссия, эссе, творческое задание.

На дисциплину «Педагогика физической культуры» отводятся 3 зачетные единицы, 108 академических часов, на лекции 20 часов, на практические занятия – 34 часа, на самостоятельную работу 54 (из них 27 часов выделяется на подготовку к экзамену) часа, форма промежуточной аттестации – экзамен. Дисциплина «Педагогика» проводится на 2 курсе в 4 семестре, состоит из 4 разделов, включает 10 тем. В результате освоения образовательной программы бакалавриата «Педагогика физической культуры» 2018 года набора обучающийся должен освоить ОК-7, ОПК-3, ОПК-10, ПК-1, что не совпадает с программой 2015 года на одну компетенцию. В программе 2018 убрали компетенцию ОПК-4. К формам текущего контроля относятся устный и письменный опрос, творческое задание, доклад, презентация, дискуссия, кейс-задача, эссе [1].

**Литература:**

1. Небытова Л. А., Катренко М. В., Соколова Н. И. Физическая культура: учебное пособие. – СКФУ. – 2017. – 269 с.
2. Новиков А.М. Методология научного исследования: учебно-методическое пособие. – М.: Либроком, 2015. – 284 с.
3. Семенов Л.А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта: учеб. пособие. – М.: Сов. спорт, 2016. – 200 с.

## МОДЕЛИ ИССЛЕДОВАНИЯ ДЕТСКОГО ПЕРФЕКЦИОНИЗМА

А.О. Кучугурова

Научный руководитель доцент А.А. Дубовова

**Аннотация.** В данной работе представлен анализ моделей исследования перфекционизма у детей. Показана недостаточность инструментов, тестирующих данный феномен в детском возрасте в отечественной науке.

**Ключевые слова:** перфекционизм, дети, подростки, тревожность, родители.

Анализ литературы показывает, что есть различные мнения относительно структуры детского перфекционизма. Существует неясность как в структуре, предложенной П. Хьюиттом и Г. Флеттом, так и в структуре, предложенной К. Райсом и К. Прейссер.

Идея перфекционизма в первой модели очень упрощена, хотя доказано, что перфекционизм – это сложный и многомерный конструкт. Во второй модели в большей степени рассматриваются черты личности, которые способствуют формированию данного феномена, чем его параметры.

В настоящее время не так много тестов, определяющих перфекционизм, особенно у детей и подростков. Нередко в работах можно встретить ссылки на использование шкалы детско-подросткового перфекционизма CAPS (шкала детского и подросткового перфекционизма) и опросника AMPS (шкала адаптивного/ неадаптивного перфекционизма), но ни один из указанных тестов не апробирован на отечественной выборке. Показано, что перфекционизм связан с тревожными расстройствами, с чувствами самокритики и отчаяния у детей. Не раскрыт вопрос о причинах возникновения и формирования перфекционизма у детей. В связи с этим возникает интерес к изучению эмоциональной сферы, мотивации, а также особенностей детско-родительских отношений [1]. В настоящее время следует также отметить, недостаток отечественных исследований по изучению данного феномена на детской выборке.

А.В. Несветайло, Г.Б. Горской (2018) на основе методики Хьюитта и Флетта была разработана методика, направленная на диагностику перфекционизма у детей и подростков RoryC. O'Connor and Diane Dixon, включающая два параметра: перфекционизм, ориентированный на себя, социально предписанный перфекционизм. Данная методика показала хорошую надежность и валидность [2].

Таким образом, исследования детского перфекционизма очень важны и перспективны, поскольку от уровня развития данного феномена зависит спортивное будущее и отношение к спортивной деятельности. Практическое изучение сформированности компонентов перфекционизма у юных спортсменов является продолжением дальнейшей работы.

### Литература:

1. Воликова С.В. Современные исследования детского перфекционизма // Социальная и клиническая психиатрия. – 2012. – № 2. – 97 с.
2. Несветайло А.В. Надежность методики диагностики перфекционизма у детей-шахматистов / А.В. Несветайло, Г.Б. Горская // Материалы ежегодной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2018. – С. 179-182.

## ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ ЗРЕЛОСТЬ ЮНОШЕЙ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ ЛИЧНОСТИ

А.Л. Липкина

Научный руководитель доцент И.В. Харитонова

**Аннотация.** Представлено описание и результаты исследования юношей с разными типами личности.

**Ключевые слова:** психосоциальная зрелость, тип личности, юношеский возраст.

**Актуальность.** Научное понятие «психосоциальная зрелость» является интегральным качеством личности, которое характеризуется социальной активностью, ответственностью, способностью личности к саморазвитию и самообразованию, к саморегуляции поведения, социально-коммуникативной компетентностью и социально-психологической адаптивностью [1, 2].

Цель исследования – изучить психосоциальную зрелость юношей с разными типами личности. В исследовании приняли участие 123 студента КГУФКСТ в возрасте от 17 до 21 года. Методики, применяемые в исследовании: опросник Д. Кейрси и опросник психосоциальной зрелости Б.К. Пашнев.

В результате исследования было обнаружено, что наиболее распространенным типом личности является тип личности «Аполлон» (43%) обладающий высоким уровнем психосоциальной зрелости. Такие юноши обладают устойчивым единством всех личностных черт, ценностных ориентаций. Они способны правильно воспринимать себя и людей, а также способны к адекватному восприятию реальности, удовлетворению важных потребностей социально приемлемым способом и проявляют умение взять ответственность за свои поступки. Юноши типов личности «Эпиметей» (33%), «Дионисий» (14%), «Прометей» (11%) обладают средним уровнем развития психосоциальной зрелости. У типа личности «Эпиметей» высокий уровень силы «Эго» и самоактуализации, это говорит о том, что юноши способны поддерживать эмоциональную устойчивость, а также справляться с внутренними и внешними стрессорами. Тип личности «Прометей» обладает высоким уровнем развития самодетерминации, социализации и познавательной мотивации, т.е. юноши способны самостоятельно принимать решения и делать выбор независимо от мнения других людей. Они усвоили нормы поведения в обществе и нравственные ценности в своем окружении. Юноши имеют высокую внутреннюю направленность на получение новых знаний. У типа личности «Дионисий» высокий уровень развития психологической защиты (учащиеся не избегают и не боятся обратной негативной связи, а также минимизируют разные негативные переживания). Низкий уровень по шкалам сила «Эго», самоактуализация, социализация и познавательная мотивация свидетельствует о заниженной самооценке, сложностях в адаптации, нежелании получать новые знания. У типов личности «Дионисий» и «Прометей» были выявлены достоверные различия уровня психосоциальной зрелости, самодетерминации и социализации. У типа личности «Эпиметей» и «Аполлон» достоверные различия в психосоциальной зрелости отсутствуют.

Таким образом, проведенное исследование позволило выявить уровень развития психосоциальной зрелости и их различия у юношей с разными типами личности.

### **Литература:**

1. Некрасов А.С. Методология выявления сущности типологии личности / А.С. Некрасов, С.И. Некрасов, Н.А. Некрасова, И.А. Жворонкова // Инновации в гражданской авиации. – Т.2. – №4. – 2017. – С. 69-77.
2. Журавлев А.Л. Социально-психологическая зрелость: обоснование понятия // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28. – №2. – С. 44-54.

## ВЛИЯНИЕ ТИПА ЛИЧНОСТИ НА ПСИХОСОЦИАЛЬНУЮ ЗРЕЛОСТЬ

А.Л. Липкина

Научный руководитель доцент И.В. Харитонова

**Аннотация.** Представлено описание и актуальность изучения влияния типа личности на психосоциальную зрелость юношей.

**Ключевые слова:** психосоциальная зрелость, тип личности, юношеский возраст, влияние.

**Актуальность.** В настоящее время изменяется индивидуальное и социальное сознание. Между человеком и его кругом общения совершаются перемены, в связи с этим появляются новые направления в индивидуальных взглядах на жизнь, свое окружение и в отношениях. Эта проблема психосоциальной зрелости является частью проблемы развития сознания и личности [1, 2].

Цель исследования – изучить влияние типа личности на психосоциальную зрелость. В исследовании приняли участие 123 студента КГУФКСТ в возрасте от 17 до 21 года. Методики, применяемые в исследовании: опросник Д. Кейрси и опросник психосоциальной зрелости Б.К. Пашнев.

Результаты исследования показали, что тип личности «Дионисий» оказывает статистически значимое влияние на формирование познавательной мотивации. Его практичность, реалистичность, активность, решительность способствуют развитию познавательной мотивации.

Тип личности «Эпиметей» оказывает статистически значимое влияние на формирование познавательной мотивации и социализации. Его ответственность, рассудительность, здравомыслие, планирование, серьезность, надежность, практичность, а так же подверженность социальным стереотипам и склонность к поддержанию социально заданных норм, способствуют развитию познавательной мотивации и социализации.

Тип личности «Аполлон» оказывает статистически значимое влияние на формирование познавательной мотивации и становление психологической защиты. Его лидерские способности, хорошая ориентация в жизненных ситуациях способствуют развитию познавательной мотивации и социализации.

Тип личности «Прометей» оказывает статистически значимое влияние на формирование познавательной мотивации. Его интуиция, мышление, ориентирование на получение новых знаний, саморазвитие и самообразование способствуют развитию познавательной мотивации.

Таким образом, все типы личности, обладающие разными характеристиками, оказывают влияние на познавательную мотивацию. Студенты имеют высокую внутреннюю направленность на познание нового, получение новых знаний, а также получают удовлетворение от самого процесса затраченных на это усилий. А тип личности «Эпиметей» еще оказывает влияние на социализацию, а тип личности «Аполлон» на психологическую защиту.

### Литература:

1. Журавлев А.Л. Социально-психологическая зрелость: обоснование понятия // Психологический журнал. – 2007. – Т.28. – №2. – С. 44-54.
2. Вознюк Ю.С. Психологические особенности формирования и утверждения личности юношеского возраста // Личность, семья и общество: Вопросы педагогики и психологии. – 2015. – №56. – С.42-49.

## ДЕТСТВО: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

А.И. Марченко

Научный руководитель к.пс.н. Ю.М. Босенко

**Аннотация.** Современный этап развития психологии детства характеризуется появлением новых разнонаправленных исследований, рисующих проекцию «нового» детства в ближайшем будущем.

**Ключевые слова:** детство, субкультура детства, «новое детство», «Детство-2030», ребенок.

Забота о здоровой социализации подрастающего поколения должна быть в числе первоочередных задач современной психологической науки. Развитие мысли о детстве уходит корнями в античные времена, где возрастная категория детства обособлялась от «взрослости» обрядом инициации, проводимым при достижении ребенком определенного возраста. Как таковая категория детства не осознавалась обществом и у обывателей ранней средневековой культуры. Первые структурированные представления о детстве появились лишь в 18 веке и представляли собой тезис – необходимо отказаться от воспитания, так как оно лишает ребенка детства. Представления исследователей XIX века сходились к обрисовке детства как внешнего проявления физического несовершенства. Только в XX веке вопросы периодизации и определения детского возраста как объект системного анализа вызвали пристальное и разностороннее внимание со стороны исследователей. Во второй половине XX века детство приобретает близкий современному облик, т.е. рассматривается как особая часть культуры.

Современный научный взгляд на детство определяет его как особое культурной проявление, заворачивая свои идеи в обертку «субкультура детства». Субкультура детства – это многокомпонентная сложноорганизованная система передачи социокультурных установок и опыта от поколения к поколению через совокупность особенностей поведения и форм общения детей. Но научная мысль не стоит на месте, и уже сейчас мы можем наблюдать тенденцию дальнейшего развития психологии детства, которая имеет несколько научных направлений. Детство рассматривается и будет рассматриваться в различных категориях: самодостаточная суверенная культура; «новое детство»; ребенок – не объект воспитания, а субъект взаимодействия; «исчезающее» детство; концепция развития субъективности человека; «компетентное детство»; «роботизированное детство».

Современный этап развития психологии детства характеризуется появлением новых разнонаправленных исследований, рисующих проекцию «нового» детства в ближайшем будущем. Во многом опережающие время взгляды авторов теории «Детство-2030», одновременно пугающие и справедливые, должны стать активационным призывом к действию для отечественных деятелей психологической и социологической наук с целью предотвращения страшных последствий жизнедеятельности постмодернистского общества.

### Литература:

1. Бюлер К. Духовное развитие ребенка / К. Бюлер. – М.: Новая Москва, 1924. – 556 с.
2. Ганина С.А. Феномен детства в контексте психолого-педагогических исследований: история и современность / С.А. Ганина // Педагогика детства: научно-педагогическое обозрение. – 2014. – №1(3). – С. 24-36.



## **ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ МОТИВАЦИИ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСТАНОВОК В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

**О.С. Пашкова**

**Научный руководитель кандидат психологических наук Е.И. Берилова**

**Аннотация.** В исследовании было установлено, что чем выше стремление студентов к достижению успеха, тем больше вероятность проявления у них альтруизма, власти и эгоизма. Ориентация обучающихся на избегание неудач способствует проявлению у них альтруизма и социально-психологических установок «процесс» и «деньги».

**Ключевые слова:** мотивация достижения, мотивация избегания неудач, альтруизм, социально-психологические установки личности.

Современное общество ставит на первый план культы успешности и достижений, таким образом, перед человеком встает вопрос о выборе между собственными интересами и интересами других людей [1]. Отношения в социуме являются магистральной траекторией реализации собственных целей человека, тем самым мотивация достижения успеха играет важную роль в регуляции поведения личности. В настоящее время достаточно остро стоит проблема между личной выгодой и благом другого человека. Данные противоречия являются причиной многочисленных конфликтов, происходящих в обществе, как на общественном, так и на индивидуальном уровне [2].

Исследование социально-психологических установок личности позволяет сделать вывод, что девушки более склонны к проявлению альтруистического поведения, а также имеют тенденцию заботиться об определенных людях в непосредственных ситуациях, в отличие от юношей, склонных к абстрактному и безличному рассуждению. Они наоборот избегают альтруистических поступков, так как образ истинного мужчины не предполагает сентиментальности. Проявить альтруизм для юношей значит продемонстрировать свою слабость. Таким образом, при избегании альтруистического настроения, юноши создают для себя безопасную зону личного пространства, тем самым не подвергая свою личность обсуждению.

В ходе корреляционного анализа нами были выявлены прямые взаимосвязи мотивации достижения успеха у юношей с социально-психологическими установками: эгоизм и власть; мотивации достижения успеха у девушек с социально-психологическими установками: альтруизм и власть; мотивации избегания неудач у юношей с альтруизмом; мотивации избегания неудач у девушек с социально-психологическими установками: процесс и деньги.

Таким образом, можно с уверенностью сказать, что наша гипотеза о существовании взаимосвязи мотивации достижения успеха с социально-психологическими установками личности нашла свое подтверждение. Юноши, направленные на достижение успеха, стремятся к получению власти и удовлетворению своих интересов. Девушки также стремятся к власти и проявляют альтруизм, что, возможно, связано со стереотипами женственности. Юноши, стремящиеся избежать неудачи, склонны к проявлению альтруизма, девушки, наоборот, направлены на качественное выполнение своей работы и стремятся к получению оплаты за свой труд.

### **Литература:**

1. Быков А.В. Альтруизм в социологической теории: Интегративный подход: дис. ... канд. социолог. наук. – М., 2015. – 166 с.
2. Гидлевский А.В. Проблема оснований и проявление альтруизма / А.В. Гидлевский, Р.А. Здриковская, Р.А. Зотов // Вестник Омского университета. – 2014. – №3. – С. 60-61.

## САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК РЕСУРС ПРЕОДОЛЕНИЯ КОНФЛИКТА У СТУДЕНТОВ СПОРТИВНОГО ВУЗА

Н.В. Порожняк

Научный руководитель к.п.с.н. Ю.М. Босенко

**Аннотация.** В работе представлены результаты исследования (N=42) особенностей саморегуляции поведения и стиля реагирования в конфликте. Компромисс является доминирующей стратегией при разрешении конфликта у студентов-спортсменов. Саморегуляция имеет средний уровень выраженности. Обнаружена значимая связь между показателем осознанной саморегуляции поведения «оценивание результатов» и показателем стиля конфликтного поведения «избегание».

**Ключевые слова:** спорт, саморегуляция, конфликтность, межличностное взаимодействие, стиль поведения.

Основная причина недопонимания у людей, это неосознанное стремление к конфликтному поведению, при недопонимании чувств и эмоций собеседника или явной провокации. Ключевая роль в любом конфликте отводится методу его разрешения и тем личностным качествам, которые задействует человек при попытке исчерпать конфликт. По мнению исследователей, развитие регуляторных свойств способствует конструктивной самореализации в различных сферах [1, 2, 3]. Задача исследования – выявить взаимосвязи саморегуляции поведения со способом реагирования в конфликтной ситуации у студентов спортивного вуза. В качестве исследуемых выступили студенты Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (42 человека). Для реализации исследования был применен опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой, в котором по всем шкалам обнаружилась тенденция к среднему уровню выраженности во всех шкалах. В результате диагностики по методике «Стиль конфликтного поведения» К.Н. Томаса в адаптации Н.В. Гришиной, выявилось, что доминирующей стратегией поведения в конфликте является «компромисс», не актуально для данной выборки использование в конфликте «соперничества», а остальные шкалы («приспособление», «сотрудничество» и «избегание») находятся на среднем уровне выраженности показателей. В ходе корреляционного анализа была выявлена прямая взаимосвязь между показателем осознанной саморегуляции поведения «оценивание результатов» и показателем стиля конфликтного поведения «избегание» ( $r = 0,32$ ). Следовательно, студенты с такой стратегией имеют правдивые представление о собственных возможностях, предпочитают не связываться с конфликтной ситуацией, если та принесет острые моменты и не позволит приблизить поставленные цели.

### Литература:

1. Босенко Ю.М. Особенности регуляторных свойств у спортсменов разного пола, квалификации, занимающихся командными и индивидуальными видами спорта / Ю.М. Босенко // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2013. – № 3. – С. 66-71.
2. Пархоменко Е.А. Особенности саморегуляции поведения юных спортсменов в подростковом возрасте / Е.А. Пархоменко // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2013. – № 1. – С. 43-46.
3. Распопова А.С. Личностные предпосылки устойчивости студентов к жизненным трудностям / А.С. Распопова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1. – С. 262.

## ОСОБЕННОСТИ КОНФЛИКТНОСТИ И АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ В ПРОЦЕССЕ САМОУТВЕРЖДЕНИЯ

М.В. Посадская

Научный руководитель доцент Е.И. Берилова

**Аннотация.** Исследование посвящено особенностям проявления конфликтности и агрессивности в процессе самоутверждения у подростков. Для подростков с проявлением как вербальной, так и косвенной агрессии характерны деструктивные формы самоутверждения.

**Ключевые слова:** самоутверждение, агрессивность, конфликтность, подростки.

Подростковое насилие и агрессивность – одна из важнейших проблем современного мира, новейшие исследования в этой области заставляют задуматься о причинах изменения поведения молодежи и проанализировать саму причину возникновения агрессии. Несмотря на то что проблема конфликтности и агрессивности в подростковом возрасте широко изучена и представлена в литературе, имеется дефицит данных о взаимосвязи этих феноменов с процессом самоутверждения подростков.

Цель исследования – изучить особенности конфликтности и агрессивности подростков в процессе самоутверждения. В исследовании приняли участие учащиеся МАОУ МО город Краснодар гимназии №25 и учащиеся Краснодарского гуманитарно-технологического колледжа в возрасте от 13 до 15 лет (64 человека).

Результаты исследования конфликтности подростков показали, что обучающиеся колледжа имеют высокие показатели по шкале «негативизм» 28% и по шкале «чувство вины» 28%, что свидетельствует о проявлении конфронтации во взаимодействии с людьми и настороженности к ним. Среди обучающихся гимназии наиболее ярко выражен показатель по шкале «подозрительность» 37%, что может говорить о высокой склонности подростков к мнительности, такие подростки не доверяют людям в целом, часто проявляют подозрительность по отношению к людям, которые, по их мнению, проявляют больше добра, чем они заслуживают.

В результате проведенного корреляционного анализа были выявлены положительные взаимосвязи между компонентами вербальной агрессии, негативизма, раздражения, обиды, агрессивности и деструктивным самоутверждением. Таким образом, чем ярче представлены показатели агрессивности в поведении, тем чаще учащиеся выбирают негативную форму самоутверждения. Нами была выявлена отрицательная взаимосвязь между вербальной агрессией, косвенной агрессией, негативизмом, раздражительностью, обидой, враждебностью, агрессивностью и конструктивным самоутверждением и чем выше уровень косвенной агрессии, тем ниже вероятность выбора подростками конструктивной формы самоутверждения.

### **Литература:**

1. Никитин Е.П. Феномен человеческого самоутверждения / Е.П. Никитина, Н.Е. Харламенкова. – СПб.: Алетейя, 2000. – 224 с.
2. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции: учебное пособие / Л.М. Семенюк. – М.: Флинта, 1998. – 96 с.

## ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ ПОДДЕРЖАНИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ГРЕБЦОВ

Е.М. Потапова

Научный руководитель профессор Г.Б. Горская

**Аннотация.** В работе анализируются результаты исследования, включающего в себя изучение психологических факторов устойчивости спортсменов, специализирующихся в академической гребле. Корреляционные связи, выявленные в процессе исследования, призваны стать научной основой для поддержания психической устойчивости гребцов, рассматриваемой в качестве ресурса самореализации в спорте.

**Ключевые слова:** гребцы, психическая устойчивость, личностные регуляторы деятельности, сопротивляемость стрессу, самооффективность, психическое выгорание.

Спортивная деятельность связана с большим количеством стрессовых факторов. Возможности улучшения результатов за счет наращивания объемов и интенсивности физических нагрузок в значительной степени исчерпаны, что подталкивает к поиску новых средств выведения спортсменов на более высокий уровень спортивных результатов, таких как мобилизация резервов психики спортсменов [1, 2].

Целью исследования было установление значимых личностных факторов регуляции деятельности, влияющих на психическую устойчивость гребцов.

В исследовании были диагностированы 23 гребца по показателям эмоционального выгорания, самооффективности, эмоционального интеллекта, черт Большой пятерки, психосоциальной зрелости, психической устойчивости, диспозиционного оптимизма. Для выявления взаимосвязей между исследуемыми показателями использовались ранговые корреляции Спирмена.

По результатам исследования выявлены следующие взаимосвязи: шкалы «Сопротивляемость стрессу» и «Самооффективность в сфере предметной деятельности» напрямую связаны между собой и прямо коррелируют с саморегуляцией, силой «эго», самоактуализацией, параметрами эмоционального интеллекта, способностью сконцентрироваться и справляться с давлением, эмпатией и уверенностью в себе, и обратно связаны с общим и частными показателями эмоционального выгорания. Показатели диспозиционного оптимизма связаны прямо с познавательной мотивацией и «психической устойчивостью» и обратно коррелируют с общим показателем выгорания и его составляющими.

Таким образом, спортсмены, обладающие силой «эго», стремящиеся к наиболее полному выявлению и развитию своих личностных возможностей, уверенные в себе и своих силах, умеющие управлять своими эмоциями в стрессовых ситуациях, оценивающие высоко свои возможности, эмоционально компетентные, люди с высокой внутренней мотивацией, обладающие навыками успешной саморегуляции, сознательные, способные сконцентрироваться на деле, стрессоустойчивые, с оптимистичным взглядом на жизнь, понимающие ответственность за свою деятельность и принимающие ее на себя, нацеленные на успех и достижение высоких спортивных результатов, не отступающие и идущие до конца к своей цели даже при возникновении трудностей, менее подвержены психическому выгоранию и таким негативным проявлениям, как обесценивание и уменьшение чувства достижения, эмоциональное и физическое истощение.

### Литература:

1. Горская Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов. – 2008. – 4 с.
2. Уэйнберг Р., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. – 2001. – С. 64-79.

## **ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ И ПСИХИЧЕСКОЙ НАДЕЖНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ГИМНАСТОВ**

**А.Ю. Рудевич**

**Научный руководитель доцент И.В. Харитонова**

**Аннотация.** В исследовании предоставлена взаимосвязь временной перспективы и психической надежности спортсменов (N=40), результаты показали наличие прямых связей между показателями «спортивная мотивация» и «гедонистическое настоящее», «внешняя неопределенность» и «будущее».

**Ключевые слова:** временная перспектива, психическая надежность, гимнасты.

Во время соревнований спортсмен может испытывать на себе сильное давление, когда он переживает стрессовое состояние, поэтому изучение личностных факторов позволит предотвратить нарушение структуры личности спортсменов. Цель исследования – выявить взаимосвязь временной перспективы и психической надежности спортсменов.

Исследование временной перспективы (Ф. Зимбардо, 2010) показало, что большинство показателей имеют высокие значения. Это может свидетельствовать о том, что спортсмены в большей степени ориентированы на получение удовольствия в момент «здесь и сейчас», отсутствуют переживания о возможных последствиях. Но, тем не менее, спортсмен стремится к достижению своих целей, чтобы в дальнейшем получить возможное вознаграждение. Анализ психической надежности (В.Э. Мильман, 1990) выявил следующие особенности спортсменов: уровень «спортивной мотивации» имеет несколько заниженное значение, такое же, как и у показателя «внешняя неопределенность». У спортсменов наблюдаются такие качества, как работоспособность в условиях борьбы, эмоциональная оценка ситуации и активность личности в соревновательных условиях. Психическая надежность проявляется в эмоциональной устойчивости, стабильности спортивной мотивации.

Таким образом, мы установили корреляционную взаимосвязь между показателями временной перспективы («гедонистическое настоящее» и «будущее») и психической надежности («внешняя неопределенность» и «спортивная мотивация») спортсменов-гимнастов. Полученные данные указывают на то, что в основном большинство спортсменов живут настоящим, они нацелены на достижение больших целей и на получение возможного вознаграждения. Спортсмены готовы активно действовать, чтобы осуществить намеченный план, что может говорить об их высокой мотивации.

### **Литература:**

1. Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. – СПб.: Речь, 2010. – 352 с.
2. Мильман В.Э. Метод изучения мотивационной сферы личности / Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции. – М., 1990. – С. 23-43.

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СПЛОЧЕННОСТИ БАСКЕТБОЛЬНЫХ КОМАНД ЮНОШЕСКОГО И ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

**А.И. Санжапова**

**Аннотация.** В исследовании установлено преимущество команды юношеского возраста над командой подростков по показателям групповой сплоченности и социально-психологического климата. Установлены различия ценностных ориентаций спортсменов различных игровых амплуа.

**Ключевые слова:** социально-психологический климат, психологическая сплоченность, ценностные ориентации, баскетбольная команда, спортивный коллектив, единство ценностей, спортивная психология.

Социально-психологический климат (далее – СПК) является одним из параметров психологического уровня совместимости членов спортивной команды и определяется как результат межличностного взаимодействия. Он проявляется в таких групповых эффектах, как настроение и мнение коллектива, индивидуальное самочувствие и в оценке условий жизни и работы личности в коллективе. Другим структурным компонентом психологической совместимости является психологическая сплоченность, тесно связанная с СПК. В данном исследовании сплоченность рассматривалась как ценностно-ориентационное единство [2]. Именно на последний подход опиралось наше исследование, поэтому в качестве показателя единства использовалось сравнение ценностных систем игроков, тренеров и команды в целом. Степень единства определялась сравнением моделей ценностей Ш. Шварца на уровнях нормативных идеалов и индивидуальных приоритетов [1]. Сравнивались команды подросткового (15-16 лет) и юношеского (17-21 лет) возрастов [3].

Ценностные типы уровня нормативных идеалов рассматривались в контексте игровых амплуа. Были выявлены некоторые особенности ценностных систем по амплуа: для нападающего характерна высокая ценность гедонизма, власти и конформности; у защитников – гедонизм, достижения и самостоятельность; центровых характеризует некая смешанность приоритетов – гедонизм и, как у нападающих, конформность, а также, как и у защитников, значимый характер имеют достижения.

Сравнительный анализ команд показал, что сплоченность в команде юношеского возраста выше, также как и оценка СПК, чем у команды подросткового возраста. Были выявлены различия ценностей в моделях команд, показывающих особенности возраста, влияния тренеров и внутренней системы команд, и их сходства, связываемые нами со специализацией спортсменов и единой методологией спортивного клуба.

### **Литература:**

1. Карандашев В.Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. – СПб., 2004.
2. Немов Р.С. Психология: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М., 2007.
3. Санжапова А.И. Взаимосвязь социально-психологического климата и психологической сплоченности баскетбольных команд юношеского и подросткового возраста: Выпускная квалификационная работа. – Краснодар, КубГУ, 2018. – 75 с.

## ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ САООТНОШЕНИЯ И АГРЕССИВНОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

С.А. Степовой

Научный руководитель доцент И.В. Харитонова

**Аннотация.** В работе рассмотрены особенности взаимосвязи самооотношения и агрессивности в подростковом возрасте. Выборка составила 50 учащихся МБОУ СОШ № 14.

**Ключевые слова:** самооотношение, саморуководство, внутренняя конфликтность, агрессивность, самоагрессия, вербальная агрессия.

Эмоционально напряженная социализация подростков, обостренная психологическими факторами взросления организма в условиях «враждебной» окружающей среды, нередко становится причиной проявления подростковой агрессивности как акта психологической защиты [1]. Важнейшим мотиватором конфликтности подростка выступает неадекватное самооотношение и низкая самооценка [2].

Цель исследования – определить особенности взаимосвязи между подростковым самооотношением и агрессивностью. Выборка составила 50 учащихся МБОУ СОШ №14 в возрасте от 13 до 14 лет. В качестве инструментов исследования были использованы: методика исследования самооотношения С.Р. Панталева и опросник Л.Г. Почебуга для определения уровня агрессивности подростков.

В рамках исследования была установлена устойчивая корреляционная связь между компонентами агрессивности и самооотношением в обеих группах выборки. Так, для девочек и мальчиков в равной степени характерно проявление вербальной агрессии как следствия внутренней конфликтности личности подростка. Чем противоречивей рефлексивные процессы в сознании ребенка, тем выше его стремление к вербальному проявлению агрессивности, желание оскорбить оппонента. Кроме того, исследование показало, что высокий уровень саморуководства подростка, принятия центральной роли себя в определении собственной активности обуславливает выраженность самоагрессии, что проявляется в противоречивости оценки подростком собственных поступков и проявлении жестокости в свой адрес.

Таким образом, проведенное исследование подтвердило существование существенной взаимосвязи между самооотношением и агрессивностью в подростковом возрасте.

### Литература:

1. Шунчева О.В. Особенности проявления агрессивности в подростковом возрасте [Электронный ресурс] // Инновационная наука. – 2016. – №2-4 (14). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-proyavleniya-agressivnosti-v-podrostkovom-vozzraste> (дата обращения: 24.01.2019).

2. Черепкова Н.В. Формирование самооотношения в подростковом возрасте [Электронный ресурс] / Н.В. Черепкова, М.Ю. Кузнецова // Концепт. – 2013. – Т.3. – С. 2976-2980. – URL: <http://e-koncept.ru/2013/53601.htm>. (дата обращения: 24.01.2019).

**ПРЕДПОСЫЛКИ ОДИНОЧЕСТВА У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

**Е.Х. Тунгулияди**

**Научный руководитель к.п.н. А.С. Распопова**

**Аннотация.** Представлен теоретический анализ проблемы одиночества и систематизированы психологические предпосылки одиночества у обучающихся в процессе профессиональной подготовки.

**Ключевые слова:** одиночество, эмоциональный барьер, субъективное благополучие, обучающиеся, предпосылки.

На сегодняшний день довольно часто встает вопрос о причинах возникновения состояния одиночества на этапе профессионального обучения в вузе. Однако представленная психологами, социологами и философами интерпретация содержания данной проблемы имеет множество различий: одна часть исследователей рассматривает как критерий «нормы», другая – «патологии».

Актуальность исследования. Последствия переживания одиночества негативно сказываются на психологическом здоровье и адаптационных возможностях обучающихся. Это снижает уровень усвоения и приобретения знаний, умений и навыков у юношей, что обосновывает необходимость изучения предпосылок одиночества на этапе профессионального обучения.

В рамках исследования сложилось представление о сущности понятия «одиночество». Одиночество – особый социально-психологический феномен, который формируется посредством взаимодействия внешнего и внутреннего мира индивида. В своей работе Г.Р. Шагивалеева указывает, что одиночество выступает как один из главенствующих индикаторов дезадаптивности студента к социальному окружению [2].

В монографии Н.Л. Смакотина систематизирует причины переживания одиночества. Среди них: причина «Я», которая исходит от самого индивида; причина «Другие» возникает при нарушении отношений с социальным окружением (например, игнорирование) [1].

Таким образом, теоретический анализ литературных источников позволяет выделить такие предпосылки одиночества, как субъективное благополучие, низкий уровень межличностного доверия и диалогичности, интегральный локус-контроль, наличие эмоциональных барьеров. Есть основания полагать, что, выявив определенные психологические предпосылки одиночества, мы сможем предотвратить его возникновение.

С целью предупреждения социальной изоляции и нарушений психологического самочувствия (таких как пониженная работоспособность, депрессивные состояния, заниженная самооценка, появление мыслей о возможном самоубийстве) проведенное нами теоретическое исследование можно взять за основание для проведения мониторинга статуса психологического здоровья обучающихся на этапе профессионального обучения в вузе.

**Литература:**

1. Смакотина Н.Л. Основы социологии нестабильности и риска: монография. – М.: КДУ, 2009. – 162 с.
2. Шагивалеева Г.Р. Одиночество и особенности его переживания студентами. – Елабуга: Алмедиа, 2007. – 118 с.



**Аннотация.** Представлено описание и обоснование изучения психологических регуляторов одиночества у обучающихся на этапе профессионального обучения в вузе.

**Ключевые слова:** одиночество, студенты, эмоциональные барьеры, субъективное благополучие.

В настоящее время в научно-психологическом плане отсутствует единое понимание сущности одиночества и предпосылок его возникновения. Последствия переживания одиночества могут быть губительными, так как речь идет о психологическом здоровье личности обучающихся.

Данная проблематика приобретает особую актуальность в юношеском возрасте на этапе профессионального и личностного самоопределения. Именно в этом возрасте переживание одиночества впервые серьезно осознается личностью. Это обусловлено интенсивностью развития рефлексии, установлением новых значимых социальных контактов в ходе обучения [2]. Мы предлагаем рассматривать одиночество как негативное состояние, сопровождающееся тягостными ощущениями непонимания и непринятия себя другими людьми, а также наличием психологических барьеров, препятствующих межличностному общению. С.Г. Корчагина предлагает рассматривать объективный и субъективный аспекты одиночества. Проявления объективного аспекта одиночества характером социального взаимодействия (изоляция, отчуждение), субъективный аспект выделяет личные переживания и чувства, обусловленные деформацией коммуникации с окружающими [1].

Проведя теоретический анализ литературы, мы выделили следующие психологические регуляторы одиночества в студенческой среде: субъективное переживание одиночества, эмоциональные барьеры, самооценка, ценностные ориентации личности, субъективное благополучие.

Таким образом, есть основания полагать, что знание психологических регуляторов одиночества предопределяет психологическое здоровье у обучающихся на этапе профессионального обучения в вузе. Проведенное теоретическое исследование может стать основой для проведения мониторинга эмоционального благополучия студентов с целью предотвращения различных проявлений, так как депрессия, утрата мотивации, суицидальные мысли и намерения. Можно использовать в качестве источника для разработки программ сохранения здоровья, а также для разработки тренинговых программ, повышающих качество жизни современного студента.

В связи с вышесказанным, можно отметить, что проблема исследования психологических регуляторов одиночества в студенческой среде является наиболее актуальной на сегодняшний день, поэтому в дальнейшем мы планируем продолжить наше исследование.

**Литература:**

1. Корчагина С.Г. Генезис, виды и проявления одиночества. – М.: МПСИ, 2005. – 196 с.
2. Зорко Ю.А. Особенности психического здоровья студентов // Медицинские новости. – 2014. – №12. – С. 9-12.

## СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ИССЛЕДОВАНИЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СПОРТСМЕНОВ

И.С. Фокина

Научный руководитель доцент И.В. Харитонова

**Аннотация.** Исследование рассматривает психологическую культуру как актуальное направление в познании профессиональной самореализации спортсменов. Выборка включила 75 спортсменов различной квалификации. Результаты выявили наличие корреляционных связей аффективного и регулятивного компонентов психологической культуры с показателями профессиональной самореализации.

**Ключевые слова:** профессиональная самореализация, спорт, психологическая культура, эмоциональный интеллект, саморегуляция.

В современном мире спорт выступает в качестве «лаборатории человеческих возможностей» [3]. Он ориентирован на всестороннее развитие и максимальную реализацию потенциала. Это порождает интерес к изучению самореализации в спорте.

В связи с этим цель исследования – поиск ресурсов успешной самореализации в спортивной деятельности.

Одним из ресурсов выступает психологическая культура – полиаспектный процесс, обеспечивающий саморазвитие и успешную адаптацию [1]. При этом особое внимание обращается на регулятивный и аффективный компоненты. Это обусловлено спецификой спорта: регулярное возрастание физических и психических нагрузок, высокие требования к мастерству [2].

Исследование проводилось с помощью методик: «ЭмИн», «Тип и уровень профессиональной самореализации» и «Стиль саморегуляции поведения». Было опрошено 75 спортсменов различной квалификации юношеского возраста.

Корреляционный анализ выявил в группе спортсменов массовых разрядов прямые взаимосвязи уровня самореализации с: уровнем саморегуляции поведения, что говорит о повышении уровня профессиональной самореализации при проявлении самостоятельности и способности к гибкому и адекватному реагированию на изменения условий; уровнем эмоционального интеллекта, что говорит о росте уровня профессиональной самореализации при совершенствовании умений управлять, понимать и распознавать собственные и чужие эмоциональные состояния.

В группе спортсменов высокой квалификации достоверные взаимосвязи показателей психологической культуры с уровнем самореализации не выявлены.

Таким образом, источником самореализации для спортсменов массовых разрядов выступает уровень саморегуляции поведения и уровень эмоционального интеллекта. Для спортсменов высокой квалификации данные показатели не выступают значимыми ресурсами самореализации.

### Литература:

1. Ковалева Д.Д. Психологическая культура как психологический феномен / Д.Д. Ковалева, А.Е. Терпелец // Социально-экономические исследования, гуманитарные науки и юриспруденция: теория и практика. – 2016. – № 9. – С. 84-93.
2. Огородова Т.В. Психология спорта: учеб. пособ. / Т.В. Огородова. – Ярославль: ЯрГУ. – 2013. – 120 с.
3. Румянцева О.М. Ценностные ориентации как фактор самореализации личности в спорте: автореф. дис. ... канд. психол. наук / О.М. Румянцева. – М., 2001. – 23 с.

**ОСОБЕННОСТИ САМОЭФФЕКТИВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТА****К.А. Храмова****Научный руководитель доцент Е.А. Пархоменко**

**Аннотация.** Спортивная карьера на современном этапе имеет огромный потенциал для изучения с различных сторон спортивной деятельности [3]. Психологическое сопровождение на разных этапах спортивной подготовки становится все более актуальным, что позволяет находить новые предметы для изучения в спорте и использовать психологические ресурсы для изучения и увеличения результативности и высоких показателей спортсменов [4, 6]. Очень важна проблема самоэффективности, где человек оценивает способность к осознанию своих способностей и использование этих способностей к результату его производительности и успешности, что приводит к определенным показателям в спортивной деятельности и карьере спортсмена на ряду современных условий, жесткого оценивания и новых мировых рекордов [1, 6]. В данном исследовании рассматривался показатель предметной самоэффективности у спортсменов различных видов спорта.

**Ключевые слова:** самоэффективность, спортивная карьера, мастерство, психологическая готовность, спортсмены разных видов спорта, конкурентоспособность.

Проблема повышения конкурентоспособности спортсменов не теряет своей актуальности. Ведется множество исследований, посвященных поиску способов улучшения подготовки спортсменов [3]. Конкурентоспособность в спорте определяется адаптационными возможностями спортсмена, его способностью в условиях множества помех и сильного стресса на соревнованиях показывать свой наилучший результат, сохранять оптимальный уровень тревоги и эмоционального возбуждения [5]. Поэтому исследование особенностей самоэффективности спортсменов разных видов спорта является актуальным и наиболее важным в современных условиях спортивной деятельности. Целью нашего исследования является выявление особенностей самоэффективности спортсменов. Для этого мы провели исследование самоэффективности спортсменов, занимающихся различными видами спорта, по тесту на определение общей и социальной самоэффективности М. Шеер, Дж. Маддукс (адаптация А.В. Бояринцевой) [2].

В результате проведенного анализа самоэффективность у представителей всех изучаемых видов спорта находится в зоне отрицательных значений. В целом, это говорит о том, что спортсмены низко оценивают свой потенциал и результативность в сфере предметной деятельности и в сфере общения.

У спортсменов различных специализаций: «академическая гребля» (-18,00 балла); «велоспорт» (-11,73 балла); «вольная борьба» (-14,00 балла), «прыжки на батуте» (-17,69 балла) выявлены низкие показатели. Это свидетельствует о том, что низкая самоэффективность сопровождается неуверенностью в своих силах, отсутствием настойчивости в достижении поставленных целей, следованием путем наименьшего сопротивления. При столкновении с профессиональными проблемами в ходе выполнения деятельности спортсмены могут бросать начатое дело, уходить от ответственности за решение проблем. Более того, низкий уровень самоэффективности в предметной деятельности характеризует несвободу человека при выборе деятельности, что оказывает серьезное влияние на ее результативность. Низкий уровень самоэффективности выражается в затруднении при необходимости выполнения сложной деятельности, снижении инициативности при столкновении с неудачами. Самоэффективность характеризует не просто уверенность человека в способности успешно выполнять определенную деятельность, но и определенный запас надежности на случай столкновения с проблемными ситуациями и собственными неудачами, что, с одной стороны, может значительно снижать

эффективность их спортивной деятельности. С другой – ограничивать их профессиональный рост при наличии реальных ресурсов для достижения успеха. Стоит отметить, что наиболее низкие показатели у спортсменов специализации «академическая гребля», это может свидетельствовать о том, что спортсмены крайне низко оценивают свои способности достигать внушительных результатов при выполнении какой-либо деятельности, могут не доводить начатое дело до конца, испытывать трудности при необходимости принимать быстрые решения и разрешать проблемные ситуации. Спортсменам не хватает настойчивости и упорства для достижения намеченных целей, они избегают сложных заданий, испытывают неуверенность в успешном исходе деятельности, не уверены, что их способностей хватит для достижения высокого уровня мастерства, они сомневаются в достаточности собственных ресурсов для успешного выполнения деятельности.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что спортсмены обладают низким уровнем самооффективности, они недостаточно хорошо оценивают свой потенциал и результативность в предметной сфере.

#### **Литература:**

1. Бандура А. Теория социального научения. – СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.
2. Бояринцева А.В. Тест на самооффективность / А. В. Бояринцева // Психология развития конкурентоспособной личности. – М.: Изд. Моск. психолого-социального института; Воронеж: Изд. НПО «МОДЕК», 2003. – С. 217-219.
3. Чехунова А.А. Особенности самооффективности спортсменов высшего мастерства // Молодой ученый. – 2018. — №47. – С. 326-330.
4. Напрягло М.А. Что такое самооффективность? // Сборник конференций НИЦ Социосфера. – Vedecko vydavatelske centrum Sociosfera-CZ sro, 2012. – №. 22. – С. 23-25.
5. Погорелов А.А. Самооффективность как предиктор эффективного и безопасного поведения личности // Известия Южного федерального университета. Технические науки. – 2012. – Т. 129. – №. 4.
6. Малахова С.А. Самооффективность личности как средство для преодоления сложных жизненных ситуаций общения // От истоков к современности 130 лет организации психологического общества при Московском университете: Сборник материалов юбилейной конференции: В 5 томах. Ответственный редактор: Богоявленская Д.Б. – 2015. – С. 298.

# **КАФЕДРА СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО СЕРВИСА И ТУРИЗМА**

УДК 338.48

## **ПРОБЛЕМАТИКА ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ РЫНКА АВИАПЕРЕВОЗОК**

**Л.Э. Аветисова**

**Научный руководитель доцент О.В. Шпырня**

**Аннотация.** В работе рассмотрены основные тенденции на рынке авиаперевозок в Российской Федерации, ключевые направления деятельности компаний, работающих в сфере пассажирских перевозок.

**Ключевые слова:** рынок, авиаперевозки, транспорт, туризм.

Наибольшей популярностью при организации перевозки пассажиров, в частности в Европейском регионе, пользуется автотранспорт. Географическое положение, особенности рельефа и расстояния точек отбытия и дестинации играют важную роль при выборе туристами средства перемещения. При планировании тура внутри страны большее преимущество отдается железнодорожному и автомобильному транспорту, при организации межрегиональной поездки – авиационному. Туристы, прибывающие в Россию из стран дальнего зарубежья, в основном используют авиатранспорт [2].

Рынок пассажирских авиаперевозок состоит из двух сегментов: чартерных и регулярных перевозок. Для массового туризма важнейшее значение имеют именно чартерные рейсы на забронированных авиасудах. Данные перевозки приоритетнее не только благодаря низким тарифам перевозчика, но и потому, что такие перевозки более удобны потребителю – они обеспечивают перелеты за границу из ближайшего к месту жительства клиента аэропорта, что благоприятно сказывается на затраченном им времени и стоимости приобретаемого тура [1].

Так как на данный момент в России появляется все больше независимых компаний-перевозчиков, которые занимаются организацией авиаперевозок по международным маршрутам, для приема зарубежных гостей очень перспективным направлением становятся чартерные перевозки.

Все чаще туристические компании организуют чартерные рейсы для своих клиентов на основе субаренды. Данная стратегия активно используется не только при реализации массовых туров, но и при перемещении индивидуальных туристов, что приводит к интенсивному расширению рынка чартерных перевозок [3].

Каждый вид обслуживания потребителей услуг в сфере авиаперевозок имеет свой сегмент клиентуры, каждый из которых имеет отличия по социальным, демографическим, экономическим, культурным и иным признакам. Данные признаки и различия необходимо брать в расчет при формировании маркетинговых стратегий той или иной компании, занимающейся организацией пассажирских перевозок.

Не стоит также забывать о высокой доходности обслуживания в транспортных услугах иностранных туристов. Услуги по перевозке гостей из зарубежья приносят существенный доход не только компаниям-перевозчикам, но и туристическим компаниям, которые занимаются продажей на комиссионной основе документов на пользование внутренним и международным транспортом.

### **Литература:**

1. Лебедев Ф.Л. Состояние, проблемы и тенденции развития рынка авиаперевозок в России / Ф.Л. Лебедев // Молодой ученый. – 2016. – №13.1. – С. 63-66.
2. Ползикова Е.В. Транспортное обеспечение в туризме: учебное пособие / Е.В.Ползикова, Е.Л. Заднепровская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 257 с.

3. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л., Шпырня О.В., Поддубная Т.Н., Самсоненко Т.А., Джум Т.А., Коренева М.В., Ползикова Е.В., Еремина Е.А., Кружков Д.А., Юрченко А.А., Василенко Е.В., Василиади А.Г., Иванова И.С. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.

4. Шпырня О.В. Тенденции развития международного рынка туристских услуг / О.В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2018. – № 1. – С. 62-66.

5. Шпырня, О. В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

## ВНЕДРЕНИЕ ОБУЧАЮЩИХ ПРОГРАММ ПЕРСОНАЛА ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА

П.А. Аветисян

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** Внедрение обучающих программ рассматривается как эффективное средство развития персонала и роста предприятий индустрии гостеприимства.

**Ключевые слова:** персонал, корпоративное обучение, обучающая программа.

Одной из актуальных проблем, с которой сегодня сталкивается индустрия гостеприимства, является дефицит квалифицированного персонала. Нехватка профессионалов связана с динамичным развитием отрасли, с одной стороны, а также с несоответствием обучения персонала современным запросам предприятий гостеприимства.

Решением проблемы может стать разработка и внедрение корпоративных программ обучения. Первый этап реализации этой задачи – анализ имеющейся на предприятии системы обучения, так как устаревшая система требует кардинальных изменений, что влечет за собой необходимость внедрения новых программ или совершенствования старых [1].

Второй этап – определение целей и задач обучения, а также целевой аудитории, конкретных направлений, форм и методов обучения, ответственных за обучение, расходов на реализацию программы обучения. Заключительный этап внедрения обучающих программ персонала индустрии гостеприимства – оценка результатов обучения.

Практический опыт показывает, что обучение персонала на начальном этапе не предполагает реализацию масштабных мер. Важный принцип – постоянство и последовательность обучающих мероприятий с обсуждением и отработкой конкретных ситуаций, результатов обучения, с выводами из них. Со временем на предприятии будут отработаны свои формы и методы обучения, конкретизированы должностные инструкции, появятся те сотрудники, которые могут стать тренерами по своим специальностям. Разработка и проведение тренингов на разные темы по различным этапам обслуживания на предприятии гостеприимства – важный шаг на пути внедрения корпоративной программы обучения. Помимо тренингов на предприятиях индустрии гостеприимства широко применяются следующие методы обучения: мини-лекции, упражнения, «мозговой штурм», моделирование, ротация, вебинары, самообучение. Организация обучения осуществляется несколькими способами: 1) на предприятии работает внутренний тренер, имеющий соответствующую подготовку; 2) приглашается тренер тренинговой компании; 3) создается корпоративный университет.

Корпоративные программы обучения эффективно применяются на многих российских предприятиях индустрии гостеприимства, таких как холдинг «Веста-центр интернешнл», компания «Росинтер Ресторантс», компания «Теремок-Инвест», «Ресторанный Дом Андрея Деллоса», Группа компаний А. Новикова, гостиничные цепи ГОСТ Отель Менеджмент, Amaks, Azimut, Heliopark Hotels & Resorts, Cronwell Hotels & Resorts и др. [2].

Опыт этих предприятий показывает, что внедрение обучающих программ способствует повышению уровня квалификации, профессиональной мотивации персонала, развитию необходимых компетенций, удовлетворенности потребителей, росту дохода, прибыли и конкурентоспособности предприятия индустрии гостеприимства.

### Литература:

1. Белущенко Т. Построение и внедрение системы обучения персонала [Электронный документ]: URL <http://hr-portal.ru/article/postroenie-i-vnedrenie-sistemy-obucheniya-personala> (дата обращения 25.11.2018)

2. Василенко Е.В. Комплексный подход к управлению персоналом на предприятиях общественного питания / Е.В. Василенко, М.В. Лысова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. Материалы всероссийской

научно-практической конференции с международным участием. – Краснодар, КГУФКСТ, 2018. – Т.1. – С. 110-114.

3. Ползикова Е.В. Планирование карьеры студентов, обучающихся по направлению подготовки 43.03.02 Туризм / Е.В. Ползикова, Т.Н. Поддубная, Д.А. Кружков, Е.В. Василенко, Л.И. Демидова // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2018. – № 3. – С. 91-97.



## ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АССОЦИАЦИИ ТУРИСТСКОЙ ИНДУСТРИИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

М.К. Акинтьева, Ф.К. Ясакова

Научный руководитель доцент Д.А. Кружков

**Аннотация.** Авторами проанализированы основные уставные задачи некоммерческого партнерства «Ассоциация туристской индустрии Краснодарского края», а также основные конкурентные преимущества, предоставляемые организацией своим партнерам при осуществлении деятельности на рынке туризма и гостеприимства.

**Ключевые слова:** ассоциация туристской индустрии, цели и задачи организации, конкурентные преимущества.

В целях объединения предприятий туристской индустрии, по инициативе Министерства курортов, туризма и олимпийского наследия Краснодарского края, образовано некоммерческое партнерство «Ассоциация туристской индустрии Краснодарского края» (НП АТИКК). Миссия Ассоциации – повысить attractiveness курортов региона на федеральном и региональном рынках. Образование данной организации дает возможность консолидации и оптимизации информационного потока в сфере туризма и рекреации[2].

Основополагающими задачами НП АТИКК на современном этапе являются:

- объединение интересов организаций, работающих в туристской сфере на добровольной основе, с обеспечением защиты прав каждого члена Ассоциации;
- оптимизация существующей системы повышения квалификации и переподготовки кадров для индустрии туризма на основе консолидации интересов и ресурсов;
- совершенствование информационных услуг для туристов через туристские информационные центры, сайты и другие средства массовой информации;
- организация участия в работе российских и международных туристских выставок;
- участие в разработке программ развития туризма и малого предпринимательства;
- продвижение туристского продукта на региональном, федеральном и мировом рынке.

Анализ основных направлений деятельности организаций – членов Ассоциации показал, что осуществление ими предпринимательской деятельности в сфере туризма и гостеприимства под эгидой НП АТИКК предоставляет им следующие конкурентные преимущества [1]:

- объединение интеллектуальных, финансовых и других ресурсов членов Ассоциации с целью создания синергетического эффекта в достижении целей и решении задач каждого члена Ассоциации;
- льготы Ассоциации для ее членов: бесплатное или льготное участие в образовательных программах по подготовке специалистов отрасли, бесплатные консультации: юридические, экономические, организационные и профессиональные отраслевые, льготное участие в бизнес-миссиях, льготная разработка туристских программ, льготное участие в презентационных, выставочных программах;
- поддержка планов, инициатив и проектов членов Ассоциации по развитию туризма в исполнительных и законодательных органах;
- свободный доступ к аналитическим, маркетинговым и другим исследованиям, проводимым Ассоциацией, участие в образовательных и других мероприятиях с привлечением ведущих иностранных и российских экспертов, тренеров и консультантов;
- участие Ассоциации в крупнейших международных, профессиональных и отраслевых объединениях и союзах позволит каждому члену Ассоциации получить преимущества от такого участия;

– помощь в получении (возможны льготные варианты) дополнительных услуг трансфера, программ развития, создания собственных программ для отдыха и др.

**Литература:**

1. Кружков Д.А. Роль олимпийского наследия в развитии туристской инфраструктуры Краснодарского края /Д.А.Кружков, Н.М. Мартыненко // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – Краснодар, 2015. – № 1. – С. 54-55.

2. Минченко В.Г. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае /В.Г.Минченко, Е.Л.Заднепровская, О.В.Шпырня, Т.Н.Поддубная, Т.А.Самсоненко, Т.А.Джум, М.В.Коренева, Е.В.Ползикова, Е.А.Еремина, Д.А.Кружков, А.А.Юрченко, Е.В.Василенко, А.Г.Василиади, И.С.Иванова. – Краснодар, 2017. – 290 с.

## МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ КАЧЕСТВА ОБСЛУЖИВАНИЯ КЛИЕНТОВ НА ПРИМЕРЕ ГОСТИНИЧНОГО КОМПЛЕКСА «ИМЕРЕТИНСКИЙ»

П.А. Аветисян

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** Вопросы обеспечения надлежащего качества услуг в гостиничной индустрии сегодня сохраняют свою актуальность, поэтому в настоящее время необходимо максимально усовершенствовать методы контроля качества обслуживания клиентов.

**Ключевые слова:** гостиничный комплекс, качество обслуживания, методы контроля качества.

Деятельность гостиничного комплекса связана с процессами обслуживания гостей в большом количестве подразделений предприятия. Все эти процессы направлены на обеспечение того уровня качества обслуживания, который соответствует ожиданиям клиентов. Обеспечение соответствующего ожиданиям клиентов качества обслуживания требует от персонала гостиничного комплекса определенных видов деятельности, среди которых важное место занимает контроль качества [1].

Так как от эффективности работы персонала гостиничного комплекса напрямую зависит оценка гостем качества обслуживания, то особый интерес представляют методы контроля и оценки деятельности сотрудников, обслуживающих клиентов. В ресторанном бизнесе, как правило, применяются следующие методы контроля качества: оценка по количественным показателям и контроль личностных характеристик сотрудников [2].

Рассмотрим методы контроля качества работы обслуживающего персонала в ресторане «Босфор» – структурном подразделении ГК «Имеретинский». Особое внимание в ресторане «Босфор» уделяется второй группе методов контроля, среди которых самым распространенным является непосредственный прямой контроль за работой сотрудников. Такой метод является действенным при грамотном его применении. Однако частое появление менеджера в торговом зале отрицательно влияет на работу линейного персонала. Боязнь ошибиться в присутствии руководителя, чувство недоверия и отсутствие самостоятельности приводят к снижению уровня качества обслуживания клиентов.

Решить проблему, по нашему мнению, можно, передав часть полномочий по контролю за работой линейного персонала супервайзеру. Супервайзеры, находясь в структуре управления на ступень выше официантов и барменов, активно участвуют в обслуживании клиентов, выстраивают дружественные, доверительные отношения с подчиненными, что облегчает совместную работу.

Действенным методом контроля качества обслуживания в ресторане «Босфор» является анализ записей, оставленных клиентами в Книге отзывов и предложений. Такой анализ проводится еженедельно. По его результатам проводятся собрания коллектива, основной целью которых является поиск возможностей повышения удовлетворенности гостей качеством обслуживания, а также поощрение персонала за качественную работу.

Руководство ГК «Имеретинский» ориентирует своих сотрудников на развитие самостоятельности и ответственности за результаты своей работы, поэтому на предприятии поощряется самоконтроль как один из эффективных методов контроля. Дальнейшее совершенствование применяемых и внедрение новых методов контроля качества обслуживания будет способствовать достижению целей деятельности ГК «Имеретинский».

### Литература:

1. Джум Т.А. Сервис современного ресторанно-гостиничного комплекса как культурологический и экономический аспект индустрии гостеприимства / Т.А. Джум, Е.В. Василенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, КГУФКСТ, 2016. – №1. – С. 82-84.
2. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

## ОСОБЕННОСТИ ТЕХНОЛОГИИ ОБСЛУЖИВАНИЯ ГОСТЕЙ В РЕСТОРАННОМ БИЗНЕСЕ

Е.Г. Астюкова

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В тезисах рассматриваются особенности технологии обслуживания гостей в ресторанном бизнесе, важнейшие условия формирования благоприятного имиджа ресторана.

**Ключевые слова:** ресторанный бизнес, технология обслуживания, обслуживающий персонал, качество обслуживания.

Безусловно, конечной целью деятельности любого предприятия ресторанного бизнеса является получение прибыли. Эффективность функционирования предпринимательского субъекта зависит, прежде всего, от качества предоставляемых ресторанных услуг и качества обслуживания клиентов.

Важнейшим условием позитивного имиджа ресторана или кафе является соблюдение технологии обслуживания клиентов, включающей следующие этапы:

1. Встреча гостей – очень ответственный этап, который предполагает радушный прием гостей и максимальную любезность к ним со стороны швейцара, метрдотеля (администратора) или хостес. Сотрудник ресторана должен первым вступить в контакт с посетителями, поприветствовать их и вежливо выяснить потребности гостей: забронирован ли конкретный столик, в каком зале они предпочли бы находиться, сколько гостей ожидается и т.д. Как только получена уточняющая информация, работник провожает гостей к столику.

2. Знакомство с официантом и прием заказа. Когда гости сели за стол, официант подходит и, представившись, приветствует их. По этикету обслуживания меню подается сначала детям, затем женщинам от старших к младшим и только после этого мужчинам (по принципу старшинства). Официант обязан предложить свою помощь в выборе блюд и напитков, а также проконсультировать гостей об особенностях блюд, т.е. ингредиентах, входящих в его состав, времени приготовления и т.д., и проинформировать своих клиентов о возможных неудобствах;

3. Подача заказа – главный этап обслуживания гостей в ресторане. Подача блюд сопровождается проговариванием их названий официантом. После этого официант, согласно этикету обслуживания, желает гостям приятного аппетита. Весь процесс обслуживания официант должен исполнять все просьбы клиентов: убрать крошки, поменять приборы, наполнить бокалы, поменять пепельницу, принести новый напиток;

4. Расчет гостей производится в течение 2-3 минут с момента получения об этом просьбы официантом. Чек – бук (папка со счетом) кладется на край стола либо слева от заказчика. Если оплата счета произведена успешно, без претензий, официант провожает гостей к выходу, благодарит их за посещение ресторана и приглашает их прийти снова.

Таким образом, ресторан – это предприятие общественного питания, на котором процесс предоставления услуг должен быть организован согласно сложной технологии обслуживания гостей. Соблюдение персоналом ресторана норм этикета обслуживания способствует формированию его благоприятного имиджа, а следовательно, роста прибыли.

### Литература:

1. Белошавка М.И. Технология ресторанного обслуживания / М. И. Белошавка. – Москва, 2014. – 357 с.
2. Джум Т.А. Методические аспекты разработки маркетинговой стратегии предприятий ресторанного бизнеса / Т.А.Джум, Е.Л.Заднепровская, В.Г.Минченко/ Монография. - Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 120 с.
3. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.

## ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КУЛЬТУРНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В ГОРОДЕ-КУРОРТЕ СОЧИ

И.К. Баркая

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** Работа посвящена особенностям и перспективам развития культурно-познавательного туризма в городе-курорте Сочи с учетом использования природных и культурно-исторических ресурсов, а также олимпийского наследия.

**Ключевые слова:** особенности развития, культурно-познавательный туризм, город-курорт Сочи, олимпийское наследие, экскурсионный туризм.

Культурно-познавательный туризм часто ассоциируют с экскурсионным, так как суть данного вида туризма заключается в посещении различных памятных мест, музеев, галерей, выставок, экскурсий и т.д. В этой связи такая взаимосвязь является вполне обоснованной. В свою очередь, касаясь экскурсионного туризма, город-курорт Сочи обладает всеми необходимыми ресурсами для развития данного направления [2], а благодаря удивительному географическому положению территория обладает множеством разнообразных памятников природы, ежегодно привлекающих тысячи туристов. В окрестностях города также расположено большое количество горных массивов и лесов. Большой популярностью пользуются такие природные объекты, как Воронцовская и Ахштырская пещеры, Самшитовая роща, гора Ахун, водопады на Розе хутор и Агурские водопады, Сочинский национальный парк. Сам же город расположен на берегу Черного моря и имеет удобную для судоходства гавань. В черте города для посещения доступен дендрарий, парк «Южные культуры» [3].

Город-курорт Сочи известен и своей богатой историей, в связи с чем интересен множеством памятников архитектуры и уникальными историческими сооружениями, в числе которых такие памятники старины, как первое русское поселение, средневековая крепость Годлик, форт Александрия. Также в городе представлены такие объекты туристского интереса, как сочинский маяк, казначейство, дом Юсуповых, библиотека имени Пушкина и другие [1]. Весомый вклад в развитие туристской индустрии в городе-курорте внесло наследие XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года: спортивные объекты, оставшиеся после соревнований, используются круглогодично, предоставляя возможность для развития туризма и в межсезонный период.

Таким образом, следует отметить, что город-курорт Сочи имеет более чем достаточно природных, культурно-исторических и даже спортивных объектов для того, чтобы в нем активно и стабильно развивался культурно-познавательный туризм.

### Литература:

1. Заднепровская Е. Л. Обоснование перспектив развития экскурсионно-познавательного туризма в Краснодарском крае / Е.Л. Заднепровская, М.В. Коренева // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 109 с.
2. Заднепровская Е.Л. Этнографический туризм как один из механизмов возрождения и сохранения культурного наследия (на примере Кубани) / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов. – 2017. – С. 291-296.
3. Коренева М.В. Привлечение туристов в район Большого Сочи на основе разработки и реализации событийных туров / М.В. Коренева, В.В. Турецкая // Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий. – 2018. – С. 302-304.
4. Экскурсионный потенциал Краснодарского края и Республики Адыгея как фактор формирования привлекательности региона: коллективная монография / Минченко В.Г., Поддубная Т.Н., Заднепровская Е.Л., Коренева М.В., Еремина Е.А., Шпырня О.В., Ползикова Е.В., Кружков Д.А., Василенко Е.В., Кучеренко И.М., Луганская Ю., Васильева В., Кузнецова В., Немцова В., Осипенко Т., Чувичкина Ю. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 234 с.

**ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С ТУРИСТАМИ ИЗ ВЕЛИКОБРИТАНИИ****И.К. Баркая****Научный руководитель доцент М.В. Коренева**

**Аннотация.** В данной работе рассмотрены некоторые особенности британского менталитета, которые необходимо учитывать при организации обслуживания туристов из Англии.

**Ключевые слова:** туризм, турпродукт, культурно-познавательный туризм, менталитет, въездной туризм, экскурсионный туризм.

Во всех видах деятельности, связанных с коммуникацией, необходимо учитывать особенности клиентов и коллег, с которыми приходится работать. В туризме данный фактор играет особо важную роль. И не менее существенное значение, чем просто учет отличительных черт, представляет собой внимательное отношение к такой характеристике, как менталитет клиента.

Вообще, менталитет – это совокупность эмоциональных, культурных, поведенческих особенностей и установок, присущих той или иной этнической, либо социальной группе. В свою очередь, Великобритания, будучи всегда обособленной от остальных европейских государств, имеет собственную, относительно независимо формировавшуюся культуру. Даже с учетом глобализации, набирающей темп в последние десятилетия, уклад жизни англичан не сильно изменился [1].

Разумеется, русский и английский менталитет значительно отличаются, но это не должно быть помехой в общении и организации обслуживания. Стоит обратить внимание на некоторые особенности во время построения коммуникации, как, например, по возможности избегать использования просторечий при общении на английском языке. Для персонала, который будет общаться с иностранными туристами, знание языка вообще является обязательным условием, а также требуется постоянная практика в работе над произношением и изучением актуальных изменений в иностранном языке. Важно не забывать, что при общении с англичанами личные и финансовые темы являются крайне нежелательными [2, 3].

Стоит стараться не заикливаться на ассоциациях и стереотипах о России. В случае проведения экскурсии, это отвлечет экскурсантов от подаваемого им экскурсоводом материала. При этом важно придерживаться лаконичности и точности речи [3].

В заключение можно сказать, что для успешного обслуживания туристов из Великобритании невозможно обойтись без должной предварительной подготовки персонала, в которую входит изучение менталитета англичан и обязательное совершенствование знаний английского языка, для чего необходима организация курсов английского языка для персонала, где в качестве преподавателя будет выступать сам носитель языка [3].

**Литература:**

1. Англия от А до Я. Английский менталитет: удивительно живучая традиция [Электронный документ] URL <http://englishgid.ru/jiznvanglii/obraz-jizni/mentalitet.html> (дата обращения 09.01.2019).
2. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.
3. Логвина Е.В. Проблемы и перспективы въездного туризма в Российской Федерации / Е.В. Логвина // Ученые записки Крымского федерального университета имени В.И. Вернадского. География. Геология. – 2015. – Т. 1. – № 4. – С. 14-26.

## ПРОДВИЖЕНИЕ ТУРПРОДУКТА С ПОМОЩЬЮ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ООО «ТУРИСТ-РЕСУРС «КУБАНЬ»

И.К. Баркая

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** Продвижение турпродукта с помощью интернет-технологий в деятельности туристского предприятия в настоящее время являются одним из самых мощных и современных инструментов продвижения.

**Ключевые слова:** продвижение, турпродукт, интернет-технологии.

В настоящее время интернет-технологии являются одним из самых мощных и современных инструментов продвижения турпродукта [2]. Глобальная сеть Интернет предлагает достаточно много способов продвижения турпродукта: продвижение продукта через создание собственного интернет-сайта; электронная реклама; баннерная реклама; реклама в социальных сетях; промо-акции в сети Интернет; прямая e-mail рассылка; PR-технологии; создание и ведение аккаунтов фирмы в социальных сетях, доски бесплатных объявлений, контекстная реклама, SEO-оптимизация и др. [1, 3].

Для некрупных турагенств наиболее актуальными и действенными способами продвижения турпродукта с помощью интернет-технологий являются, на наш взгляд, создание интернет-сайта агентства, группы в «ВКонтакте» и страница в «Instagram».

Целью создания любого сайта является получение прибыли за счет привлечения новых клиентов. Эффективность интернет-сайта и его продающие возможности становятся основными конкурентными преимуществами на рынке туризма. Работа со страницей в «Instagram» и группой в «ВКонтакте» предполагает постоянное администрирование аккаунта и при этом тщательный отбор текстовой и графической информации, внимание к посетителям страницы и подписчикам, а также правильную организацию контента на странице [1, 2].

У ООО «Турист-ресурс «Кубань» (г. Краснодар) имеется свой интернет-сайт, а также аккаунт агентства в «ВКонтакте». Количество подписчиков группы небольшое – 94 человека, и новые предложения публикуются крайне редко. Аккаунт агентства в «Instagram» отсутствует.

Таким образом, для совершенствования продвижения турпродукта в Интернете ООО «Турист-ресурс «Кубань» можно предложить следующее: 1) активное администрирование аккаунта в «ВКонтакте»: привлечение подписчиков и постоянная публикация информация о турах и услугах, предлагаемых агентством, а также интересных для туристов новостей в сфере туризма; 2) создание страницы агентства в социальной сети «Instagram» и регулярное обновление постов для продвижения наиболее актуальных предложений агентства; публикация фотографий реальных мест, где побывали туристы, и их отзывов с хэштегами; видеосюжеты, в которых сотрудники агентства будут давать советы и рекомендации туристам; 3) использование такого инструмента, как кросспостинг – дублирование постов из «Instagram» в группу «ВКонтакте», что, по нашему мнению, является хорошей возможностью найти подписчиков из других социальных сетей [2].

### Литература:

1. Василенко Е.В. Современные способы продвижения туристского продукта с использованием интернет-технологий // Е.В. Василенко, В.Г. Минченко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием. - Краснодар, КГУФКСТ, 2016. – Т.1. – С. 211-219.

2. Морозов М.А. Информационные технологии в туристской индустрии: учебник / М.А. Морозов, Н.С. Морозова. – М.: КНОРУС, 2016. – 276 с.

3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

**К ВОПРОСУ О ПРОБЛЕМЕ КУЛЬТУРЫ МЕЖЛИЧНОСТНОГО  
ОБЩЕНИЯ С ПОТРЕБИТЕЛЯМИ  
(НА ПРИМЕРЕ ОТЕЛЯ «ЗОЛОТОЙ ПЕТУШОК И К»)**

**Г.В. Белозерцева**

**Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная**

**Аннотация.** В данной работе описывается недостаток уровня квалификации персонала на гостиничных предприятиях, что может испортить впечатление об отдыхе потенциальных клиентов гостиниц.

**Ключевые слова:** гостиница, персонал, общение, этика, этикет, поведение.

На гостиничном предприятии «Золотой петушок и К» проблема культуры межличностного общения остается открытой в связи с тем, что управляющие гостиницей не уделяют этому должного внимания. Гостиница «Золотой петушок и К» существует на рынке 10 лет. За этот период на предприятие не поступало жалоб на персонал в общении с клиентами. Однако, несмотря на это, руководители гостиницы должны контролировать работу персонала и регулярно повышать квалификацию, что в целом способствует повышению и качества обслуживания. Для этого необходимо ввести в работу предприятия ряд обучающих культуре общения персонал мероприятий, а именно [1; 2; 3]:

- прохождение персоналом семинаров по повышению качества обслуживания;
- изучение норм и правил этики и этикета;
- изучение иностранных языков.

Введя данные мероприятия на ООО «Золотой петушок и К», можно предотвратить случаи неэтичного поведения персонала, а также избежать конфликтных ситуаций на данном гостиничном предприятии.

В заключение можно сделать вывод, что повышение квалификации персонала, качества обслуживания, а также обучение персонала правилам этикета, необходимо любому предприятию, чтобы своевременно избежать случаев некорректного общения персонала с клиентами и потери их в дальнейшем.

**Литература:**

1. Андреева Г.М. Социальная психология в туризме: учебное пособие / Г.М. Андреева. – М: Изд-во МГУ, 2014.
2. Петровская Л.А. Компетентность в общении: социально-психологический тренинг: учебник / Л.А. Петровская. – М., 2016.
3. Яковлев Б.Н. Отношения в трудовом коллективе: учебное пособие / Б.Н. Яковлев. – М., 2015.



## МАРКЕТИНГОВЫЕ СТРАТЕГИИ НА СТАДИИ ЗРЕЛОСТИ ЖИЗНЕННОГО ЦИКЛА ГОСТИНИЧНЫХ УСЛУГ

Е.М. Бреус

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** Жизненный цикл продукта является одним из важнейших объектов управления в гостиничном предприятии в условиях рыночной конкуренции. Управление им на предприятиях сферы сервиса затруднено, так как отсутствуют четкие критерии определения стадий жизненного цикла для услуг. В представленной работе рассмотрены возможные маркетинговые стратегии на стадии зрелости жизненного цикла гостиничных услуг.

**Ключевые слова:** жизненный цикл, маркетинговые стратегии, гостиничные услуги, стадия зрелости.

Каждая стадия жизненного цикла услуг предполагает выбор инструментов, стимулирующих потенциальных потребителей к совершению покупки. Так как стадия зрелости характеризуется замедлением роста продаж, падением прибыли и острой конкуренцией, на данной стадии главной целью маркетинговых стимулов является закрепление за собой доли на рынке [1].

Задачи маркетинга на данном этапе:

- оптимизация каналов сбыта;
- разработка модификаций услуг;
- поиск новых потенциальных потребителей;
- совершенствование условий продажи и сервисного обслуживания.

Важнейшей задачей является модификация услуг, которая заключается в повышении уровня качества, обслуживания, свойств для привлечения новых пользователей и интенсифицирования потребления [2].

На этапе зрелости услуг хорошо работают такие методы стимулирования потребления, как скидки, распродажи, подарки за покупку, розыгрыши и конкурсы.

Среди маркетинговых стратегий на данной стадии можно использовать:

- 1) Увеличение объема инвестиций для выхода на лидирующие позиции;
- 2) Избирательное сокращение инвестиций путем отказа от обслуживания некоторых групп потребителей;
- 3) Разработка более действенной рекламной компании, дополнительных приемов стимулирования сбыта;
- 4) Снижение цены на услуги;
- 5) Придание новых, более универсальных свойств, повышение безопасности и удобства.

Если гостиничное предприятие принимает решение об исключении услуги из номенклатуры продукции, ему необходимо продумать, как это произвести с наибольшей выгодой.

При этом необходимо понимать, что управление жизненным циклом гостиничных услуг должно обеспечиваться профессиональными кадрами с соответствующим уровнем подготовки [3].

### Литература:

1. Иванникова В.О. Актуальные проблемы современной индустрии гостеприимства / В.О. Иванникова, Е.В. Василенко // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. Редколлегия: Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – 2017. – С. 234-236.
2. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

3. Шпырня О.В. Функции и видовое разнообразие конкуренции на рынке гостиничных услуг / О.В. Шпырня, Л.А. Габриелян // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 126-128.
4. Шпырня О.В. Современные требования к кадровой структуре гостиничного предприятия / О.В. Шпырня // Курортно-рекреационный комплекс в системе регионального развития: инновационные подходы. – 2012. – № 1. – С. 353-357.

## ОСОБЕННОСТИ ВНУТРИОТРАСЛЕВОЙ И МЕЖОТРАСЛЕВОЙ КОНКУРЕНЦИИ В ТУРИЗМЕ

А.А. Бутко

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В данном исследовании рассмотрены особенности внутриотраслевой и межотраслевой конкуренции в туризме, отмечены наиболее эффективные формы конкуренции.

**Ключевые слова:** внутриотраслевая конкуренция, межотраслевая конкуренция, потребительский спрос.

Внутриотраслевая конкуренция в туристской сфере – это предпринимательская борьба между туристскими компаниями, которые производят аналогичные турпродукты или предлагают аналогичные туристские услуги. Компании с профессионально разработанными маркетинговыми стратегиями, использующими в борьбе современный широкий маркетинговый инструментарий, получают более высокий конечный финансовый результат деятельности. Отметим, что подобная форма конкуренции присуща компаниям, которые осуществляют активное функционирование на одном рынке и имеют широкий ассортиментный спектр турпродуктов и направлений деятельности. Проведенный нами анализ тенденций и проблем развития рынка ярко свидетельствует о значительном усилении межотраслевой конкуренции, которая проявляется в борьбе за выгодное вложение капитала, в результате чего происходит отток капитала из отрасли с более низким уровнем рентабельности в отрасль с более высокой рентабельностью. Данный вид конкуренции присущ для тех компаний, которые установили взаимодействие с туристскими предприятиями и для которых продажа туристских услуг не является главным видом их хозяйственной деятельности.

Многие коммерческие банки и страховые компании активно приобщаются к туристскому бизнесу, открывают собственные туристские агентства, разрабатывают и используют автоматизированные системы бронирования мест в средствах размещения, организуют пункты автомобильного прокат, спонсируют круизы и т.д. Ярким примером проявления межотраслевой конкуренции является активное проникновение на туристский рынок с металлургической отрасли немецкого туристического оператора «ТЕЛ».

Что касается самой туристской отрасли, то в ней чаще применяется ценовая конкуренция, предусматривающая предложение рынку примерно равных по качеству туристских услуг по более низким по сравнению с другими конкурентами ценам. Основным условием успешной ценовой конкуренции в туризме является постоянное совершенствование процессов обслуживания туристов, снижение затрат и на этой основе снижения цен на туры.

Таким образом, межотраслевая и внутриотраслевая конкуренции в туризме имеют тенденции к усилению и использованию широкого спектра инструментов соперничества. Снижение цен для активизации потребительского спроса применяется чаще всего, в краткосрочном периоде на отдельные виды туристского продукта в несезонное время с последующим повышением цен в периоды повышения туристской активности по данным направлениям.

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Бренд и брендинг территории как основа территориального развития / Е.Л. Заднепровская, Т.А. Самсоненко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, 2017. – № 1-1. – 113 с.
2. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.

## ПРИРОДНО-РЕКРЕАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЫБОЛОВНОГО ТУРИЗМА

А.М. Вдовенко

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** Рассматривается природно-рекреационный потенциал Волгоградской области для отдыха и развития рыболовного туризма.

**Ключевые слова:** рыболовный туризм, Волгоградская область, природные парки, водохранилище, рекреационные ресурсы.

Волгоградская область расположена на юго-востоке Восточно-Европейской равнины. Область является связующим звеном более 200 рек, самыми крупными из которых значатся Волга и Дон. Большая часть территории региона дренируется Доном с его притоками: Хопром, Медведицей, Иловлей, Чиром и др.

Кроме всего прочего, территория Волгоградской области располагает живописными ландшафтами, разнообразными рекреационными ресурсами, благоприятным климатом и уникальными природными оазисами, что позволяет развивать не только индивидуальный отдых, но и коллективный, семейный вне зависимости от времени года [1,2].

Реки, пойменные леса, озера – великолепное место рыбалки отдыха. В настоящее время в регионе работают 7 природных парков. «Волго-Ахтубинская пойма», «Донской», «Эльтонский», «Щербаковский», «Нижнехоперский», «Цимлянские пески», «Усть-Медведицкий». Возможность разнообразить отдых туристов занятиями спортом (рыбная ловля, плавание), воздействие живописных пейзажей и смена впечатлений – все это позволяет считать водоемы важнейшими туристскими ресурсами Волгоградской области [1].

Волгоградская область может заинтересовать туристов всех видов: рыбаков и охотников не оставит равнодушными богатая рыбой и дичью Волго-Ахтубинская пойма, турбаза и рыбацкая деревня «Летучая рыба» в селе Каршевитое Ленинского района.

Волгоградское водохранилище насчитывает полсотни различных рыб: лещи, сазаны, окуни, густеры, вдобавок является местом обитания множества ценных пород: осетр, стерлядь, белуга, белорыбица. На территории Волгоградской области располагается Цимлянское водохранилище [2], которое дает возможность не только поймать богатый улов, но и насладиться прибрежными ландшафтами, погулять по красивейшему парку «Цимлянское пески».

Таким образом, развивать рыболовный туризм в Волгоградской области необходимо повсеместно, поскольку данный регион обладает всеми необходимыми природно-рекреационными ресурсами для доступного и насыщенного отдыха.

### Литература:

1. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / В.Г. Минченко, Е.Л. Заднепровская, О.В. Шпырня, Т.Н. Поддубная, Т.А. Самсоненко, Т.А. Джум, М.В. Коренева, Е.В. Ползикова, Е.А. Еремина, Д.А. Кружков, А.А. Юрченко, Е.В. Василенко, А.Г. Василиади, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.

2. Самсоненко Т.А. Особенности развития въездного туризма в Российскую Федерацию на основе природно-рекреационного потенциала / Т.А. Самсоненко, А.А. Юрченко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. Т.1, № 1-1. – Краснодар.: КГУФКСТ, 2017. – С. 147.

3. Юрченко А.А. Развитие внутреннего туризма в южном федеральном округе /А.А. Юрченко, В.Г. Минченко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. № 1. – Краснодар.: КГУФКСТ, 2014. – С. 90-92.

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ХАРАКТЕРИСТИК ГЛОБАЛЬНЫХ СИСТЕМ БРОНИРОВАНИЯ AMADEUS И GALILEO

А.Д. Веденецкая

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** В данной работе проводится сравнительный анализ основных характеристик глобальных систем бронирования Amadeus и Galileo.

**Ключевые слова:** система бронирования, туризм, Amadeus, Galileo.

Системы бронирования позволяют повысить эффективность работы туристских предприятий и облегчить работу менеджерам по продажам. В настоящее время существует огромное количество систем бронирования, которые используются в сфере туризма. В частности, системы бронирования Amadeus и Galileo широко применяются на предприятиях туристской индустрии.

Amadeus – многофункциональная система бронирования. Она дает доступ к ресурсам гостиниц, авиакомпаний, фирм по прокату автомобилей, круизных и паромных организаций, а также позволяет работать с продуктами туроператоров, круизных, железнодорожных и страховых компаний [1]. Galileo – одна из самых передовых систем бронирования в техническом отношении, так как это целый комплекс встроенных подсистем, каждая из которых выполняет разные задачи. Данная система также обеспечивает туристическим агентствам бронирование услуг поставщиков (гостиниц, транспорт, экскурсий, страхования и т.д.) [2].

Сравнительный анализ основных характеристик данных систем приведен в таблице.

Таблица – Сравнительный анализ характеристик глобальных систем бронирования Amadeus и Galileo

| Характеристики        | Amadeus   | Galileo   |
|-----------------------|---|---|
| Год основания         | 1987  | 1970  |
| Персонал              | 4250 чел.   | 3000 чел. (116 стран)   |
| Пользователи          | Более 70000 турагентств, гостиниц и авиакомпаний  | Более 47000 турагентств, гостиниц и авиакомпаний  |
| Подключение к системе | 1. Стационарное<br>2. Телефонная версия Dial-Up<br>3. Подключение через интернет  | 1. Стационарное<br>2. Подключение через интернет  |
| Особенности           | Самая крупная компания в мире. Гарантированное подтвержденное бронирование, а также неизменность цены номера. Высокая стабильность независимо от объемов обработанной документации. Многофункциональный и комфортный интерфейс. Гибкая административная система.              | Получение полной информации об отеле, простой доступ к ресурсам гостиничных цепей и бронированию номеров. Создание систем бронирования на сайте турагентств с помощью интернет-приложения Travelpoint.com |
| Ресурсы               | Авиа-график полетов, рейсов, более 753 авиакомпаний; более чем почти в 60 тыс. гостиниц, 215 гостиничных цепей в 40409 отелей; возможность бронировать автомобили в более чем 24 тыс. пунктов проката по всему миру. А также все известные круизы, ж/д и сотни туроператоров. | Бронирование в 500 авиакомпаниях, 22 тыс. точки аренды автомобилей, представлено 56 тыс. гостиниц; бронь в 226 гостиницах, сотрудничают с 430 операторами; представлено 10 круизных компаний.             |

Сравнительный анализ характеристик этих систем позволяет сделать вывод о том, что широкое их использования для целей туризма обосновано.

**Литература:**

1. Официальный сайт AMADEUS [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.amadeus.ru/> (Дата обращения: 12.07.2018)
2. Официальный сайт TRAVELPORT [Электронный ресурс] – Режим доступа [http://support.nemo.travel/ru/Travelport\\_%28Galileo%29](http://support.nemo.travel/ru/Travelport_%28Galileo%29) (Дата обращения: 12.07.2018)
3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

## КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ ТУРИСТСКОЙ ТЕРРИТОРИИ НА ПРИМЕРЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

О.Н. Бянкина

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В работе проведен анализ состояния, качества туристских услуг на территории Краснодарского края, влияющих на ее конкурентоспособность, также выявлены основные конкурирующие субъекты Российской Федерации, занимающие лидирующие позиции в сфере туризма.

**Ключевые слова:** конкурентоспособность территории, сфера туристских услуг, Краснодарский край, туристский бизнес.

В соответствии с данными Министерства курортов, туризма и олимпийского наследия, Краснодарский край по итогам 2017 года занимает одну из лидирующих позиций в сфере туристского бизнеса на территории России, что свидетельствует о привлекательности туристской территории, а значит, ее конкурентоспособности [2]. Подобный высокий показатель объясняется выгодным экономико-географическим положением края, широчайшим спектром туристских услуг и сервиса. Территория края интересна также с этнической точки зрения, ее населяет около 150 национальностей.

Статистические данные Федерального агентства по туризму свидетельствуют о том, что наибольшим спросом у отдыхающих пользуются такие дестинации края, как: г. Сочи, плато Лаго-Наки, г. Геленджик, г. Анапа, г. Горячий Ключ, Темрюкский район [1].

Основными конкурентными территориями Краснодарского края в рейтинге лидирующих российских туристических субъектов за 2017 год являются Московская область и Республика Крым, которые интересны россиянам наличием развитой инфраструктуры, новых маршрутов и походов выходного дня [1].

Однако, несмотря на высокий показатель конкурентоспособности территории, край имеет ряд проблем, тормозящих развитие региона:

- 1) недостаточно современная курортная материально-техническая база;
- 2) медленно обновляемая информативная среда о предоставляемых туристских услугах;
- 3) низкий процентный показатель квалифицированных кадров.

Решение возникших проблемных ситуаций возможно через:

- 1) частичное спонсирование предприятий туризма за счет средств краевого бюджета, а также коммерческих вложений инвесторов;
- 2) налаживание качественной информационной среды, современной рекламы края за счет бренда «Курорты Краснодарского края»;
- 3) усиления политики кадровых решений, путем обучения работников сферы комплексного обслуживания в индустрии туризма.

### Литература:

1. Официальный сайт Федерального агентства по туризму [Электронный ресурс] URL: <https://www.russiatourism.ru> (дата обращения 13.11.2018г.)
2. Официальный сайт Министерства курортов, туризма и олимпийского наследия Краснодарского края [Электронный ресурс] URL: <http://www.krasnodar.ru/content/560/show/42926/> (дата обращения 13.11.2018г.)
3. Развитие туризма в Краснодарском крае [Электронный документ] URL: <http://region.kuban.info/turizm/rout/Oks> (дата обращения 13.11.2018г.)
4. 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.

## НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛОЯЛЬНОСТИ РАБОТНИКОВ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

А.Д. Веденецкая

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** В данной работе рассматриваются некоторые аспекты, влияющие на формирование лояльности работников гостиничного предприятия.

**Ключевые слова:** лояльность, формирование лояльности, факторы, составляющие, методы формирования лояльности.

Современный менеджмент постулирует к тому, что трудовые ресурсы являются самой большой ценностью и конкурентным преимуществом любой компании. В полной мере это относится к гостиничным предприятиям, так как основным товаром здесь являются услуги, а качество гостиничных услуг непосредственно зависят от профессионализма и качества работников. Профессионализм, квалификация работников и, в конечном итоге, успех работы гостиничного предприятия во многом зависит от степени их закрепления, а эта задача, в свою очередь, решается путем разработки и реализации программ по формированию лояльности работников [1].

Лояльность персонала рассматривается как доброжелательное и уважительное отношение работника к предприятию и его сотрудникам в совокупности, а также осознанное выполнение всех своих рабочих обязанностей в соответствии с целями и задачами данного предприятия, соблюдение норм, правил и обязательств [2].

Лояльные работники более ответственно и заинтересованно выполняют свои обязанности, легче переносят организационные перемены и временные трудности в работе, склонны к саморазвитию и повышению квалификации, высоко мотивированы, служат примером для других сотрудников.

На формирование лояльности работников гостиничного предприятия влияет ряд факторов: прошлый опыт; система личных ценностей; внимание к работнику со стороны руководства и коллег; ощущение своей ценности и нужности для предприятия; чувство гордости и принадлежности; психологический климат в коллективе и др.

Формирование лояльности работников требует определения ее составляющих. К их числу можно отнести: 1) доверие работников к администрации; 2) удовлетворенность трудом именно на этом предприятии; 3) справедливое отношение к работникам со стороны руководителей. Набор методов формирования лояльности работников довольно широк: различные формы оплаты труда и стимулы, компенсирующие затраты труда; методы, направленные на создание и поддержание причастности, вовлеченности работника в общее дело; организационные методы, направленные на развитие карьеры; инвестиции в персонал и др.

Практический опыт показывает, что лояльные работники демонстрируют более эффективные показатели труда, а предприятия тратят меньше средств на подбор, обучение, адаптацию новых сотрудников. Авторы, изучающие вопросы формирования лояльности работников, сходятся во мнении, что лояльные работники активно участвуют в совершенствовании деятельности предприятия и его способности удовлетворять потребности клиентов в качественном обслуживании.

### Литература:

1. Василенко Е.В. Комплексный подход к управлению персоналом на предприятиях общественного питания / Е.В. Василенко, М.В. Лысова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Краснодар, КГУФКСТ, 2018. – Т.1. – С. 110-114.

2. Джум Т.А. Конкурентоспособность услуг как результат стратегического развития ресторано-гостиничного комплекса / Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская // Молодежь – науке [-VIII. Актуальные проблемы туризма, спорта и бизнеса](#): материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. – 2017. – С. 158-161.



## **ФИРМЕННЫЙ СТИЛЬ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ «РЭД РОЯЛ» КАК МЕТОД ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ**

**Е.А. Владимирова**

**Научный руководитель к.п.н., Е.В. Ползикова**

**Аннотация.** Раскрыто понятие фирменного стиля гостиничного предприятия, определена роль фирменного имиджа для предприятия размещения, рассмотрен фирменный стиль гостиничного предприятия «Рэд роял» как метод повышения конкурентоспособности.

**Ключевые слова:** имидж, конкурентоспособность, фирменный стиль, гостиничные предприятия, туристский рынок.

Конкуренция на рынке гостиничного бизнеса с каждым годом набирает обороты, вынуждая предприятия размещения использовать все доступные маркетинговые средства [3]. Но довольно много гостиничных предприятий, которые очень слабо или не грамотно используют такой эффективный способ повышения конкурентоспособности, популярности на рынке и авторитета, как фирменный стиль. Фирменный стиль – это комплекс внешних и внутренних, визуальных и вербальных элементов, при сочетании которых создается неповторимый образ бренда в коммуникациях [2]. Ярким примером фирменного стиля можно определить предприятие размещения – гостиницу «Рэд роял». Фирменный стиль данного предприятия выполняет целый комплекс определенных функций:

1) имиджевую функцию. Она формирует, а в дальнейшем поддерживает образ организации, эта функция отличается своей индивидуальностью, оригинальностью и узнаваемостью и как следствие повышает престиж продукта;

2) идентификационную функцию, которая подчеркивает неповторимость предприятия размещения, его уникальность, определяя статус отеля, преимущественно, среди конкурентов, показывающий его индивидуальный фирменный стиль, который в памяти покупателей переходит на продукт предприятия и, в особенности, обширно применяется в их рекламной деятельности;

3) дифференцирующую функцию, которая помогает гостиничному предприятию выделяться среди конкурентов, отличая его рекламу и продукты из общей массы сходных или аналогичных предложений.

Создание индивидуального имиджа формирует у организации особый прочный, стабильный и моментально узнаваемый образ, который заинтересует не только партнеров или контактную аудиторию, но и еще не ознакомленных с деятельностью компании потенциальных покупателей [1].

### **Литература:**

1. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.

2. Кравченко К.С. Совершенствование системы дополнительных услуг в гостинице "villa marina"/ Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий материалы II международной научно-практической конференции. / К.С. Кравченко, М.В. Коренева. – 2018. – С. 238-240.

3. Рожков, И. Имидж России. Ресурсы. Опыт. Приоритеты / И. Рожков, В. Кисмерешкин. – М.: Рипол Классик, 2015. – 368 с.

## ФОРМИРОВАНИЕ ФИРМЕННОГО СТИЛЯ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

Е.А. Владимирова

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** В связи с ростом конкуренции на рынке гостиничных услуг формирование фирменного стиля гостиничного предприятия позволяет определить индивидуальный образ, отличающий его от конкурентов и влияющий на узнаваемость предприятия у потребителей.

**Ключевые слова:** фирменный стиль, бренд-бук, имидж, позиционирование.

Идентификация продукции зародилась издавна, и сегодня существует множество определений фирменного стиля. Изучение различных подходов к определению понятия «фирменный стиль» позволило нам сделать вывод о том, что фирменный стиль гостиничного предприятия – основное средство формирования имиджа или образа предприятия, в котором участвуют все виды рекламы и PR. Наличие фирменного стиля улучшает отношение потребителя к гостинице; воспринимается как своего рода гарантия качества товаров и услуг; помогает закрепить желательные для предприятия потребительские предпочтения; повышает эффективность рекламы; позволяет экономить средства.

**Задача фирменного стиля** – сформировать у клиентов гостиничного предприятия стойкие положительные ассоциации с этой гостиницей, поэтому при формировании фирменного стиля используются различные его элементы: товарный знак (бренд, марка), слоган, фирменный блок, лозунг, логотип, информационный дизайн, внешний облик сотрудников [1].

Гостинично-ресторанный комплекс «Монарх» (ГРК) в г. Краснодар – гостиница категории 4\*, внешнее оформление и внутреннее убранство которого выдержаны в стиле барокко. Сочетая в себе вычурные резные потолки и обилие дорогих тканей, интерьер гостиницы выдержан в общей манере современности. Дизайнеры, на наш взгляд, решили непростую задачу – совместили европейские ценности и российский колорит. В оформлении холла гостиницы, номерного фонда, общественных помещений, банкетных залов ГРК «Монарх» преобладают светлые тона и золотой цвет, что является единым цветовым решением всего интерьера предприятия. Логотип ГРК, информационные материалы, фирменная одежда сотрудников также дополняют единый фирменный стиль.

Одним из важных мероприятий при формировании и дальнейшем совершенствовании фирменного стиля гостиничного предприятия, на наш взгляд, является создание бренд-бука. Бренд-бук — руководство, которое содержит описание и корпоративные правила использования фирменного стиля и всех его элементов [2]. Разработка и реализация задач по внедрению бренд-бука в деятельность ГРК «Монарх» позволит гостиничному предприятию создавать различные материалы: фирменную одежду для персонала; буклеты; информационные указатели; информационные папки; меню для баров и ресторанов; сувенирную продукцию; косметические и гигиенические наборы для номеров и др.

Практический опыт показывает, что бренд-бук служит практическим пособием фирмы по использованию и продвижению бренда, он создает комплексную, сформированную картину бренда при проведении различных мероприятий по продвижению своей продукции на рынке рекламных и PR-кампаний. Таким образом, бренд-бук – это один из инструментов фирменного стиля гостиничного предприятия, который в комплексе позволяет эффективно позиционировать его на рынке.

### Литература:

1. Кусков А.С. Гостиничное дело: учебное пособие / А.С. Кусков. – Москва: Дашков и К, 2013. – 328 с.

2. Джум Т.А. Конкурентоспособность услуг как результат стратегического развития ресторанно-гостиничного комплекса / Т.А.Джум, Е.Л.Заднепровская // Молодежь – науке - VIII. Актуальные проблемы туризма, спорта и бизнеса: материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. 2017. С. 158-161.

3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

**МАРКЕТИНГОВЫЙ АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ САЙТА ТУРИСТСКОГО  
ПРЕДПРИЯТИЯ****Г.Г. Гаданова****Научный руководитель доцент О.В. Шпырня**

**Аннотация.** В этой работе описана важность маркетинговых исследований для предприятий индустрии туризма на современном этапе. Рассматривается значение официального сайта туристской фирмы как основы успешного продвижения на рынке туристских услуг.

**Ключевые слова:** маркетинговый анализ, маркетинговые исследования, туризм, туристская фирма, сайт.

Ежедневно уровень конкуренции на рынке туристских услуг возрастает. С целью сокращения уровня риска туристские фирмы должны располагать надежной, объективной и своевременной информацией. Компаниям необходимо не только знать потребности клиентов на данный момент времени, но и правильно оценить состояние и конъюнктуру развития рынка, проанализировать деятельность конкурентов, разработать стратегии сбыта товара и т.д. Каждая туристская фирма должна быть в курсе любых изменений на рынке, отслеживать их и принимать решения на основе своих интересов и интересов клиентов. Для этого существуют маркетинговые исследования. Они направлены на систематический сбор, обработку и анализ данных относительно определенной ситуации на рынке [3].

Благодаря высококлассному и квалифицированному проведению маркетинговых исследований туристская фирма может объективно дать оценку собственным рыночным способностям, а также подобрать направления работы, в которых результат будет максимально выигрышным, а риски будут минимальны. Применение научных способов осуществления маркетинговых исследований позволяет фирме лучше приспособиться к активным переменам ситуации на рынке туристских услуг и создавать стратегии отчетливых возможностей работы предприятия [1].

Основой успешного продвижения на рынке туристских услуг является информационная база, которая способна предоставить всю необходимую информацию о турпродукте. Только официальный сайт туристской фирмы является тем необходимым интернет-ресурсом как для клиентов фирмы, так для туристских компаний. Безусловно, проведение рекламной кампании возможно без наличия интернет-сайта, но говорить об эффективной работе турфирмы не получится. Наличие официального сайта – это один из критериев доверия клиентов, возможность преследования имиджевых целей.

Интернет-сайт для туристской фирмы – бесплатный информационный ресурс, доступный круглосуточно, предоставляющий актуальные сведения посетителям в неограниченном объеме, позволяющий получить мгновенную обратную связь. Создание сайта для туристских фирм является необходимым условием для работы предприятия. А для успешного функционирования и привлечения потенциальных клиентов оно должно быть удобным, красочным и качественным. Сайт для компании – это не просто возможность привлечения новых клиентов, но и инструмент, позволяющий проводить онлайн-консультацию круглосуточно, а также принимать заказы [2].

**Литература:**

1. Печеницина В.Н. Комплекс маркетинговых коммуникаций туристского предприятия в Интернет / В.Н. Печеницина, О.В. Шпырня // Туристско-рекреационный комплекс в системе регионального развития Материалы VI Международной научно-практической конференции. – 2018. – С. 340-342.

2. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л., Шпырня О.В., Поддубная Т.Н., Самсоненко Т.А., Джум Т.А., Коренева М.В., Ползикова Е.В., Еремина Е.А., Кружков Д.А.,

Юрченко А.А., Василенко Е.В., Василиади А.Г., Иванова И.С. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.

3. Шпырня, О. В. Тенденции развития комплекса маркетинговых коммуникаций туристских предприятий в Интернете / О. В. Шпырня, В. Н. Печеницина // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 138-140.

4. Шпырня О.В. Использование Internet-технологий в реализации услуг туристского агентства / О.В. Шпырня, А.А. Савченко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 141-143.

## НАКОПИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА КАК ИНСТРУМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ ЛОЯЛЬНОСТИ КЛИЕНТОВ ГОСТИНИЦЫ

А.В. Гаспарян

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** Современные гостиничные предприятия, действующие в условиях все более жесткой конкуренции, применяют различные инструменты формирования лояльности клиентов, в том числе накопительную систему.

**Ключевые слова:** гостиница, лояльность клиентов, инструменты формирования лояльности, накопительная система.

Актуальность данной темы предопределена тем, что ориентация на потребителя и решение задач по формированию лояльности клиентов рассматриваются в настоящее время как маркетинговый актив любого современного предприятия туристской индустрии [1].

Проведение мероприятий по формированию лояльности клиентов гостиниц предполагает личные и информационные взаимосвязи между предприятием и потребителем посредством вовлечения последнего в деятельность гостиницы. Лояльность клиентов приводит к появлению психологически-эмоционального чувства привязанности, что дает гостинице определенные преимущества [3].

Каждая гостиница имеет возможность выбирать свои инструменты формирования лояльности среди большого их разнообразия, используемого в практике гостиничных предприятий. Все более популярным и эффективным инструментом являются накопительные системы. В самом простом варианте такая система представляет собой начисление баллов за размещение в гостинице и пользование ее услугами. В дальнейшем гость на зачисленные баллы может воспользоваться некоторыми платными дополнительными услугами бесплатно.

Накопительную систему баллов широко используют такие мировые гостиничные цепи, как Marriott, Carlson, Hilton, Hyatt, Ibis, Four Seasons Hotels and Resorts и др., а также российские гостиничные цепи ГОСТ Отель Менеджмент, Amaks, Azimut, Heliopark Hotels & Resorts, Crownwell Hotels & Resorts. Российская практика сегодня имеет множество примеров применения накопительной системы и малыми гостиницами с целью формирования лояльности клиентов [2].

Например, отель «Премьер» в городе Краснодаре предлагает своим гостям участие в накопительной программе на следующих условиях: к программе допускаются лица, достигшие совершеннолетия; если два члена программы планируют снять один номер, то бонусы получает лишь тот, на которого зарезервирован номер; клиенты получают баллы за проживание, которые они могут потратить не только на бесплатное размещение в дальнейшем, но и на питание и другие услуги гостиницы. Правила вступления в программу доступны для понимания гостей. Клиенты отеля «Премьер» имеют возможность доступа к информации о состоянии своего бонусного счета, регулярно получают информацию о событиях программы.

Как показывает практический опыт, применение накопительной системы, являясь эффективным инструментом формирования лояльности клиентов, способствует повышению удовлетворенности потребителей и росту доходности российских гостиниц [2].

### Литература:

1. Василенко Е.В. Ориентация на потребителя как маркетинговый актив туристских предприятий / Е.В. Василенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – т.1. – С. 62-64.

2. Джум Т.А. Конкурентоспособность услуг как результат стратегического развития ресторано-гостиничного комплекса / Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская // Молодежь – науке -VIII. Актуальные проблемы туризма, спорта и бизнеса: материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. – 2017. – С. 158-161.

3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

## ГОРОДСКОЙ ДИЗАЙН КАК ВАЖНЫЙ ФАКТОР ТУРИСТСКОГО ГОСТЕПРИИМСТВА

З.В. Гишаева

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В работе рассмотрены элементы городского дизайна как важного фактора туристского гостеприимства и легкоузнаваемого бренда.

**Ключевые слова:** городской дизайн, малые архитектурные формы, узнаваемый бренд, гостеприимство.

С целью формирования конкурентоспособного туристского бренда, как на региональном, так и на глобальном уровне, а также создания легкоузнаваемого имиджа, современному городу необходим некий образ, который стал бы для многих туристов интересным, привлекательным, а значит и гостеприимным. Отметим, что городское гостеприимство должно не только подтверждать, но и превосходить многие ожидания туристов с помощью неповторимости городского дизайна, системы уникальных архитектурных и парковых объектов, создающих незабываемый облик городской среды.

Разнообразные элементы городского благоустройства (вазоны, урны, скамьи) являются важной частью городского архитектурного и паркового ансамбля, являются информационной и эстетической характеристиками городской местности. С целью аттрактивности городской местности данные элементы должны быть обеспечены архитектурным дизайнерским освещением и колористическим решением, которое бы вписывалось в общую картину устоявшейся городской среды. Дизайнерское оформление подобных элементов должно учитывать историю города, нести некий смысловой акцент - например, скамья мира. Дизайн может быть авторской идеей и выступать в качестве эксперимента в организации общественного городского пространства.

Одним из современных направлений в дизайне городской местности является экологический дизайн, в основе которого лежит использование природных натуральных материалов - природного камня, посадочного биоматериала. При этом, экологический городской объект должен иметь и внутренний смысл и эстетические пропорции для эстетического восприятия объекта.

Городская среда, обогащённая дизайном и системой туристской навигации, становится более привлекательной для путешественников и создаёт необходимые условия для продвижения города как рыночного туристского объекта. Отметим, что продвижение города «как товара» очень близко по смыслу и действиям с продвижением коммерческой фирмой собственных товаров. Поэтому важнейшим фактором в развитии гостеприимства любого города является создание единой системы туристской навигации и повышение качества современной городской среды средствами городского и ландшафтного дизайн, малыми архитектурными формами и элементами благоустройства.

Таким образом, с целью повышения туристской привлекательности города, формирования гостеприимной городской среды необходима разработка целевой программы развития комплексного благоустройства территории, включающей разработку системы мероприятий по созданию современной навигационной системы в городе, организации комфортных пешеходных зон и мест отдыха, установки малых архитектурных форм, модернизации освещения.

### Литература:

1. Бардадым В.П. Архитектура Екатеринодара: [очерки] / В.П. Бардадым – Краснодар: Лебедев Ю.Ю., 2009. – 399 с.
2. Заднепровская Е.Л. Бренд и брендинг территории как основа территориального развития / Е.Л. Заднепровская, Т.А. Самсоненко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского

государственного университета физической культуры, спорта и туризма, 2017. – № 1-1. – С. 113.

3. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.



## РАЗВИТИЕ ТУРИСТСКИХ МАРШРУТОВ ГТО В ПРИРОДНЫХ РЕКРЕАЦИОННЫХ ЗОНАХ КУБАНИ

В.С. Голицина

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В работе рассмотрено развитие туристских маршрутов ГТО в природных зонах Кубани, их значение для сохранения уникальной природы края.

**Ключевые слова:** экологический туризм, нормативы ГТО, экологическое просвещение.

Бережное отношение к природе, сохранение биологического и ландшафтного разнообразия Кубани, охрана окружающей среды от различных негативных антропогенных воздействий – главные требования экологического равновесия. Экологический туризм полностью соответствует экологическим и социальным требованиям, повышает культуру туриста, выполняет просветительскую функцию.

В Краснодарском крае постоянно проводятся различные экологические мероприятия, в том числе отмечаются Всемирный день окружающей среды и День эколога в России. 5 июня 2018 года в экологически благоприятном районе города Краснодара «Урочище Красный Кут» открылся первый туристский маршрут ГТО на длинные дистанции.

В нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне!» входит множество нормативов, в том числе и норматив «Туристский поход с проверкой туристских навыков». Три проложенных туристских маршрута по природной территории на 5, 10 и 15 км и относятся к указанному нормативу. Поход по маршруту ГТО имеет определенные организационные ограничения: туристская группа должна насчитывать не более 15 человек, ее должен сопровождать не только судья ГТО, но и специалист государственного казенного учреждения Краснодарского края «Управление особо охраняемыми природными территориями Краснодарского края».

Во время похода проверяются не только туристские навыки по установке палатки, укладке туристского рюкзака, вязке различных узлов, но и специальные экологические знания туристов – по основам охраны природных территорий и пожарной безопасности, сбору мусора, восстановлению природной среды на местах разведения костров, навыкам первой медицинской помощи и др.

Подобный поход позволяет удовлетворить потребности участников в общении с природой, изучении ими уникальных свойств разнообразных природных объектов, минимизировать отрицательное влияние на окружающую среду, содействовать сохранности природных памятников.

Выводы. Развитие экологического туризма, в том числе туристских маршрутов ГТО, способствует не только сохранению биологического разнообразия природы, но и экологическому просвещению населения.

### Литература:

1. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.
2. Минченко В.Г. Территориальная система природопользования как основа развития туризма в Краснодарском крае / В.Г. Минченко, Е.Л. Заднепровская // Современные проблемы сервиса и туризма. – 2017. – Т. 11. – №4. – С. 68-77.
3. Поддубная Т.Н. Спортивный туризм как средство рекреации / Т.Н. Поддубная, С.В. Голубан // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 2. – С. 203-205.
4. Ползикова Е.В. Методы продвижения экстремальных туров / Е.В. Ползикова, М.В. Коренева, Я.А. Розовик // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 33-34.

## АКТУАЛЬНОСТЬ МАРКЕТИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В ГОСТИНИЧНОМ БИЗНЕСЕ

А.Г. Гончарова

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** В современных условиях обеспечить конкурентоспособность предприятий сферы гостиничного бизнеса возможно, реализуя маркетинговый план, разработанный на основе маркетинговых исследований.

**Ключевые слова:** гостиничный маркетинг, маркетинговые исследования, маркетинговый план.

Среди целей, которые сегодня ставят предприятия гостиничного бизнеса, наиболее важной можно считать обеспечение конкурентоспособности гостиничного предприятия. Высокий уровень конкурентоспособности свидетельствует об успешном функционировании предприятия на рынке гостиничных услуг, что во многом обеспечивается с помощью гостиничного маркетинга [3].

В настоящее время существует довольно много определений маркетинга применительно к гостиничному бизнесу. В частности, французские ученые Ланкар и Олье рассматривают гостиничный маркетинг как последовательность основных методов, выработанных для исследования, анализа и решения поставленных задач для достижения целей гостиничного предприятия.

Практический опыт подтверждает, что только на основе постоянного анализа и использования маркетинговой информации у гостиничного предприятия появляется возможность разработки долговременной стратегии и реализации маркетингового плана. Поэтому актуальность маркетинговых исследований в сфере гостиничного бизнеса очевидна [1].

Основными объектами маркетинговых исследований в гостиничном бизнесе являются спрос и предложение гостиничных услуг, а также емкость рынка, состояние внешней и внутренней среды предприятия, сегменты рынка, поведение поставщиков и посредников, конкурентов, уровень доходов, изменение цен; каналов продвижения, методов стимулирования и т.д. [2].

В гостиничном комплексе «Имеретинский» (г. Сочи) маркетинговая служба определяет направления и объем актуальных маркетинговых исследований, исходя из стратегии своего развития и текущего положения на рынке гостиничных услуг города-курорта Сочи. С помощью маркетинговых исследований в ГК определяют, какие дополнительные сервисы необходимо организовать, как разрабатывать и реализовать эффективную ценовую, рекламную, ассортиментную политику, как привлечь клиентов, каким образом повысить качество обслуживания гостей. На предприятии проводится исследование различных групп потребителей, поставщиков туристов, конкурентов, анализ расходов клиентов, влияние фактора сезонности. Для проведения маркетинговых исследований в ГК «Имеретинский» широко используют методы сегментации рынка, позиционирования, статистики, SWOT-анализа, прогнозирования, модель жизненного цикла продукции и др.

Умелое применение этих методов ведет к повышению загрузки гостиничного комплекса, росту его доходов и достижению стратегической цели деятельности предприятия – занятию лидирующих позиций на рынке гостиничных услуг города-курорта Сочи.

### Литература:

1. Величко Н.Ю. Необходимость управления маркетингом на предприятиях гостинично-туристского комплекса / Н.Ю. Величко // Экономика и управление в XXI веке. – 2015. – №2. – С. 49-62.

2. Голубков Е.П. Маркетинговые исследования: теория, методология и практика: учебное пособие / Е.П. Голубков. – М.: Финпресс, 2015. – 348 с.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

## ОСНОВНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В РАЗВИТИИ ГОСТИНИЧНЫХ УСЛУГ

К.О. Грушицина

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В тезисе рассмотрены современные тенденции предоставления услуг малыми предприятиями гостиничного бизнеса, факторы повышения привлекательности гостиничных услуг.

**Ключевые слова:** гостиничные услуги, гостиничный бизнес, потребитель.

Гостиничный бизнес с момента зарождения и развития как сектор экономики включал не только услуги проживания, но и услуги доставки корреспонденции, питания, ухода за транспортом гостей. В настоящее время спектр дополнительных услуг гостиничного предприятия заметно расширился.

Рассмотрим основные современные требования потребителя к спектру дополнительных услуг в отеле малой вместимости:

1. Наличие Интернета. Совсем недавно Интернет стал одной из самых важных потребностей в жизни человека, так как благодаря «сети» человек может общаться, получать информацию, управлять своими финансами и многое другое.

Глобальные системы бронирования также стали неотъемлемой частью жизни современного гостя. В целях безопасности и комфорта во многих отелях используются интеллектуальные замки, идентифицирующие клиента по радужной оболочке глаза или отпечаткам пальцев; система приема цифровых заказов от клиента, основанная на вмонтированной в стол сенсорной панели; выносная панель аудио-, видеоразъемов (Connectivity Panel) – устройство, которое позволяет клиенту подключать свое оборудование и многое др.

2. Наличие зоны для ланча. Специальные зоны для ланча влияют не только на выбор потенциального потребителя в пользу отеля, но и значительно облегчают работу персонала. В эпоху популярности неличного общения людям зачастую хочется самостоятельно сделать себе кофе или набрать в бутылочку питьевой воды, при этом не взаимодействуя с персоналом отеля.

3. Прокат велосипедов. Все чаще люди стали задумываться об экологии и именно по этой причине выбор многих связан с электроавтомобилями, электросамокатами и велосипедами. Как самый бюджетный вариант для отеля, велосипед является самым выигрышным и для гостей.

4. Аппарат для чистки обуви. Среди туристов, особенно путешествующих с деловыми целями, для которых дресс-код имеет важнейшее значение, аппарат для чистки обуви, включающий несколько видов щеток и даже черную краску для ботинок, часто пользуется вниманием.

Для нужд людей с ограниченными возможностями в соответствии с СП (свод правил) 59.13330.2016 «Доступность зданий и сооружений для маломобильных групп населения» в местах временного проживания людей 5% номеров (при условии, если гостиничных номеров больше 20) должно быть приспособлено для людей с ограниченными возможностями.

Таким образом, включая в перечень услуг даже самые бюджетные услуги, отель демонстрирует потенциальным потребителям свое трепетное отношение. Такой отель будет получать только положительные отзывы и благодарности от гостей.

### Литература:

1. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л., Шпырня О.В., Поддубная Т.Н., Самсоненко Т.А., Джум Т.А., Коренева М.В., Ползикова Е.В., Еремина Е.А., Кружков Д.А.,

Юрченко А.А., Василенко Е.В., Василиади А.Г., Иванова И.С. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.

2. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ НАРОДНОЙ КУЛЬТУРЫ В АНИМАЦИОННОМ СЕРВИСЕ

С.Д. Девдариани

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** Рассматриваются анимационные программы с использованием элементов фольклора для привлечения и ознакомления туристов с местными традициями и обычаями народов Кубани.

**Ключевые слова:** народная культура, фольклор, праздник, анимационные программы, зрелищно-развлекательные мероприятия.

Народная культура – это собирательное понятие, которое включает все культурные пласты разных эпох до настоящего времени.

Фольклор как часть народного искусства способствует глубокому воздействию на мир человека, обладает познавательной, нравственной, эстетической ценностью [2]. Имеет огромный потенциал преемственности и возможность воздействия на воспитание патриотических чувств и, в свою очередь, является одним из локомотивов при позиционировании территории на основе поведения различных мероприятий (ярмарки, фестивали, календарные религиозные и государственные праздники).

При составлении анимационных программ с элементами народной культуры необходимо помнить, что Кубань является многонациональным краем, со своей культурой, потребностями и интересами разных национальностей [3]. Рыночные отношения стали одним из важных рычагов прогресса туристской индустрии.

Особенностью проведения современных праздников (государственных, спортивных, религиозных и т.д.) стало включение любых форм реализации традиций, которые повышают степень привлекательности территории, кубанского народа, его культуры для туризма.

В г. Краснодаре на протяжении тридцати лет проходит фестиваль фольклора и национальных культур «Золотое яблоко», «Кубань хлебосольная», благодаря которым фольклор оживает на сцене, возникает связь поколений. Это очень важно. Пока традиции народа живы, он непобедим.

Большая роль хозяйственно-календарных праздников обусловлена событийностью их в жизни населения. Личное участие посетителей в хороводах, конкурсах и играх является привлекательным при посещении фольклорных праздников. Необходимо хорошо продумать, какие фольклорные формы необходимо использовать в планировании анимационной программы, чтобы туристы смогли получить всю необходимую информацию, ощутить значение исторического события, принять участие в зрелищно-развлекательном мероприятии [1].

В следствии использования фольклора в тандеме с другими факторами в анимационных программах, можно динамичнее реализовывать социально-культурный и экономический потенциал регионов, усиливать их туристскую привлекательность.

### Литература:

1. Борисова Е.И. Роль карнавалов в досуговой деятельности / Е.И. Борисова, А.А. Юрченко // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 109-110.

2. Ермак В.В. Музыкальные фестивали и концерты в России и за рубежом как форма событийного туризма / В.В. Ермак, А.А. Юрченко // Человек и современный мир. – Владивосток: ООО «Эксперт-наука», 2018. – № 9(22). – С. 47-50.

3. Немцова В.О. Этнографический туризм. Национальные особенности народов Кубани / В.О. Немцова, А.А. Юрченко // Материалы Всероссийской науч.-практ. конф.

«Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт» (14 апреля 2016 года). Т. 2 - Краснодар, 2016. – С. 53-57.

4. Василенко Е.В. Факторы повышения аттрактивности курорта / Е.В. Василенко// Туристско-рекреационный комплекс в системе регионального развития: материалы VI Международной научно-практической конференции. – 2018. – С. 12-15.

## СЕГМЕНТАЦИЯ ТУРИСТСКОГО РЫНКА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

А.Ю. Деточка

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** На сегодняшний день ни одно туристское предприятие не может обойтись без сегментирования рынка, не является исключением и турагентство «1001 Тур», которое использует микросегментацию на рынке туристских услуг Краснодарского края.

**Ключевые слова:** сегментация, турагентство «1001 Тур», признаки сегментации, сегментация туристского рынка Краснодарского края.

Эксперты ЮНВТО выделяют 4 сегмента туристского рынка, основываясь на комбинации двух социально-экономических признаков: уровне дохода и уровне образования [1].

Признак – это способ выделения данного сегмента на рынке. В туризме основными признаками сегментации являются:

- географические;
- демографические;
- социально-экономические;
- психографические;
- поведенческие [3].

Существует 6 типов сегментации: макросегментация, микросегментация, сегментация вглубь, сегментация вширь, предварительная сегментация и окончательная сегментация. В нашем исследовании турагентства «1001 Тур» особое значение имеет микросегментация, так как она предполагает формирование групп сегментов (потребителей) одной страны или региона по более конкретным признакам.

В процессе проведения исследования нами были выявлены следующие выводы:

1. Была проанализирована учебная литература по вопросам сегментации туристского рынка Краснодарского края.

Сегментирование рынка представляет собой разделение его на группы покупателей, для каждой из которых требуется особый, индивидуальный подход.

2. Изучены признаки и критерии сегментации туристского рынка Краснодарского края.

Признаки и критерии сегментирования туристского рынка призваны упростить работу туристских организаций, так как они позволяют конкретизировать, какие услуги и для какой группы покупателей могут быть интересны, обеспечивая эффективное применение сегментации при любых условиях [2].

3. Была рассмотрена сегментация туристского рынка Краснодарского края как основная маркетинговая стратегия фирмы «1001 Тур».

Под основной маркетинговой стратегией мы рассмотрели здесь не весь комплекс сегментации туристского рынка края, а наиболее популярные туристические направления в крае в принципе, аргументируя это как один из наиболее выгодных и эффективных методов работы для «1001 Тур».

### Литература:

1. Драчева М.А. Повышение эффективности продаж в сфере внутреннего туризма на примере Краснодарского края / М.А. Драчева, О.В. Шпырня // Материалы XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – С. 112-113.

2. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л., Шпырня О.В., Поддубная Т.Н., Самсоненко Т.А., Джум Т.А., Коренева М.В., Ползикова Е.В., Еремина Е.А., Кружков Д.А.,



Юрченко А.А., Василенко Е.В., Василиади А.Г., Иванова И.С. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269с.

3. Шпырня О.В. Состояние и перспективы развития туризма в Краснодарском крае / О.В. Шпырня, М.В. Говоров, Д.А. Дёмин // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2016. – Т. 2. – С. 50-52.

4. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ОБСЛУЖИВАНИЯ ТУРИСТОВ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ ПИТАНИЯ ВНЕ ДОМА

А.И. Думнов

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** Рассматривается важность организации обслуживания клиентов на предприятиях питания вне дома в туристской индустрии.

**Ключевые слова:** услуги питания, предприятия питания, методы обслуживания.

Стремительное развитие туристской индустрии приводит к тому, что с каждым годом появляется все больше и больше новых предприятий общественного питания, которые конкурируют между собой за каждого клиента, а так как индустрия туризма совершенствуется постоянно, эти новшества не обходят стороной и предприятия питания. Услуги питания являются системообразующими в туристской индустрии, соответственно во время путешествия они будут решающими для удовлетворения потребностей туриста. Для туристской индустрии, в настоящее время, характерны такие типы предприятий питания, как: кафе, бар, ресторан, а также туристы обеспечиваются питанием не только в этих местах, но и в поездках до места показа или места пребывания [2]. В соответствии с этим, предприятия питания предлагают туристам различные услуги и различные варианты обслуживания.

Традиционными вариантами обслуживания туристов на предприятиях питания в месте пребывания являются: обслуживание «а ля карт», «а парт», «табльдот», «шведский стол».

Дополнительными услугами, которые окажет предприятие питания туристу, могут являться: проведение торжеств, банкетов, питание в номере гостиницы, наличие мини-бара в номере или приготовление пищи на вынос [1].

Схема обеспечения питания туристов в ресторанах, кафе, столовых и других местах общественного питания, напрямую будет зависеть от вида тура, возрастной категории туристов, а также условий, которые прописаны в путевке туристов.

При организации питания туристов, в частности иностранных, стоит учитывать их исторически сложившиеся особенности, а также религиозные мотивы в пище, мотивы продиктованные экономическим, географическим, и политическим положением их родной страны [1].

Можно сделать вывод о том, что различные нюансы и методы обслуживания клиентов на предприятиях питания вне дома продиктовано тем, что процесс приема пищи является не только физиологической потребностью человека, но играет огромную роль в удовлетворении его эстетических, социальных и духовных потребностей.

### Литература:

1. Джум Т.А. Специфика малого бизнеса в сервисной практике / Т.А. Джум, А.А. Юрченко, Ю.Б. Рагер // Социально-экономические аспекты развития современного общества в постсолидарный период: материалы Всерос. науч.-практ. конф. – Пятигорск: ИП Бугаев Издательство «Е-lit». – С. 137-145.

2. Белушенко В.С. Организация службы питания в номерах гостиничного предприятия как фактор позиционирования гостиничных услуг /В.С. Белушенко, А.А. Юрченко // Туризм: гостеприимство, спорт, индустрия питания: материалы Всерос. науч.-практ. конф., г. Сочи, 21-23 октября 2015 г. – Сочи: РИЦ ФГБОУ «СГУ», 2015. – С. 107-110.

3. Василенко Е.В. Комплексный подход к управлению персоналом на предприятиях общественного питания / Е.В. Василенко, М.В. Лысова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. 2018. Т. 1. С. 110-114.

4. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л., Шпырня О.В., Поддубная Т.Н., Самсоненко Т.А., Джум Т.А., Коренева М.В., Ползикова Е.В., Еремина Е.А., Кружков Д.А., Юрченко А.А., Василенко Е.В., Василиади А.Г., Иванова И.С. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с

## ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ТУРОПЕРАТОРА И ТУРАГЕНТА ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ЭКСКУРСИЙ

А.И. Думнов

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** Взаимодействие туроператора и турагента обеспечивает качественную организацию экскурсионной деятельности.

**Ключевые слова:** туроператор, турагент, турпродукт, экскурсионная деятельность.

В настоящее время на туристическом рынке существует два основных субъекта, взаимодействующих с туристами, – туроператор и турагент. Туроператор, занимаясь разработкой туристских маршрутов и комплектацией туров, взаимодействует с турагентами как с посредниками при продвижении и реализации турпродукта, удовлетворяющего потребности туристов.

Турпродукт как комплекс товаров и услуг туристского характера включает в себя экскурсионные услуги, которые являются составной частью практически любого тура. Экскурсионные услуги предоставляются экскурсионными фирмами, которые, в свою очередь, взаимодействуют с поставщиками туристов и экскурсантов – туроператорами и турагентами. Таким образом, в организованной экскурсионной деятельности участвуют туроператорские, турагентские и экскурсионные фирмы [1]. Туроператор изучает потребности туристов и экскурсантов, составляет экскурсионные программы, взаимодействует на договорной основе с экскурсионными фирмами и музеями, устанавливает цены на свои услуги, продвигает экскурсионные услуги посредством рекламно-информационной деятельности и т.п. Турагент, напрямую общаясь с туристами, собирает и анализирует информацию о популярности тех или иных экскурсий, о качестве экскурсионных услуг, может вносить предложения туроператору по совершенствованию экскурсионной деятельности.

Экскурсионные фирмы предоставляют экскурсионные услуги в местах временного пребывания туристов, объединяя в экскурсионную программу услуги зрелищных организаций, транспортных предприятий, музеев и др. Таким образом, взаимодействие этих фирм направлено на удовлетворение познавательных интересов туристов и экскурсантов.

Туристское агентство ООО «Best-TYP» (г. Краснодар) одной из целей своей деятельности считает качественное обслуживание клиентов, подбирая для туристов самые интересные экскурсии от проверенных туроператоров. Таким надежным партнером является туроператор «РАС Group», который работает на рынке экскурсионного туризма с 1990 года, имеет собственные службы профессионально подготовленных гидов и экскурсоводов, предлагает как классические маршруты, так и эксклюзивные, тематические и праздничные программы. «РАС Group» предоставляет широкий спектр экскурсионных программ в зарубежных поездках, а также на внутренних маршрутах по России, например, «Красавица Москва» (Москва), «Четыре истории» (Калининград), «Здравствуй, Казань!» (Казань), «Многоликий Петербург» (Санкт-Петербург), «Город забытого имени» (Крым), «Дивеево – православная Мекка России» (Нижний Новгород), «Весь Сочи за 8 часов» (Сочи), экскурсионные программы по «Золотому кольцу» России и др. [2].

Таким образом, взаимодействие туроператоров и турагентов обеспечивает качественную организацию экскурсионной деятельности как важного компонента туристской индустрии.

### Литература:

1. Василенко Е.В. Состояние экскурсионной деятельности в городе Краснодаре / Е.В. Василенко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт // Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием (20 апреля 2017г.). – Краснодар, КГУФКСТ, 2017. – 352 с.

2. Официальный сайт «РАС Group». – [Электронный документ] URL <http://pac.ru/>  
(дата обращения 12.07.2018)

3. Экскурсионный потенциал Краснодарского края и Республики Адыгея как фактор формирования привлекательности региона: коллективная монография / Минченко В.Г., Поддубная Т.Н., Заднепровская Е.Л., Коренева М.В., Еремина Е.А., Шпырня О.В., Ползикова Е.В., Кружков Д.А., Василенко Е.В., Кучеренко И.М., Луганская Ю., Васильева В., Кузнецова В., Немцова В., Осипенко Т., Чувичкина Ю. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 234 с.

## **ЗНАЧИМОСТЬ ПРЕДПРИЯТИЙ ПИТАНИЯ В КОМПЛЕКСНОМ ТУРИСТСКОМ ОБСЛУЖИВАНИИ**

**А.И. Думнов**

**Научный руководитель доцент А.А. Юрченко**

**Аннотация.** Рассмотрена важность предприятий питания в структуре комплексного обслуживания в туристской индустрии.

**Ключевые слова:** услуги, питание и размещение, турист, предприятия питания.

В жизни современного человека большую роль играют туристская индустрия, предприятия общественного питания, которые помогают человеку отвлечься от повседневной суеты и в свою очередь выполняют рекреационную и психотерапевтическую функцию. Огромную помощь в реализации этих функций в туристской индустрии играют предприятия питания, ведь в современном обществе питание позволяет решить не только биологическую потребность человека в пище, но и социальную, т.е. общение с партнером-сотрапезником.

Услуги питания, как и услуги размещения, являются системообразующими в комплексном обслуживании в туристской индустрии, соответственно во время путешествия эти услуги будут решающими для удовлетворения потребностей туриста [1]. Качество услуг, предоставляемых предприятиями общественного питания, будет зависеть от квалификации поваров, официантов, метрдотеля, дизайна интерьера, а также от организации досуга посетителей. Схема обеспечения питания туристов в ресторанах, кафе, столовых и других местах общественного питания напрямую будет зависеть от вида тура, возрастной категории туристов, а также условий, которые прописаны в путевке туристов.

К услугам предприятий питания предоставляются особые требования, когда путешествие людей напрямую связано с питанием, например в гастрономических турах, где должна присутствовать национальная кухня страны пребывания туристов, в состав которой обязательно должны входить самые экзотические блюда и напитки этой страны [1].

Следует отметить, что качество услуг, предоставляемых предприятиями общественного питания, должно соответствовать установленным требованиям законодательства страны, в которой находится данное предприятие, а также предполагаемым требованиям клиента, который будет посещать данное заведение.

Предприятия питания комплексного обслуживания в туризме играют одну из важных ролей наряду с размещением. Если исторические памятники и архитектурные сооружения можно отнести к внешним достопримечательностям, то предприятия питания можно смело относить к внутренним, так как именно пища оставляет самое неизгладимое впечатление у любого туриста.

### **Литература:**

1. Дьяконова М.А. Направления развития гастрономического туризма в России в 2015-2016 годах / М.А. Дьяконова, В.С. Белушенко, А.А. Юрченко // Молодежь - науке-VII. Актуальные проблемы туризма, спорта и бизнеса: материалы Всерос. науч.-практ. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых, г. Сочи, 21-22 апреля 2016 г. – Сочи: РИЦ ФГБОУ «СГУ», 2016. – С. 135-138.

2. Василенко Е.В. Практический опыт продвижения услуг отечественных предприятий общественного питания / Е.В. Василенко, Т.В. Осипенко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 1. – С. 119-123.

**СОВРЕМЕННЫЕ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ЛИНЕЙНОГО ПЕРСОНАЛА ГОСТИНИЧНЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ**

К.А. Дюмина

Научный руководитель к.п.н. Е.В. Ползикова

**Аннотация.** Рассмотрены компоненты, которые должны быть включены в систему подготовки линейного персонала гостиничных предприятий как один из способов усовершенствования деятельности гостиничного предприятия.

**Ключевые слова:** кадры, гостиничное предприятие, повышение квалификации линейного персонала.

Линейный персонал предприятий размещения играет ведущую роль в предоставлении гостиничных услуг. Следует внимательно относиться к подготовке и переподготовке кадров, а также к повышению их квалификации, что окажет благоприятное влияние на весь процесс работы гостиницы в целом. Под повышением квалификации понимается профессиональное обучение, направленное на совершенствование профессиональных знаний, навыков по имеющейся профессии, а также повышение квалификации в профессиональной деятельности [2]. Методика повышения квалификации зависит от того, в какой именно форме будет проводиться обучение. Примером могут быть следующие группы внутреннего повышения квалификации: инструктаж – применяется в случае, когда нужно приобрести навыки на новом рабочем месте; проектная группа, которая коллективно работает над одним проектом; коучинг, при использовании этого метода тренер и обучаемые взаимодействуют, а также налаживают связь между участниками процесса производства; ротация, *то есть* сотрудника переводят внутри компании в другой отдел; наставничество – опыт целенаправленно передается, обучение сотрудника на личном примере; тьюторство – вид наставничества, при котором ведется дискуссия, в процессе которой обучаемый демонстрирует полученные знания; стротеллинг – молодых сотрудников обучают правилам работы, используя историю организации; шэдуинг – суть метода в том, что ведется наблюдение за процессом работы, которое позволяет выяснить, какие стороны в профессиональной подготовке сотрудника слабые, и составить план повышения квалификации, чтобы их удалить. Методы внешнего повышения квалификации: конференции, встречи; лекции – материалы здесь усваиваются пассивно и этот метод сейчас не считают оптимальным, дополняют его другими; тренинг, *в процессе которого* тренер дает определенные инструкции и проверяет, насколько усвоены знания в течение определенного периода времени; интерактивные курсы – знания получают, закрепляют и тестируют при помощи обучающей программы; самостоятельное обучение; кейс-стади – этот метод позволяет решать реальные проблемы производства; деловая игра – суть метода заключается в том, что проблему решает не один человек, а группа обучающихся; баскет-метод – основан на имитации ситуаций, встречающихся в процессе работы. Таким образом, для успешного ведения бизнеса необходимо иметь высококлассный штат сотрудников, компетентных в сфере предоставления гостиничных услуг, имеющих профессиональную подготовку и постоянно повышающих свою квалификацию. Описанные в статье методики позволят всесторонне усовершенствовать работу как персонала, так и всего средства размещения в целом [1].

**Литература:**

1. Асанова И.М. Деятельность службы приема и размещения: учебник для студентов вузов, обучающихся по направлению Туризм / И.М. Асанова, рец.: Н.С. Слиозберг, 2011. – С. 282.
2. Дейнека А.В. Управление персоналом организации: учебник для бакалавров / А.В. Дейнека. – М.: Дашков и К, 2015. – С. 288.
3. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.

## **ПОВЫШЕНИЕ КВАЛИФИКАЦИИ ПЕРСОНАЛА ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ (НА ПРИМЕРЕ ОТЕЛЯ «ОАЗИС»)**

**К.А. Дюмина**

**Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная**

**Аннотация.** Работа раскрывает проблему повышения квалификации персонала гостиничного предприятия, как один из способов совершенствования его деятельности. Содержит обоснование подготовки и переподготовки кадров для повышения эффективности функционирования гостиничной индустрии.

**Ключевые слова:** кадры, средства размещения, квалификация, подготовка.

Стремительный рост туристской инфраструктуры и средств размещения привел к не менее стремительному росту потребностей клиентов в наиболее комфортабельном размещении и полноценном профессиональном обслуживании. Так как персонал играет ведущую роль в предоставлении гостиничных услуг, следует внимательно относиться к подготовке и переподготовке кадров для повышения их квалификации, что окажет благоприятное влияние на весь процесс работы гостиницы в целом [2].

В статье рассматривается понятие системы подготовки и переподготовки кадров, понятие повышение квалификации специалистов и ее методы.

Подготовка кадров – это учение определенным навыкам, посредством получения теоретических знаний, необходимых для применения в конкретной производственной ситуации. В гостиничной индустрии подготовкой кадров занимаются различные специализированные учреждения. Примером данной организации может выступать Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. Переподготовка кадров – это получение новых, дополнительных знаний, умений и навыков в определенной специализации. При переподготовке используются те же формы обучения, что и при подготовке кадров, но в менее продолжительное время. Данной деятельностью занимаются различные учебные заведения, образовательные центры, специализированные институты переподготовки кадров и другие [1]. Под повышением квалификации понимается профессиональное обучение, направленное на совершенствование профессиональных знаний, навыков по имеющейся профессии, а также повышение квалификации в профессиональной деятельности.

Методика повышения квалификации зависит от того, в какой именно форме будет проводиться обучение. Если в пределах компании, то будут использоваться документы, оборудование и материалы, которые сотрудник обычно использует в своей работе [1]. Ниже рассмотрим формы повышения квалификации.

Инструктаж. Применяется в случае, когда нужно приобрести навыки на новом рабочем месте. Проектная группа. Составляется группа, которая коллективно работает над одним проектом. При этом совершенствуются навыки управления, решения проблем коллективно [2]. Коучинг. При использовании этого метода тренер и обучаемые взаимодействуют, а также налаживают связь между участниками процесса производства. Ротация. Сотрудника переводят внутри компании в другой отель. Наставничество – когда опыт целенаправленно передается, обучение сотрудника на личном примере. Более опытный сотрудник передает свои знания тому, кто менее опытен. Тьюторство – вид наставничества. Ведется дискуссия, в процессе которой обучаемый демонстрирует полученные знания. Стротеллинг – молодых сотрудников обучают правилам работы, используя историю организации. Шэдуинг – суть метода в том, что ведется наблюдение за процессом работы, которое позволяет выяснить, какие стороны в проф. подготовке сотрудника слабые, и составить план повышения квалификации, чтобы их удалить [2].

Методы внешнего повышения квалификации. Конференции, встречи, симпозиумы. Активная методика обучения, которая стимулирует развитие

коммуникативных навыков, развивает логическое мышление, обучает специфике публичных выступлений. Лекции – самая традиционная методика. Материалы здесь усваиваются пассивно и этот метод сейчас не считают оптимальным, дополняют его другими. Тренинг – в процессе обучения тренер дает определенные инструкции и проверяет, насколько усвоены знания в течение определенного периода времени. Интерактивные курсы – знания получают, закрепляют и тестируют при помощи обучающей программы. Самостоятельное обучение – самый простой вариант, но при этом требующий самодисциплины и ответственности. Этот метод сейчас развивается благодаря внедрению различных обучающих программ и дистанционного обучения [1].

Таким образом, для успешного ведения бизнеса необходимо иметь высококлассный штат сотрудников, компетентных в сфере предоставления гостиничных услуг, имеющих профессиональную подготовку и постоянно повышающих свою квалификацию. Однако, несмотря на все положительные стороны данного процесса, отель «Оазис» на практике не занимается вопросами повышения квалификации персонала. Описанные в статье методики позволят менеджеру отеля «Оазис» внедрить один или несколько способов повышения квалификации и всесторонне совершенствовать работу как персонала, так и всего средства размещения в целом.

#### **Литература:**

1. Асанова И.М. Деятельность службы приема и размещения: - учебник для студентов вузов, обучающихся по направлению «Туризм». – М., 2011. – 282 с.
2. Дейнека А.В. Управление персоналом организации: учебник для бакалавров / А.В. Дейнека. – М.: Дашков и К, 2015. – 288 с.



## МАРКЕТИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ СФЕРЫ

**В.Е. Ефремова**

**Научный руководитель доцент О.В. Шпырня**

**Аннотация.** В работе рассмотрен такой термин, как маркетинг в социально-культурной сфере, а также охарактеризованы главные принципы и маркетинговые исследования социокультурной среды.

**Ключевые слова:** маркетинг, социально-культурная сфера, маркетинговые исследования, принципы маркетинга.

Социально-культурная сфера – это сочетание всех предприятий, организаций и органов управления данной отрасли, основной деятельностью которых является производство, реализация и организация потребления товаров и услуг социально-культурного назначения, которые в дальнейшем удовлетворяют культурные потребности населения [3].

В социально-культурную сферу входят такие отрасли, как отрасль культуры, отрасль образования, здравоохранения, отрасль бытового обслуживания, ЖКХ, социальное обеспечение, наука и т.д. [1].

Применение маркетингового подхода в организациях социально-культурной сферы предполагает создание, реализацию и последующую оценку инновационных технологий просветительской и социокультурной деятельности путем исследования требований потребителей [2].

К основным принципам маркетинга в социально-культурной сфере относятся:

- 1) мониторинг услуг, предлагаемых на рынке социально – культурной сферы с учетом потребностей потребителей;
- 2) создание инновационных и модернизированных социокультурных услуг, которые будут соответствовать всем предпочтениям потребителей;
- 3) приспособленность деятельности учреждений и организаций к требованиям рынка;
- 4) формирования платежеспособного спроса на социально-культурные услуги путем целенаправленного воздействия на рынок [3].

В заключение стоит отметить, что для успешного использования маркетингового управления в социально-культурной сфере необходимо соблюдать данные условия: знать все запросы и нужды потребителей в социокультурной сфере, корректно сотрудничать со спонсорами и меценатами государственных и других органов, общественных движений, которые заинтересованы в предоставлении услуг потребителям.

### **Литература:**

1. Немцова В.О. Значение маркетинговых исследований в деятельности туристского предприятия / В.О. Немцова, О.В. Шпырня // Материалы XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. Редколлегия: Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – 2017. – С. 245-247.
2. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л., Шпырня О.В., Поддубная Т.Н., Самсоненко Т.А., Джум Т.А., Коренева М.В., Ползикова Е.В., Еремина Е.А., Кружков Д.А., Юрченко А.А., Василенко Е.В., Василиади А.Г., Иванова И.С. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.
3. Шпырня О.В. Современные подходы в маркетинге туристских услуг / О.В. Шпырня // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. - № 1. – С. 77-78.
4. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

**ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНКУРЕНЦИИ В ТУРИЗМЕ****А.А. Звягинцев****Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко**

**Аннотация.** В настоящее время на туристском рынке усиливается конкурентная борьба, поэтому предприятия туристской индустрии должны применять различные формы и методы конкуренции для того, чтобы обеспечивать и усиливать свои позиции.

**Ключевые слова:** формы конкуренции, методы конкуренции, конкурентоспособность, конкурентные позиции.

На современном туристском рынке важной задачей для каждого предприятия туристской индустрии является обеспечение его конкурентоспособности.

Для обеспечения своей конкурентоспособности туристские предприятия должны применять различные формы и методы конкуренции. Методы, позволяющие обеспечить конкурентные преимущества предприятия в сфере туризма, направлены на повышение качества услуг, степени лояльности потребителей и рост востребованности продукта на определенном сегменте рынка [1].

ООО «Туристическая компания «Селена» (г. Краснодар) имеет опыт 22-летней деятельности в сфере туризма и предлагает широкий выбор туристских направлений и дополнительных услуг. В силу этого предприятие применяет совершенную форму конкуренции, где рыночные отношения продавца и покупателя заключаются в приспособлении к равновесному состоянию рыночных условий [2]. Основными методами конкуренции, применяемыми в ООО «Селена», являются ведение рекламной и инновационной деятельности.

Рекламная деятельность предполагает постоянный контакт с аудиторией посредством публичных страниц компании в социальных сетях Вконтакте, Facebook и Instagram. Также рекламная деятельность ООО «Туристическая компания «Селена» осуществляется посредством наружной рекламы, программы скидок и организации бесплатных обзорных экскурсий по городу Краснодару в выходные дни.

В постоянно технически развивающемся мире туристическим предприятиям требуется поддержание цифровых стандартов, что даст возможность оперативно и качественно обслуживать клиентов. Внедрение соответствующих инноваций, таким образом, является важным методом конкуренции [3].

Инновационная деятельность ООО «Селена» заключается в обновлении операционной системы Windows, а также оргтехники, что позволяет повысить скорость всех рабочих процессов и улучшить качество обслуживания клиентов.

Для повышения конкурентоспособности ООО «Туристической компании «Селена» рекомендуется: своевременное обновление новостной ленты в социальных сетях; реорганизация группы в facebook и более активная ее эксплуатация; проведение конкурсов, более частых репостов среди подписчиков группы, что повысит внимание к предприятию и его услугам.

Внедрение предложенных рекомендаций в деятельность ООО туристическая компания «Селена», по нашему мнению, позволит укрепить ее конкурентные позиции.

**Литература:**

1. Джум Т.А. Формирование конкурентных преимуществ предприятий общественного питания / Т.А. Джум, Е.В. Василенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, КГУФКСТ, 2017. – №1. – С. 113-116.
2. Рубин Ю.Б. Конкуренция в предпринимательстве: учебник / Ю.Б. Рубин. – М.: Изд-во Синергия. 2018 г. – 912 с.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

## **ФАКТОРЫ ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ПРЕДПРИЯТИЯ НА ПРИМЕРЕ ООО «ВЕКТОР»**

**С.В. Зубенко**

**Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко**

**Аннотация.** В работе рассмотрены факторы, влияющие на повышение конкурентоспособности предприятия.

**Ключевые слова:** конкурентоспособность, факторы повышения конкурентоспособности.

Конкурентоспособность выступает важнейшим фактором эффективного развития фирмы. Поэтому особенно важно изучить факторы, оказывающие влияние на способность фирмы конкурировать на рынке товаров и услуг.

Многие авторы [1, 2, 3] выделяют следующие факторы, влияющие на повышение конкурентоспособности предприятия: широта ассортимента продукции и услуг; потенциал маркетинговых служб, потенциал научно-технический, финансово-экономический, кадровый; эффективность рекламы и средств стимулирования сбыта; географический охват территорий; подготовку и разработку производственных процессов, выбор оптимальной технологии производства, качество снабжения; эффективность производственного контроля, испытаний, обследований, учета, менеджмента предприятия и др.

Рассмотрим влияние некоторых факторов на конкурентоспособность ООО «Вектор» - предприятия, занимающегося проведением и организацией обучающих курсов и семинаров для аниматоров и ведущих мероприятий в Краснодарском крае. Оценка их влияния дана с помощью метода сравнения с деятельностью основного конкурента фирмы – Краснодарской Школы Аниматоров. Среди факторов, влияющих на конкурентоспособность предприятия, были выделены следующие.

1. Фактор географического охвата территорий. ООО «Вектор» и ее конкурент Краснодарская Школа Аниматоров сотрудничают с отелями и ведут свою деятельность на территории Краснодарского края. Для повышения конкурентоспособности ООО «Вектор» необходимо осваивать новые территории, для чего следует провести анализ рынка, а также организовать обучение и повышение квалификации своего персонала.

2. Спектр предоставляемых услуг. ООО «Вектор» предоставляет широкий спектр обучающих курсов, а также дополнительных услуг для аниматоров. Краснодарская Школа Аниматоров предоставляет возможность пройти только один полный курс. ООО «Вектор» для усиления влияния этого фактора рекомендуется расширить номенклатуру дополнительных услуг, например, предоставление готовых промо-материалов и оборудования, необходимых для работы групп аниматоров.

3. Эффективность рекламы и средств стимулирования сбыта. Этот фактор отрицательно влияет на конкурентные позиции ООО «Вектор», т.к. предприятие не имеет своего сайта и интернет-рекламы. Краснодарская Школа Аниматоров имеет сайт, на котором можно заполнить онлайн-форму для записи на тренинг. ООО «Вектор» следует создать собственный сайт и использовать интернет-ресурсы для рекламы и продвижения своих услуг.

С учетом рассмотренных факторов можно сделать вывод, что ООО «Вектор» имеет потенциал для повышения конкурентоспособности.

### **Литература:**

1. Джум Т.А. Формирование конкурентных преимуществ предприятий общественного питания / Т.А. Джум, Е.В. Василенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, КГУФКСТ, 2017. – №1. – С. 113-116.

2. Лифиц И.М. Конкурентоспособность товаров и услуг: учебник для бакалавров / И.М. Лифиц. – М.: Издательство Юрайт, 2014. – 437 с.
3. Фатхутдинов Р.А. Глобальная конкурентоспособность. На стол современному руководителю: монография / Р.А. Фатхутдинов. – М.: РИА Стандарты и качество, 2013. – 464 с.

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КЕЙТЕРИНГОВОЙ КОМПАНИИ

Л.Ю. Карасева

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** Данная работа посвящена теоретическим основам деятельности кейтеринговой компании, рассмотрена история возникновения данного направления, а также представлена его классификация по различным признакам.

**Ключевые слова:** теоретическая основа, основы деятельности, кейтеринговая компания, кейтеринг-индустрия.

Считается, что кейтеринг-индустрия на мировом рынке в современное время дебютировала в Соединенных Штатах Америки в начале прошлого столетия, когда в стране была организована масштабная постройка небоскребов. Так появилась необходимость предоставления питания для многочисленных групп рабочих. Позднее концепция обеспечения питания «на объекте» получила востребованность среди персонала крупных бизнес-центров и коммерческих предприятий, поскольку данная услуга создала условия для эффективной и экономически выгодной формы организации производственного процесса.

В настоящее время под кейтерингом понимается такая отрасль индустрии питания, которая включает в себя выездное изготовление продукции и (или) выездное предоставление услуг. Существуют следующие виды кейтеринга, разделенные по типу сервисных услуг:

- Кейтеринг события, то есть предоставление разового обслуживания во время определенного мероприятия.

- Контрактный кейтеринг или обеспечение питанием объекта, расположенного на удаленном расстоянии. Данный вид обслуживания носит постоянный характер на контрактной основе. Например, доставка обедов в офис компаний.

- Транспортный кейтеринг предполагает организацию питания во время оказания транспортных услуг при регулярных или чартерных перевозках.

- Кулинарный кейтеринг, включающий производство и продажу блюд «на вынос» или доставку кулинарной продукции клиентам на заказ.

В зависимости от статуса потребителя кейтеринговые услуги подразделяются на:

- ВИП-кейтеринг, предполагающий высококлассное обслуживание. Данный вид чаще всего включает в себя выездное ресторанное обслуживание с применением последних технологий, присущих индустрии питания.

- Масс-кейтеринг, подразумевающий предоставление сервиса во время массового мероприятия или обслуживание большой группы гостей, при котором используются стандартизированные подходы и осуществляется плановое пищевое производство.

Итак, можно сказать, что особенность кейтеринга заключается в том, что он предполагает не только доставку заранее приготовленных блюд или продукции, но и включает в себя обслуживание, такое как доставка, сервировка, уборка и другие услуги, а его важное достоинство, в отличие от оказания услуг при стационарных пунктах питания, заключается в мобильности, т.е. предоставлении сервиса по месту нахождения потребителя.

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Состояние и перспективы развития рынка общественного питания Российской Федерации / Е.Л. Заднепровская, Т.А. Джум // Актуальные проблемы правового, экономического и социально-психологического знания: теория и практика материалы. – 2017. – С. 107-110.

2. Ползикова Е.В. Управление качеством на предприятии питания как метод повышения конкурентоспособности / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская, К.О. Губина // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 21-23.

## СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТУРОПЕРАТОРСКОЙ КОМПАНИИ НА ОСНОВЕ РАЗВИТИЯ СУБАГЕНТСКИХ СЕТЕЙ

А.С. Киреева

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** В данной работе раскрывается сущность субагентской деятельности, рассматривается ее роль в развитии туроператорской деятельности, а также определяются обязанности субагентов и туроператоров при их взаимодействии.

**Ключевые слова:** туроператорская компания, субагентская сеть, туроператор, субагент.

Деятельность любого туроператора ориентирована на построение разветвленной и эффективно работающей субагентской сети [1]. Разветвленная субагентская сеть – залог коммерческого успеха и процветания фирмы, а также один из способов поднятия репутации у клиентов. Субагентская сеть также дает возможность увеличения продаж для туроператорских компаний, выступает в роли инструмента рынка B2B, который становится все более популярным в туристской отрасли. Суть такой формы сотрудничества заключается в предоставлении посреднических услуг от поставщика туроператорских услуг до турагентства. По условиям договора фиксируется сумма комиссионного вознаграждения, которую субагент распределяет на свое усмотрение.

Субагентскую деятельность в туристской индустрии могут осуществлять компании, которые бронируют туры или услуги напрямую у крупного туроператора, вместе с тем продолжая работать под своими брендами. По поручению туроператора или агента, субагент за вознаграждение обязуется осуществлять различные процедуры по реализации и рекламированию туристского продукта или услуг от своего имени на условиях, определенных субагентским договором. В таком случае образуется следующая цепочка: туроператор – субагент – агент – турист [3].

В свою очередь, к субагентам предъявляется одно основное требование – эффективное функционирование, выражающееся в максимальной отдаче в виде количества проданных туристских пакетов и услуг на каждый потраченный туроператором рубль, направленный на их деятельность и поддержание [2]. В ответ туроператорская компания поддерживает субагентов и стимулирует их функционирование за счет комиссионного вознаграждения, подготовки рекламных материалов и их дистрибуции, организации рекламных туров, участия в выставочно-ярмарочных мероприятиях, оплаты труда сотрудников субагентств. В итоге туроператор должен оценивать эффективность и качество работы своих субагентов с последующим поощрением или избавлением от малозначительных компаний.

### Литература:

1. Зеленин А.А. Туристская деятельность: сущность, виды туризма, особенности организации / А.А. Зеленин, М.Г. Леухова, Е.С. Генина // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2015. – № 2-7 (62). – С. 273-278.
2. Кулеева И.Ю. Туристическая деятельность как вид предпринимательской деятельности / И.Ю. Кулеева // Инновационное образование и экономика. – 2016. – Т.1. – № 22 (22). – С. 75-79.
3. Шмарков М.С. Проблемы развития современного рынка туризма и аспекты деятельности компаний / М.С. Шмарков, Л.И. Шмаркова // Образование и наука без границ: фундаментальные и прикладные исследования. – 2016. – № 3. – С. 305-309.

**ОСОБЕННОСТИ РАЗРАБОТКИ И ФОРМИРОВАНИЯ ЗАРУБЕЖНОГО ТУРА  
В СОВРЕМЕННЫХ РЫНОЧНЫХ УСЛОВИЯХ**

Е.А. Козлова

Научный руководитель доцент И.М. Кучеренко

**Аннотация.** Вызовы международной экономики и повышение уровня благосостояния людей способствуют реформированию туристических услуг и их разнообразия. Эта тенденция придает проблеме разработки зарубежных туров актуальность [1].

**Ключевые слова:** зарубежный тур, современные рыночные условия, туристский продукт, туристская дестинация.

Словения – одна из самых зеленых и экологически чистых стран в Европе. Природа Словении удивительно разнообразна: Адриатическое море и Юлийские Альпы, горные реки и карстовые пещеры, зеленые долины и холмы с виноградниками, озера и лечебные источники. Отдых в Словении – отличный выбор для тех, кто не любит однообразия. Здесь вас ждут великолепные пляжные курорты, активный отдых, термальные источники, старинные замки. А расположение страны в центре Европы делает доступным посещение соседних стран: Италии, Австрии, Венгрии, Хорватии. Три климатические зоны, которые проходят через Словению, обеспечивают условия для определенных видов отдыха: жаркое лето и холодная зима царят на умеренно-континентальном востоке страны, средиземноморски жаркое и сухое лето с мягкими зимами характерно для побережья Адриатического моря, а холодные зимы и умеренно-теплое лето делает альпийский северо-запад средоточием горнолыжных курортов. Туры на о. Блед или Бохинь станут исцеляющими за счет красоты приальпийских пейзажей и чистого горного воздуха. Этим же порадуют любителей зимних видов спорта, здесь расположено более 30 горнолыжных центров. Горнолыжные курорты Словении-Мариборское Похорье, Краньска Гора, Бовец, Рогла и другие. А весна и лето подарят прекрасные возможности для отдыха любителям пеших и велосипедных прогулок.

Словения имеет свое неповторимое очарование. Трасс и подъемников здесь намного меньше, чем в Италии и Австрии, но эти курорты безценны для начинающих и «семейных» лыжников. Красивые виды, комфортные трассы, опытные инструкторы и доступный язык позволяют россиянам отдыхать с удовольствием в этой небольшой уютной стране. Водолечение в Словении особенно популярно. В приморских Портороже, Пиране, Струняне и др. лечебные процедуры можно совместить с пляжным отдыхом. Лечебные туры в Словению – одно из основных туристических направлений, пользующихся неизменным спросом. Здесь можно пройти лечение против множества заболеваний, таких как: сердечно-сосудистые (Раденцы), травмы опорно-двигательного аппарата (Порторож); пищеварительного тракта (Рогашка Слатина); обмена веществ (Терме Птуй); неврологических заболеваний (Терме Добрна); органов дыхания (Струнян) и др. Лечебными факторами, способствующими поддержанию здоровья и оздоровлению отдыхающих, являются термальные источники, неповторимая минеральная вода «Донат Мг» и «Раденска три сердца»; морская вода, солевые ванны; грязи, климат. Составление комбинированных туров или богатых экскурсионных программ по стране возможно благодаря ближайшим европейским странам соседям. Столица Любляна сказочна: крепость XII века Люблянский Град, барочный Кафедральный собор св. Николая, площади Городская и Прешерна, связанные пешеходным Тройным мостом, – настоящий магнит даже для тех, кто предпочитает пляжи и курорты Словении благородной старине европейских улочек. Словенская кухня весьма колоритна и представлена широким ассортиментом национальных блюд: вяленый окорок и свиные колбаски, суп из свинины с овощами, говяжий бульон, свежие морепродукты. Особый ореховый рулет – «потница», пирожное «завитек», известный как австрийский штрудель.

Словенские вина – одно из достояний республики, причиной такого качества вина является тот фактор, что Словения расположена на одних широтах с французскими центрами виноделия – Бургундией и Бордо. Таким образом, туристы могут оценить все изыски натуральной словенской кухни, отправившись в гастрономический тур по стране.

Формируя индивидуальные или групповые туры, туроператор обязательно должен учитывать все факторы и услуги, которые будут включены в тур и сопутствовать эффективному отдыху и лечению, а именно: выбор удобного и более бюджетного авиаперелета с короткими временными интервалами и «стыковками», трансфер, медицинское страхование туриста на период поездки. Страховая сумма составляет 40 000 евро. В групповые туры медицинская страховка включена в стоимость тура.

Нельзя не упомянуть и об очень важной услуге. С 14 сентября 2015 года все страны Шенгенского соглашения перешли на новую систему выдачи краткосрочных виз (категории «С») с обязательным прохождением биометрии. Каждому заявителю будет необходимо лично посетить консульство или визовый центр. При подаче заявления на визу в консульстве или визовом центре заявитель должен предоставить заполненную анкету и пакет необходимых документов, а также пройти процедуру сканирования отпечатков пальцев и сделать цифровую фотографию. Подавать биометрические данные необходимо не чаще, чем раз в 5 лет. Выбор комфортного отеля, востребованного туристом типа питания (ВВ - завтраки, НВ - полупансион, FB - полный пансион), экскурсионной программы и других дополнительных услуг тоже заслуга менеджера-профессионала. Туризм имеет не только экономическое, но и огромное социально-политическое значение, что предъявляет дополнительные требования к его развитию. В сфере туристского рынка тесно переплетаются интересы культуры и здравоохранения, безопасности и международных отношений, экономики и экологии, занятости и образовательного уровня населения. Объем международного туристического потока неуклонно продолжает расти даже в условиях время от времени возникающих экономических, политических, экологических, энергетических и ряда других кризисов [3]. Развитие международного туризма зависит от совершенствования турпродукта в туристских дестинациях, развития профессиональной турагентской сети, сферы туроператорского продукта и услуг, степени использования возможностей маркетинга, состояния системы дистрибуции и человеческого фактора [2].

#### **Литература:**

1. Боголюбова Е.В. Современные тенденции и перспективы развития международного туризма // Молодой ученый. – 2017. – №37. – С. 52-55. – URL <https://moluch.ru/archive/171/45573/> (дата обращения: 24.12.2018).
2. Бимбеев Э.С. Перспективы развития мирового туристского рынка//X международная студенческая научная конференция// ФГБОУ ВО «Калмыцкий государственный университет им. Б.Б. Городовикова» г. Элиста, Россия.
3. Проблемы туризма [Электронный ресурс]. URL: <http://zsj.ru/problemyiturizma.html> (дата обращения: 16.03.2018) .html (дата обращения: 16.03.2018)



## ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ КАК ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ВИД ТУРИЗМА В СОЧИНСКОМ РАЙОНЕ

К.Д. Колесникова

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** В работе рассматриваются перспективы развития оздоровительного туризма в Сочинском районе Краснодарского края, а также потенциал и наличие ресурсов для реализации данного направления в горной местности региона.

**Ключевые слова:** оздоровительный туризм, Сочи, Красная Поляна, перспективный вид туризма.

Курортный район Сочи является крупнейшим круглогодичным туристским центром в Краснодарском крае и в России. На его долю приходится в среднем порядка 5-6% потоков внутреннего туризма в России и порядка 14-15% туристских потоков Краснодарского края [2]. Данный регион считается бальнеологическим, приморским и предгорным курортом с климатом влажных субтропиков и уникальной растительностью. А толчком для развития оздоровительного туризма в Сочинском районе стало открытие Мацестинской сероводородной воды.

Актуальность темы заключается в том, что в Сочинском районе имеются большие перспективы для реализации оздоровительного туризма. На данный момент развитие курорта Красная Поляна создает огромный рекреационный потенциал для оздоровительного туризма в горной местности. Этому предшествует несколько причин: например, подготовка к Олимпийским играм привела к перепрофилированию ряда крупных санаторно-курортных и гостиничных предприятий, что привело к сокращению неквалифицированных центров. При этом остались и хорошие базы, которые развиваются и готовы принимать туристов, такие как «Металлург», «Спутник», «Прогресс», «Магадан», «Октябрьский» и др.

В поселке Красная Поляна созданы все условия для комфортного отдыха и оздоровительного туризма, расположены огромные гостиничные комплексы, которые предлагают туристам посетить бальнеологические ванны, заняться йогой, спортивными прогулками и прочими процедурами. Помимо этого, здешний климат позволяет отдохнуть в любое время года [1].

В настоящее время в Сочи активно действует программа «Открытый ЮГ», которая представляет собой льготное межсезонное предложение, предлагающее целый пакет санаторно-курортных услуг с размещением в стандартном двухместном номере по цене 1400 рублей в сутки за человека [3].

Сейчас город-курорт Сочи используется не в полной мере, что показывает отсутствие целенаправленной политики позиционирования и продвижения Сочи как района для реализации оздоровительного туризма. В этой связи следует выделить данное направление туризма как приоритетное и обратить особое внимание на формирование новых привлекательных туристских продуктов.

### Литература:

1. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.
2. Министерство курортов, туризма и олимпийского наследия Краснодарского края. Концепция развития санаторно-курортного и туристского комплекса Краснодарского края до 2030 года [Электронный документ] URL <https://min.kurortkuban.ru/strategy> (дата обращения 09.01.2019).
3. Экскурсионный потенциал Краснодарского края и Республики Адыгея как фактор формирования привлекательности региона: коллективная монография / Минченко В.Г., Поддубная Т.Н., Заднепровская Е.Л., Коренева М.В., Еремина Е.А., Шпырня О.В., Ползикова Е.В., Кружков Д.А., Василенко Е.В., Кучеренко И.М., Луганская Ю., Васильева В., Кузнецова В., Немцова В., Осипенко Т., Чувичкина Ю. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 234 с.

## ОЦЕНКА КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

А.И. Косик

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** Данная работа посвящена роли изучения конкурентов для туристских предприятий, а также важности определения преимуществ и недостатков компаний для ведения конкурентной борьбы и поддержания своей конкурентоспособности.

**Ключевые слова:** оценка, конкурентоспособность, туристское предприятие, конкуренция.

На сегодняшний день конкурентная борьба в сфере туризма растет быстрыми темпами, современные компании вынуждены прибегать к постоянному поиску новых конкурентных преимуществ, что становится возможным только при учете исследования своих конкурентов. Борьба за первенство стала важной частью рыночных условий и сама конкуренция является необходимым фактором развития предпринимательской и коммерческой деятельности. Все вышесказанное способствует тому, что конкуренция превращается в важный мотиватор для проведения маркетинговых исследований компаниями [2], поскольку разработка грамотной стратегии развития требует четкого понимания недостатков и преимуществ того или иного туристского предприятия, а также проведения сравнительного анализа деятельности с его конкурентами. В итоге маркетинговые мероприятия по изучению конкуренции и конкурентных игроков туристского рынка помогут получить данные, необходимые для успешного развития компании.

Конкуренция на современном туристском рынке очень высока, поэтому анализ деятельности конкурентов должен быть регулярным и комплексным. К основным факторам, влияющим на конкурентоспособность [1], относятся: финансовое состояние компании; наличие высококвалифицированных кадров; возможность лавировать ценой и продуктовой линией; присутствие сбытовой сети; снабженность информацией; состоятельность основных покупателей туристского продукта; эффективность рекламы и средств стимулирования сбыта.

### Литература:

1. Джум Т.А. Инновационная активность предприятия питания и ее отражение на конкурентоспособности / Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 1. – С. 213-215.
2. Ползикова Е.В. Управление качеством на предприятии питания как метод повышения конкурентоспособности / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская, К.О. Губина // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 21-23.

## УЧИТЫВАНИЕ РЕЛИГИОЗНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРИ СОСТАВЛЕНИИ ГОСТИНИЧНОЙ АНИМАЦИОННОЙ ПРОГРАММЫ

А.С. Косорукова

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** В данной работе рассмотрены различные особенности религий мира, а также их значение в формировании и реализации в гостиничных анимационных программах.

**Ключевые слова:** гостиничная анимация, религия, туристская индустрия.

При составлении гостиничной анимационной программы необходимо учитывать множество аспектов: половой, возрастной, национальный, культурный и другие. Особенно важным является религиозный аспект, так как он способствует восстановлению духовных сил и нравственному росту внутреннего мира человека.

В места мировых туристских центров, таких как Западная Европа, Америка, Средняя Азия, Россия, ежегодно съезжается огромное количество туристов, среди которых люди с различными религиозными взглядами и вероисповеданием [1]. Это вызывает необходимость предусматривать в анимационных программах особенности религиозного мировоззрения людей.

Как известно, существует несколько крупных мировых религий: христианство, ислам и буддизм. Все они имеют различные истории возникновения, географию распространения и нравственные идеалы. Например, в христианстве запрещено работать по воскресеньям, особенно если они совпадают с религиозными праздниками. Это важно помнить, ведь многие анимационные программы подразумевают активную трудовую и творческую деятельность и следует предусматривать альтернативный отдых для верующих этой религии.

Во многих религиях, в том числе и в исламе, запрещено иметь любые татуировки. Следовательно, работникам гостиниц и отелей рекомендуется не иметь татуировок на видных местах, либо закрывать их с помощью элементов одежды. Также присутствует запрет на употребление многих видов мяса [2]. В каких-то религиях то или иное животное считается нечистым, а в каких-то священным. Например, в исламе нельзя есть свинину, а в индуизме – говядину, так как корова является священным животным. Поэтому аниматорам и работникам туристской индустрии необходимо учитывать эти факторы при составлении меню, либо организации дегустаций.

Таким образом, религия является важной частью культуры населения. При составлении гостиничных анимационных программ важно знать главные табу и уметь разрабатывать различные варианты развлекательных и культурных мероприятий для верующих людей.

### Литература:

1. Белушенко В.С. Святые источники как основа развития паломнического туризма в Краснодарском крае / В.С. Белушенко, А.А. Юрченко, Ю.Б. Рагер // Материалы Всероссийской науч.-практ. конф. «Туризм: гостеприимство, спорт, индустрия питания». Сочи, 21-23 октября 2015 г. – г. Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2016. – С. 55-58.

2. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л., Шпырня О.В., Поддубная Т.Н., Самсоненко Т.А., Джум Т.А., Коренева М.В., Ползикова Е.В., Еремина Е.А., Кружков Д.А., Юрченко А.А., Василенко Е.В., Василиади А.Г., Иванова И.С. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.

3. Юрченко А.А. Формирование социально-профессиональной компетентности специалиста сферы обслуживания / А.А. Юрченко // Материалы XXVIII научно-метод. конф. ППС КГУФКСТ (12-23 мая 2008 г.), Краснодар: КГУФКСТ. – С. 100-106.

## СХОДСТВО СЕВЕРОАМЕРИКАНСКИХ ИНДЕЙЦЕВ С НАРОДАМИ ГОРНОГО АЛТАЯ КАК ДОКАЗАТЕЛЬСТВО ЕДИНСТВА ПРОИСХОЖДЕНИЯ НАРОДОВ

А.С. Косорукова

Научный руководитель старший преподаватель Л.И. Демидова

**Аннотация.** В данной работе представлены генетическое исследование и анализ культурной составляющей народов Северной Америки и Горного Алтая.

**Ключевые слова:** миграция, генетика, ДНК, народ, культура.

Ранние миграции человека – сложный и длительный процесс, изучением которого исследователи занимаются не один десяток лет. Заселение Америки происходило людьми, пришедшими из Азии, в последнюю ледниковую эпоху, во время которой Сибирь соединялась с Аляской небольшим массивом суши – Берингией.

В 2012 году было опубликовано генетическое исследование, проведенное группой антропологов из США, России и Казахстана, которое подтвердило теорию о том, что североамериканские индейцы имеют алтайские корни. В результате анализа генетических данных этих народов выяснилось, что у жителей Южного Алтая была обнаружена мутация, свойственная женщинам из числа североамериканских индейцев. Исследователи подсчитали, что для ее появления генеалогическая линия алтайцев должна была разойтись с линией индейцев примерно 13-14 тыс. лет назад, что согласуется с предполагаемым временем переселения в Северную Америку [2].

Исследуемые народы также имеют выраженное сходство культур. Так, в религиозных верованиях присутствуют множественные обряды, связанные с миром добрых и злых духов, сверхъестественными силами. Духи отождествлялись с природными силами и почитались с помощью церемониальных танцев и жертвоприношений.

Нельзя не отметить языковое родство апачей, навахо, атапасков с жителями Южной Сибири. Об этом говорит схожее обозначение таких местоимений, как «я», «они», «ты» и др., а также тот факт, что те и другие языки сингармоничны, имеют синтаксическое и фонетическое сходства [1].

Традиционные жилища народов Алтая – юрта, айлу и чум перекликаются с индейскими вигвамом и типи по внешнему виду и по внутренней организации: очаг располагался посередине, южная сторона принадлежала женщине, а северная – мужчине, стены и потолок украшались амулетами и символами, обозначающими почитание того или иного духа.

Благодаря сходству культур и генетическому исследованию, которое выявило сходство ДНК, мы можем с уверенностью утверждать, что заселение Северной Америки происходило через Аляску, Сибирь, с территории Горного Алтая.

### Литература:

1. Генетики: Индейцы пришли в Америку с Алтая [Электронный ресурс] URL: <https://www.gorno-altaisk.info/news/15109>(дата обращения: 17.12.2018)

2. Медиа-проект Национальный аспект [Электронный ресурс] URL: <http://nazaccent.ru/content/21627-altajcy-tradicii-i-obychai-naroda.html> (дата обращения: 17.12.2018)

## **ФОРМИРОВАНИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПОРТИВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ПОДГОТОВКИ**

**Н.В. Костюкова, Н.В. Жигунова**  
**Научный руководитель доцент Е.А. Еремина**

**Аннотация.** В работе приводится актуальность воспитательных мероприятий как средства развития творческих способностей обучающихся спортивных направлений подготовки. Значение публичного выступления в физической культуре.

**Ключевые слова:** творчество, воспитательные мероприятия, публичные выступления, обучающийся, физическая культура.

В современных условиях сложилась тенденция активного вовлечения обучающихся физкультурных направлений подготовки в общественную, культурно-творческую деятельность на базе высших учебных заведений. Это обусловлено тем, что современный специалист в области физической культуры и спорта должен постоянно стремиться к индивидуальному развитию личности, проявлять творческую инициативу, формировать умения проявлять свою самостоятельность, уметь решать задачи, как в профессиональной деятельности, так и общего самоопределения в жизни.

Современный выпускник должен обладать следующими качествами личности:

- уметь быстро адаптироваться в изменяющихся условиях, самостоятельно находить новые знания и уметь применять их на практике;
- работать с большим потоком информации, уметь обобщать, делать выводы, анализировать полученную информацию;
- уметь выявлять проблемы и работать над совершенствованием;
- быть способным мыслить творчески, выдвигать новые идеи по возникающим вопросам;
- самостоятельно работать над развитием своих способностей, быть коммуникабельным, адаптироваться в различных социальных группах [2].

Таким образом, одно из направлений в системе образования – необходимость выделить творческую деятельность, способствующую раскрытию личностного потенциала. Творческие воспитательные мероприятия решают поисково-творческие задачи, цель которых – развитие личностных способностей [1]. В процессе учебной деятельности формируется умение учиться, а в творческой деятельности формируется способность нестандартно мыслить, искать новые решения, которые обеспечат требуемый результат.

Как пример, литературные вечера проводятся в двух направлениях:

- чтение стихотворений в рамках тематики мероприятия, что позволяет сформировать навык по поиску нужной информации и самостоятельной подготовки выступления;
- выступление с произведением на свободную тематику, без предварительной подготовки, формирует навык адаптации студентов в изменяющихся условиях.

Участники данных мероприятий отличаются инициативой, не боятся выступать перед публикой, им легче проводить практические занятия в период учебных практик.

Обучающиеся спортивного вуза – это будущие тренеры, учителя физической культуры, управленцы. Им профессионально необходимо иметь навыки публичного выступления, общения с большим количеством людей. Участие в воспитательных мероприятиях позволяет им сформировать навык публичного выступления, преодолеть страх перед аудиторией, скованность. Литературные произведения позволяют сформировать необходимую общекультурную компетенцию [3].

### **Литература:**

1. Сайдаматов Ф.Р. Развитие творческих способностей студентов в процессе профессиональной подготовки // Молодой ученый. – 2012. – №8. – С. 374-375
2. Бухов О.Н. Условия развития творческих способностей студентов в учебной деятельности // Наука и школа. – 2017. – №4. – С. 160-161.
3. Ценёва М.А. Формирование творческих способностей студентов ВУЗа как психолого-педагогическая проблема // Фундаментальные исследования. – 2015. – № 2-7. – С. 1504-1507;URL: <http://fundamental-research.ru/ru/article/view?id=37182> (дата обращения: 25.03.2019).

## МАРКЕТИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПОВЕДЕНИЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ ТУРИСТСКИХ УСЛУГ

Е.Р. Крупкина

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В работе рассмотрены характеристика и особенности поведения потребителей туристских услуг, а также факторы, влияющие на выбор туристских услуг.

**Ключевые слова:** поведение потребителей, туристские услуги, факторы качества туристских услуг.

В современном мире перед туристскими предприятиями стоит задача удовлетворять все потребности и запросы клиентов. От правильного понимания потребителей зависит успех туристских организаций. Нужный подход позволит завоевать доверие и спрогнозировать потребности каждого клиента [3].

Исследование поведения потребителей, выявление мотивов и факторов, влияющих на решение воспользоваться туристскими услугами, позволяет руководителям и специалистам «знать своего клиента».

К числу основных факторов, влияющих на восприятие качества туристской услуги, можно отнести:

- безопасность (является важнейшим условием для клиента);
- надежность (высокое качество обслуживания);
- доступность (легкость, с которой можно получить обслуживание);
- репутация (доверие потребителя к туристскому предприятию);
- поведение обслуживающего персонала (уважительное отношение персонала к клиенту);
- понимание потребностей (правильный анализ понимания потребностей клиента);
- компетенция (знания и умения обслуживающего персонала);
- полнота (соответствие предложенных услуг и фактически имеющихся);
- условия (инфраструктура и окружающая среда) [2].

Также культура потребителя предопределяет успех или неудачу определенных туристских услуг. Услуги, попадающие в ногу с культурными приоритетами в данный момент, имеют намного больше шансов понравиться потребителю.

Знание личностных факторов имеет огромное значение для туристской деятельности. Персонал сможет знать примерную цену, которую потребитель готов заплатить за предоставляемые услуги, а также способы, при помощи которых можно повлиять и склонить клиента в свою сторону [1].

В турагентстве «География» было проведено анкетирование по выявлению предпочтений при выборе тура. В результате проведенного анкетирования было установлено, что половина опрошенных респондентов планирует провести свой отдых в Российской Федерации. Из этого можно сделать вывод о том, что турагентству следует продвигать туры на различные российские курорты. Например, это может быть Черноморское побережье (Сочи, Геленджик, Анапа) и Крым (Ялта, Коктебель, Евпатория). Это будет способствовать развитию туризма в стране.

### Литература:

1. Немцова В.О. Значение маркетинговых исследований в деятельности туристского предприятия / В.О. Немцова, О.В. Шпырня // Материалы XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. Редколлегия: Г.Д. Александянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – 2017. – С. 245-247.

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. – № 1. – С. 77-78.

3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.



## К ВОПРОСУ НЕОБХОДИМОСТИ ОЦЕНКИ КОНКУРЕНТНОЙ СРЕДЫ ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

Ю.М. Латынина

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** Данная работа посвящена основным аспектам конкурентоспособности туристских предприятий, рассмотрены правила, необходимые для успешной деятельности компаний, а также предложены рекомендации для ООО «Пантера-тур», помогающие поддерживать устойчивые позиции на туристском рынке.

**Ключевые слова:** технологии оценки, конкурентоспособность, туристское предприятие, конкурентная среда.

Конкурентоспособность представляет собой одно из главных условий выживания на рынке услуг любого предприятия и туристской компании в частности. Финансово-экономическая и сбытовая стратегии каждой организации должны строиться с учетом данной стороны деятельности.

Так, для успешной деятельности туристского предприятия, его руководство должно соблюдать следующие правила [1]:

- постоянно держать в поле зрения деятельность конкурентов;
- знать и изучать их возможности, правильно оценивать их успехи;
- иметь собственные критерии для оценки деятельности конкурентов;
- уметь прогнозировать их поведение;
- корректировать собственную деятельность, выработать стратегию в зависимости от результатов оценки работы конкурентов.

Изучая работу предприятий, можно сделать вывод, что большинство российских компаний не готовы к ведению конкурентной борьбы, так как еще не имеют практических навыков использования даже основ маркетинга; иногда, имея конкурентный продукт, компании не умеют его продвигать на современном рынке.

В этой связи руководителям современных предприятий необходимо запомнить следующее: конкурентоспособность организации в первую очередь зависит от умения правильно оценить ситуацию на рынке и вовремя применить правильные, эффективные средства конкуренции [2].

Анализируя работу туристских предприятий, для успешной деятельности мы предлагаем использовать метод построения «многоугольника конкурентоспособности» М.Портера в комплексе с методами оценки «4Р» и «Mystery Shopping» [3].

Изучив конкурентную среду ООО «Пантера-тур», можно сделать вывод, что предприятие способно серьезно конкурировать на современном рынке: в компании работает квалифицированный персонал, имеется разносторонний ассортимент, осуществляется послепродажное обслуживание на высоком уровне, проводится грамотная рекламная кампания. Но для того, чтобы занимать более устойчивое положение, необходимо обратить внимание на следующие моменты: каждое предложение должно быть по-своему уникальным, необходимо обратить внимание на более точную организацию распределения продукции, при этом важно помнить и учитывать местные условия.

### Литература:

1. Джум Т.А. Инновационная активность предприятия питания и ее отражение на конкурентоспособности / Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 1. – С. 213-215.
2. Ползикова Е.В. Управление качеством на предприятии питания как метод повышения конкурентоспособности / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская, К.О. Губина //

Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 21-23.

3. Дробышева В.В. Управление конкурентоспособностью туристских предприятий / В.В. Дробышева, О.В. Шпырня // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2017. – С. 220-221.

## РЕКЛАМА КАК СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ КОМПЛЕКСА МАРКЕТИНГОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

В.С. Лашин

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В работе рассмотрены основные понятия и сущность рекламы в маркетинге, рыночная и рекламная деятельность туристического агентства «1001 тур».

**Ключевые слова:** рынок, маркетинговые коммуникации, реклама, туризм, туристские предприятия

В настоящее время для успешного функционирования какого-либо предприятия требуется больше, чем создание товара, удовлетворяющего необходимые потребности потребителя, назначения соответствующей цены и обеспечения возможности приобретения. Не менее важна коммуникация с потенциальными потребителями, поэтому еще одной важной составляющей маркетинга является комплекс маркетинговых коммуникаций, который включает в себя 4 основных элемента: связь с общественностью, личные продажи, стимулирование сбыта и реклама [3].

На сегодняшний день рекламу можно рассматривать как форму коммуникации, которая способна донести информацию о качестве туруслуг и турпродуктов, замотивировать туристов, в том числе и инотстранных, приобретать ту или иную турпродукцию, а сами рекламные объявления являются конечным результатом целого ряда тщательных рыночных исследований, стратегических и тактических планов, управленческих решений и определенных действий, которые формируют в своей совокупности процесс рекламы [2].

Помимо информационной функции, реклама выполняет экономическую, корректирующую, контролирующую функции, а также функцию управления спросом.

Также при организации рекламы главное – учитывать средства распространения рекламных объявлений, так как именно от правильного выбора вида и средств размещения рекламы в большей степени зависит эффективность рекламной деятельности [1].

Туристическое агентство «1001 тур» занимает одно из ведущих мест по внутреннему и внешнему туризму в Краснодарском крае. Имеет широкий спектр услуг, владеет объемной базой туров и маршрутов не только по России, но и за рубежом. Рентабельная деятельность данного турагентства тесно связана с успешной рекламной кампанией фирмы. У фирмы имеется четкая стратегия по продвижению продукта с помощью рекламных объявлений. Компания использует такие средства размещения, как печатная, наружная, телевизионная, интернет-реклама, радиореклама.

Помимо этого, турагентство тщательно просчитывает и контролирует рекламный бюджет, постоянно опираясь не только на внутреннюю среду предприятия, но и на внешнюю.

Таким образом можно сделать вывод, что рекламная деятельность весьма сложный и трудоемкий процесс, который требует постоянного контроля конъюнктуры рынка, потенциальных клиентов и конкурентов.

### Литература:

1. Березкина И.А. Коммуникационная политика туристского предприятия / И.А. Березкина, О.В. Шпырня // Материалы XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – С. 18-19.

2. Пампура Б.А. Использование маркетинговых методов для привлечения иностранных туристов / Б.А. Пампура, О.В. Шпырня // Материалы XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – С. 121-122.

3. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л., Шпырня О.В., Поддубная Т.Н., Самсоненко Т.А., Джум Т.А., Коренева М.В., Ползикова Е.В., Еремина Е.А., Кружков Д.А., Юрченко А.А., Василенко Е.В., Василяди А.Г., Иванова И.С. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.

4. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

## ВЛИЯНИЕ НАЗВАНИЯ ТУРИСТСКОГО АГЕНТСТВА НА ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗИТИВНОГО ИМИДЖА

К.В. Лебедева

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В работе раскрыто влияние названия на формирование позитивного имиджа туристского агентства, выделены недостатки отдельных шаблонов.

**Ключевые слова:** имидж, название агентства, конструкция названия

К наиболее заметным элементам имиджа туристского агентства относится его название. Созданию максимально эффективного варианта названия следует уделить пристальное внимание, что особенно важно при создании туристского предприятия. Специалистами доказано, что название туристского агентства, присутствующее на фирменном бланке, визитках, имеет такое же принципиальное значение для успешного функционирования на туристском рынке, что и имя для человека.

Название туристского агентства информирует потенциальных клиентов о профиле деятельности, о преимущественных направлениях поездок. Специалистами отмечено, что чем короче название, тем оно легче запоминается, тем сильнее его синергетический эффект. В отечественном туристском бизнесе преобладают две конструкции названий: сложносоставные и американизированные. К примеру, к первому типу названий можно отнести названия типа «Европа-Союз», «Ника-тур», «Бизнес Интур Сервис». Во второй тип включим такие конструкции, как «Distrologo», «Paradise Tour», «Lucky Tour» и др. Все представленные названия практически не информируют потребителя о специфике туристского предприятия, к тому же часть российских туристов не владеет иностранными языками.

Специалисты отмечают [1, 2], что не следует использовать очень длинные и многосложные названия, к примеру, такие как «Блистательный вояж путешественника» или «Путешествуем всей семьей». От короткого названия туристского агентства, кроме легкости запоминания, требуется еще одно важное условие – оно не должно совпадать с известными аббревиатурами.

Таким образом, при выборе названия агентства нами выделены следующие типичные недостатки:

- 1) применение шаблонов «тур», «трэвел», «клуб» – подобные словесные конструкции обезличивают туристскую фирму;
- 2) использование непонятных аббревиатур по начальным буквам слов;
- 3) использование иностранных конструкций в названиях в отечественном бизнесе.

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Бренд и брендинг территории как основа территориального развития / Е.Л. Заднепровская, Т.А. Самсоненко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, 2017. – № 1-1. – С. 113.
2. 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.
3. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.

**ИННОВАЦИИ В РАЗВИТИИ ТУРИЗМА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ****М.О. Леонова****Научный руководитель профессор В.Г. Минченко**

**Аннотация.** В условиях развития туризма становится не рентабельна стабилизация состояния предприятий туристской индустрии и видов внутреннего туризма. В связи с этим нами предпринята попытка внедрения инновационных форм для динамичного развития внутреннего туризма в Российской Федерации.

**Ключевые слова:** инновации, туризм, внутренний туризм.

В России рынок туристских услуг достаточно объемный. Однако его потенциал в значительной степени не используется. Существует много проблем и барьеров, сдерживающих рост продаж услуг въездного туризма. Хотя для пополнения бюджета государства туризм весьма перспективен, многие направления развития рынка не используются. В результате и предприниматели, и бюджет государства не получают доходов, которые можно было бы извлечь. Разработка комплекса мер, стимулирующих внедрение инноваций в практику отечественного туристского бизнеса, включая реализацию новых инновационных процессов и инновационных продуктов, может повлечь серьезное изменение существующей ситуации в лучшую сторону по большинству экономических показателей.

Так, одной из важнейших задач представлена разработка и донесение до потенциальных заказчиков новых для российского рынка, инновационных по сути и оформлению туристских продуктов, полностью соответствующих ключевым трендам развития мировой туристской индустрии – наращиванию выпуска все более разнообразных туристских продуктов, отвечающих самым последним тенденциям потребительского спроса, а иногда и создающих их; персонализации и вниманию к созданию положительного «опыта» потребителей, максимально широкому использованию современных интернет-технологий как для продвижения, так и для потребления туристских услуг; реализации инновационных приемов и методов управления оказанием и потреблением туристских услуг.

В качестве перспективных направлений создания таких новых для России туристских продуктов можно назвать следующие: агротуризм, который на данном этапе пользуется небольшим спросом у туристов, но специалисты стараются сделать его качественнее, что по прогнозам должно привлечь большое количество туристов. Экологический туризм набирает популярность в России, т.к. она отличается разнообразием географических и климатических зон, уникальным животным миром, наличием редчайших природных достопримечательностей и явлений – от северного сияния до действующих вулканов. В качестве примера одного из самых перспективных для России направлений «зеленого» туризма можно назвать арктический круизный туризм. Этот сравнительно новый для России формат путешествий уже завоевал большую популярность во всем мире и продолжает привлекать растущее внимание потребителей.

**Литература:**

1. Морозов Ю.П. Инновационный менеджмент / Ю.П. Морозов, А.И. Гаврилов, А.Г. Городнов. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2014. – 112 с.
2. Еремина Е.А. Динамическое пакетирование туров в условиях перехода на цифровую экономику / Е.А. Еремина, Д.М. Джаббарова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2018. – № 1. – С. 117-119.
3. Янковский К.П. Введение в инновационное предпринимательство / К.П. Янковский. – СПб.: Питер, 2016. – 215 с.

## ОЦЕНКА ТЕРРИТОРИИ АПШЕРОНСКОГО РАЙОНА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЭКСКУРСИЙ И ПОХОДОВ ВЫХОДНОГО ДНЯ

**Ф.А. Литовченко, А.А. Кухаренко**  
**Научный руководитель Т.Н. Поддубная**

**Аннотация.** В данной статье рассмотрены перспективы и проблемы развития экскурсионного и пешеходного туризма в Апшеронском районе.

**Ключевые слова:** туризм, пешеходный туризм, экскурсии, потенциал.

В 2019 году в Апшеронском районе экскурсионной деятельностью занимается пять организаций: Большая Азишская пещера, Гуамское ущелье, Апшеронский историко-краеведческий музей, музей «Арсенал» (г. Хадыженск). С организацией походов выходного дня ситуация несколько хуже – стабильно и надежно работает лишь одна апшеронская организация «Клуб приключений» (на базе отеля «Вершина»), которая организует туры, протяженностью от одного до трех дней. В программу туров входят такие услуги, как прогулка по смотровым площадкам, джипинг, спелеотуризм, походы с ночевкой в горной местности. «Клуб приключений» организует школу альпинизма (на бесплатной основе). Большинство инструкторов работают самостоятельно, но, как правило, они не имеют соответствующих квалификаций и документов, подтверждающий их профессионализм.

Главной проблемой в организации пешеходного и экскурсионного туризма является финансирование. Апшеронский район имеет богатые природные объекты, которые имеют туристическую и историческую привлекательность. Например, Гуамское ущелье, Орлиные полки, нагорье Лаго-Наки, хребет Гуама, Университетский водопад и т.д. Климат умеренный, что придает разнообразие в виде солнечного лета и снежной зимы. Туристическая инфраструктура активно развивается, строятся новые отели, гостиницы, дороги. В поселке городского типа Нефтегорск ежегодно организуется «Школа инструкторов», где обучают инструкторов детско-юношеского туризма, школа полностью решает проблему нехватки кадров в пешеходном туризме. К сожалению, экскурсоводов в Апшеронском районе не хватает, что обусловлено спецификой профессии и малой востребованностью.

Для организации экскурсий и походов выходного дня требуется дорогостоящая материальная база: транспортные средства, рекламные проекты, специальное туристское снаряжение. Отсутствие финансовых вложений – это главное препятствие развития пешеходного и экскурсионного туризма в Апшеронском районе.

В заключении к данной статье можно сделать вывод, что отсутствие финансов не позволяет развиваться пешеходному и экскурсионному туризму должным образом. Между тем наличие в Апшеронском районе благоприятных факторов способствует привлечению инвестиций для развития пешеходного и экскурсионного туризма в регион.

### **Литература:**

1. Махов С.Ю. Организация безопасности активного туризма: учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования / С.Ю. Махов. – Орел: МАБИВ, 2014.
2. Хайретдинова Н.Э. Организация экскурсионных услуг в индустрии гостеприимства: учебное пособие / Н.Э. Хайретдинова. – Уфа: Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2015.
3. <http://clubadventure.ru>

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИМИДЖА  
ТУРИСТСКОЙ КОМПАНИИ****В.В. Лысенко****Научный руководитель доцент М.В. Коренева**

**Аннотация.** Данная работа посвящена теоретическим аспектам формирования имиджа туристского предприятия, рассматривается его роль в менеджменте организаций, а также приводятся основные составляющие процесса повышения имиджа для обеспечения узнаваемости компании.

**Ключевые слова:** теоретические аспекты, формирование имиджа, повышение имиджа, туристская компания.

Ежедневно туристский рынок пополняется большим количеством компаний. Часть из них быстро занимают лидирующие позиции, другие прекращают свое функционирование, поскольку не способны выдержать конкуренцию, которая приводит к борьбе за получение права на существование в туристской отрасли. Каждое туристское предприятие не отказалось бы от безукоризненной репутации, авторитетности, профессионального успеха. Именно вышеперечисленные факторы представляют собой факторы, определяющие положительный имидж, гарантирующий выгодное положение организации в рыночной среде [2].

Сегодня одной из самых важных тенденций развития современного менеджмента в сфере туризма является формирование и повышение имиджа предприятия. Становится очевидным, что топ-менеджмент любой туристской организации должен обратить особое внимание на данную проблематику, поскольку потребность в создании и поддержании имиджа предписывается стратегическими целями деятельности и продвижения компании.

Сама по себе работа с имиджем представляет собой достаточно кропотливую деятельность, затрагивающую многие ступени, действия и персонал внутри компании, но в сложившихся конкурентных условиях на туристском рынке данные процессы неизбежны.

Важно начинать формировать имидж с руководства предприятия. Во-первых, управление компании должно выбрать такой стиль руководства, при котором станет возможным обеспечение благоприятной атмосферы в коллективе, что может быть достигнуто благодаря внедрению системы мотивации сотрудников, организации мероприятий по командообразованию.

Во-вторых, необходимым условием в деятельности туристской компании, безусловно, является соблюдение прав работников.

В-третьих, особая роль отведена известности руководства. Для того, чтобы руководитель организации смог сформировать безупречный имидж, необходимо регулярно принимать участие в массовых мероприятиях, таких как выставки, форумы, круглые столы, конференции [1].

Итак, важно помнить, что компания с хорошим имиджем – это узнаваемая компания. А узнаваемости можно добиться, только используя определенные средства.

**Литература:**

1. Заднепровская Е.Л. Выставочная деятельность как способ формирования имиджа туристских предприятий / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 1. – С. 272-275.
2. Заднепровская Е.Л. Туристский имидж как один из главных факторов устойчивого развития Кубани / Е.Л. Заднепровская, А.А. Юрченко // Вестник Национальной академии туризма. – 2017. – № 3 (43). – С. 48-52.



**ОРГАНИЗАЦИЯ МАРКЕТИНГОВОЙ СЛУЖБЫ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ****Л.М. Маковецкая****Научный руководитель доцент О.В. Шпырня**

**Аннотация.** Маркетинг занимает важное место в деятельности организаций. Для осуществления процесса обслуживания на предприятии размещения должен быть предусмотрен минимальный набор основных служб, которые обеспечивают предоставление основных гостиничных услуг потребителям. В данной работе рассматриваются возможные способы организации службы маркетинга на предприятии, с целью определения наиболее эффективного пути развития.

**Ключевые слова:** маркетинг, служба маркетинга, гостиничное предприятие.

Служба маркетинга представляет собой структуру, которая является ответственной за качественное функционирование маркетинга на предприятии. Без этого подразделения эффективная деятельность компании на рынке практически невозможна. Специалисты данной службы проводят различные исследовательские работы, в том числе анализ рынка и услуг, изучают деятельность конкурентов, выявляют сильные и слабые стороны предприятия. Все это позволяет выявить наиболее оптимальные пути развития для компании. От того, насколько правильно сформирована маркетинговая деятельность, выбрана стратегия и грамотно составлены рекламные мероприятия, во многом зависит успех работы всего гостиничного предприятия.

Маркетинговая служба – это неотъемлемая и самая важная часть всей маркетинговой системы предприятия. Маркетинговая система включает в себя сотрудников, технические средства, правила поведения, а также комплекс необходимой информации. С помощью этих составляющих выстраиваются, развиваются и функционируют процессы коммуникации и взаимодействия предприятия с рынком.

Организационная структура службы маркетинга является конструкцией, на основе которой осуществляется управление маркетингом на предприятии. Система построения служб маркетинга гостиницы зависит от ее количественных параметров, то есть от количества мест размещения.

Цель создания маркетинговой службы, прежде всего, заключается в обеспечении приспособления предприятия к изменяющейся рыночной ситуации и постоянно меняющимся требованиям потребителей на рынке. Это позволяет обеспечить эффективную деятельность в целом.

Формирование службы маркетинга представляет собой не формальное выделение самостоятельного специального подразделения, а в первую очередь, переориентацию в его деятельности на требования производства и рынка. Существует множество вариантов формирования службы маркетинга на предприятии, каждый из которых имеет свои преимущества и недостатки.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что каждая организация создает службы маркетинга с таким расчетом, чтобы они наилучшим образом способствовали достижению поставленных предприятием целей.

**Литература:**

1. Иванникова В.О. Актуальные проблемы современной индустрии гостеприимства / В.О. Иванникова, Е.В. Василенко // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа Материалы конференции. Редколлегия: Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – 2017. – С. 234-236.

2. Муртузалиева Т.В. Маркетинг услуг гостеприимства и туризма: учебно-практическое пособие / Т.В. Муртузалиева, Т.П. Розанова, Э.В. Тарасенко. – М.: Дашков и Ко, 2017. – 166 с.

3. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л., Шпырня О.В., Поддубная Т.Н., Самсоненко Т.А., Джум Т.А., Коренева М.В., Ползикова Е.В., Еремина Е.А., Кружков Д.А., Юрченко А.А., Василенко Е.В., Василиади А.Г., Иванова И.С. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.

4. Семенова Л.В. Маркетинг гостиничного предприятия: учебное пособие / Л.В. Семенова, В.С. Корнеевец, И.И. Драгилева. – М.: Дашков и Ко, 2015. – 208 с.

## ВОЛОНТЕРСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ИННОВАЦИОННЫЙ РЕСУРС ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ

С.А. Микитась

Научный руководитель доцент Д.А. Кружков

**Аннотация.** В современной России волонтерское движение развивается в пятнадцати различных направлениях и отмечается устойчивый рост числа граждан и организаций, участвующих в добровольческой деятельности, расширяются масштабы реализуемых программ и проектов с их участием.

**Ключевые слова:** волонтер, волонтерская деятельность, волонтерское движение, управление волонтерским движением.

В Российской Федерации в последние годы волонтерское движение развивается в пятнадцати различных направлениях. Специалистами выделяется добровольчество социальное, событийное, медицинское, инклюзивное, корпоративное, патриотическое, семейное, экологическое, поисковое, серебряное, юное, а также в сферах культуры, образования, чрезвычайных ситуаций и формирования комфортной городской среды. Возраст волонтеров также варьируется от школьного до «серебряного». Наблюдается устойчивый рост числа граждан и организаций, участвующих в добровольческой деятельности, расширяются масштабы реализуемых программ и проектов с их участием [1].

Во многом благодаря перечисленным фактам, Указом Президента Российской Федерации В.В. Путина 2018 год провозглашен Годом Волонтера (Добровольца). В связи с этим повышается актуальность и практическая значимость общетеоретических и прикладных научных исследований, посвященных проблемам использования добровольчества как инструмента социализации студенческой молодежи и ее приобщения к общественно-полезной деятельности.

Краснодарский край отличается высокими показателями в этой сфере. По оценкам Росстата, в регионе работают 11 ресурсных центров развития добровольчества, а число активных волонтеров превышает 22 тысячи человек [2]. Основным контингентом регионального волонтерского корпуса является студенческая молодежь, приобщаясь к добровольческой деятельности через волонтерские центры, открытые во всех крупных государственных вузах.

В процессе добровольческой деятельности волонтеры должны будут:

- изучить принципы индивидуальной самоорганизации и способы повышения эффективности самообразования;
- повышать уровень своей самоорганизации самообразования в сфере добровольческой деятельности;
- овладеть навыками самоорганизации и самообразования в области волонтерской деятельности.

Все вышперечисленное позволяет волонтерским центрам и организациям Краснодарского края занимать лидирующие позиции в регионе и работать на дальнейшее развитие и укрепление добровольческих инициатив.

### Литература:

1. Ароянц А.А. Волонтерство в системе дополнительного образования // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере. – Краснодар, 2017. – С. 7-11.
2. Кружков Д.А. Управление волонтерским движением в условиях спортивного вуза: организационно-педагогический аспект / Д.А. Кружков, С.А. Микитась, О.В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2018. – № 3. – С. 120-124.

## ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВОЛОНТЕРСКОГО ЦЕНТРА ФГБОУ ВО КГУФКСТ В СИСТЕМЕ СОЦИАЛИЗАЦИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

С.А. Микитась

Научный руководитель доцент Д.А. Кружков

**Аннотация.** Авторами проанализирована роль Волонтерского центра ФГБОУ ВО КГУФКСТ в развитии добровольчества в регионе в период с 2011 по 2018 годы.

**Ключевые слова:** волонтер, волонтерская деятельность, волонтерское движение, Волонтерский центр ФГБОУ ВО КГУФКСТ.

Волонтерский центр работает на базе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» (далее – ФГБОУ ВО КГУФКСТ) с 2011 года. Учитывая, что вуз является единственным в субъекте Российской Федерации подведомственным Министерству спорта, а контингент обучающихся и направления подготовки имеют свою специфику, представляется актуальным рассмотрение организационно-педагогических особенностей управления процессом подготовки волонтеров на его базе [1].

Выявлено, что с момента начала активной деятельности университет старался направлять своих представителей для обслуживания почти всех крупных мероприятий, проводимых на территории Краснодарского края и за его пределами.

Волонтерский центр ФГБОУ ВО КГУФКСТ активно сотрудничает с аналогичными подразделениями других вузов региона. Наиболее значимыми примерами реализации совместных проектов являются:

- подготовка 30 волонтеров Международного форума «Россия – АСЕАН» совместно с Волонтерским центром Кубанского государственного аграрного университета в 2016 году.

- подготовка 50 волонтеров Кубка Конфедераций ФИФА 2017 года и чемпионата мира ФИФА 2018 года совместно с Волонтерскими центрами Кубанского государственного университета и Сочинского государственного университета в 2016-2017 году;

- подготовка 53 волонтеров XIX Всемирного фестиваля молодежи и студентов совместно с Волонтерскими центрами Кубанского государственного технологического университета и Кубанского государственного медицинского университета в 2017 году;

- подготовка 120 городских волонтеров чемпионата мира ФИФА 2018 года в городе Краснодаре совместно с Координационным ресурсным волонтерским центром города Краснодара на базе Молодежного кадрового центра в 2018 году;

- формирование волонтерского отряда «Волонтеры здоровья» и его привлечение к мероприятиям волонтерского центра Кубанского государственного медицинского университета в рамках проекта «Волонтеры-медики» с 2018-2019 учебного года [2].

Несомненным достижением является разработка алгоритма взаимодействия с волонтерами во время организации и проведения обслуживаемых мероприятий, дающих представление о 15 векторах взаимоотношений с волонтерами и типовой педагогической модели управления волонтерскими ресурсами во время проведения мероприятий, включающая организационный, содержательный, мотивационный и результативно-оценочный блоки, что способствует развитию у волонтеров компетенции к самоорганизации и самообразованию.

### Литература:

1. Ароянц А.А. Волонтерство в системе дополнительного образования // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере. – Краснодар, 2017. – С. 7-11.

2. Кружков Д.А. Управление волонтерским движением в условиях спортивного вуза: организационно-педагогический аспект / Д.А. Кружков, С.А. Микитась, О.В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2018. – № 3. – С. 120-124.

**РОЛЬ ИННОВАЦИЙ В ГОСТИНИЧНОМ СЕРВИСЕ****С.А. Микитась****Научный руководитель профессор В.Г. Минченко**

**Аннотация.** В современных условиях развития сферы туризма первостепенное значение имеют средства размещения, строительство которых приобрело интенсивность в период подготовки к проведению XXII зимних Олимпийских игр. Также продолжается строительство гостиниц в соответствии с международными стандартами.

**Ключевые слова:** средства размещения, индустрия гостеприимства, инновации, гостиничные сети.

Сегодня инновации играют важную роль в развитии туризма, и в частности в индустрии размещения, особенно их применение можно было –это мощный стратегический инструмент для антикризиса и развития [1].

Инновация, нововведение (англ. *innovation*) – это внедрённое новшество, обеспечивающее качественный рост эффективности процессов или продукции, востребованное рынком. Примером инновации является выведение на рынок продукции (товаров и услуг) с новыми потребительскими свойствами или качественным повышением эффективности производственных систем.

В гостиничном бизнесе инновации затрагивают различные аспекты производства гостиничных услуг и инструменты маркетинга. Для поддержания статуса и конкурентоспособности, а также эффективного развития и для привлечения иностранных туристов в гостиницах России необходимо активное внедрение инновационных технологий, применяемых ведущими мировыми гостиничными предприятиями.

В связи с активным развитием технологий и постоянным расширением видов услуг гостиничный бизнес подвергается многочисленным изменениям, что не может не влиять на полноценное комплексное развитие гостиниц. Инновации – это аспект, помогающий решать как технологические, производственные, так и концептуальные задачи. Внедрение новых технологий, развитие методов работы персонала, повышение качества передовых технологий, многофункциональность, адаптация к спросу, дизайн, организация обслуживания, фирменный стиль – все это часть инноваций, которые внедряют в гостиничные сети. Существуют инновации, способные облегчить содержание самих отелей и их внешних параметров (например, архитектурное решение, дизайн, техническое оснащение). Многие гостиничные сети и отели, внедряя какую-либо инновацию, помогают обеспечить себе рост спроса отеля, либо стать распространенной сервисной услугой, т.е. визитной карточкой. Средство размещения – это многогранный объект сферы туризма, занимающий базовое место в развитии всей индустрии в целом [2].

На современном этапе развития индустрии туризма именно инновации и инновационные процессы являются основными инструментами при формировании эффективной работы средств размещения и их развития на рынке туризма.

Конкуренция в гостиничном бизнесе растет, поэтому даже самым известным отелям требуется проявлять индивидуальность.

**Литература:**

1. Дармилова Ж.Д. Инновационный менеджмент: Учебное пособие для бакалавров / Ж.Д. Дармилова. – М.: Дашков и К, 2016. – 168 с.
2. Еремина Е.А. Динамическое пакетирование туров в условиях перехода на цифровую экономику / Е.А. Еремина, Д.М. Джаббарова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2018. – № 1. – С. 117-119.
3. Кузнецов Б.Т. Инновационный менеджмент: учебное пособие / Б.Т. Кузнецов, А.Б. Кузнецов. – М.: ЮНИТИ, 2016. – 367 с.

## УНИКАЛЬНАЯ КОНЦЕПЦИЯ ДИЗАЙНА ПРЕДПРИЯТИЯ РАЗМЕЩЕНИЯ КАК СРЕДСТВО ПРИВЛЕЧЕНИЯ ТУРИСТОВ

С.А. Микитась

Научный руководитель к.п.н., Е.В. Ползикова

**Актуальность.** В тезисе рассмотрены основные методы привлечения новых клиентов предприятий размещения на современном этапе.

**Ключевые слова:** гостеприимство, отели, инновации, сервис.

С развитием промышленности, международных связей индустрия гостеприимства растет, увеличивается число гостиниц и соответственно повышается конкуренция. Но туристам на данном этапе уже недостаточно стандартного комфорта, они ищут новые, оригинальные и незабываемые средства размещения. Одним из ключевых факторов, привлекающих их помимо расположения предприятия размещения, является архитектура и дизайн [2]. Необходимо первостепенно отметить такую категорию отелей, как старинные. Это такие предприятия размещения, где можно остановиться и по сей день, однако они также являются исторической достопримечательностью. Также существуют отели, при строительстве которых были использованы различные материалы. Так, например, в Боливии построен отель из соляных блоков. Также немалой популярностью пользуются эко-отели, в условиях которых нет электричества, душа или элементов роскоши, в них все «дышит» природой, работает он на солнечных батареях и в меню исключительно экологическая еда. Следующий вид отелей, который привлекает туристов – это средства размещения по интересам. Примером могут выступать средства размещения для любителей авто, книжных героев, таких как Гарри Поттер, отели в стиле романов классической литературы [1]. Все эти средства размещения стимулируют и побуждают туристов посетить уникальные места, следовательно, благодаря таким необычным концепциям этих средств размещения, повышается туристский поток в разные страны и регионы. Все вышеуказанные виды, типы средств размещения – это инновационный подход к развитию индустрии гостеприимства. Такие инновации нацелены, как правило, на повышение эффективности оказания услуг, но иногда предназначаются также и для оказания технологически новых или усовершенствованных услуг, которые не могут быть оказаны с использованием обычных методов обслуживания [3].

Исходя из этого можно сделать вывод, что данный сектор индустрии туризма имеет большие перспективы развития и имеет большой охват заинтересованности среди туристов, что дает основания для расширения, совершенствования и поддержания данного направления в индустрии гостеприимства.

### Литература:

1. Балабанов В.С. Инновационный менеджмент / В.С. Балабанов, М.Н. Дудин. – М.: Элит, 2014. – 282 с.
2. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.
3. Кузнецов Б.Т. Инновационный менеджмент: учебное пособие / Б.Т. Кузнецов, А.Б. Кузнецов. – М.: ЮНИТИ, 2016. – 367 с.

**РОЛЬ СОВРЕМЕННЫХ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОДВИЖЕНИИ  
ТУРПРОДУКТА НА ВНУТРЕННЕМ РЫНКЕ**

Д.М. Михайличенко

Научный руководитель к.п.н., Е.В. Ползикова

**Аннотация.** В тезисе рассмотрены основные интернет технологии, позволяющие туроператорам повысить реализацию турпродукта на внутреннем рынке.

**Ключевые слова:** интернет-технологии, туроператор, турагент, байрик, веб-сайт.

В качестве носителей информации туристских продуктов турфирмы зачастую используют печатные издания, радио или наружную рекламу. На сегодняшний день лидирующие позиции в продвижении турпродукта занимает Интернет, как носитель туристской информации. Интернет – это разновидность средств массовой информации, являющаяся неотъемлемым элементом деятельности современных предприятий. У любой туроператорской или турагентской компании должен быть интерактивный сайт и эффективно развитый контент в социомедиа. Рекламные обращения в сети «Интернет» специфичны и нетождественны информации в других СМИ. Рекламная информация о туристском товаре или услуге, размещаемая на сайте туроператора, имеет следующие особенности: 1) ограниченность целевой аудитории – потенциальные посетители сайта это люди в возрасте от 18 до 55 лет с достаточным уровнем образования, способные принимать обдуманные решения; 2) интерактивность – возможность свободного интерактивного общения потенциальных покупателей, обмена опытом использования турпродукта, обратная связь между туристом и турагентом; 3) постоянное анализирование рынка туруслуг – с помощью Интернета можно быть в курсе всех изменений и быстро реагировать на новые спецпредложения туристских услуг, изменять туристские направления в соответствии с текущей конъюнктурой [2].

Для оптимизации своей деятельности и эффективности продвижения турпродукта туроператоры активно используют электронную почту. Она позволяет быстро и оперативно проинформировать турагентов о новых туристских продуктах и услугах, горящих путевках, специальных предложениях. Постоянным потребителям туристских услуг туроператора рассылаются именные поздравления с праздниками, что формирует положительный имидж туроператорской компании. На просторах российского интернета часто встречается реклама вида байрик и Interstitials. Байрик – мини-веб-страничка, раскрывающаяся в виде окошка поверх основного браузера. На байрике можно помещать любую информацию, текст, изображение и т.д. Он представляет собой полноценную страницу, но небольшого размера. При Interstitials пользователь на фоне сайта издателя наблюдает короткую рекламную заставку рекламодателя. Если он случайно щелкнет по вставке, то, соответственно, попадет на сайт рекламодателя [1]. Таким образом, качественно продуманный и структурированный, с оригинальным дизайнерским решением сайт является реальным инструментом в практике туроперейтинга на внутреннем рынке. В настоящее время практически все уважающие себя туроператоры и большинство турагентов уже обзавелись своими современными веб-сайтами.

**Литература:**

1. Бакулевская С.С. Информационные технологии в современном туристском бизнесе. – 2016. – 112 с.
2. Гатауллина С.Ю. Особенность продвижения турпродукта в социальных сетях / С.Ю. Гатауллина, Е.Ю. Свистун. – 2017. – 170 с.
3. Еремина Е.А. Динамическое пакетирование туров в условиях перехода на цифровую экономику / Е.А. Еремина, Д.М. Джаббарова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2018. – № 1. – С. 117-119.
4. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.

**АНАЛИЗ ИСПОЛНЕНИЯ ПРИНЯТЫХ РЕШЕНИЙ В ТУРИСТИЧЕСКОМ  
АГЕНТСТВЕ ООО «КЕНГУРУ»**

**А.Д. Наумова**

**Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная**

**Аннотация.** В работе рассмотрены правила проведения инструктажа и контроль за исполнением принятых решений в туристическом агентстве «КЕНГУРУ».

**Ключевые слова:** инструктаж, техника инструктажа, контроль, исполнение принятых решений.

Туризм, принимая во внимание специфичность данной социально-экономической сферы, связан с некоторыми рисками. В турфирме «КЕНГУРУ» для проведения вводного инструктажа созданы программа и инструкция, которые утверждаются руководителем предприятия [2].

Инструктирование в турагентстве ООО «КЕНГУРУ» проводится перед началом практических работ. Руководитель предварительно обдумывает процесс выполнения работ за подчиненного. В период инструктажа он может предложить пересказать, каким образом работник намерен выполнить поставленную задачу [2].

Инструктаж на рабочем месте заканчивается проверкой знаний посредством устного опроса или с помощью технических средств обучения, а также проверкой полученных навыков безопасных способов работы. Сотрудники, показавшие слабые знания, к практическим работам не допускаются и должны заново пройти инструктаж [1]. Однако в турагентстве «КЕНГУРУ» ошибки, совершаемые сотрудником при выполнении работ, зачастую связаны с детальным разъяснением задач, так как работник путается в требованиях к нему.

Программа контроля исполнения принятых решений на предприятии ООО «КЕНГУРУ» своевременно обнаруживает отклонения от поставленных задач и установленных сроков. В процессе контроля первоначальные цели организации могут преобразовываться, уточняться и изменяться с учетом полученной дополнительной информации. С помощью контроля не только выявляются отклонения от заданий, но и определяются причины этих отклонений [3].

В заключение можно сделать вывод, что техника инструктажа в турагентстве «КЕНГУРУ» разработана слишком подробно, что плохо сказывается на работе самого предприятия. Но отлаженная система контроля вовремя обнаруживает ошибки, и ситуация не доходит до критического состояния.

**Литература:**

1. Гуляев В.Г. Организация туристской деятельности: учебное пособие / В.Г. Гуляев. – М.: Нолидж, 2013. – 312 с.
2. Захаров Н.Л. Управление социальным развитием организации: учебное пособие / Н.Л. Захаров. – М.: НИЦ ИНФРА-М, 2013. – 208 с.
3. Кабушкин Н.И. Менеджмент туризма: учебник / Н.И. Кабушкин. – 5-е изд., стереотип. – М.: Новое знание, 2015. – 408 с.



**Аннотация.** В данной работе рассматривается конкурентная борьба на рынке авиационных услуг, определяется значение маркетинговых инструментов для поддержания высоких позиций среди авиаперевозчиков, а также представлены направления совершенствования деятельности авиакомпаний для улучшения качества обслуживания своих пассажиров.

**Ключевые слова:** деятельность авиакомпаний, рынок пассажирских перевозок, авиационные услуги, перевозчик.

В настоящее время большое количество национальных и международных авиакомпаний ведет свою деятельность. В некоторых странах имеется несколько авиаперевозчиков, поскольку происходит развитие туризма и увеличивается желание туристов посещать новые дестинации, приводя к росту конкуренции среди авиакомпаний и совершенствованию их деятельности для максимального улучшения их обслуживания как на земле, так и в небе.

На сегодняшний день вопрос исследования пассажирских авиаперевозок является актуальным, поскольку авиация является одним из самых распространенных типов транспортных перевозок, а ее активное развитие происходит на основе применения различных маркетинговых инструментов. Для поддержания своей конкурентоспособности в сложившихся условиях компании вынуждены создавать и поддерживать имидж и репутацию надежного и авторитетного перевозчика, что приводит к применению различных коммуникаций и инструментов маркетинга, представляющих собой средства организации взаимоотношений между потребителями и авиакомпаниями.

В данный момент существует множество факторов, осложняющих усовершенствование рынка авиауслуг и продвижение в данной сфере, в этой связи авиаперевозчики стараются применять различные маркетинговые инструменты для повышения своей привлекательности и привлечения новых пассажиров: расширяется спектр предоставляемых услуг, проводятся исследования в области качества обслуживания, предпринимаются усилия по снижению транспортных тарифов, происходит развитие интернет-маркетинга, используются различные маркетинговые коммуникации, промо-акции и фандрайзинг.

В итоге, авиакомпании вынуждены существовать в условиях жесткой конкурентной борьбы за увеличение коммерческих загрузок на их рейсы, где важную помощь оказывает постоянное совершенствование услуг.

#### **Литература:**

1. Костин А.А. Специфика рекламных кампаний российских авиаперевозчиков / А.А. Костин // Актуальные проблемы авиации и космонавтики. – 2017. – Т. 3. – № 13. – С. 1079-1081.
2. Зевеке О.Ю. Теоретические основы маркетинга в области авиаперевозок / О.Ю. Зевеке // Новое поколение. – 2014. – № 7. – С. 76-84.
3. Ползикова Е.В. Транспортное обеспечение в туризме: учебное пособие / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 257 с.
4. Хрысева А.А. Маркетинговые инструменты на рынке пассажирских авиаперевозок / А.А. Хрысева, А.А. Чекалова // Известия Волгоградского государственного технического университета. – 2018. – № 6 (216). – С. 73-76.

## ПРОБЛЕМЫ ДЕЛОВОГО ОБЩЕНИЯ И РЕЧЕВОГО ЭТИКЕТА В КОМПЛЕКСНОМ ОБСЛУЖИВАНИИ В ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА

Д.С. Орманджи

Научный руководитель к.п.н., Е.В. Ползикова

**Аннотация.** В статье рассматриваются речевые факторы, влияющие на уровень комплексного обслуживания на гостиничном предприятии. Определен уровень удовлетворенности клиентов деловым общением и речевым этикетом линейного персонала на гостиничном предприятии.

**Ключевые слова:** деловое общение, речевой этикет, индустрия гостеприимства, гостиничное предприятие.

Индустрия гостеприимства является динамично развивающейся отраслью экономики любого государства. Для организации качественного обслуживания на предприятиях сферы гостеприимства необходимо решить задачи по удовлетворению потребностей клиентов [1]. В систему качественного обслуживания потребителей услуг входят: этика, деловой этикет, стандарты поведения на предприятии гостеприимства [2].

Нами было проведено анкетирование гостей гостиничного предприятия ООО «Рэд Роял», где нами был выявлен показатель качества обслуживания: выше среднего, а также были определены факторы, влияющие на качество обслуживания на данном предприятии: отсутствие стимулирования линейного персонала, низкий уровень приветливости и доброжелательности, недостаточный уровень вежливости и тактичности, низкий уровень речевого этикета и быстроты обслуживания. Причем можно выделить тот факт, что наиболее низкую оценку гости предприятия поставили уровню речевого этикета, поэтому руководству предприятия стоит в первую очередь принять необходимые меры по устранению данного фактора.

Для повышения мотивации линейного персонала гостиничного предприятия ООО «Рэд Роял» нами рекомендованы: проведение конкурсов, для выявления лучшего сотрудника предприятия, а также применить премирование данных сотрудников.

Для повышения речевого этикета и уровня делового общения крайне необходима организация тренингов, семинаров, лекций, вебинаров в данной области.

Чтобы повысить скорость обслуживания, необходимо ввести регламент времени, затрачиваемого линейным персоналом на обслуживание гостей предприятия, уборку номеров.

Можно сделать вывод о том, что, предприняв вышеуказанные меры, гостиничное предприятие может в целом повысить уровень качества в комплексном обслуживании своих гостей.

### Литература:

1. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.
2. Финько А.В. Совершенствование системы обслуживания клиентов игорных заведений в «Азов-сити» (на примере отеля-казино «Оракул»). Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт / А.В. Финько, М.В. Коренева. – 2018. – Т. 2. – С. 34-37.
3. Сулова Т.И. Этика и профессиональный этикет: учебное пособие / Т.И. Сулова – 2018. – 85 с.

## ОРГАНИЗАЦИЯ МАРКЕТИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ ТУРИНДУСТРИИ

Л.М. Петрашкевич

Научный руководитель профессор В.Г. Минченко

**Аннотация.** Работа посвящена важности организации маркетинговых исследований для последующей разработки и реализации турпродукта, особенностям маркетинговых исследований в туристской индустрии.

**Ключевые слова:** туризм, маркетинг, турпродукт, маркетинговые мероприятия, особенности маркетинга, маркетинговые исследования.

На данный момент времени, туризм уже давно представляет из себя важную отрасль экономики в большинстве стран. Он оказывает значительное социально-экономическое воздействие и в связи с этим вызывает интерес у государственных и коммерческих организаций. Туристский продукт разнообразен и создаётся усилиями многих разноплановых предприятий, по-разному подходящих к вопросу производства турпродукта и использующими различные аспекты маркетинга. Для предприятий сферы туризма существуют различные конечные цели маркетинговых мероприятий.

Маркетинговое исследование – постоянный поиск, сбор, анализ, интерпретация сведений о текущем положении на рынке, на котором предприятие ведет, либо собирается вести свою деятельность.

Основные цели маркетинговых исследований в туризме не имеют кардинальных отличий от целей маркетинга в любой другой коммерческой деятельности. Основные цели – это минимизация риска при принятии решений и прослеживание степени успеха реализации маркетинговых задач. Задачи исследований различны и как правило обусловлены текущими потребностями рынка. В основном задачи сводятся к сбору, обработке и хранению информации, однако это может быть и формирование товарной, сбытовой, ценовой политики, а также других аспектов маркетинга на предприятии.

Объектами маркетинговых исследований служат процессы изменения выбранного сегмента рынка, включая анализ демографического, экономического, технического, политического и других факторов, имеющих значение при производстве и продвижении турпродукта.

Маркетинг в туризме имеет ряд специфических особенностей, таких как:

- 1) туристский маркетинг направлен не только на исследование спроса, но и на его формирование;
- 2) при формировании турпродукта особенно важно учитывать существующий на рынке текущий спрос и тенденции рынка;
- 3) так как в подавляющем большинстве случаев, туристский продукт носит неосязаемый характер, приходится учитывать текущие психоэмоциональные тенденции в обществе.

Предприятия сферы туризма часто пользуются услугами маркетинговых агентств. Лишь немногие крупные предприятия могут позволить себе содержать отдел сотрудников, занимающихся маркетинговыми исследованиями.

### Литература:

1. Браерти Э. Бизнес-маркетинг / Э. Браерти. – М.: Гребенников, 2015. – 846 с.
2. Богалдин-Малых В.В. Бизнес-стратегии и операционный маркетинг на рынке услуг / В.В. Богалдин-Малых. – М.: МПСИ, МОДЭК, 2015. – 608 с.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

## ОСОБЕННОСТИ МАРКЕТИНГА НА ПРЕДПРИЯТИЯХ ТУРИНДУСТРИИ

Л.М. Петрашкевич

Научный руководитель профессор В.Г. Минченко

**Аннотация.** Эта работа посвящена важности маркетинговых мероприятий при составлении и реализации турпродукта, отличительным особенностям маркетинга в туристской индустрии.

**Ключевые слова:** туризм, маркетинг, турпродукт, маркетинговые мероприятия, особенности маркетинга.

Маркетинг – наука, исследующая закономерности развития и изменения рыночных отношений. Туризм как род коммерческой деятельности не имеет принципиальных отличий от какой-либо другой сферы деятельности, поэтому для него справедливы главные положения теории современного маркетинга. Однако туризм, несомненно, обладает рядом отличительных особенностей, которые обязывают учитывать специфику курортного и гостиничного бизнеса.

Эти отличия связаны, прежде всего, с такими особенностями услуг, как:

- 1) неосязаемость;
- 2) несохраняемость;
- 3) недолговечность;
- 4) высокая роль человеческого фактора.

Основные направления маркетинга на любом предприятии сферы туризма – это исследование рынка, продвижение продукта, контроль эффективности.

Маркетинговые исследования позволяют изучить конъюнктуру рынка, что имеет решающее значение в определении направления деятельности турфирмы, позволяет определить актуальность разработки новых предложений. Благодаря маркетинговым исследованиям можно создать такое предложение, которое гарантировано будет востребовано, соответственно, издержки на продвижение будут снижены.

Не менее важно и продвижение уже имеющихся предложений. Необходимо, чтобы потребитель знал о существующих и готовящихся предложениях. Это позволит сохранить интерес к турфирме со стороны постоянных клиентов и привлечь множество новых.

Заключительным этапом в маркетинговой деятельности является контроль за эффективностью услуг, направленный на совершенствование деятельности предприятия.

Таким образом, важной составной частью в туристской индустрии является организация маркетинга, от эффективности которого зависит успех деятельности любого предприятия, работающего на туристском рынке.

### Литература:

1. Браерти Э. Бизнес-маркетинг / Э. Браерти. – М.: Гребенников, 2011. – 846 с.
2. Богалдин-Малых В.В. Бизнес-стратегии и операционный маркетинг на рынке услуг / В.В. Богалдин-Малых. – М.: МПСИ, МОДЭК, 2015. – 608 с.
3. Армстронг Гари Введение в маркетинг / Гари Армстронг, Филип Котлер. – М.: Вильямс, 2013. – 640 с.

## ПРИЧИНЫ ИММИГРАЦИИ В ЧИЛИ КАК РЕЗУЛЬТАТ ЭКОНОМИЧЕСКОГО КРИЗИСА В СТРАНАХ ЛАТИНСКОЙ АМЕРИКИ

К.Т. Петросян

Научный руководитель старший преподаватель Л.И. Демидова

**Аннотация.** В статье представлено экономическое состояние Чили и причины иммиграции в эту страну с познавательной целью.

**Ключевые слова:** иммигранты, Чили, Латинская Америка, инфляция, безработица.

Латинская Америка – это регион, привыкший к финансовым крахам. В последние годы здесь произошел сильный кризис в связи с нехваткой иностранной валюты, что привело к усилению зависимости испаноговорящих стран от США намного больше, чем когда-либо раньше. Это печальное событие привело к сильному миграционному течению, причем большинство иммигрантов направилось в Чили.

Чили – это страна, занимающая полосу земли между горным массивом Анд и Тихим океаном на юго-западе Южной Америки, протяженностью более 6000 км. Она считается одной из самых стабильных, экономически развитых и безопасных стран Латинской Америки с низким уровнем коррупции [2].

Как и многие другие страны данного региона, Чили, крупнейший в мире экспортер меди, с 2015 года испытал спад в экономике, главным образом из-за падения цен на сырье. Тем не менее данная ситуация повлияла не так сильно на экономический рост в Чили, нежели в других странах Латинской Америки, благодаря финансовому состоянию страны. Уже к концу 2016 года цены на медь выросли и способствовали восстановлению экономики. Таким образом, чилийская экономика по-прежнему зависит от международного спроса на медь (в частности из Китая), поскольку экспорт этого сырья составляет 50% от общего экспорта страны.

Чили необходимо внешнее население для экономического роста из-за низкой рождаемости и старения чилийского общества. Низкий уровень безработицы в стране позволяет привлекать иностранную рабочую силу [1].

Согласно оценкам правительства, в первые месяцы 2018 года иммигрантов в Чили прибыло более миллиона, из которых 300 000 находятся в стране нелегально. Наибольшие потоки иммигрантов в страну идут из: Перу, Колумбии, Аргентины, Боливии, Эквадора, а в связи с недавней сильнейшей инфляцией и из Венесуэлы. С увеличением иммигрантов, проживающих в стране, на 232%, с 416 082 до 966 363, что является самым большим ростом миграции в Северной и Южной Америке, согласно информации АВС, президент решил установить новые визы: виза демократической ответственности для венесуэльцев и виза для гуманитарных целей, предназначенная для гаитян. Несмотря на интенсивный поток иммигрантов, чилийцы говорят, что они согласны с созданием данных виз. Чили помнит, что Венесуэла приняла большое количество (200 000) чилийцев, которые покинули страну после военного переворота Пиночета в 1973 году.

### Литература:

1. El Siglo [Электронный документ] Режим доступа: [www.elsiglo.cl/2018/04/11/migracion-en-chile-una-oportunidad/](http://www.elsiglo.cl/2018/04/11/migracion-en-chile-una-oportunidad/) (дата посещения 20.12.2018)
2. Informacion territorial [Электронный документ] Режим доступа: <https://www.bcn.cl/siit/actualidad-territorial/chile-y-la-migracion-los-extranjeros-en-chile> (дата посещения 20.12.2018)

## ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ОСВОЕНИЯ ТРУДНОДОСТУПНЫХ ТЕРРИТОРИЙ

А.С. Попова

Научный руководитель старший преподаватель Л.И. Демидова

**Аннотация.** В работе выявляются как труднодоступные территории, так и их критерии. Выявляются механизмы, благодаря которым возможно развитие данного типа регионов.

**Ключевые слова:** удаленные и труднодоступные территории, развитие, активный туризм, Краснодарский край, туризм, инфраструктура.

Большая часть планеты не изучена, в частности воды Мирового океана, льды Антарктиды, незаселенная территория Гренландии, во многом не исследованы непроходимые джунгли Южной Америки. Этот список можно продолжить, однако, стоит обратить внимание и на Россию. В нашей стране так же, как и во всем мире, имеются отдаленные и труднодоступные регионы. Например, даже на, казалось бы, развитом юге России присутствуют подобные районы [1].

Согласно Постановлению Главы администрации Краснодарского края от 21.03.2017 №196 «Об утверждении перечня населенных пунктов Краснодарского края, относящихся к отдаленным или труднодоступным местностям» выделяют 40 слаборазвитых районов края, включающих в себя в среднем по 20 поселений [2].

Развитию подобных удаленных территорий во многом поможет набирающий все большую популярность в России внутренний туризм. Так как Краснодарский край, благодаря уникальным природно-климатическим условиям, имеет высокий потенциал для развития туризма вообще, на территории края уже получили свое развитие внушительное количество видов активного туризма: пеший, джиппинг, дельтапланеризм и другие, а также комбинированные туры, то есть совмещение нескольких видов туризма. Данные направления туризма распространены среди молодежи, то есть людей, способных мириться с мелкими неудобствами. Достаточно развить лишь минимальный уровень инфраструктуры [3].

В стремительно развивающемся туристском бизнесе на юге России необходимо внедрение новых направлений и туристических маршрутов для привлечения туристов в наш изобильный Краснодарский край. На сегодняшний день у российского общества проявляется повышенный интерес к труднодоступным территориям. Необходимо использовать данную ситуацию с целью развития подобных территорий России.

### Литература:

1. Постановление Главы администрации Краснодарского края от 01.08.2001 №703 «Об утверждении критериев отнесения территорий к отдаленным и труднодоступным местностям» [Электронный ресурс] URL: <http://docs.cntd.ru/document/411731371> (дата обращения: 17.12.2018)
2. Состояние и перспективы развития активного туризма в Краснодарском крае [Электронный ресурс] URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sostoyanie-i-perspektivy-razvitiya-aktivnogo-turizma-v-krasnodarskom-krae> (дата обращения: 17.12.2018)
3. Освоение человеком труднодоступных территорий планеты [Электронный ресурс] URL: <http://myref.ru/preview/43465.html> (дата обращения: 17.12.2018)

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НАРОДНОГО ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОГО ИСКУССТВА В АНИМАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А.С. Попова

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** В работе выявляется роль использования народного и современного декоративно-прикладного искусства в анимационной деятельности, а также в формировании анимационного интереса.

**Ключевые слова:** анимационные программы, декоративно-прикладное искусство, народное искусство, народное творчество, народные и художественные промыслы.

В стремительно развивающемся туристском бизнесе на юге России необходимо внедрение элементов традиционной культуры народов в анимационную деятельность для привлечения туристов в наш благодатный Краснодарский край. Особенно в начале 21 века у российского общества проявляется повышенный интерес к народному творчеству. Такая тенденция характерна и для Кубани.

Декоративно-прикладное искусство – народное творчество, носящее как практическое, так и художественное значение. Народное творчество соединяет прошлое с современностью. В таких условиях необходимо развитие и поддержание народного декоративно-прикладного искусства, определение его роли и места в культуре общества через создание и реализацию анимационных программ в туристском бизнесе. Тем более для Кубани, казачьего края, характерна преемственность системы традиционного образования в практике народной художественной культуры.

В Краснодарском крае исторически соединились культурные традиции разных народов, особенно художественно-ремесленная традиция. В каждом районе нашей Кубани сложились свои промыслы, где присутствуют мотивы украинских, кавказских и русских традиций. Например, значительную роль в быту казаков играли разные промыслы: лозоплетение, ткачество, вышивка, кузнечное и гончарное искусство, художественная обработка металла и прочее.

Гончарное ремесло развивалось в тех районах края, где имеются залежи гончарной глины (Анапский район, ст. Пашковская, ст. Елизаветинская, ст. Старощербиновская). Лозоплетение, вышивка, кузнечное ремесло получило наиболее широкое распространение. В каждой кубанской станице работали кузницы. На протяжении последних лет в пос. Мезмай Апшеронского района проходит фестиваль кузнечного дела. Лесные богатства Кубани способствовали развитию художественной обработки дерева.

В связи с разнообразием видов народного искусства организуются экскурсии, прокладываются экскурсионные маршруты, создаются мастер-классы.

Таким образом, через мастер-классы по декоративно-прикладному искусству, включенные в анимационную программу, происходит ознакомление туристов с искусством обработки различных материалов (металла, дерева, кости), углубляются познания в истории, культуре, традициях и быте народа.

### Литература:

1. Борисова Е.И. Роль карнавалов в досуговой деятельности / Е.И. Борисова, А.А. Юрченко // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 109-110.
2. Немцова В.О. Этнографический туризм. Национальные особенности народов Кубани /В.О. Немцова, А.А. Юрченко // Материалы Всероссийской науч.-практ. конф. «Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт» (14 апреля 2016 года). –Т. 2. – Краснодар, 2016. – С. 53-57.
3. Самсоненко Т.А. Ресурсный потенциал развития туризма в Апшеронском районе Краснодарского края / Т.А. Самсоненко, А.А. Юрченко // Материалы Всероссийской науч.-практ. конф. «Молодежный спортивный и спортивно-оздоровительный туризм: современное состояние и перспективы развития». Сочи, 18-20 мая 2016 г. – г. Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2016. – С. 212-214.

4. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л., Шпырня О.В., Поддубная Т.Н., Самсоненко Т.А., Джум Т.А., Коренева М.В., Ползикова Е.В., Еремина Е.А., Кружков Д.А., Юрченко А.А., Василенко Е.В., Василяди А.Г., Иванова И.С. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.



**МИФОДИЗАЙН В ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА****В.С. Путилина****Научный руководитель доцент М.В. Коренева**

**Аннотация.** В данной работе раскрывается сущность мифодизайна как инструмента построения бренд-коммуникации, рассматривается роль мифов и легенд в привлечении туристов к дестинации, объекту или предприятию, а также определяется значение мифотехнологий в формировании их туристской привлекательности.

**Ключевые слова:** мифодизайн, индустрия гостеприимства, мифотехнологии, коммуникации.

В настоящее время международный рынок индустрии гостеприимства вовлечен в жесткую конкурентную борьбу за области влияния, клиентов и рынки сбыта. В современном информационном обществе с постоянно растущим объемом информации и повышением уровня соперничества за заинтересованность целевой группы сообщение приобретает действенный и эффективный характер, если оно строится на основе дополнительных технологий и методов, к числу которых можно отнести мифодизайн, который направлен на конструирование специального предмета или объекта, обладающего мифологическими свойствами и чертами, приобретая сверхзначимый для человека характер [2].

В свою очередь международные туристские потоки формируются на основе тщательно отработанных образов: отдельных дестинаций, объектов индустрии гостеприимства, в том числе мифов, сложившихся вокруг рекреационной деятельности. Мифы и легенды представляют собой значимый туристский ресурс, с помощью которого возможна организация работы туристской отрасли даже при отсутствии значимых культурных, природных и исторических памятников. Мифотворчество со времен становления индустрии путешествий играет роль чрезвычайно важной основы для формирования туристской мотивации к совершению поездок или посещению тех или иных объектов [3]. В то же самое время легенда, применяемая в индустрии гостеприимства, часто превосходит по своему значению реальную туристскую привлекательность объекта или территории. Мифы и легенды – это важная составляющие национального или городского фольклора, которые активно применяются в туристской отрасли. Нередко туристические легенды включают в себя исторические факты, обросшие домыслами с приукрашенными историями, которые создают туристскую привлекательность объекту или территории [1]. Таким образом, мифодизайн включает в себя предусмотрительность, управление и удовлетворение потребностей потребителей индустрии гостеприимства посредством коммуникации, а концепция мифодизайна направлена на адекватное описание рекламы в потребительском обществе с интенсивными информационными потоками.

**Литература:**

1. Иванникова В.О. Актуальные проблемы современной индустрии гостеприимства / В.О. Иванникова, Е.В. Василенко // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа Материалы конференции. Редколлегия: Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – 2017. – С. 234-236.
2. Лапшина О.Н. Мифотворчество как креативный прием в рекламе / О.Н. Лапшина, А.П. Соколова // Сервис в России и за рубежом. – 2014. – № 6 (53). – С. 42-51.
3. Понявина М.Б. Изучение маркетинговых коммуникаций, направленных на манипуляцию сознанием, посредством мифотехнологий / М.Б. Понявина, Т.Л. Шкляр // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 3. – С. 417.
4. Сотникова Я.Е. Роль мифодизайна в формировании привлекательного имиджа территории / Я.Е. Сотникова // Молодой ученый. – 2014. – №1. – С. 429-431.

**К ВОПРОСУ О СИСТЕМЕ БЫСТРОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ ПЕРСОНАЛА  
С ПОМОЩЬЮ СИСТЕМ БРОНИРОВАНИЯ В ООО «ВИТА-ТУР»**

**В.С. Путилина**

**Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная**

**Аннотация.** В работе рассматривается проблема быстрого обслуживания персоналом на примере систем бронирования. Сегодня системы бронирования крайне облегчают и ускоряют работу персонала туристических фирм. В связи с этим необходимо знать основные программы бронирования и уметь ими пользоваться.

**Ключевые слова:** туризм, системы бронирования, турагент, способы бронирования, программы бронирования.

Туристические агентства, продающие клиентам туры, сегодня активно пользуются различными системами бронирования для обеспечения скорости работы как с клиентом, так и с туроператором [1].

ООО «ВИТА-ТУР» включает в свои услуги как продажу туров, так и продажу отдельных авиа и ж/д билетов, гостиничных номеров, экскурсионных туров и тому подобное.

В связи с тем, что в туристическом агентстве «ВИТА-ТУР» персонал не пользуется глобальными системами бронирования, такими как Amadeus, Сирена и так далее, данной компании приходится пользоваться сайтами туроператоров, а также системами поиска туров от всех туроператоров в Интернете. Для бронирования авиа и ж/д билетов, гостиничных номеров и других отдельных услуг менеджеры «ВИТА-ТУР» пользуются интернет сайтами авиакомпаний, гостиниц, экскурсионных бюро.

Для того чтобы облегчить менеджерам работу с бронированием отдельных видов услуг, компании необходимо начать работать с глобальными системами бронирования, которые предлагают бронирование билетов, номеров в гостиницах, экскурсий и других основных и дополнительных услуг отдельно [2; 3].

Исходя из приведенного анализа, можно сделать вывод, что тур агентство «ВИТА-ТУР» пользуется популярностью у своих клиентов, обеспечивает им качественное и быстрое обслуживание. Однако данное предприятие может повысить качество обслуживания клиентов менеджерами, введя в компанию международные глобальные системы бронирования.

**Литература:**

1. Биржаков М.Б. Использование систем бронирования в туризме: учебное пособие / М.Б. Биржаков. – СПб. – 2016.
2. Еремина Е.А. Динамическое пакетирование туров в условиях перехода на цифровую экономику / Е.А. Еремина, Д.М. Джаббарова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2018. – № 1. – С. 117-119.
3. Сухов Р.И. Организация работы туристического агентства / Р.И. Сухов. – М: MapT, 2015.

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ «ВИРУСНОГО» МАРКЕТИНГА В ТУРИЗМЕ****А.Р. Рассоха****Научный руководитель доцент О.В. Шпырня**

**Аннотация.** В современном мире из-за перегруженности большими потоками информации зачастую у потребителя отсутствует желание обратить свое внимание на рекламу. Поэтому для привлечения клиентов компании вынуждены использовать новые инструменты. Маркетологами изобретаются новые технологии, которые будут положительно и эффективно влиять на потребителей. На сегодняшний день наиболее результативным инструментом является «вирусный» маркетинг.

**Ключевые слова:** вирусный маркетинг, вирусный контент, Интернет, туризм.

Вирусный маркетинг является маркетинговой техникой, при которой туристические компании для повышения осведомленности о своем бренде и услугах используют потенциальных потребителей. Таким образом, будущие туристы сами распространяют информацию и преимущества компании в сети Интернет [3]. Поступившая пользователю информация передается людям, входящим в его окружение, а они уже, свою очередь, передают ее другим. Следует отметить, что рекламное сообщение, содержащее информацию, воспринимается пользователями, как развлекательный контент. Благодаря этому, туристический бренд становится более популярным, вызывая у потенциальных потребителей сильные эмоции, ориентированные на ощущения, как положительные, так и отрицательные.

Вирусный маркетинг в туризме предполагает отказ от традиционных отношений между туристической компанией и клиентами. Вместо этого их отношения выстраиваются таким образом, что компания становится «поставщиком впечатлений», а клиенты «зрителями». В данном случае, такая рекламная кампания воспринимается пользователями с большим уровнем доверия, чем в случае с классической рекламой [1].

Туризм можно отнести к наиболее зависимой от информации индустрии. В виду постоянного прироста интернет-пользователей и числа веб-ресурсов, приложений, программ появляются новые виды распространения информации о туристических услугах, среди них одним из ведущих является вирусный маркетинг. Чтобы выиграть сильную конкуренцию, необходимо внедрять инновационные технологии, которые будут отличаться от тех, к которым уже привыкли пользователи.

Раньше, чтобы определиться с выбором, какую туристическую организацию выбрать для проведения досуга, люди обычно читали отзывы, полагались на рекламу по радио и телевидению. Однако время меняется, и на сегодняшний день потребителям важно то, что реальные люди говорят об услугах организации, что они возможно делают посты в социальных сетях, ссылаясь на ту или иную организацию [2].

Существуют также риски применения, на первый взгляд, такой успешной и недорогой технологии, как вирусный маркетинг. Известно, что негативная информация распространяется в разы быстрее, чем позитивная. Таким образом, если пользователи будут недовольны вирусной компанией, то это может негативно отразиться на работе туристической организации. Вирусный маркетинг может либо уничтожить бизнес, либо сделать его одним из самых успешных.

**Литература:**

1. Печеницина В.Н. Комплекс маркетинговых коммуникаций туристского предприятия в Интернет / В.Н. Печеницина, О.В.Шпырня // Туристско-рекреационный комплекс в системе регионального развития Материалы VI Международной научно-практической конференции. – 2018. – С. 340-342.

2. Шпырня О.В. Тенденции развития комплекса маркетинговых коммуникаций туристских предприятий в Интернете / О.В. Шпырня, В.Н. Печеницина // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. –

Т. 3. – С. 138-140.

3. Шпырня О.В. Использование Internet-технологий в реализации услуг туристского агентства / О.В. Шпырня, А.А. Савченко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 141-143.

## КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ – СОВРЕМЕННЫЙ ФЛАГМАН В СФЕРЕ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА НА ЮГЕ РОССИИ

Д.С. Резникова

Научный руководитель доцент И.М. Кучеренко

**Аннотация.** Курортный потенциал Юга России позволяет позиционировать внутренний туризм как увеличение турпотока. Анализ современного состояния индустрии гостеприимства в постолимпийский период и выгодное сочетание двух кластеров Большого Сочи: горного и прибрежного позволяют привлечь на курорты Краснодарского края отдыхающих из разных регионов нашей необъятной страны.

**Ключевые слова:** гостеприимство, Большой Сочи, туристско-рекреационный комплекс, событийный туризм, прибрежный кластер, горный кластер, здравница, познавательные объекты.

Краснодарский край имеет богатый туристско-рекреационный потенциал. Для него характерна исключительно высокая насыщенность познавательными объектами, как природными, так и культурно-историческими. [2] С давних времен Большого Сочи являлся крупной здравницей России и пользовался небывалой популярностью среди населения. Территория современного Сочи объединила прибрежный и горный кластер и позволила туристам не только отдыхать в крупных здравницах федерального значения, но и проводить уникальные спортивные мероприятия международного значения. Для этого в Имеретинской низменности возвели целый комплекс спортивных сооружений совершенно футуристического вида, которые явились базовыми объектами для проведения Олимпийских игр и Паралимпийских игр 2014 года, а также Чемпионата Мира по футболу в 2018 г. Сочи – это место с благоприятным климатом. Уникальное сочетание Кавказских гор и Черного моря создают идеальные условия для любителей активных видов отдыха, в том числе горнолыжного туризма.

Популярность курорта растет с каждым годом. По данным газеты Кубань за 2017 год пассажиропоток РЖД в Сочи вырос на 9%, а в аэропорту Сочи на 8% (данные «БазЭлАэро») [1]. Развитие горнолыжных комплексов: «Роза Хутор», ПАО «Газпром» и «Горки Город» позволило решить проблемы, связанные с «межсезоньем». Отели, расположенные на территории горнолыжного кластера Красной Поляны, обрели новые возможности и перспективы. Предлагая более низкие цены на услуги размещения, отельерам удалось переориентировать туристов на горнолыжный курорт, к тому же холодное лето негативно сказалось на интересе россиян к пляжному отдыху. Таким образом, в горном кластере заполняемость гостиниц наоборот увеличилась, и этому способствовали как лояльные цены на проживание, так и насыщенный календарь событийных мероприятий.

Зима 2017/2018 показала высокую загрузку гостиниц прибрежного кластера. И даже в низкий сезон загрузка отелей составила 44% номерного фонда, что на 7% больше, чем в прошлом сезоне. В то же время в горном кластере заполняемость номерного фонда составила почти 70% при увеличении средней стоимости номера на 2%, в стоимостной оценке – 8,6 тыс. руб.

В прибрежном кластере около 9 тыс. руб., заполняемость гостиниц верхнего сегмента выросла на 9% и достигла 48%. В гостиницах средней ценовой категории загрузка увеличилась лишь на 5%, до 40%, тогда как средняя цена за номер установилась на уровне 4,1 тыс. руб.

Подобная нелогичная разница в загрузке гостиниц прибрежного кластера объясняется тем, что отели с более высокой ценовой политикой, имея более мощную инфраструктуру, предлагают своим гостям расширенный перечень развлекательно-досуговых мероприятий. В результате внедрения в деятельность средств размещения основных и дополнительных услуг, RevPAR (выручка номерного фонда за 1 номер) увеличилась на предприятиях

верхнего сегмента прибрежного кластера на 21% (до 4,4 тыс. руб.), а среднего сегмента – на 14% (до 1,6 тыс. руб.). Комплексный подход к развитию туристско-рекреационной территории Большого Сочи повлиял на значительный рост показателей загрузки средств размещения Красной Поляны, которые впервые в постолимпийский период достигли самых высоких значений: заполняемость в верхних сегментах составила 67%, а в средних – 75%. Не надо забывать и о туристах, отдых которых носит совершенно бюджетный характер. Для них отель служит местом для сна и не более. Именно такому потребителю цены в межсезонье позволяют насладиться великолепной природой, климатом и погрузиться в мир спорта, релакса, экскурсий и пешеходных прогулок.

Данный анализ курортов Краснодарского края позволяет заметить, что Юг России, представленный Б. Сочи, имеет массу преимуществ и перспективен для развития; туристско-рекреационный комплекс функционирует круглый год; отсутствует «наплыв» отдыхающих, комфортный температурный режим; более демократичные цены в межсезонье, хорошая транспортная доступность, развитие в регионе массового событийного туризма позволяют позиционировать курорты Краснодарского края, как перспективный флагман в сфере туризма и гостеприимства, способствующий развитию внутреннего и въездного туризма в России.

#### **Литература:**

1. Веллер Т. Аналитика JLL: итоги 2017 года на рынке качественных гостиниц Сочи. [Электронный ресурс] / Т. Веллер – Режим доступа: <https://hotelier.pro/news/item/3265-jll-sochi>, свободный (дата обращения: 20.01.2019).
2. Илякова О.Ю. Рекреационный туризм в приморской и горной зоне Юга Европейской части России. [Электронный ресурс] / Конференция «Туризм: ресурсы, технологии, образование», Елец, 2009 г. – Режим доступа: <http://elskst.ucoz.ru/publ/>, свободный (дата обращения: 17.01.2019).

## АНАЛИЗ ТРУДОВОЙ ДИСЦИПЛИНЫ РАБОТНИКОВ ООО РТФ «ПОЗИТИВ»

Д.Ю. Резникова

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

**Аннотация.** В данной работе представлена важность правильной организации трудовой дисциплины в турфирме, а также результат анализа трудовой дисциплины работников ООО РТФ «Позитив». Данная тема актуальна, так как во многих турагентствах наблюдается неправильное распределение должностных обязанностей, что влияет на качество сервиса.

**Ключевые слова:** туризм, трудовая дисциплина, сервис, качество услуг.

Для любого сотрудника трудовая дисциплина должна быть обязательна, так как именно она контролирует отношения между работниками и работодателем. Нередко от нее зависит качество, экономические показатели, а также конечный результат работы. На любом предприятии есть зафиксированные нормы поведения, режим трудового дня и требования к выполняемой работе, с которыми сотрудник знакомится при подписании трудового договора. Однако работодатель не может самостоятельно устанавливать правила. В каждом трудовом договоре есть трудовой распорядок и дисциплина труда сотрудников фирмы, который разрабатывается руководителем предприятия в соответствии с Трудовым кодексом и принимается по согласованию с трудовым коллективом.

Трудовая дисциплина – это выполнение сотрудником общеобязательных правил поведения, определенных Трудовым кодексом, дополнительными соглашениями, коллективным договором и другими нормативными актами, и создание работодателем соответствующих условий [2].

Обязательные правила для работников определяются Трудовым кодексом и включают:

- исполнение порученных обязанностей;
- выполнение внутреннего трудового распорядка;
- выполнение требований по охране труда;
- бережное отношение сотрудника к имуществу других работников и предприятия.

И если работник ответственно подходит к работе и добросовестно выполняет свои профессиональные обязанности, определенные договором, нормативными актами и должностными инструкциями, то он может получить поощрение. Существует несколько видов поощрений: премирование; объявление благодарности; награждение почетной грамотой; награждение ценным подарком и другие виды поощрений, которые предусмотрены внутренними документами. Чаще всего награждают отдельных работников, однако в некоторых случаях имеет место поощрение целых групп людей или коллективов.

В ООО РТФ «Позитив» предусмотрены следующие виды поощрений: денежный бонус за успешно выполненную работу; объявление благодарности; поощрение рекламным туром; поездка за рубеж по обмену опытом; отправка сотрудника на профессиональные выставки. Коллектив турфирмы состоит из 10 человек. Все сотрудники турфирмы владеют одним или двумя иностранными языками, так как каждое лето они работают на приеме иностранных туристов. Это молодой коллектив, который хочет путешествовать и узнавать что-то новое, именно поэтому поездка за рубеж является мощной мотивацией для соблюдения всех требований и норм трудовой дисциплины. В туризме принят ненормированный рабочий день, поэтому сотрудники ООО РТФ «Позитив» для увеличения доходов турфирмы подстраивают свой рабочий график под клиента, а также часто работают вне офиса. Они находят эту работу занимательной и интересной, так как в их обязанности входит подбор индивидуального тура.

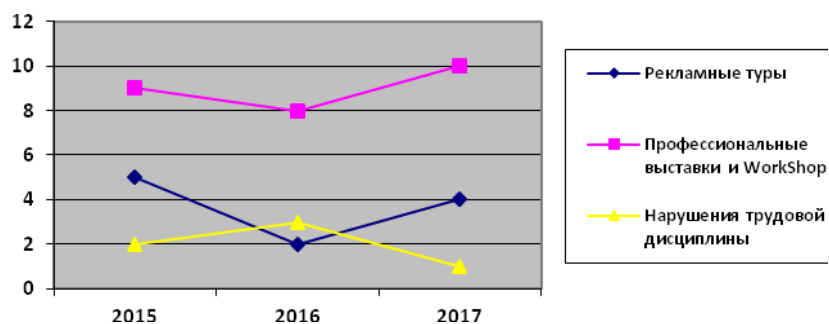


Рис. 1 – Анализ поощрительных поездок и нарушений трудовой дисциплины сотрудников ООО РТФ «Позитив»

На рис. 1 наглядно показано, что за последние три года в ООО РТФ «Позитив» снизился уровень нарушений дисциплины.

Таким образом можно сделать вывод о роли трудовой дисциплины в работе тур менеджеров. На графике наглядно показано соотношение поощрительных поездок и нарушений трудовой дисциплины. Чем больше поощрительных поездок, тем меньше нарушений трудовой дисциплины, и наоборот.

#### **Литература:**

1. Волошин Н.И. Правовые основы туристской деятельности. Учебное пособие / Н.И. Волошин. – М.: Советский спорт, 2010. – 424 с.
2. Руденко Л.Л. Сервисная деятельность / Л.Л. Руденко. – М.: Дашков и К°, 2012. – 662 с.



## МАРКЕТИНГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

С.В. Саматова

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В предложенной научной работе проведен анализ маркетинговой деятельности предприятий познавательного туризма, ее особенностей, описание ее осуществления и значимости для успешного функционирования.

**Ключевые слова:** маркетинг, маркетинговая деятельность, комплекс маркетинга, комплекс маркетинговых коммуникаций, познавательный туризм, маркетинговая стратегия, реклама.

В условиях современного мира ведущими на рынке оказываются те предприятия сферы познавательного туризма, которые лучше знают своего посетителя и умеют делать его покупателем своих услуг, то есть умеют грамотно осуществлять маркетинговую деятельность, в том числе и для привлечения иностранных туристов [2].

Данные предприятия должны обращать внимание не только на качество предоставляемых познавательных услуг, но и на способы его предложения, уметь планировать и организовывать свою маркетинговую деятельность, иметь и реализовывать собственную маркетинговую стратегию, изучать потребительские предпочтения и пожелания [1]. Также производить их анализ путем опросов, и в частности анкет, помогающих выявить уровень удовлетворенности потребителя (посетителя) в качестве оказываемых услуг, соответствия их ожиданиям, наиболее предпочтительные направления, удовлетворенность обслуживанием в процессе получения познавательной услуги. [3]

Так же очень важно правильно организовать продвижение своего турпродукта и туристской услуги, чтобы оно эффективно действовало и привлекало новых посетителей, расширяло аудиторию за счет иностранных туристов [2]. Это достигается путем разного рода рекламы в социальных сетях, электронной рассылке о планируемых выставках, лекциях, собраниях, тематических вечерах, экскурсиях, как стационарных, так и выездных; визуальной рекламы на улицах (баннеры, вывески). Это не только наука, которой надо овладеть, но и искусство. Унифицированных указаний для реализации элементов комплекса маркетинга и маркетинговых коммуникаций различного типа, прежде всего, с помощью рекламы не существует, каждое предприятие познавательного туризма должно иметь свой план ведения маркетинговой деятельности исходя из целей организации, ее структуры и прочих особенностей [1].

### Литература:

1. Березкина И.А. Коммуникационная политика туристского предприятия / И.А. Березкина, О.В. Шпырня // Материалы XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – С. 18-19.
2. Пампура Б.А. Использование маркетинговых методов для привлечения иностранных туристов / Б.А. Пампура, О.В. Шпырня // Материалы XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – С. 121-122.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

## МАРКЕТИНГ В СФЕРЕ НЕКОММЕРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕДПРИЯТИЙ ПИТАНИЯ

А.Д. Самородов

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В данной работе представлен анализ некоммерческой деятельности предприятий питания, а также проанализирована маркетинговая деятельность предприятия питания «Столовая №1».

**Ключевые слова:** маркетинговая деятельность, некоммерческая деятельность, предприятия питания.

В настоящее время маркетинговая деятельность имеет решающее значение для развития различных организаций. Сегодня в мировом экономическом сообществе следует отметить активно развивающийся сектор некоммерческих организаций, который занимает рыночную нишу, не приносящую большого дохода [3].

Цель некоммерческой деятельности предприятий питания – это достижение социального эффекта, а некоммерческого маркетинга – максимизация этого эффекта при рациональном использовании необходимых ограниченных ресурсов.

Как правило, предприятия питания, осуществляющие некоммерческую деятельность, не уделяют должное внимание маркетинговой деятельности, так как являются структурными подразделениями других организаций, вследствие чего имеют определенную клиентскую базу и не имеют как мотивации к осуществлению маркетинговых программ, так и финансовых ресурсов для ее реализации [1].

Это можно проследить на примере предприятия питания «Столовая №1», являющегося структурным подразделением университета КГУФКСТ. По итогам SWOT-анализа столовой университета видно, что во внешней среде имеется достаточное количество возможностей для успешной работы заведения, но они не реализуются вследствие отсутствия маркетинговой деятельности, а именно:

- 1) рекламы;
- 2) ценовой стратегии;
- 3) отсутствия разнообразия ассортимента [2].

Проанализировав работу столовой, приходится констатировать, что не все резервы используются работниками и руководством столовой, частично из-за низкой платежеспособности посетителей столовой, частично из-за общих недоработок.

### Литература:

1. Шпырня О.В. Инновационные технологии в деятельности предприятия ресторанного бизнеса / О.В. Шпырня, В.Л. Эм // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 147-149.

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. – № 1. – С. 77-78.

3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

## РАЗВИТИЕ ДЕЛОВОГО ТУРИЗМА НА ПРИМЕРЕ ГОРОДА НОВОРОССИЙСКА

А.В. Сарычева

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В работе рассмотрены вопросы развития делового туризма на примере Новороссийска, в том числе опыт проведения международных мероприятий – конкурсов.

**Ключевые слова:** деловой туризм, архитектурные туристы, туристско-рекреационный кластер.

Краснодарский край обладает всеми необходимыми ресурсами для развития многих видов туризма, в том числе и делового, имеет наивысший рейтинг инвестиционной привлекательности [1, 2], о чем свидетельствуют итоги Международного конкурса по разработке концепции развития части набережной имени Адмирала Серебрякова в Новороссийске (31 мая 2018 г.). Победителем конкурса стал проект известного британского архитектурного бюро Zaha Hadid Architects. Специалистами бюро предложена современная композиция из 9 зданий, имеющих комплексную форму в виде причалов, уходящих в море (рис.1), которая может стать привлекательным архитектурным символом города.



Рис. 1 – Проект архитектурного бюро Zaha Hadid Architects

Данный проект, по мнению компетентного жюри конкурса, сможет активно привлечь в Новороссийск архитектурных туристов со всего мира. Будущий туристский эффект от данного архитектурного ансамбля сравнивают с «эффектом Бильбао», когда благодаря постройке музея Гуггенхайма преобразовался город.

Международный конкурс является первым шагом в создании туристско-рекреационного кластера, отвечающего требованиям организации международных деловых мероприятий. Это будет уникальный и крупнейший деловой кластер, инфраструктура которого полностью ориентирована на проведение международных мероприятий. Кластер будет иметь региональный экономический эффект – создание новых рабочих мест, значительное увеличение объемов номерного фонда города [1, 2].

Таким образом, реализация проекта позволит ускорить решение задач, поставленных как в Концепции федеральной целевой программы «Развитие внутреннего и въездного туризма в Российской Федерации (2019-2025 годы)», так и в Концепции развития санаторно-курортного и туристского комплекса Краснодарского края до 2030 года и направленных на создание международного центра всесезонного туризма в Краснодарском крае.

### Литература:

1. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.
2. Куценко Е.С. Зависимость от предшествующего развития пространственного размещения экономических агентов и практика оценки агломерационных эффектов / Е.С. Куценко // Журнал новой экономической ассоциации. – 2012. – № 2 – 12 с.

3. Ползикова Е.В. Современное состояние делового туризма в России / Е.В.Ползикова, Е.М. Бреус // Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий материалы II международной научно-практической конференции. – 2018. – С. 316-319.

## К ВОПРОСУ МОДЕРНИЗАЦИИ ПОДГОТОВКИ КАДРОВ С ВЫСШИМ ОБРАЗОВАНИЕМ В ТУРИНДУСТРИИ

А.С. Сорокина

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

**Аннотация.** В работе рассматриваются вопросы специального образования для подготовки кадров для туриндустрии, актуализации образовательных стандартов высшего образования.

**Ключевые слова:** подготовка кадров, образование, туриндустрия, квалифицированные кадры, высшее образование.

Федеральная система подготовки специалистов действует в пределах непрерывного образования на основе «Закона об образовании в РФ» и Федеральных образовательных стандартов в образовательных организациях. На сегодняшний день отрасль гостеприимства является одной из наиболее динамично развивающихся отраслей экономики в южном регионе РФ [1]. В условиях глобализации и роста конкуренции на рынке туриндустрии, требования к персоналу, особенно аппарата управления, повышаются в аспекте современного состояния науки, технологической и гуманитарной составляющих. Туризм – это бизнес, которому нужны профессиональные кадры. Из-за большой конкуренции сотрудников отбирают более тщательно, особенно на топовые позиции.

В едином квалификационном справочнике должностей (ЕКСД) к управленческим кадрам относят директоров (экскурсионных бюро, гостиниц, туристских агентств, туроператорских организаций) и начальников отделов (служб). Анализируя требования к квалификации руководителей, осуществляющих туристскую деятельность, можно заключить, что в большинстве случаев наличие у кандидата высшего образования является обязательным требованием к вступлению в должность.

На сегодняшний день в России осуществляют свою деятельность уже достаточно большое количество гостиниц, входящих в международные сети (Marriot, Radisson, Sheraton, Kempinski и др.), а также представительства иностранных туристских компаний, которые также заинтересованы в квалифицированных кадрах. Зависимость квалификации специалиста индустрии туризма от уровня профессиональной подготовки очевидна, что говорит о необходимости актуализации отечественного образования, а это создаст условия для интеграции выпускников направления подготовки 43.03.02 «Туризм» в мировой бизнес.

Важнейшим аспектом модернизации современной системы высшего образования для сферы гостеприимства является налаживание тесных взаимоотношений между вузами и работодателями при переходе на новые образовательные стандарты, ориентированные трудовые функции. При подготовке специалистов туриндустрии все чаще внедряются в образовательный процесс адаптированные к трудовым функциям учебно-тренировочные модули, совместно разработанные с работодателями программы, оптимизируется соотношение теоретического и практического компонентов обучения.

### Литература:

1. Об образовании в РФ: Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ.
2. Ползикова, Е.В. Планирование карьеры студентов, обучающихся по направлению подготовки 43.03.02 Туризм / Е.В. Ползикова, Т.Н. Поддубная, Д.А. Кружков, Е.В. Василенко, Л.И. Демидова // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2018. – № 3. – С. 91-97.
3. Тарелкина Т.Ф. Подбираем менеджеров по-научному // Турбизнес. – 2006. – №9.

## СОВРЕМЕННАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРЕДПРИЯТИЙ ГОСТЕПРИИМСТВА

А.С. Сорокина

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

**Аннотация.** В данной работе рассмотрены современные аспекты профессиональной подготовки руководителя предприятий гостеприимства.

**Ключевые слова:** руководитель, высшее образование, подготовка, предприятие гостеприимства.

Подготовку кадров для индустрии гостеприимства начали еще в девятнадцатом веке в Швейцарии, и по сегодняшний день она остается лидером. Среди стран – лидеров по подготовке профессиональных кадров можно выделить Испанию, США, Великобританию и другие. Программы подготовки были ориентированы на гостиничный менеджмент, а сейчас идет ее слияние с программой «Путешествия и туризм». Современная отечественная система высшего образования индустрии туризма все больше ориентирована на международные стандарты.

Характерной особенностью профессиональной подготовки является постоянное обновление материала в соответствии с достижениями управленческих и экономических наук, информатизации и компьютеризации многих процессов туристической индустрии, а также применение инновационных технологий обучения. В современных условиях процесс обучения в туризме является непрерывным. Послевузовское дополнительное профессиональное образование специалистов сферы гостеприимства будет способствовать устранению неточностей и несоответствий в «Квалификационных характеристиках должностей работников организаций сферы туризма» (ЕКСД), а именно:

- в структуре подготовки работников отсутствует специальность «Туризм», а имеется направление подготовки 43.03.02 «Туризм» (уровень бакалавриата) [2];

- приведенное в документе определение понятия «высшее профессиональное образование» не соответствует Федеральному закону № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», где используется понятие «высшее образование» [3];

- отсутствуют профессиональные характеристики должностей в санаторно-курортной, физкультурно-спортивной, транспортной сферах, а также в сфере питания вне дома [1].

В связи с анализом вышеизложенного материала, подготовлены рекомендации по совершенствованию квалификационных характеристик. Сегодня отношение к профессии руководителя в индустрии гостеприимства изменилось, экзотика здесь отсутствует, специалисты должны быть готовы к тяжелой работе и быть стрессоустойчивыми, обладать набором личностных и профессиональных качеств. При переходе в 2019 году на новые образовательные стандарты высшего образования обязательно появится программа с направленностью (профилем) «Руководитель предприятий гостеприимства».

### Литература:

1. Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников организаций сферы туризма: приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 12 марта 2012 г. №220н.

2. Об утверждении перечней специальностей и направлений подготовки высшего образования: приказ Минобрнауки РФ от 12 сентября 2013 г. №1061.

3. Об образовании в РФ: Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ.

4. Ползикова Е.В. Планирование карьеры студентов, обучающихся по направлению подготовки 43.03.02 Туризм / Е.В. Ползикова, Т.Н. Поддубная, Д.А. Кружков, Е.В. Василенко, Л.И. Демидова // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2018. – № 3. – С. 91-97.

## РОЛЬ КУЛЬТУРЫ ОБСЛУЖИВАНИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГОСТИНИЧНЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ

Н.О. Сутормин

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

**Аннотация.** В работе отмечена роль культуры обслуживания в гостиничных предприятиях и ее влияние на уровень конкурентоспособности гостиничного предприятия на рынке потребительских услуг.

**Ключевые слова:** гостиничное предприятие, культура, стандарты, обслуживание, конкурентоспособность.

В настоящее время культура обслуживания гостиничных предприятий один из важнейших элементов продвижения гостиничного предприятия в гостиничном бизнесе, направленная на максимальное удовлетворение клиентов на основе знания персоналом предприятий определенных правил, процедур, владения практическими умениями и навыками взаимодействия. Соблюдение культуры обслуживания для сотрудников гостиниц является требованием руководства и диктуется политикой гостиничных предприятий. Также этому способствует принятая система поощрения на предприятии для персонала обслуживания [1].

Гостиничные предприятия осуществляют свою деятельность в соответствии с государственными стандартами. Основной задачей обслуживающего персонала гостиничного предприятия является создание атмосферы дружды, открытости и доброжелательности с клиентами. Такая атмосфера располагает гостей и настраивает на позитивное общение и взаимное уважение. Обе стороны – и гости, и сотрудники – становятся равноправными деловыми партнерами.

Главный лозунг сотрудников гостиничных предприятий: «Клиент всегда прав!». Необходимо удовлетворять потребности клиентов, а не вступать в конфронтацию и споры, так как это не способствует продвижению имиджа предприятия [2].

Любой работник гостиничной сферы понимает и определяет для себя самое главное в работе – это постоянное внимание к потребностям гостей, максимальное удовлетворение их запросов. Персонал гостиничных предприятий должен находиться в поиске новых путей совершенствования услуг для гостей и быть готовым для принятия новых методов и способов повышения уровня обслуживания.

Главной отличительной особенностью работников сферы гостиничного бизнеса является культура поведения, которая включает в себя: умение четко, грамотно выражать свои мысли, соблюдение речевого этикета, соблюдение правил тактичного общения с гостями в любых ситуациях, особенно конфликтных.

Из вышеперечисленного можно сделать вывод, что если клиент может обратиться к сотруднику гостиницы с любой проблемой и решить все вопросы оперативно, на должном культурном уровне обслуживания и при этом получает удовлетворение всех своих потребностей, то это выводит гостиничное предприятие на более высокий уровень конкурентоспособности на рынке гостиничных услуг, а также является гарантией успеха в гостиничном бизнесе.

### Литература:

1. Сорокина А.А. Организация обслуживания в гостиницах и туристских комплексах / А.А. Сорокина. – М.: Альфа. – М, 2014. – 304 с.
2. Спивак В.А. Корпоративная культура / В.А. Спивак. – СПб.: Питер, 2012. – 352 с.

## К ВОПРОСУ О СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ МАРКЕТИНГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТУРИСТСКОГО АГЕНТСТВА ООО «КЕНГУРУ»

А.А. Трапизонян

Научный руководитель к.п.н. Е.В. Ползикова

**Аннотация.** Рассмотрено влияние маркетинговых средств туристского предприятия на повышение его конкурентоспособности, а также предложены наиболее перспективные пути развития маркетинговой политики туристского агентства ООО «Кенгуру».

**Ключевые слова:** маркетинговая деятельность, средства маркетинга, продвижение турпродукта, веб-сайт, электронная коммерция.

Туризм имеет социальную направленность. На современном этапе он является доступным, а не элитным продуктом на рынке услуг [1]. Первостепенной задачей всех туристских предприятий служит привлечение внимания туристов из уже существующего рынка традиционных туристских услуг, а также привлечение потенциальных клиентов. Важным инструментом в борьбе за потребителей служат средства маркетинговой деятельности туристского предприятия [2].

ООО «Кенгуру» работает на рынке туризма с 2008 года. На данный момент ООО «Кенгуру» не имеет собственного интернет-сайта. Для того чтобы правильно создать сайт организации, компании следует воспользоваться услугами профессионалов в данной области, а также обратить внимание на количество успешно реализованных проектов именно в сфере туризма.

Также компания не применяет средств электронной коммерции для ее продвижения. Поэтому для совершенствования маркетинговой деятельности предприятию необходимо воспользоваться средствами виртуального маркетинга: интернет-реклама, интернет-стимулирование. Реклама турпродукта с использованием тематических и общеинформационных сайтов, использование банерных сетей, продвижение турпродукта с помощью поисковых систем и каталогов. Причем следует принять во внимание тот факт, что при размещении рекламы туристской фирмы, следует учитывать тематику сайта, т. е. не стоит рекламировать различные туры на сайтах, реализующих например, моторные масла для автомобилей. Следующим немаловажным аспектом, который необходимо учитывать при выборе сайта для рекламы – это широта аудитории. Итак, можно сделать вывод о том, что внедрение технологий электронной коммерции позволит повысить эффективность маркетинговой политики исследуемого туристского агентства.

### Литература:

1. Бутко И.И. Маркетинг в туризме: учебное пособие / И.И. Бутко, В.А. Ситников, Е.А. Ситников. – М.: Дашков и К, 2014. – 416 с.
2. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.
3. Реброва Н.П. Основы маркетинга. Учебник и практикум для СПО / Н.П. Реброва. – Люберцы: Юрайт, 2016. – 277 с.



## СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ГОСТИНИЧНОГО КОМПЛЕКСА

А.А. Трефилова

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** Организация питания и высокий уровень качества услуг питания во многом определяют конкурентную позицию гостиничных комплексов в индустрии гостеприимства.

**Ключевые слова:** организация питания, качество обслуживания, гостиничный комплекс.

Современные гостиничные комплексы предоставляют своим клиентам широкий спектр услуг, в том числе услуги питания. Организацией питания занимаются специальные службы в структуре гостиничных комплексов. Служба питания обеспечивает обслуживание гостей предприятия в ресторанах, кафе или барах гостиницы, решает вопросы организации и обслуживания банкетов, презентаций и т.д.

В международной туристической практике функционируют самые разнообразные типы предприятий и применяются различные формы обслуживания туристов. Однако особенность этих предприятий, работающих в сфере туризма, заключается в том, что они должны удовлетворять потребности в питании людей из разных стран мира с их разнообразными вкусами и традициями национальной кухни.

В гостиничном комплексе «Имеретинский» услуги питания гостям предоставляют рыбный ресторан «Босфор», панорамный ресторан «Библиотека», два кафе «Крит» и «Капри», закусочная – бургерная «HomeBurger», лобби-бар [2]. В ГК «Имеретинский» предприятия питания обслуживают довольно разнообразный контингент посетителей, как российских, так и иностранных, как организованных, так и индивидуальных туристов. Для каждой категории потребителей подбираются особенные методы и приемы обслуживания.

Менеджмент службы питания делает акцент на высокий уровень обслуживания, что гарантирует гостиничному комплексу поддержание репутации предприятия гостеприимства, услуги которого соответствуют мировым стандартам качества.

Организация питания в гостиничном комплексе «Имеретинский» является объектом постоянного мониторинга с целью повышения качества обслуживания по ряду направлений: организация производства кулинарной продукции; качество снабжения; качество обслуживания; качество меню; внутреннее и внешнее оформление; рекламно-маркетинговая деятельность; эффективность учета; контроль за качеством продукции и обслуживания; профессиональная подготовка персонала [1]. Анализ этих позиций организации питания позволяет своевременно выявлять недостатки в процессе производства и обслуживания, формировать маркетинговую, ценовую, ассортиментную политику и совершенствовать качество услуг, удовлетворяя потребности клиентов гостиничного комплекса «Имеретинский». Диагностика внутренней среды предприятия дополняется изучением внешней среды и современных тенденций индустрии гостеприимства в целом, а также в сфере общественного питания, что позволяет использовать возможности рынка, опережая конкурентов.

### Литература:

1. Джум Т.А. Формирование конкурентных преимуществ предприятий общественного питания / Т.А. Джум, Е.В. Василенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, КГУФКСТ, 2017. – №1. – 104 с.

2. Джум Т.А. Конкурентоспособность услуг как результат стратегического развития ресторано-гостиничного комплекса / Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская // Молодежь – науке -

VIII. Актуальные проблемы туризма, спорта и бизнеса: материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. – 2017. – С. 158-161.

3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.

**МАРКЕТИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ  
ТРАНСПОРТНЫХ ПЕРЕВОЗОК**

**К.М. Фастовец**

**Научный руководитель доцент О.В. Шпырня**

**Аннотация.** В работе рассмотрены понятия маркетинговые исследования и их роль на рынке транспортных перевозок.

**Ключевые слова:** маркетинговые исследования, транспортные перевозки, транспорт, туризм.

Рынок транспортных перевозок является не только важнейшим рынком услуг, но также и социально значимым, который нуждается в постоянном обновлении и изучении.

Транспорт играет большую роль в мире, он выполняет следующие функции:

- экономическую;
- политические;
- оборонительную;
- социальную [1].

С помощью него человеку намного проще передвигаться по миру и совершать какую-либо производственную работу. Именно маркетинговые исследования становятся ключевым звеном в эффективной рыночной деятельности транспортных компаний и ведении целенаправленной конкурентной борьбы на рынке.

Маркетинговые исследования существуют для следующего: определения условий для баланса «предложения» и «спроса» на рынке транспортных предприятий; определения условий для максимального удовлетворения потребностей клиентуры в транспортных услугах; увеличения доходности перевозок грузов; обеспечения компании лидирующих позиции на рынке; реализации поставленных задач; определения предпочтений потенциальных клиентов; исследования потребности населения в транспортных перевозках; контроля за развитием рынка транспортных услуг [3]. Однако конкретная цель исследования всегда ставится по выявлению тех или иных проблем, которые требуют незамедлительных решений. В маркетинговых исследованиях очень важно проводить систематический сбор, обработку и анализ данных, чтобы рынок лучше функционировал [2].

На сегодняшний день можно сказать, что маркетинговые исследования позволяют выявить недостатки рынка транспортных услуг и помогают в ведении правильной конкурентной борьбы на рынке.

**Литература:**

1. Лебедев Ф.Л. Состояние, проблемы и тенденции развития рынка авиаперевозок в России / Ф.Л. Лебедев // Молодой ученый. – 2016. – №13.1. – С. 63-66.
2. Шпырня О.В. Тенденции развития международного рынка туристских услуг / О.В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2018. – № 1. – С. 62-66.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 360 с.
4. Ползикова Е.В. Транспортное обеспечение в туризме: учебное пособие / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 257 с.

## РОЛЬ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР И ОЛИМПИЙСКОГО НАСЛЕДИЯ В РАЗВИТИИ РЕГИОНАЛЬНОГО ТУРИЗМА

Р.С. Чекменев

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** В данной работе рассматривается влияние Олимпийских игр на развитие туризма в регионе их проведения, раскрывается их роль в повышении туристской привлекательности дестинации, а также приводится значимость использования олимпийского наследия в постолимпийский период.

**Ключевые слова:** олимпийское наследие, региональный туризм, Олимпийские игры, туристская инфраструктура.

Согласно многолетнему опыту проведения Олимпийских игр в различных странах мира, дальнейшее эффективное использование построенных объектов, то есть олимпийского наследия, является сложной задачей. Но эффективно используемое наследие – это не только финансово-экономический результат, но также нематериальное явление, как например, распространение олимпийских знаний и ценностей, повышение заинтересованности общества в создании доброжелательной и доступной среды, а также привлечение внимания к вопросам экологии. Строительство олимпийских объектов и успешное проведение мероприятия – это только небольшая часть задачи. Серьезным вопросом остается долгосрочная капитализация полученных достижений [3].

В свою очередь, формирование продукта современных Игр и его последующая реализация являются генератором роста качественных усовершенствований в туристской области территории-организатора. Именно развитая и обновленная олимпийская инфраструктура предоставляет региону особые преимущества в конкурентной борьбе в постолимпийский период, в том числе повышает его туристскую привлекательность [1]. На основе этого происходит повышение качества и совершенствование всей туристской инфраструктуры, так как некоторые из ее элементов представляют собой часть объектов олимпийской инфраструктуры, а также в регионе строятся новые и модернизируются дополнительные туристские объекты для привлечения больших туристских потоков [2].

Таким образом, проведение Олимпийских игр и олимпийское наследие содействуют трансформации городской среды, а также инфраструктурным изменениям региона. В итоге на основе модернизированного городского пространства, вновь сформированной современной инфраструктуры создается положительный образ принимающего Игры города, обеспечиваются комфортные условия для пребывания в нем туристов и повышается его туристская привлекательность в постолимпийский период.

### Литература:

1. Ковалева М.К. «Олимпийское наследие» как составной элемент регионального туристского продукта / М.К. Ковалева // Вестник Адыгейского государственного университета. – Серия 5: Экономика. – 2016. – № 2 (180). – С. 78-84.
2. Кружков Д.А. Наследие Игр-2014 в системе формирования регионального туристского продукта / Д.А. Кружков, Н.М. Мартыненко // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2015. – № 1. – С. 56-57.
3. Кулишкин Д.Ю. Постолимпийский период: реализация наследия, пути развития, оценка потенциала (на примере г. Сочи) / Д.Ю. Кулишкин // Известия Сочинского государственного университета. – 2015. – № 2. – С. 71.

## СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЭКСКУРСИОННОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ В РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

А.И. Шевлюга

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** В работе рассмотрено предоставление экскурсионных услуг в Ростовской области, проанализировано развитие направления туристской деятельности, а также перспективные направления развития региона.

**Ключевые слова:** экскурсионное обслуживание, услуга, маршрут, туристский объект показа.

Ростовская область представляет собой уникальный туристский объект, сочетающий многообразие мест экскурсионного назначения. Многие из этих дестинаций до сих пор являются недоступными для туристов, но изученные места пользуются большим спросом как у местных жителей, так и у экскурсантов из соседних регионов.

Одним из самых распространенных направлений региона является непосредственно сама столица Донского края – город Ростов-на Дону, а также места, связанные с творчеством М.А. Шолохова, города Азов, Таганрог. Предоставлением экскурсионных услуг по области занимается несколько крупных компаний города, таких как экскурсионное бюро «Родные просторы», учебный центр «Рейна Класс», которая занимается подготовкой непосредственно самих экскурсоводов, а также туристская компания «Золотые купола», имеющая в своем арсенале широкий спектр экскурсионных услуг [2].

Ростовская область богата большим количеством историко-культурных объектов и памятниками природы, туристский потенциал области располагает возможностями дальнейшего развития культурно-познавательной сферы. Природно-рекреационный потенциал Донского края дает перспективы развивать спортивно-развлекательный туризм, охоту и рыбалку. Развитая речная сеть позволяет каждый год проводить в Ростовской области регаты и сплавы, а по сухопутным казачьим маршрутам осуществляются конные походы [3]. Наличие большого числа месторождений лечебных грязей и минеральных вод способствует развитию санаторно-курортного отдыха. Набирает популярность летний отдых на побережье Азовского моря, распространен пляжный отдых в Таганроге, Неклиновском районе, на Павло-Очаковской косе и вблизи хутора Чумбур-Коса.

Экскурсионное обслуживание играет поистине значимую роль в деятельности различных компаний [1] и экскурсионных бюро Ростовской области. Компании ведут постоянную работу над совершенствованием экскурсионного продукта и пополнением штата гидов.

### Литература:

1. Курило Л.В. Основы экскурсионной деятельности: учебное пособие / Л.В. Курило, Е.В. Смирнова. – М.: Изд-во «Советский Спорт», 2012. – 208 с.
2. Туристская фирма «Золотые купола» [Электронный ресурс]. – Режим доступ: <http://goldcupola.com> (дата обращения: 13.01.2019).
3. Шевлюга А.И. Организация экскурсионного обслуживания в Ростовской области / А.И. Шевлюга, А.А. Юрченко // Молодежь – науке-IX: Развитие сферы туризма, гостеприимства и спорта в контексте повышения уровня и качества жизни населения: Материалы Всерос. науч.-конф. студентов, аспирантов и молодых ученых, г. Сочи, 19-20 апреля 2018 г. Ч. 1. – Сочи: РИЦ ФГБОУ «СГУ», 2018. – С. 67-71.

## **ВЛИЯНИЕ МАРКЕТИНГОВЫХ ПРОЦЕССОВ НА КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ ТУРИСТСКОГО АГЕНТСТВА ООО «МАГИЯ ПУТЕШЕСТВИЙ»**

**А.А. Шишлаков**

**Научный руководитель к.п.н., Е.В. Ползикова**

**Аннотация.** Рассмотрено влияние маркетинговых процессов в рамках туристского агентства. Представлено воздействие информационных технологий на повышение конкурентоспособности туристских агентств.

**Ключевые слова:** маркетинговый процесс, туристское агентство, конкурентоспособность турфирмы.

На современном этапе туристический рынок представляет собой неструктурированную систему, главными составными частями которой являются туроператоры и турагенты, количество которых каждый день уменьшается. Для осуществления успешной реализации своего продукта туристским предприятиям необходима разработка соответствующей стратегии по продвижению его продвижению. Для данного продвижения могут быть использованы различные как внутренние, так и внешние способы по отношению к заинтересованному туристскому предприятию.

Специально разработанных маркетинговых процессов для продвижения туристского продукта не существует, поэтому туристским агентствам приходится вырабатывать собственную маркетинговую стратегию. Рассмотрим самые перспективные маркетинговые процессы, которые могут благотворно влиять на конкурентоспособность туристского агентства ООО «Магия путешествий». Одним из самых действенных маркетинговых процессов, имеющих социокультурное и психологическое влияние на потребителей, является реклама [1]. Туристскому агентству следует применять сразу два вида рекламы: непосредственно самих туруслуг и рекламу имиджа самого предприятия. Первый вид рекламы формирует положительное мнение потребителя о предлагаемом турпродукте, а второй формирует позитивный имидж предприятия как для потребителей, так и для его партнеров. Информационные технологии также являются одним из приоритетных маркетинговых процессов для туристской фирмы. К ним можно отнести сайт компании, который обязательно должен обладать надежным хостингом, быстрой загрузкой, удобством восприятия, комфортной навигацией, качественным контентом, а также постоянной поддержкой и продвижением поисковыми системами [2]. На основании вышесказанного можно сделать вывод о том, что туристская компания должна постоянно контактировать как с постоянными, так и с потенциальными клиентами, а для этого необходимо использовать современные и удобные потребителю маркетинговые процессы, которые помогают повысить конкурентоспособность туристской фирмы.

### **Литература:**

1. Котлер Ф. Основы маркетинга. Краткий курс / Ф. Котлер. –М.: Вильямс, 2016. – 496 с.
2. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.
3. Шонесси Дж. Конкурентный маркетинг. Стратегический подход / Дж. Шонесси. М.: Питер, 2018. – 864 с.

# КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ

УДК 796.412

## **ТЕХНИЧЕСКАЯ И КООРДИНАЦИОННАЯ ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ В СПОРТИВНЫХ ВИДАХ ГИМНАСТИКИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРОВ**

**А.В. Бондаренко, К.В. Андрюшин**

**Научный руководитель преподаватель С.В. Шукшов**

**Аннотация.** Специальная вращательная тренировка: чередование активных и пассивных видов вращения (наибольший удельный вес должны иметь активные вращения – акробатика, батут); постепенное увеличение вращательной нагрузки (включая в равной степени все три оси вращения – поперечную, продольную, переднюю, заднюю и оба направления движений). Также для развития координационных способностей в спортивной гимнастике применяются методики с использованием различных технических средств, из всего многообразия которых наибольший интерес представляют тренажеры.

**Ключевые слова:** тренажеры в спорте, координационная подготовка, техническая подготовка.

Для формирования навыков движений в безопорном положении целесообразно выделить безопорную фазу элементов различных упражнений и применять тренажеры, позволяющие при минимальных усилиях занимающихся приобретать необходимые параметры, определяющие поведение тела гимнаста в полете – скорость его ОЦМ и кинетический момент. В спортивных видах гимнастики в роли таких тренажеров выступают различные страховочные системы.

В этом случае, освобождая гимнаста от усилий на создание необходимых траекторий ОЦМ и кинетического момента, удается сконцентрировать все внимание тренирующихся на выполнении именно безопорных действий, а не только приспособлять их к параметрам, полученным в результате действий на опоре.

С этой целью применяют устройства, производящие толчок или бросок гимнаста с заданной скоростью перемещения и вращения. В качестве простейших устройств, способных решать такие задачи, применение подкидных досок и вспомогательных снарядов (минитрампа, батута с страховочными системами и т.д.).

Например, легко устанавливаемые на грифе перекладины, расположенной над поролоновой ямой, веревочные качели позволяют моделировать отход от снаряда и отрабатывать действия по созданию вращения относительно той или иной оси тела. Тренажеры, применяемые в гимнастике для ориентации тела спортсмена, дают наибольший педагогический эффект. Данные устройства, как правило, предназначены для формирования двигательных действий, совершаемых вокруг фиксированной горизонтальной оси – упражнений на перекладине и разновысоких брусьях.

Таким образом, тренажер в физическом воспитании и спорте может выступать и в качестве средства, помогающего осуществлять деятельность преподавателя и обучаемых, и в качестве способа достижения цели обучения, определенным образом упорядочивающего их деятельность, то есть в качестве метода тренировки.

### **Литература:**

1. Карпеев А.Г. Направление и принципы изучения двигательных координации основных видов движений // Теория и практика физической культуры. – 1995. – №9. – С. 5-8.
2. Смолевский В.М. Спортивная гимнастика / В.М. Смолевский, Ю.К. Гавердовский. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 461 с.
3. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / В.Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 392 с.: ил.

## ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ 3-4 ЛЕТ В СПОРТИВНЫХ ЦЕНТРАХ В ВИДАХ ГИМНАСТИКИ

Э.А. Варданян, С.Р. Махмудова

Научный руководитель доцент Г.М. Свистун

**Аннотация.** Работа посвящена вопросу организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительных центрах по видам гимнастики для детей 3-4 лет. Данный вид подготовки представлен в виде упражнений общей и специальной физической подготовки, упражнений художественной гимнастики, спортивной акробатики и подвижных игр. Данная подготовка детей не осыщена в научно-методической литературе.

**Ключевые слова:** структура, характеристика, спортивно-оздоровительный этап, спортивная подготовка.

Спортивные виды гимнастики развиваются в соответствии с тенденциями и закономерностями большого спорта, но имеют свои специфические особенности. Это повышение требований к исполнительскому мастерству, а также новому витку роста сложности упражнений. В соответствии с этими изменениями открываются центры спортивной подготовки в видах гимнастики, где набирают детей с 3-х лет, а программы подготовки не совсем разработаны для этого возраста [1]. Предлагается программа подготовки для детей 3-4 лет, которая содержит теоретико-методический и практический материал. Разработаны документы планирования: рабочий план, тематизированная рабочая программа, годовой план график в часах, план работы на месяц, план работы на неделю, журнал, конспект занятия. Занятия по гимнастике с 3-х лет желательнее проводить минимум 2 раза в неделю во второй половине дня по 45-60 минут. Структура занятий ничем не отличается от общепринятой: вводная часть (10 минут), основная часть (30-45 минут) и заключительная (5 минут). Общее количество часов в год для детей 3-4 лет – 184 [1, 3].

Примерная программа подготовки детей 3-4 лет в спортивно-оздоровительных центрах по видам гимнастики разработана на основе федерального стандарта спортивной подготовки, утвержденного Министерством спорта Российской Федерации. Программа составлена на основе требований к спортивно-оздоровительным группам, в том числе и освоению практических разделов и разработке документов планирования для детей 3-4 лет [2, 3].

Общая физическая подготовка: разновидности ходьбы (на носках, на пятках) и бега, элементы легкой атлетики (бег со скоростью – 20-25 м с высокого старта, прыжки в длину с места), подвижные игры («сова и мышки», «лохматый пес», «заморозки» и т.д., эстафеты).

Специальная физическая подготовка: упражнения на развитие силы (лежа на животе прогнувшись («лодочка»)), лазание на гимнастическую стенку), упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов (круговые движения руками во всех направлениях, наклоны вперед, назад, сед ноги вместе, наклон вперед («складка»), «шпагаты», «мост» из положения лежа на спине), упражнения для развития быстроты (пробегание отрезков на скорость 10-15 м, выполнение упражнений на время), упражнения для развития прыгучести (выпрыгивания, прыжки «зайцами», прыжки на двух ногах).

Акробатическая подготовка: упражнения в равновесии для формирования правильной осанки и развития физических качеств (равновесие на одной «цапля», равновесие на одной «ласточка»), из упора присев кувырки (вперед, назад), стойка на лопатках, «колесо».

### Литература:

1. Свистун Г.М. Программа подготовки детей в спортивно-оздоровительных группах и группах физической подготовки в спортивных центрах: программа / авт.-сост. Г.М. Свистун. – Краснодар: ФГБОУВПО КГУФКСТ, 2011. – 24 с.



2. Свистун Г.М. Программа спортивной подготовки детей 5 лет в гимнастических видах спорта для ДЮСШ и СДЮСШОР / Г.М. Свистун. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2010. – 13 с.

3. Пилюк Н.Н. Подготовка юных гимнасток: учебное пособие / Н.Н. Пилюк, Г.М. Свистун. – Краснодар. Изд-во Куб ГТУ, 1996. – 88 с.

## ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ КАК ОДНО ИЗ НАПРАВЛЕНИЙ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА

Е.С. Вакуленко

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

**Аннотация.** Сейчас занятия танцами очень популярны как среди детей и подростков, так и среди взрослых. Особенно бальные, которые еще много веков назад появились на светских мероприятиях. Со временем они очень изменились, но интерес к ним не угас. Ежегодно проходят престижные соревнования, на которые танцоры стремятся попасть.

**Ключевые слова:** спортивные бальные танцы, европейская программа, латиноамериканская программа, история возникновения, современное развитие.

Сегодня такой вид искусства, как танцы, постоянно развивается и совершенствуется. Постоянно появляются новые направления этой деятельности, которые диктуют свои правила на танцевальной арене.

Но несмотря на большую конкуренцию видов танцевальной сферы, спортивные бальные танцы не теряют актуальность, интерес к ним повышается все больше и больше. Сегодня бальные танцы это спорт, по которому проводятся официальные соревнования, такие как первенства и чемпионаты России, Европы и мира, в процессе которых спортсмены повышают свое танцевальное мастерство, получают спортивные разряды. Такие соревнования проводятся как среди детей, так и среди взрослых.

А почему именно «бальные», нет, это не от слова «балет», как многие любят думать. Впервые выражение «бальные танцы» появилось в средневековой Европе. Светские особы танцевали в парах исключительно на балах, отсюда и название. Дворянских детей с самого детства обучали урокам танцевального искусства, потому что они обязаны были уметь танцевать. Каждая эпоха европейской истории наносила свой отпечаток на развитие танцевального мира, поэтому со временем танцы сильно изменились [1].

В настоящее время танцевальный спорт включает в себя две программы исполнения, которые отличаются постановкой в паре и костюмами. Каждая состоит из 5 танцев, которые имеют разную историю и манеру исполнения.

Первая программа – европейская. Это безупречные манеры, роскошь и блеск. Включает в себя медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, быстрый фокстрот (квикстеп). Вторая же программа – латиноамериканская – это стиль по-настоящему темпераментных людей, которые не боятся показать своих чувств и эмоций. В нее входят такие танцы, как самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль и джайв.

Хоть спортивные танцы и включают в себя 10 танцев, самыми популярными являются вальс, танго и румба, особенно среди любителей. Здесь, в танцах, берущих свои корни из разных уголков мира, можно найдете тот танец, который будет вам по душе [2].

Таким образом, бальные танцы – это вид спорта, который состоит из группы различных парных танцев, партнерами могут быть, как мальчик и девочка, так и юноша, и девушка, на паркете они показывают свою историю каждого танца, свои чувства и эмоции.

### Литература:

1. Акуленок С.В. Кто есть кто? / С.В. Акуленок. – Москва, 2003. – 10 с.
2. Шаталова А. Бальные танцы: метод. пособие / А. Шаталова, В. Новиков, Н. Новикова, Е. Ерцкая. – М.: Новая Реальность, 2013. – 57 с.

## МЕТОДЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КОНТРПРИЕМОМ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

Р.А. Власов

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

**Аннотация.** В публикации рассматривается вопрос зависимости обучения и совершенствования контрприемов от применяемых методов при технико-тактической подготовке борцов греко-римского стиля.

**Ключевые слова:** борьба, контрприем, метод, подготовка, техника, тактика.

Как и в любом виде спорта, в греко-римской борьбе вопрос эффективного освоения технико-тактических действий в кратчайшие сроки является одним из важнейших. В связи с этим необходимо использование в тренировочном процессе только действенных методов обучения. Существует несколько работ [3], которые затрагивают вопрос совершенствования контрприемов в греко-римской борьбе.

Предложенная А.А. Новиковым классификация средств и методов совершенствования технико-тактического мастерства основана на закономерностях управления движением и может быть использована при подготовке во многих видах спорта.

В технико-тактической подготовке борцов традиционно в качестве основных применяются такие методы, как целостный, расчлененный и соревновательный [1].

Как показывает практика, использование тренировочных воздействий, наиболее приближенных к соревновательным условиям и отвечающих этим целям, наиболее результативно. Данный факт дает основание предполагать, что совершенствование контрприемов должно быть сопряжено с совершенствованием основных технических действий.

Биомеханический анализ техники борца в условиях спортивного состязания показал зависимость от следующих факторов: положения центра массы тела; силы и направления мышечных усилий; взаимовоздействия с весом; площади опоры; реакции опоры и реакции в местах соприкосновения обоих борцов. При этом все эти факторы значительно отличаются при использовании контрприемов в качестве оцениваемого действия, либо в качестве защиты [2].

В связи с этим подбор средств и методов при обучении и совершенствовании контрприемов требует полифункционального воздействия на спортсменов, мобилизуя различные компоненты его подготовки.

Таким образом, тренировочный процесс обучения и совершенствования техники контрприемов борцов греко-римского стиля требует подбора средств и методов, которые одновременно воздействуют на технико-тактическую, физическую и интегральную подготовку.

### Литература:

1. Езан В.Г. Особенности тактической подготовки борцов высшей квалификации с учетом индивидуальных стилей ведения поединка // Теория и практика физической культуры. – 2008. – №1. – С. 13-18.
2. Иванов И.И. Греко-римская борьба / И.И. Иванов, А.С. Кузнецов, Р.В. Самургашев, Ю.А. Шулика. – Ростов н/Дону: Феникс, 2004. – 800 с.
3. Карелин А.А. Спортивная подготовка борцов высокой квалификации: монография / А.А. Карелин. – Новосибирск, 2002. – 480 с.

## ПРИНЦИП ВЗАИМОСВЯЗИ СТОРОН СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ

Р.Д. Гакаме

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

**Аннотация.** В публикации рассматривается принцип взаимосвязи сторон подготовки борцов как необходимое условие при подготовке квалифицированных борцов.

**Ключевые слова:** борьба, факторы, принцип, подготовка, качество.

Физическая и технико-тактическая подготовка являются основными в тренировочном процессе спортсменов в любом виде спорта. Даже незначительное преимущество одного из показателей борца может значительно повлиять на исход соревновательного поединка. Однако в тренировочном процессе существуют различные факторы, которые необходимо учитывать при организации подготовки спортсменов.

Содержание и условия реализации технико-тактического арсенала в ситуативных видах спорта предъявляют высокие требования к психофизиологической готовности.

Адекватная оценка ситуации в соревновательном поединке, способность правильно формировать двигательную реакцию зависят от уровня развития психических функций: перцепции, интеллекта и психомоторики [2].

На результативность большое влияние оказывают анализаторы человека. Сигналы, такие как зрительные, тактильные и вестибулярные, участвуют в создании необходимой реакции на внешние воздействия. Особую роль имеют специфичные для борьбы тактильные ощущения, которые известны под названием «мышечное чувство». Огромное количество принимаемых решений основывается на сигналах кожных анализаторов.

Использование имеющегося арсенала техники с учетом условий и правил соревнований обеспечивается тактической подготовкой. В состав тактики борьбы входят различные способы и методы, применение которых способствует созданию выгодной ситуации либо достижению конкретной цели. Особенно у спортсменов высокой квалификации важное значение приобретает тактический план соревновательного поединка, который должен учитывать различные факторы как внешних условий, так и подготовленности конкретного соперника.

Оценку эффективности соревновательной деятельности проводят на основе различных технико-тактических показателей [1], которые сильно варьируют в зависимости от уровня подготовки и квалификации спортсменов

Все вышеперечисленные факторы хоть и имеют свои нормы результативности, без комплексного подхода к их оценке невозможно оценивать эффективность соревновательной деятельности борцов.

Таким образом, принцип взаимосвязи технико-тактического мастерства с индивидуальными особенностями спортсмена является одним из важнейших при подготовке квалифицированных борцов.

### Литература:

1. Греко-римская борьба: учебник / под общ. ред. А.Г. Семенова и М.В. Прохоровой. – М.: 2005. – 256 с.
2. Теория и методика физической культуры: учебник / под. ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 4-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2010. – 264 с.

## **РОЛЬ ЦИРКОВЫХ НАПРАВЛЕНИЙ В РАЗВИТИИ СПОРТИВНЫХ ВИДОВ ГИМНАСТИКИ**

**М.В. Гребеник**

**Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова**

**Аннотация.** Данная работа посвящена анализу научных исследований по вопросу влияния циркового искусства на развитие и становления спортивных видов гимнастики.

**Ключевые слова:** история спорта и физической культуры, системы гимнастики, направления гимнастики, элементы циркового искусства, равновесие.

Цирковое искусство играет важную роль в развитии спорта, а также оставило свой след в истории человечества. Данная тема является актуальной, так как цирковые направления являются одним из истоков образования видов гимнастики, таких как спортивная и художественная гимнастики, спортивная акробатика, прыжки на батуте, акробатической дорожке и двойном минитрампе.

Взаимосвязь циркового искусства с разновидностями выполняемых элементов соревновательных программ берет свое начало с давних времен становления и развития спорта в мире. Цирковые артисты, шуты, скоморохи, фокусники и бродячие артисты выполняли различные гимнастические и акробатические элементы, с предметами и без в развлекательных и увеселительных целях до XX века. Дальнейшим толчком развития послужили европейские системы гимнастики. Шведская система – использовали шведскую стенку и гимнастический бум в тренировочном процессе. В немецкой системе гимнастики использовались снаряды (перекладина, параллельные брусья, деревянный конь, гимнастические кольца, канаты, прыжковые ямы, место для метания), практиковались многократные повторения упражнений. Французская система была направлена на выработку военно-прикладных навыков, занятия проводились в естественных условиях, а также применялось средство гимнастики – музыкальное сопровождение. Разделение по половым признакам, наличие специальной спортивной формы, классифицирование упражнений, определенная схема проведения занятий, а также красота выполняемых упражнений – основа сокольской системы гимнастики [2].

В настоящее время различные упражнения и элементы из циркового искусства имеют свою значимость во всех спортивных видах гимнастики. Например, базовые элементы «равновесия» в спортивной акробатике используют как отдельные задания на опоре – ковре, так и выполняются в руках, на ступнях, плечах партнера или партнеров [1].

В современных правилах и требованиях составления соревновательных программ эти элементы используются в акробатических прыжках и при выполнении связок на бревне и в вольных упражнениях в спортивной гимнастике. Во всех специализированных классификационных программах заимствованы названия элементов из направлений циркового искусства, например: «сальто», «курбет», «твист» и другие.

### **Литература:**

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

2. Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин. – Москва, 2013. – С. 25-38.

**ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВКИ В ПАУЭРЛИФТИНГЕ****А.Т. Гуржибеков****Научный руководитель профессор И.В. Тихонова**

**Аннотация.** При планировании тренировочного процесса в пауэрлифтинге используются стандартные методики. Упражнения с отягощением положительно влияют на все системы организма. Наиболее эффективными методами тренировки являются повторный, интервальный и круговой тренировки.

**Ключевые слова:** пауэрлифтинг, спортивная тренировка, физическая нагрузка.

В планировании тренировочной нагрузки в пауэрлифтинге применяются стандартные для методики тяжелоатлетического вида спорта компоненты: интенсивность и объем (количество повторений в упражнении).

В настоящее время современные методы планирования и моделирования многолетней спортивной тренировки в пауэрлифтинге основываются на знаниях и умениях теории и практики из других атлетических видов спорта: тяжелой атлетики, бодибилдинга, фитнеса [2, 3].

Упражнения силового троеборья оказывают положительное влияние на общее состояние пауэрлифтеров, значительно увеличивая или уменьшая его антропометрические данные. Отличительными признаками тренировки анаболической направленности на развитие являются тренировки со значительными отягощениями и увеличением мышечной массы. В данном случае, эффективным методом тренировки будет являться повторный и его варианты. При катаболической тренировке с целью снижения мышечной массы и уменьшения веса тела, вес отягощений составляет 50-70% от максимального, а количество повторений увеличивается от 8 до 12. Это характерно для интервального метода тренировок [1].

Таким образом, применение физических нагрузок, соответствующих функциональным возможностям спортсмена, повышает уровень мотивации к дальнейшим занятиям и интерес к достижению высокого спортивного результата. В тренировочном процессе пауэрлифтеров круговая тренировка является эффективной формой проведения занятий, особенно с юными спортсменами. Одним из путей достижения цели спортивной тренировки является правильное выполнение техники упражнений в пауэрлифтинге. Основное внимание в процессе тренировочного занятия отводится профилактике травматизма и применения допинга спортсменами.

**Литература:**

1. Богданов К.Ю. Анализ техники пауэрлифтинга [Текст] / К.Ю. Богданов // Детский тренер. – 2015. – №3. – С. 94-101.
2. Гайдученок М.В. Анализ методик тренировок занятий пауэрлифтингом сильнейших спортсменов Республики Татарстан [Текст] / М.В. Гайдученок, Г.Ф. Агеева // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации: материалы V Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (27-28 ноября 2015 г., г. Краснодар). – Краснодар, 2015. – С. 57-59.
3. Перов П.В. Содержание физической подготовки на начальном этапе занятий пауэрлифтингом: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Павел Викторович Перов; С.-Петербург. гос. ун-т физ. культ. им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2005. – 154 с.

**ВЛИЯНИЕ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ХУДОЖЕСТВЕННЫХ ГИМНАСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ НА УСПЕШНОСТЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**С.М. Демковская, А.Н. Евсеенко**

**Научный руководитель доцент Н.В. Береславская**

**Аннотация.** В публикации представлены результаты корреляционного анализа морфофункциональных показателей художественных гимнасток высокой квалификации и определена степень их влияния на успешность соревновательной деятельности.

**Ключевые слова:** художественные гимнастки, высокая квалификация, морфофункциональный статус.

Важную роль в достижении успеха в художественной гимнастике играет морфологический статус гимнастки, так как особенности телосложения определяют специализацию, содействуют освоению сложных гимнастических упражнений и лучшему зрительному восприятию [1].

Результаты корреляционного анализа тотальных размеров тела [2] художественных гимнасток высокой квалификации свидетельствуют о том, что высокую степень взаимосвязи с соревновательным результатом ( $p < 0,01$ ) проявили показатели, характеризующие рост и вес спортсменок ( $r = 0,79 - 0,82$ ), такая характеристика, как «Окружность грудной клетки» - неинформативна ( $r = 0,57$ ).

Высокую степень взаимосвязи ( $p < 0,01$ ) с соревновательным результатом проявили следующие функциональные показатели: «Индекс Кетле» ( $r = 0,88$ ), «Индекс скелии по Мануври» ( $r = 0,84$ ), «Становая динамометрия» ( $r = 0,83$ ), «Кистевая динамометрия правой кисти» ( $r = 0,84$ ), «Кистевая динамометрия левой кисти» ( $r = 0,81$ ).

Средний уровень взаимосвязи ( $p < 0,05$ ) проявил показатель «Жизненная емкость легких» ( $r = 0,66$ ).

Показатели, характеризующие «Возраст», «Стаж», «Окружность грудной клетки», «Индекс Эрисмана», «Экскурсию грудной клетки», «Жировой компонент», «Мышечный компонент», «Костный компонент», – неинформативны ( $r = 0,05 - 0,57$ ).

Это свидетельствует о стабильном морфотипе художественных гимнасток на этапе высшего спортивного мастерства.

Таким образом, морфологические особенности гимнасток являются результатом целенаправленного отбора и находятся в числе важнейших критериев мастерства.

**Литература:**

1. Винер И.А. Оценка эффективности исполнения элементов произвольных упражнений в гимнастических видах спорта / И.А. Винер, Р.Н. Терехина, А.М. Кабаева, М.Э. Плеханова // Гимнастика: сборник научных трудов. Вып. VII. – СПб., 2009. – С. 130-134.

2. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности / Б.Х. Ланда. – М.: Советский спорт, 2004. – 186 с.

**ВЛИЯНИЕ КОМПОНЕНТОВ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ГИМНАСТОВ НА ЕЕ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ  
(НА ПРИМЕРЕ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ)**

**А.Н. Евсеенко, С.М. Демковская**

**Научный руководитель доцент Н.В. Береславская**

**Аннотация.** В публикации представлено обоснование исследования компонентов соревновательной деятельности гимнастов высокой квалификации, оказывающих влияние на ее эффективность.

**Ключевые слова:** эстетическая гимнастика, гимнастки, компоненты, соревновательная деятельность.

Динамичность развития эстетической гимнастики вызвала необходимость углубленного изучения соревновательной деятельности для выработки наиболее конкретных требований к построению процесса подготовки. На основе комплексной оценки соревновательной деятельности можно оценить эффективность тренировочного процесса [1], отметить и принять к рассмотрению сильные и слабые стороны подготовленности команды; выбрать соответствующие векторы для совершенствования тренировочного процесса. В настоящее время соревновательная деятельность в эстетической гимнастике рассматривается через взаимодействие и взаимовлияние таких ее компонентов, как «Исполнительское мастерство», «Техническая ценность» и «Артистическая ценность» [2]. Задачей нашего исследования стало более детальное рассмотрение каждого компонента и определение степени влияния на соревновательный результат.

Установлено, что высокую степень взаимосвязи с соревновательным результатом на уровне  $p < 0,01$  проявили все составляющие исследуемых компонентов. «Исполнение» ( $r = -0,98$ ), «Обязательные элементы» ( $r = 0,93$ ), «Дополнительные элементы» ( $r = 0,81$ ), «Мастерство гимнастов» ( $r = 0,93$ ), «Структура композиции» ( $r = 0,93$ ), «Оригинальность и выразительность» ( $r = 0,81$ ).

Таким образом, все рассматриваемые компоненты соревновательной деятельности гимнастов и их составляющие оказывают влияние на итоговый соревновательный результат, следовательно, повышению эффективности подготовки будет способствовать целенаправленная работа по их совершенствованию.

**Литература:**

1. Малазonia Н.В. Моделирование соревновательных действий акробатов высокой квалификации на предсоревновательном этапе: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.В. Малазonia. – Краснодар: КГАФК, 1999. – 24 с.

2. Правила соревнований по эстетической гимнастике, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 31.08.2017 г. № 777.



## **ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА В СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННЫХ ВИДАХ СПОРТА**

**Ю.Р. Ефремова, Д.А. Иванов**

**Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова**

**Аннотация.** Работа посвящена определению основных задач подготовки спортсменов высокой квалификации в сложнокоординационных видах спорта.

**Ключевые слова:** сложнокоординационные виды спорта, физическая, техническая, тактическая и психологическая подготовки.

Этап высшего спортивного мастерства – это этап подготовки спортсменов высокого класса. На этом этапе занимающиеся выполняют нормативы МС, МСМК и ЗМС. На первое место в структуре тренировочных занятий выходит техническая подготовка – это в сложнокоординационных видах спорта связано с освоением новых, технически более сложных элементов, также необходимо повышение стабильности и надежности выполнения соревновательных упражнений [2].

Основная задача процесса спортивной подготовки на данном этапе – индивидуализация всех видов подготовки: общая и специальная физическая, техническая, тактическая и психологическая подготовки. Не редки случаи, когда у одного тренера одинаковые составы высококвалифицированных спортсменов или отдельные занимающиеся тренируются по совершенно разным программам.

Совершенствование всех видов подготовки проходит в соответствии с индивидуальным планом спортсмена и календарем соревнований [1]. Продолжая совершенствование физической подготовки с учетом индивидуальных особенностей и специфики овладения сложными элементами техники, также тренеры-практики широко применяют арсенал средств видов подготовки смежных видов спорта.

Нами были проанализированы и обобщены основные компоненты этапа подготовки высшего спортивного мастерства и сформулированы основные задачи:

- повышение стабильности выполнения заданий соревновательных программ спортсменом;
- динамика на повышение индивидуальных показателей физической подготовленности;
- положительная динамика соревновательных результатов;
- подготовка спортсменов в составе национальной сборной команды России по видам спорта;
- увеличение опыта выступлений на всероссийских и международных соревнованиях.

Таким образом, на этапе высшего спортивного мастерства техническая и специальная физическая подготовка являются доминирующими из всех видов подготовки. На эти виды деятельности в тренировочном мероприятии отводится 75-80% времени. Совершенствование приобретенных ранее двигательных навыков и умений, технических действий выполняется в соединениях, комбинациях, в усложненных условиях (с отягощениями, из других исходных положений и др.), с использованием метода сопряженных упражнений.

### **Литература:**

1. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика): курс лекций / Н.Н. Пиллюк, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская, Л.В. Жигайлова и др. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – Ч. 2. – С. 52-65.
2. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / В.Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 392 с.

## ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ РАЗМИНКА В СПОРТИВНЫХ ВИДАХ ГИМНАСТИКИ

Н.А. Жолина

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

**Аннотация.** В данной работе выявлены основные преимущества хореографической разминки у спортсменов, занимающихся спортивной, эстетической и художественной гимнастикой, спортивной акробатикой и аэробикой.

**Ключевые слова:** разминка, гимнастика, хореография, экзерсис, музыкальное сопровождение.

Раздел «Разминка» – это комплекс упражнений на разогрев всех групп мышц. Упражнения разминки базируются на азбуке музыкального движения, включают элементы классического и народно-сценического танцев, силовые упражнения, вырабатывают правильное дыхание, скоростно-силовые способности, специальную выносливость [1].

Перед исследованием была поставлена задача: определить основные компоненты и требования, предъявляемые к хореографической разминке на тренировочных занятиях в спортивных видах гимнастики на различных этапах подготовки.

Для выполнения экзерсиса необходим спортивный зал с хореографическим станком с разноуровневыми опорами – 80 и 110 см.

При проведении тренировочных занятий, после общей разминки, целесообразно проводить индивидуальную разминку длительностью 5-6 минут, направленную на обучение гимнасток самостоятельно организовывать части тренировочных мероприятий [2].

В подготовительной части рекомендуется выполнение упражнений около опоры на развитие и совершенствование балансовых, координационных способностей, формирование правильных положений рук, ног, головы и туловища. Для более быстрого достижения максимальной амплитуды движений в тазобедренных суставах возможно использование отягощений и резиновых амортизаторов. Все задания выполняются с определенной дозировкой и под музыкальное сопровождение. Характер выполняемых упражнений должен соответствовать выбранной теме [1, 3].

Вторая часть разминки – экзерсис на гимнастической ковре без опоры. В заключительной части выполняется аллегро – «маленькие» и «большие» прыжки.

В хореографической разминке на развитие памяти спортсменкам необходимо выполнять комбинации в определенной последовательности и запоминать их вариации. Пространственно-временные характеристики важный компонент соревновательной оценки в спортивных видах гимнастики [1, 2].

Таким образом, состояние готовности, приобретенное в результате разминки, сохраняется сравнительно непродолжительное время. Поэтому задачи разминки должны решаться на каждом занятии и в полном объеме, с учетом этапов подготовки спортсменов.

### Литература:

1. Жигайлова Л.В. Исследование функциональной взаимосвязи и отношение хореографических упражнений со структурными элементами художественной гимнастики / Л.В. Жигайлова, Н.В. Береславская, Е.С. Гемиджи, А.В. Свириденко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А.И. Погребного. – Т 16. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. С. 13-17.

2. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика): курс лекций / Н.Н. Пиллюк, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская и др. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – Часть 2. – 163 с.

3. Физическая культура и спорт «гимнастика»: учебное пособие / Л.В. Жигайлова, Н.Н. Пиллюк, О.Ф. Барчо и др. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 168 с.

## **ЗНАЧЕНИЕ ХОРЕОГРАФИИ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ**

**Н.А. Жолина**

**Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова**

**Аннотация.** В данной работе описаны основные задачи хореографической подготовки спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой в тренировочном процессе.

**Ключевые слова:** хореография, художественная гимнастика, тренировочная программа, культура движения, соревновательная оценка.

Художественная гимнастика является одним из самых популярных видов спорта. Грация, женственность и яркие костюмы завораживают зрителя. Легкость и непринужденность в исполнении композиций достигаются большим трудом: ежедневные тренировки разной направленности, оттачивание отдельных элементов, приобретение навыков работы с предметами, поэтому одним из важных методов подготовки художественных гимнасток является хореография.

Качественная разминка спортсменок перед основной тренировочной программой, развитие пластичности, формирование правильной осанки, красота линий, развитие амплитуды движений и музыкальности – это основные задачи хореографической подготовки гимнасток.

Нами был проведен анализ тренировочных занятий по хореографической подготовке спортсменок, выступающих на международных соревнованиях и турнирах. Мы определили, что почти на 90% вся подготовка основана на методике, которая разработана школой классического танца. Данная методика содержит серии последовательно логически связанных друг с другом упражнений, безошибочное освоение которых дает возможность овладеть высоким уровнем мастерства соревновательных программ в художественной гимнастике [1]. При выполнении сложных технических элементов спортсменки, обладающие высокой культурой движения, способны выполнить упражнения легко и непринужденно.

Музыкальное сопровождение основное средство при выполнении хореографических и танцевальных комбинаций. У спортсменок развивается музыкальный слух, ритмичность. Все эти качества необходимы при выполнении упражнений высокой трудности, как с предметами, так и без них, акробатических элементов [2].

В нашем исследовании мы определили, что в многолетней подготовке спортсменок необходимо четко ставить задачи для каждого года обучения, рекомендовать элементы экзерсиса, их сочетание друг с другом, с элементами классического танца, а также средствами гимнастики [1].

Таким образом, хореографическая подготовка, основы музыкальной грамоты помогут гимнасткам достичь повышения соревновательной оценки, то есть улучшить техническую подготовленность.

### **Литература:**

1. Винер И.А. Подготовка высококвалифицированных спортсменок в художественной гимнастике: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – СПб., 2003. – 20 с.

2. Жигайлова Л.В. Исследование функциональной взаимосвязи и отношение хореографических упражнений со структурными элементами художественной гимнастики / Л.В. Жигайлова, Н.В. Береславская, Е.С. Гемиджи, А.В. Свириденко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А.И. Погребного. – Т 16. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. С. 13-17.

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ АКРОБАТОК С СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫМ РЕЗУЛЬТАТОМ**

**К.В. Иванисько, И.И. Петлина**

**Научный руководитель доцент Н.В. Береславская**

**Аннотация.** В публикации проанализировано влияние компонентов волевых качеств акробаток в женских парах на соревновательный результат, что позволит повысить эффективность тренировочного и соревновательного процесса.

**Ключевые слова:** спортивная акробатика, женские пары, амплуа, волевые качества.

Для определения ведущих компонентов волевых качеств высококвалифицированных акробаток, специализирующихся в женских парах, была применена комплексная методика Е.П. Ильина «Волевые качества спортсмена». Анализируя полученные данные корреляционного анализа, установлено, что высокую степень взаимосвязи с соревновательным результатом на уровне ( $p < 0,1$ ) проявили следующие компоненты волевых качеств спортсменок: по шкале «Сила воли» у «верхних» ( $r=0,94$ ), у «нижних» ( $r=0,87$ ), «Упорство» у «верхних» ( $r=0,79$ ), у «нижних» ( $r=0,90$ ), «Терпеливость» у «верхних» ( $r=0,88$ ), у «нижних» ( $r=0,89$ ). Следовательно, перечисленные компоненты волевых качеств личности являются ведущими характеристиками для результативной спортивной деятельности и играют весомую роль в умелом манипулировании ими в тренировочном и соревновательном процессе [1, 2].

Среднюю степень взаимосвязи ( $p < 0,05$ ) с соревновательным результатом проявили показатели по шкале «Агрессивное поведение» у «верхних» ( $r=0,68$ ), у «нижних» ( $r=0,67$ ), «Организованность» у «верхних» ( $r=0,64$ ), у «нижних» ( $r=0,72$ ), «Робость, стеснительность», у «верхних» ( $r=0,67$ ), у «нижних» ( $r=0,68$ ). Показатели 2-й группы также немаловажны для успешной спортивной деятельности, и они во многом предопределены врожденными типологическими особенностями нервной системы спортсменок [1].

Таким образом, развитость волевых качеств акробаток является стержнем личностных свойств, что позволит им вести эффективную тренировочную и соревновательную деятельность.

### **Литература:**

1. Ильин Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2010. – 349 с.
2. Горская Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учебное пособие / Г.Б. Горская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – С. 106-115.

## ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ КОМПОНЕНТОВ СУДЕЙСТВА МАСТЕРСТВА В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ

Д.А. Иванов

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

**Аннотация.** Работа посвящена определению основных составляющих соревновательной оценки по спортивной акробатике.

**Ключевые слова:** спортивная акробатика, техника, артистичность, трудность композиций.

Проведенный анализ судейства соревнований по спортивной акробатике позволил сформулировать основные требования к оценкам, выставяемым судьями за артистичность и технику выполненной композиции. Разброс между двумя средними оценками в квалификационных соревнованиях может быть в пределах 0,5 балла, а в финальной программе – 0,3 балла.

При составлении композиций сложность выполненных элементов производится по специальным таблицам. В каждой возрастной категории в соревновательной программе порог трудности ограничен. Так, у юношей сложность комбинаций в каждом выступлении не может превышать: в сило-балансовом и комбинированном упражнении 110 единиц, а в вольтижном – 80 единиц. Для взрослой категории выступающих: в предварительных соревнованиях для сило-балансового упражнения – 160 единиц, вольтижного – 140 единиц, для комбинированного – 230 единиц. В финальной части соревнований выполняется только комбинированное упражнение, включающее в себя элементы сило-балансового характера: стойки, упоры, равновесия и др. и сальтовые, бросковые элементы с поворотами на 230 единиц [1, 2].

Оценивание артистичности выступления производится из 10 баллов. Судьям разрешено использовать три вида сбавок за ошибки: незначительные 0,1-0,2 балла, средние 0,3 балла, сильные нарушения 0,5-1,0 балла.

Судьи, оценивающие артистичность, при выставлении оценки учитывают: правильность и соответствие упражнения музыкальному сопровождению, движения в композиции, разнообразие элементов, передвижения по коврику, выход за границы коврика, весоростовые характеристики, уровень мастерства и физической подготовленности спортсменов. Оценка за технику выполнения элементов в композициях производится по следующим параметрам: эффективность и рациональность входов и сходов партнера, эффективность технического исполнения, точность исполнения отдельных элементов, амплитуда при выполнении парных, групповых и индивидуальных элементов, высота и длина элементов, связанных с фазой полета, фиксация сило-балансовых элементов, четкость и эффективность приемов, бросков, толчков, четкость приземлений как в плечи партнера, так и на ковер [2].

Таким образом, основными тремя составляющими соревновательной оценки по спортивной акробатике согласно международному своду правил и регламента являются: баллы за технику, артистичность и трудность выполнения элементов.

### Литература:

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

2. Пилюк Н.Н. Техническая подготовка спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в спортивной акробатике / Н.Н. Пилюк, Л.В. Жигайлова, С.В. Шукшов, В.В. Тронеv // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ (21-25 мая 2018 года, г. Краснодар). – С. 59-60.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ГИМНАСТОК В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

В.А. Корышева

Научный руководитель доцент Г.М. Свистун

**Аннотация.** В данной работе рассматривается психологическая подготовка гимнасток в соревновательном периоде.

**Ключевые слова:** соревнования, соревновательная деятельность, спортсмен, психика, гимнастка.

Соревнования – это очень важная часть спортивной деятельности спортсмена различной квалификации. Главной задачей выступления являются победы или достижение наибольшей оценки для самого спортсмена. Так как соревнования несут за собой психически значимую роль, то необходимо уделять большое внимание психологической подготовке. Для выработки психической устойчивости на соревнованиях необходимо нарабатывать эмоциональную устойчивость в процессе тренировочных занятий. Главной задачей тренера является грамотно разъяснить предполагаемые условия соревнований, а также уровень подготовки соперников и сравнить их с возможностями самой гимнастки. С помощью этого спортсменка может оценивать собственные силы и психологически настроиться на данные выступления [1].

Также необходимо учитывать, что для оптимального психического состояния важна итоговая оценка соревновательного выступления со стороны других специалистов, для дальнейшего анализа соревновательной деятельности. Тем самым поставленная задача перед выступлением на соревнованиях должна быть выполнимой для данной гимнастки [1].

В соревновательном периоде не только проявляются, но и формируются психика и личностные качества спортсменки. Так как соревновательная деятельность гимнасток может рассматриваться как управляемый сознанием процесс, главной целью которого является достижение победы над соперницами в особенных условиях соблюдения противоборства [2].

В зависимости от индивидуальных особенностей спортсменки, ее физических, психических качеств, этапов спортивного совершенствования, возможны разнообразнейшие подходы к решению оптимизации предстартового состояния и управления им.

В процессе соревнований у гимнастки происходит перегрузка поступающей информации, это очень важная и трудная деятельность, которая заставляет спортсменку испытывать много переживаний, поэтому в этот период особое внимание должно уделяться работе психолога с гимнасткой [3].

На основании вышесказанного можно сделать вывод, что психологическая подготовка гимнасток является одним из важнейших критериев в соревновательном периоде, так как от нее зависит совершенное и надежное выполнение упражнения в соревновательных условиях.

### Литература:

1. Веракса А.Я. Психологические особенности художественных гимнасток / А.Я. Веракса // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2011. – №4. – 147 с.
2. Барабанов А.Г. Психологические резервы оптимизации спортивной деятельности / А.Г. Барабанов, А.П. Горячев, В.С. Никитин // Теория и практика физической культуры. – 2006. – №5. – С. 28-29.
3. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для студентов ВПО / А.В. Родионов. – М.: 2010. – 256 с.

## ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ БРОСКОВ ИЗ ПАРТЕРА В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ

Э.Э. Кочарян, С.М. Марьянн

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

**Аннотация.** Броски из партера занимают особое место в спортивной тренировке борца греко-римского стиля. В настоящее время в греко-римской борьбе существует несколько классификаций бросков из партера. Тактика имеет большое прикладное значение в соревновательной деятельности борца.

**Ключевые слова:** техника, тактика, броски, партер, спортивная борьба.

В настоящее время существует несколько классификаций бросков из партере в спортивной борьбе. Они занимают важное место в арсенале любого борца. Однако в спортивной борьбе, как и в других видах единоборств, сложно предугадывать момент создания атакующей ситуации для соперника [1].

Н.Н. Сорокин (1955) отмечает, что в греко-римской борьбе существуют два вида бросков из партере накатом и прогибом. Вместе с тем Н.М. Галковский и А.З. Катулин (1968) расширили арсенал бросков из партера, дополнив его броском через спину с захватом туловища. Эти авторы в большинстве случаев рассматривают виды тактических подготовок борцов, используемых в соревновательной деятельности. А.Н. Ленц (1960) определил три варианта бросков из партера: бросок прогибом с захватом туловища сзади, бросок с обратным захватом туловища и бросок накатом. В современной греко-римской борьбе Ю.А. Шулика (2005) указывает на защитные действия борца, которые оказывают разрушительное воздействие на атакующие технико-тактические противника.

В процессе соревновательной деятельности необходимо создать благоприятные ситуации для атакующих действий борца, применяя различные виды тактической подготовки: маневры, ложные движения и комбинации. Под маневрами понимаются двигательные действия, создающие удобное положение для проведения технического приема. Для проведения бросков из партера часто используются ложные действия, позволяющие сопернику прибегнуть к защитным техническим действиям. Комбинации – комплекс нескольких технико-тактических действий, применяемых в соревновательном поединке борца [2].

Таким образом, прикладное значение тактических компонентов обусловлено оптимизацией арсенала разновидностей технических действий и их применения в соревновательных поединках.

### Литература:

1. Иванченко М.М. Тактические компоненты бросков из партера в греко-римской борьбе: автореф. дис. ... канд. пед. наук; Российский ГУФКСИТ. - М.: РГУФКСИТ, 2006. - 23 с.
2. Соломахин О.Б. О правомерности параллельного изучения атаки и защиты на начальном этапе обучения в греко-римской борьбе / О.Б. Соломахин, А.С. Кузнецов, Ю.А. Шулика; О.Б. Соломахин, А.С. Кузнецов, Ю.А. Шулика // Актуал. вопр. физ. культуры и спорта: Тр. НИИПФКиС КГАФК, Т.4. – Краснодар, 2001. – С. 92-96.

## ИЗУЧЕНИЕ МНЕНИЯ ТРЕНЕРОВ ПО ВОПРОСУ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ПРЫЖКАХ НА БАТУТЕ

С.А. Кочесок, Я.В. Павлова

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

**Аннотация.** В публикации представлены результаты анкетирования ведущих тренеров России в прыжках на батуте (среди них 10 заслуженных тренеров России) по вопросу значимости направлений технической подготовки прыгунов на батуте высокой квалификации.

**Ключевые слова:** прыгуны на батуте, техническая подготовка, высокая квалификация.

Анкетированием было изучено мнение 46 ведущих тренеров, воспитанники которых участвовали в чемпионатах и Кубках России по прыжкам на батуте. На основе правил соревнований [1] нами были выбраны показатели, характеризующие компоненты технической подготовки прыгунов на батуте высокой квалификации.

По мнению респондентов, техническая подготовка прыгунов на батуте должна вестись по следующим направлениям: «Совершенствование техники соревновательных упражнений» (41,2%), «Наращивание сложности соревновательной программы» (34,5%) и «Совершенствование пространственно-временных параметров упражнения» (24,3%).

При совершенствовании техники соревновательных упражнений необходимо обратить внимание на такие ее характеристики, как «Положение тела спортсмена в полете» (16,5 %); «Точность положения рук» (8,8%); «Точность положения ног» (8,5%); «Технику и точность раскрытия» (15,2%), «Сгибание после раскрытия» (16,8%), «Точность положения ног при постановки на сетку батута» (5,1%), «Горизонтальные перемещения» (18,4%), «Отсутствие снижения высоты элементов» (10,7%).

Сложность соревновательной программы необходимо наращивать за счет «Общей трудности соревновательного упражнения (программы)» (74,9%); «Трудности самого сложного элемента (связки элементов)» (15,9%); «Индекса трудности» (9,2 %).

Пространственно-временные параметры характеризуют показатели «Длительности полетной фазы упражнения» (56,1%); «Среднего отклонения от центра батута» (28,2%), «Времени выполнения (высота) первого элемента соревновательного упражнения» (4,5%); «Времени выполнения (высота) последнего элемента соревновательного упражнения» (4,2%); «Времени выполнения последнего «кача» (1,2%), «Средней длительности толчка при выполнении элементов» (1,1%), «Одинаковой длительности выполнения первых и вторых пяти элементов комбинации» (4,7%). И при этом все упражнения должны выполняться стабильно.

Таким образом, анкетный опрос тренеров в прыжках на батуте позволил определить основные направления технической подготовки прыгунов на батуте высокой квалификации – это совершенствование техники соревновательных упражнений; наращивание сложности соревновательной программы; совершенствование пространственно-временных параметров.

### Литература:

1. Правила соревнований 2017-2020. Прыжки на батуте, акробатической дорожке и двойном минитрампе: Лозанна 2016. – 62 с.



## КОМПОНЕНТЫ ТРУДНОСТИ УПРАЖНЕНИЙ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

В.Д. Кравцова

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

**Аннотация.** Художественная гимнастика, как и все виды спорта, постоянно претерпевает изменения. С каждым олимпийским циклом совершенствуются правила соревнований, требования к гимнасткам усложняются. Новые изменения в правилах соревнований стимулируют развитие сложности упражнений, насыщая гимнастику динамикой и элементами риска.

В часто обновляющихся правилах можно увидеть рост трудности произвольных упражнений и тенденции развития вида спорта.

**Ключевые слова:** художественная гимнастика, сложность упражнения, трудность упражнения.

В настоящее время соревновательная деятельность в художественной гимнастике предполагает оценку композиции упражнения и его исполнения. Композиции гимнасток состоят из ряда трудностей упражнений. В индивидуальной программе присутствует четыре компонента трудности: трудность тела ВD, трудность предмета АD, комбинации танцевальных шагов S, динамические элементы с вращением R. В групповых упражнениях: пять компонентов трудности. Трудность тела ВD, трудность обмена ЕD, комбинации танцевальных шагов S, динамические элементы с вращением R и сотрудничества С.

Судьи оценивают взаимосвязь между движениями и элементами, с одной стороны, и их количественной оценкой – с другой. Оценки должны определять качество исполнения соревновательных упражнений, композиционную целостность, трудность, артистическую выразительность, взаимосвязь музыки и структуры движений.

В часто обновляющихся правилах можно увидеть рост трудности произвольных упражнений и тенденции развития вида спорта.

Высокие достижения российских гимнасток на мировой арене связаны прежде всего со сложившейся устойчивой перспективой развития вида спорта в стране, которая зависит от целого ряда факторов, основными из которых являются подготовка и повышение квалификации тренеров и судей. Подготовка тренерского состава должна вестись с учетом современных требований вида спорта с учетом перспективы развития.

Из вышесказанного можно сделать вывод, что требования к трудности выполнения соревновательной композиции возрастают с каждым новым олимпийским циклом. Соревновательные упражнения стали более насыщенными танцевальными дорожками, сложными элементами, трудностями предмета и тела.

### Литература:

1. Бакулина Е.Д. Взаимосвязь изменения правил соревнований и исполнения элементов в композициях художественной гимнастики. дис. ... канд. пед. наук. / Е.Д. Бакулина. – М., 2006. – 214 с.
2. Правила судейства соревнований по художественной гимнастике / Международная федерация худ. гимна. – ФИЖ, 2017-2020.
3. Винер-Усманова И.А. Художественная гимнастика: история, состояние и перспективы развития / И.А. Винер-Усманова, Е.С. Крючек, Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина. – М., Человек, 2014. – 200 с.

## СОВРЕМЕННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ СОСТАВЛЕНИЯ КОМПОЗИЦИЙ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

В.Д. Кравцова

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

**Аннотация.** Одним из самых зрелищных и сложнокоординационных видов спорта считается художественная гимнастика, суть которой заключается в выполнении гимнастических, акробатических и танцевальных элементов. Состав композиции в художественной гимнастике за все время существования сильно изменился. С каждым новым олимпийским циклом усложняются требования к соревновательным программам гимнасток.

**Ключевые слова:** художественная гимнастика, композиция, требования.

Физическое упражнение – это такие двигательные действия (их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям.

Комбинация – это комплекс логически связанных и взаимообусловленных двигательных действий, расположенных в определенном порядке.

Составление упражнения в художественной гимнастике всегда отталкивается от музыкального сопровождения. Время композиции индивидуальной программы не должно превышать 1.30 с, в групповом упражнении – 2.30 с. Характер музыкального сопровождения должен соответствовать физическим, психологическим, техническим, возрастным и выразительным особенностям гимнасток. По новым изменениям в правилах 2017-2020 гг. гимнастка может выполнять 2 упражнения под музыку со словами, а не одно как было раньше [3].

При постановке композиции нужно не забывать про логическое перемещение по площадке. Гимнастка во время исполнения упражнения должны побывать в каждом углу площадки. Повторять перемещения нельзя. В композицию должны входить – 3 и более танцевальных дорожек, продолжительность которых должна быть не менее 8 с, 2 волны телом и 9 элементов, относящихся к компонентам трудности упражнения «трудность тела» – 3 прыжка, 3 равновесия и 3 поворота. Композиция должна составляться так, чтобы каждое последующее движение вытекало из предыдущего. Хореографические движения должны отображать характер музыкального сопровождения [1, 2].

Из вышесказанного можно сделать вывод, что в художественной гимнастике каждая композиция уникальна. Все упражнения составляются с учетом индивидуальных особенностей спортсменок. Правильно составленная композиция может задать настроение выступления гимнасткам, также усиливает впечатление судей и зрителей.

### Литература:

1. Винер-Усманова И.А. Теория и методика художественной гимнастики. Артистичность и пути ее формирования / И.А. Винер-Усманова, Е.С. Крючек, Е.Н. Медведева. – М.: Человек, 2014. – 120 с.
2. Румба О.Г. Композиционная подготовка в технико-эстетических видах спорта / О.Г. Румба, Л.А. Савельева, Л.А. Карпенко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2009. – №9. – С. 57-61.
3. Правила судейства соревнований по художественной гимнастике / Международная федерация худ. гимна. – ФИЖ, 2017-2020 гг.

## СПОСОБНОСТЬ ЖЕНЩИН I ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА, ПОСЕЩАЮЩИХ ЗАНЯТИЯ ФИТНЕСОМ, ВЫПОЛНИТЬ НОРМАТИВЫ ВФСК ГТО

В.Г. Леонтьева

Научный руководитель доцент М.Ю. Пушкарный

**Аннотация.** В данной публикации представлены сведения, касающиеся готовности женщин первого зрелого возраста, посещающих занятия фитнесом, выполнить нормативы современного Комплекса ГТО.

**Ключевые слова:** фитнес, нормативы, выполнение испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

В настоящее время приходится констатировать, что показатели физической подготовленности граждан нашей страны, и, прежде всего, взрослого населения, находятся на весьма низком уровне [3]. При этом критерием уровня физической подготовленности все чаще выступает способность граждан выполнить нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО [1].

В этой связи, в работах специалистов указывается на целесообразность использования фитнеса для подготовки к выполнению испытаний Комплекса ГТО [2].

Целью настоящего исследования явилось подтверждение действенности методики подготовки населения к испытаниям Комплекса ГТО посредством занятий фитнесом по результатам выполнения следующих испытаний ГТО: бег на 30 м, бег на 2000 м, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя на скамье, челночный бег 3x10 м, сгибание-разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения лежа за 1 мин.

В исследовании приняли участие 26 женщин 21-35 лет (1-й зрелый возраст), посещающих занятия фитнесом различной направленности не менее 6-ти месяцев.

Таблица – Количество женщин, занимающихся фитнесом, способных выполнить нормы ГТО на знак отличия по отдельным испытаниям (тестам)

| Тест                  | Бег 30м | Бег 3x10м | Бег 2 км | Сгибание-разгибание | Наклон | Прыжок | Поднимание туловища |
|-----------------------|---------|-----------|----------|---------------------|--------|--------|---------------------|
| % успешно выполнивших | 76,9    | 76,9      | 65,4     | 76,9                | 92,3   | 65,4   | 84,6                |

Полученные в ходе исследования данные, представленные в таблице, свидетельствуют, что значительное число занимающихся довольно успешно выполняют большинство тестов ГТО. Особенно это относится к таким испытаниям, как «наклон» и «поднимание туловища». Эти упражнения успешно выполняют, соответственно 92,3 и 84,6% испытуемых. Тесты «на быстроту», «ловкость» и «силу» выполняют примерно по 77% обследованных. Наиболее «трудными» испытаниями для женщин 1-го зрелого возраста являются тест «бег на 2000 м» и «прыжок в длину с места». С ним успешно справились лишь 65,4% представительниц прекрасного пола.

Вместе с тем, несмотря на довольно успешное выполнение отдельных тестов, общее количество способных выполнить нормы ГТО представленной категории обследованных составило 65,4%. Данное количество определяется по наименьшему числу способных выполнить обязательные испытания.

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют о том, что подготовка к испытаниям ВФСК ГТО посредством фитнеса должна осуществляться на основе не какой-то одной, а нескольких программ, то есть необходимо комплексное использование средств фитнеса.

### **Литература:**

1. Аршинник С.П. Комплекс ГТО как стандарт физической подготовленности граждан Российской Федерации / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, В.И. Тхорев // Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) и массовый спорт в системе здорового образа жизни населения: материалы конференции [Электронное издание]. – Владимир, 2016. – С. 42-45.
2. Носачева О.Н. Методика подготовки женщин 18-29 лет к выполнению нормативов ГТО в процессе групповых занятий фитнесом / О.Н. Носачева, А.В. Воронков, А.В. Семочкина, Д.В. Бывшева // Научный журнал Дискурс. – 2017. – № 12 (14). – С. 88-96.
3. Синявский Н.И. Мониторинг физической подготовленности населения 35-39 лет в выполнении требований VII ступени комплекса ГТО / Н.И. Синявский, А.В. Фурсов, Н.Н. Безноско, Р.И. Садыков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 2 (156). – С. 223-226.

**СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ АРТИСТИЗМА У ГИМНАСТОК 6-7 ЛЕТ,  
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ**

**Т.В. Лукашова**

**Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо**

**Аннотация.** Для освоения современных соревновательных программ в эстетической гимнастике каждой спортсменкой должен быть достигнут необходимый и достаточный уровень не только технического мастерства, но и проявления артистизма и выразительности.

**Ключевые слова:** артистизм, эмоциональность, выразительность, музыкально-двигательная подготовка, музыкальная игра, музыка, восприятие, способности.

Эмоциональная наполняемость и характер музыкального сопровождения должны соответствовать возрастным особенностям гимнасток, таким как: психологические, технические, физические, выразительные. Таким образом спортсменки способны придать соревновательной композиции выразительность и определенный характер движений, при условии высокого уровня музыкальности, культуры движений и мастерства в целом.

Развитию всех вышеперечисленных качеств способствует хорошо сформированная музыкально-двигательная подготовка. Роль музыкально-ритмических движений состоит в том, что они обогащают эмоциональную сферу занимающихся и формируют мелодичные и познавательные способности; развивают динамичность, организованность, чувство товарищества.

Определяют следующие задачи, средства и способы организации музыкально-двигательной подготовки:

–способствовать ознакомлению занимающихся с компонентами музыкальной грамоты;

– обучить занимающихся постигать музыку, распознавать средства музыкальной выразительности, выполнять движения в соответствии с музыкальным произведением;

– обучить занимающихся выбирать наиболее подходящие музыке движения, воплощать посредством движений идею композитора, формировать музыкально-двигательные представления [2].

Существенное значение в совершенствовании артистичности играют упражнения танцевального характера. Они придают особенную привлекательность для гимнасток различного возраста. Неотъемлемую часть в области музыкально ритмических движений занимают игры. Именно музыкальная игра вызывает определенные эмоции у детей, усиливает интерес к тренировкам, повышает моторную активность, к тому же развивает музыкальные способности. Играя, дети осваивают движения и оттачивают их [1]. Вся работа гимнасток в ходе музыкальных игр представляет из себя активное прослушивание музыки, требующее определенной отдачи, усиленное музыкальное восприятие, подкрепленное переживанием, различением и узнаванием музыкального образа.

**Литература:**

1. Веракса А.Н. Особенности использования образов спортсменов, занимающихся гимнастикой / А.Н. Веракса, А.Е. Горовая // Психол. наука и образование. – 2011. – № 3. – 111-115 с.

2. Винер-Усманова, И.А. Художественная гимнастика: история, состояние и перспективы развития / И.А. Винер-Усманова, Е.С. Крючек, Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина. – М., Человек, 2014. – 200 с.

## ОСОБЕННОСТИ ОТБОРА ДЕТЕЙ К ЗАНЯТИЯМ ГИМНАСТИКОЙ

Т.В. Лукашова

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

**Аннотация.** На данный момент гимнастика является одним из самых популярных видов спорта, желающих заниматься ею становится все больше. Однако для эффективного тренировочного процесса необходимо правильно организовать отбор детей в спортивную секцию.

**Ключевые слова:** способности, критерии, предрасположенность, пригодность, упражнения, отбор, оценивание.

Современная гимнастика характеризуется напряженной соревновательной деятельностью и изматывающими тренировками, а также постоянно повышающейся координационной сложностью выполняемых элементов, необходимостью формирования устойчивых навыков технической подготовленности.

Критерии, по которым дети зачисляются в секцию гимнастики, зависят от индивидуальных особенностей детей, их предрасположенности к занятиям данным видом спорта. Так как гимнастика довольно «молодой» вид спорта, отбор детей проводится в возрасте 4-5 лет. Помимо определения спортивной пригодности тренером также необходимо получить справку в медицинском учреждении о допуске ребенка к занятиям гимнастикой [2].

Отбор проводится по следующим критериям:

1. Внешние данные. Сюда относятся такие показатели ребенка, как рост, вес, особенности телосложения. Каждому показателю в дальнейшем присваивается соответствующая оценка, которая зависит от того, к какой категории статических данных она относится.

2. Координация движений. Оценка данных производится посредством выполнения соответствующих упражнений. Они представляют собой поочередные и одновременные движения рук. По сложности выполняемые упражнения подразделяются на следующие группы: минимальные, когда ребенок выполняет на месте чередующиеся движения на 4 счета; средней сложности – упражнение выполняется с последующим чередованием движений на 8 счетов; сложные – выполнение упражнений с добавлением ассиметричных движений.

3. Сохранение равновесия. В данном критерии оценивается способность удерживать определенное положение тела без колебаний. Проверка производится в несколько этапов. Первый этап направлен на выявление всевозможных нарушений в работе вестибулярного аппарата.

Полученные оценки суммируются в общий балл, после чего определяется пригодность ребенка к занятиям гимнастикой [1].

Первое время тренировки направлены преимущественно на улучшение гибкости и подвижности суставов, формирование устойчивого интереса к занятиям данным видом спорта.

### Литература:

1. Павлова Е.В. Совершенствование системы спортивного отбора в художественной гимнастике на основе показателей развития координационных способностей: автореф. дис. ...канд. пед. наук / Е.В. Павлова. – Сургут, 2008. – 24 с.

2. Художественная гимнастика: учебник / под ред. Карпенко Л.А. – М.: Всероссийская федерация художественной гимнастики, 2003. – 382 с

## **ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕВОЧЕК ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Т.Ю. Мамонтова**

**Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо**

**Аннотация.** Только гармоничное развитие ребенка может дать ему неограниченные возможности в жизни. Следовательно, родителям, воспитателям и педагогам, занимаясь с ребенком, необходимо уделять внимание не только физическому развитию, но и интеллектуальному.

**Ключевые слова:** гимнастика, двигательная активность, интеллект.

Занятия гимнастикой воздействуют на такие важнейшие стороны интеллекта, как: внимание, наблюдательность, находчивость и быстрота соображения, мышление.

Существует взаимосвязь между двигательной и интеллектуальной сферами личности. И, как правило, наиболее двигательно-развитые дети определяются как способные к обучению.

По мнению Л.А. Карпенко (2014), занятия гимнастикой способствуют повышению умственной работоспособности. Это положение подтверждается многими исследованиями, которые установили, что у спортсменов отличных и хороших оценок на 11,9% больше, чем у детей с отсутствием постоянной двигательной активности [1].

Также замечено, что умственная работоспособность повышается под влиянием занятий эстетической гимнастикой вследствие благоприятного воздействия чередования умственной и физической деятельности на организм, кроме того благоприятное воздействие на протекание психических процессов оказывают кратковременные физические нагрузки, а снижение двигательной активности приводит к ухудшению умственной работоспособности [1].

Наряду с этим, четкое соблюдение режима дня благотворно влияет на повышение успеваемости девочек, занимающихся эстетической гимнастикой.

В решение образовательных задач, как и различные путешествия, вносят вклад также и поездки гимнасток на соревнования в другие города и страны.

Но необходимо отметить и неблагоприятное воздействие занятий спортом на интеллект ребенка, когда это превращается в одностороннее увлечение, ребенок не интересуется другими видами деятельности, в том числе учебной, а также в результате утомления организма после длительных напряженных нагрузок [3].

Таким образом, анализ литературы позволил установить, что занятия эстетической гимнастикой направлены не только на физическое воспитание девочек, но и большую роль играют в формировании интеллектуальной, волевой и эмоциональной сферы, эстетических представлений и потребностей. Стоит отметить, что умственная и физическая деятельность выступает в единстве и во взаимосвязи, именно поэтому можно смело говорить о положительном влиянии занятий эстетической гимнастикой на развитие интеллекта ребенка.

### **Литература:**

1. Карпенко Л.А. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике: учеб. пособие / Л.А. Карпенко, О.Г. Румба. –М.: Советский спорт, 2014. – 264 с.
2. Юрко Г.П. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста / Г.П. Юрко. – М.: Юнити-дана, 2008. – 98 с.

## МОТИВАЦИЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ К ЗАНЯТИЯМ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ

Т.Ю. Мамонтова

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

**Аннотация.** Для изучения способов формирования мотивации юных гимнасток, необходим подбор научно обоснованных средств и методов, способствующих созданию у ребенка мотивации в систематических занятиях спортом. Углубленное изучение этих средств и методов будет способствовать повышению эффективности дошкольного дополнительного образования девочек и увеличит приток детей младшего школьного возраста в спортивные залы гимнастики.

**Ключевые слова:** мотивация, эстетическая гимнастика, приемы психолого-педагогического воздействия.

Как показывает спортивная практика, одной из наиболее часто встречающихся причин прекращения занятий эстетической гимнастикой еще на начальном этапе обучения является отсутствие у юных спортсменок выработанной привычки и стремления регулярно заниматься физическими упражнениями [1].

По мнению Б.П. Яковлева (2014), для формирования у детей устойчивого интереса к систематическим занятиям спортом в процессе проведения занятий следует применять психолого-педагогические средства, соответствующие их возрастным особенностям. Данные средства обеспечивают и поддерживают позитивный эмоциональный фон ребенка на протяжении всего тренировочного занятия, наполняют их двигательное содержание разнообразными упражнениями с игровыми элементами, также следует проводить беседы и давать девочкам информацию о преимуществах вида спорта, которым они занимаются [2].

Процесс обучения детей 3-6 лет формируется на основе словесного и наглядного методов обучения, также применяются игровой, музыкальный и идеомоторный методы, ориентировочная помощь, физическая помощь тренера. Если грамотно и вовремя применять данные методы, у юной гимнастки сформируется заинтересованность к тренировочному процессу и систематической двигательной активности [1].

Также у девочек мотивом заниматься эстетической гимнастикой может служить потребность в комплиментах и восторге со стороны окружающих, а в особенности близких людей, за успехи в спорте, за посещение спортивной секции, и конечно же желание славы, которое может быть выражено привлечением к себе особого внимания, например показом гимнастических элементов, неподвластных людям со стороны [2].

Наряду с этим, отношения с тренером являются неотъемлемым фактором в формировании у ребенка устойчивой мотивации к занятиям гимнастикой. Здесь нужно учитывать применение различных видов поощрений и наказаний, реализуемых к месту и по существу; на собственном примере показывать разучиваемые элементы, а также помогать своим воспитанникам в ситуациях, когда возникает затруднение в обучении.

### Литература:

1. Горбунов Г.Д. Психология физической культуры и спорта: учебн. для студ. высш. учеб. заведений / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогун. – М.: Академия, 2009. – 256 с.
2. Яковлев Б.П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: учебное пособие / Б.П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2014. – 312 с.



**СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ РАЗМИНКА В УПРАЖНЕНИЯХ НА БРЕВНЕ  
ГИМНАСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

**С.Р. Махмудова, Э.А. Варданын**

**Научный руководитель доцент Г.М. Свистун**

**Аннотация.** Данная публикация посвящена проблеме подготовки гимнасток высокой квалификации в упражнениях на бревне. В связи с изменением правил соревнований международной федерации (ФИЖ) предъявляются требования к сложности соревновательного упражнения, специальные требования к композиции, надежности выполнения и повышения максимальной стартовой оценки до 20,0 балла.

**Ключевые слова:** специализированная разминка, бревно, упражнения, программа подготовки гимнастки.

Постоянный рост сложности соревновательных программ, изменение правил соревнований в спортивной гимнастике предъявляют высокие требования к уровню технической подготовленности гимнасток высокой квалификации во всех видах женского гимнастического многоборья [2]. Одним из трудоемких видов является гимнастическое бревно, где в различных комбинациях рекомендуется выполнять до 100 элементов в тренировочное занятие, и для каждой гимнастки составляется своя собственная комбинация.

В спортивной гимнастике по регламенту соревнований в каждом виде гимнастического многоборья гимнасткам дается общая разминка – 20 минут и специализированная – 5 минут [2]. Исходя из этого, нами предлагается 35-минутная специализированная разминка на бревне, которая состоит из 3-х частей.

В первой части специализированной разминки выполняются – гимнастические прыжки, повороты, равновесия и связки для выполнения специальных требований к композиции.

Вторая часть разминки включает в себя – акробатические прыжки и связки, которые позволят увеличить трудность упражнения.

Третья часть направлена на надежность выполнения соревновательных упражнений в облегченном варианте [1].

Таким образом, данная специализированная разминка позволит создать техническую избыточность, приобрести специальную выносливость и поддерживать уровень постоянной готовности к выполнению соревновательных программ в годичном цикле подготовки.

**Литература:**

1. Аркаев Л.Я. Как готовить чемпионов теория и технология подготовки гимнастов высшей квалификации / Л.Я. Аркаев, Н.Г. Сучилин. – М.: Физкультура и Спорт, 2004. – С. 143-146.
2. Правила соревнований (женская спортивная гимнастика), утвержденные исполнительным комитетом (ФИЖ), 2017–2020 гг. – 247 с.

## ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ КОМАНДЫ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

А.А. Медведева

Научный руководитель профессор Н.Н. Пилюк

**Аннотация.** В данном тезисе рассмотрен вопрос изучения содержания и показателей повышения эффективности процесса спортивной подготовки спортсменок высокой квалификации в эстетической гимнастике на основе расширения знаний и совершенствования технологий отбора и формирования спортивной команды.

**Ключевые слова:** эстетическая гимнастика, уровень мастерства, отбор, спортивная команда, спортсменки.

Перспектива – будущее, ожидаемое, виды на будущее. Будущее развитие спортсмена и его профессиональная карьера в эстетической гимнастике зависят не только от упорных тренировок, но и определенных наследственных данных, которые необходимо выявить на начальном этапе подготовки. Большое значение имеют антропометрические измерения, чем спортсменка выглядит эстетически изящно, тем больше вероятность быть в основном составе. Также немаловажны физические качества и техническая подготовленность, психическая, творческие способности, артистизм. Однако, несмотря на значимость проводимых научных исследований, к настоящему времени еще не сложилась общепризнанная концепция, в полной мере отражающая всю сложность и многообразие процессов, позволяющих тренеру однозначно решить проблему отбора и формирования спортивной команды в эстетической гимнастике, что не позволяет определить наиболее эффективные средства и методы комплектования состава участниц [2, 3].

По мнению Каравицкой Н.А. (2012), «...отсутствие в теории и методике данного вида спорта стройной системы знаний по данным вопросам и обобщающих научных исследований, отвечающих требованиям практики, снижает эффективность современной системы подготовки российских спортсменок, для результативной соревновательной деятельности на международной арене» [1].

Таким образом, проблема состоит в научном обосновании критериев комплектования состава спортивной команды в эстетической гимнастике, определении их ведущих компонентов и структурных особенностей, что позволит в пределах лимита времени на подготовку и всевозрастающих требований, предъявляемых к уровню мастерства гимнасток, эффективно совершенствовать индивидуальные возможности спортсменок в процессе тренировочной и соревновательной деятельности, что, в свою очередь, позволит повысить эффективность всей системы подготовки.

### Литература:

1. Каравицкая Н.А. Методика формирования навыков двигательной выразительности в художественной гимнастике: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Смоленск, 2012. – 20 с.
2. Лемешева С.Г. Гимнастика: учебное пособие / С.Г. Лемешева, Л.В. Леонова. – Хабаровск: ДВГАФК, 2014. – Ч. 1. – 108 с.
3. Морозова Л.П. Методика проведения занятий по эстетической гимнастике: учеб.-методич. пособие / Л.П. Морозова, П.В. Ночевнова. – М., 2014. – 114 с.

## ХАРАКТЕРИСТИКА ВИДА СПОРТА «ЭСТЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА»

А.А. Медведева

Научный руководитель профессор Н.Н. Пилюк

**Аннотация.** В данном тезисе рассмотрена характеристика эстетической гимнастики как нового вида спорта, основанного на естественных движениях тела.

**Ключевые слова:** эстетическая гимнастика, Кубок мира, отбор, спортивная команда, спортсменки.

Эстетическая гимнастика – это относительно новый вид спорта, основанный на естественных движениях всего тела [1]. Первые страны, которые признали эстетическую гимнастику официальным видом спорта, были Финляндия и Эстония. В Финляндии даже считается, что эстетическая гимнастика для женщин – то же самое, что хоккей для мужчин. Изначально возникла так называемая «выразительная» гимнастика, основу которой составляли плавные телодвижения.

Затем она переросла в ритмическую гимнастику с нотной грамотой движений. Прародительницей считается Айседора Дункан – знаменитая танцовщица и супруга великого поэта Сергея Есенина. В то время все танцы носили довольно строгий характер – они исполнялись обязательно в пуантах, имели строгие условия, рамки и ограничения. Но американка внесла новый вид танцев – босиком, со свободными, грациозными движениями и высокой самоотдачей. Сочетание женственности с выразительностью, медленных элементов с быстрыми и резкими – все это привлекало зрителей в танцах Дункан. Это же и легло в основу современной эстетической гимнастики.

В настоящее время команда «Небеса» является одной из сильнейших команд мира и одной из самых титулованных команд России: чемпионы мира по эстетической гимнастике в командном зачете 2011, 2012, 2013, 2015, 2016, 2017 и 2018 годов, бронзовые призеры чемпионата мира 2012 года, бронзовые призеры Кубка мира по эстетической гимнастике 2010 г., бронзовые призеры Кубка Европы среди вузов 2010 г., 12-кратные призеры Кубка России по эстетической гимнастике (2004-2014, 2016, 2017 гг.), 10-кратные призеры чемпионата России по эстетической гимнастике (2008-2018 гг.), многократные призеры этапов Кубка мира [2].

В данный момент на международном уровне конкурирующими командами считаются: «Minetit» Финляндия, «OVO Team» Финляндия, «Team Japan» Япония, «National team» Болгария, «Team Shoin» Япония, «GC Janika Tallinn» Эстония, «ALCOR AVANGARD» Украина, «Ardor» Италия, «Allure» Канада, «CIUTAT DE BARCELONA ALCON» Испания, «Gracia» Венгрия, «Gloria» Финляндия [3].

### Литература:

4. Каравацкая Н.А. Методика формирования навыков двигательной выразительности в художественной гимнастике: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Смоленск, 2012. – 20 с.

5. Лемешева С.Г. Гимнастика: учебное пособие / С.Г. Лемешева, Л.В. Леонова. – Хабаровск: ДВГАФК, 2014. – Ч. 1. – 108 с.

6. Морозова Л.П. Методика проведения занятий по эстетической гимнастике: учеб.-методич. пособие / Л.П. Морозова, П.В. Ночевнова. – М., 2014. – 114 с.

## **ИНФОРМАТИВНОСТЬ КОМПОНЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПРЫГУНОВ НА БАТУТЕ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

**Я.В. Павлова, С.А. Кочесок**

**Научный руководитель доцент Н.В. Береславская**

**Аннотация.** В публикации представлены результаты корреляционного анализа компонентов технической подготовки прыгунов на батуте высокой квалификации, выявление значимости которых позволит эффективней вести спортивную подготовку.

**Ключевые слова:** прыгуны на батуте, высокая квалификация, компоненты, техническая подготовка.

Современный этап развития прыжков на батуте характеризуется поиском результативных методик подготовки спортсменов высокого класса, оптимизацией вклада различных параметров технической подготовки и технической подготовленности в соревновательный результат [1].

Для выявления факторов, определяющих техническую подготовку, необходимо совершенствовать ее отдельные компоненты и их взаимосвязи и использовать объективные критерии, способствующие росту технического мастерства. Для определения информативности компонентов технической подготовки прыгунов на батуте высокой квалификации проводился корреляционный анализ. Детальному исследованию подверглись соревновательные упражнения 16 участников (8 мужчин и 8 женщин). Экспертная комиссия в составе 5 специалистов по видеозаписи оценила компоненты технической подготовки в соответствии с действующими правилами соревнований. В качестве критерия информативности рассматривалась сумма баллов, набранная спортсменами на Кубке России.

Анализируя полученные данные, установлено, что компоненты технической подготовки по уровню взаимосвязи не отличаются в мужских и женских прыжках. Такие характеристики, как «Техника и точность раскрытия», «Сбавки за сгибание после раскрытия», «Сбавки за горизонтальные перемещения», «Общая трудность соревновательного упражнения», «Длительность полетной фазы всего упражнения» проявили высокую степень взаимосвязи с соревновательным результатом на уровне  $p < 0,01$ .

Среднюю степень взаимосвязи на уровне  $p < 0,05$  обнаружили следующие характеристики – «Положение тела спортсмена в полете», «Индекс трудности соревновательного упражнения», «Среднее отклонение от центра батута», «Время выполнения последнего «кача», «Одинаковая длительность выполнения первых и вторых пяти элементов комбинации».

И не информативными ( $p > 0,05$ ) при статистической проверке стали: «Точность положения рук», «Точность положения ног», «Точность положения ног при постановке на сетку батута», «Отсутствие снижения высоты элементов», «Трудность самого сложного элемента», «Длительность выполнения первого элемента соревновательного упражнения», «Средняя длительностью толчка при выполнении элементов».

Следовательно, при совершенствовании соревновательной программы прыгунов на батуте высокой квалификации необходимо уделять внимание компонентам технической подготовки, проявившим высокую и среднюю степень взаимосвязи с соревновательным результатом.

### **Литература:**

1. Караваева И.В. Теория и практика системы подготовки спортсменов в прыжках на батуте / И.В. Караваева, А.Н. Москаленко, Н.Н. Пилюк // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2008. – № 2. – С. 16-20.

## **ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ СПОРТСМЕНА**

**М.М. Пащенко**

**Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова**

**Аннотация.** Работа посвящена вопросу формирования необходимых способностей, волевых качеств, и их влиянию на развитие личности спортсмена и характера занимающегося спортивной гимнастикой.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, гимнастика, волевые качества, формирование личности, характер спортсмена.

Физическое воспитание с детства формирует правильное отношение к жизни. Человек, который с ранних лет занимается спортом, умеет следить за своим здоровьем и ведет здоровый образ жизни, он способен удовлетворять свои потребности в активном отдыхе и рационально использует свое свободное время. Физическое воспитание способствует повышению социальной активности человека, а также влияет на развитие волевых и физических способностей [1].

Проведенное анкетирование занимающихся спортивной гимнастикой позволило определить в порядке значимости необходимые качества для успешного овладения соревновательными упражнениями.

Первым является формирование и закрепление у детей жизненно необходимых качеств. Далее регулярные занятия формируют нормы поведения, волевые качества и черты характера. Третьим компонентом опрошенные поставили, что занятия в коллективе помогают выявить особенности поведения каждого занимающегося, его слабые и сильные стороны, и в дальнейшем это позволит детям проводить оценку своих действий. Также важно учитывать, что воспитывается дисциплинированность, самостоятельность, настойчивость и трудолюбие [2].

В анкете были вопросы, связанные с успехом занятий гимнастикой и что требуется от спортсменов для достижения высоких спортивных результатов.

Более 76% опрошенных ответили, что необходимо воспитание воли, от которой зависит формирование человека как личности. Также дисциплинированность и аккуратность, навыки личной гигиены и соблюдения режима учебы, тренировок и отдыха, помогают при обучении сложнокоординационным движениям, что в свою очередь помогает преодолевать страх и нерешительность. Во время занятий гимнастикой, занимающиеся овладевают навыками самостоятельности, самоконтроля и саморегуляции. Они учатся работать в команде и помогать друг другу [3].

Таким образом, регулярные занятия в секции спортивной гимнастики оказывают положительное влияние на развитие личности человека и позволяют формировать жизненно необходимые навыки, а также черты характера.

### **Литература:**

1. Дворкина Н.И. Теоретические основы физкультурно-оздоровительной деятельности: учеб. пособие / Н.И. Дворкина, Е.И. Ончукова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 18-20.
2. Волков И.П. Теория и методика обучения в избранном виде спорта: пособие / И.П. Волков. – Минск: РИПО, 2105. – С. 28.
3. Пиллюк Н.Н. Теория и методика избранного вида спорта: гимнастика: курс лекций / Н.Н. Пиллюк, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская, Л.В. Жигайлова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – С. 35-36.

## СПЕЦИАЛЬНАЯ РАЗМИНКА, КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

А.С. Перехожева

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

**Аннотация.** В данной работе рассматривается структура специальной разминки, а также ее влияние на развитие и повышение технического мастерства гимнасток-эстеток.

**Ключевые слова:** специальная разминка, эстетическая гимнастика, композиция, техническое мастерство, подготовка.

Техническая подготовка — это педагогический процесс, который направлен на освоение особых двигательных действий, характерных для того или иного вида спорта. Развитие технического мастерства начинается с юного возраста. Техническое мастерство складывается из умений, навыков, физической предрасположенности, антропометрических данных к данному виду спорта [1, 2].

Оно подразделяется на несколько групп. В первую группу показателей входят: а) объем; б) разносторонность; в) рациональность технических действий, которые умеет выполнять спортсмен. Во вторую: а) эффективность, б) освоенность выполнения.

Для роста спортивного мастерства необходимо учитывать индивидуальные особенности занимающихся.

Для совершенствования технического мастерства спортсменок, специализирующихся в эстетической гимнастике, необходим правильный подбор средств подготовки. Одним из них является специальная разминка – это комплекс упражнений, который следует проводить после общей разминки.

По мнению тренеров, работающих с гимнастками-эстетками, для дальнейшего успешного выполнения заданий основной части занятия необходимо включать в специальную разминку те упражнения, которые структурно будут похожи на элементы, включенные в композиции. Основные структурные движения, составляющие специальную разминку, это:

- наклоны по направлению вперед, назад и в стороны;
- задания на подвижность в суставах;
- акробатические элементы – кувырки вперед, назад из различных исходных положений;
- статические и динамические равновесия без помощи рук и серии равновесий;
- отдельные прыжки и серии прыжков, широкие прыжки;
- комбинированные соединения из различных элементов соревновательной программы. Время разминки от 30 до 55 минут [2, 3].

Таким образом, как показывает анализ соревновательных упражнений, огромное влияние на развитие технического мастерства гимнасток оказывает специальная разминка, которую следует составлять, учитывая техническую подготовленность каждой команды.

### Литература:

1. Жигайлова Л.В. Комплексное развитие гибкости и скоростно-силовых способностей гимнасток 9-10 лет / Л.В. Жигайлова, О.Ф. Барчо, С.И. Зонинштейн, Е.А. Жук // Педагогика & Психология. Теория и практика. – Волгоград: научное образование. – № 6. – С. 25-29.
2. Пилюк Н.Н. Системно-структурная организация соревновательной деятельности в спортивных видах гимнастики / Н.Н. Пилюк, Л.В. Жигайлова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2013. – № 3. – С. 16-20.
3. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика): курс лекций / Н.Н. Пилюк, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская и др. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – Часть 2. – 163 с.

**ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ МЕЖДУ ТРЕНЕРОМ  
И ГИМНАСТКАМИ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ  
СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА**

**И.И. Петлина, К.В. Иванисько**

**Научный руководитель доцент Н.В. Береславская**

**Аннотация.** В публикации представлены результаты исследования, позволяющие определить характер взаимоотношений высококвалифицированных спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой, и тренера, анализ которых позволит тренеру вносить коррекцию в свою педагогическую деятельность.

**Ключевые слова:** взаимоотношения, тренер, гимнастка.

Взаимоотношения в спорте – сложный и многоплановый педагогический процесс, который включает в себя возникновение и развитие контактов между тренером и спортсменом. От особенностей данных отношений во многом зависит успешность спортивной деятельности [1]. Нередко складывающиеся неблагоприятно взаимоотношения являются сбивающим фактором их творческого сотрудничества и могут привести к конфликтам, накладывающим отпечаток на процесс становления спортивного мастерства и достижения высших спортивных результатов.

Исследование взаимоотношений между тренером и гимнастками высокой квалификации проводилось по методике Ю. Ханина, А. Стамбулова «Социально-перцептивная оценка личностно-деятельностных особенностей тренера».

Анализируя полученные данные, установлено, что среднее значение суммарного показателя по всем трем компонентам составляет 13,50 балла при норме 24,0, по отдельным же – результат варьирует от 3,0 до 7,0, при норме 8,0. Так, значение «гностического компонента» составляет 4,77 балла. Следовательно, гимнастки отнесли к среднему уровню развития тренерскую компетентность и практические знания. Показатель «эмоционального компонента» равен 3,83 балла, что является ниже среднего значения. По всей видимости, тренер гимнасток в недостаточной пропорции наполняет тренировочный процесс действиями, направленными на развитие определенных личностных качеств. «Поведенческий компонент» имеет значения выше среднего (4,76 балла), это означает, что реальное взаимодействие тренера и спортсменок складывается благоприятно.

Таким образом, взаимоотношения с тренером требуют внесения корректировки в развитие «эмоционального компонента» с обязательным акцентом на индивидуальный подход к гимнастке.

**Литература:**

1. Чугреева О.А. Стиль и структура межличностных отношений в профессиональной тренерской деятельности / О.А. Чугреева. – Серия Педагогика и психология. – Тверской государственный университет. – Тверь. – 2009. – № 6. – С. 123-128.

**УРОВЕНЬ ЗНАНИЙ ШКОЛЬНИКОВ ГОРОДА КРАСНОДАРА  
О КОМПОНЕНТАХ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ЗА 2017 ГОД**

**А.М. Севикян, Г.М. Саакян**

**Научный руководитель М.Ю. Пушкарный**

**Аннотация.** В публикации представлены результаты анкетирования школьников города Краснодара. Результаты говорят о том, что уровень знаний школьников о здоровом образе жизни низкий.

**Ключевые слова:** школьники, здоровый образ жизни, успеваемость, нагрузка, режим.

На сегодняшний день проблема сохранения здоровья школьников является наиболее актуальной и требует особого подхода к ее решению как со стороны родителей, так и со стороны педагогов образовательных организаций. Несмотря на то что образовательная функция является ведущим аспектом деятельности школ, она главным образом зависит от состояния здоровья детей, которая определяет оценку качества и степени обучаемости [3].

По данным ВОЗ, уровень здоровья у учащихся общеобразовательных школ находится на низком уровне, что в свою очередь неблагоприятно сказывается на их адаптированных возможностях к школьным нагрузкам и режиму, что в конечном итоге приводит к неуспеваемости [1, 2].

Данные предварительного анкетирования, проведенного нами в начале 2017 – 2018 учебного года, показали, что уровень осведомленности школьников об основных теоретических положениях компонентов ЗОЖ составляет всего 15%, в то время как остальные 85% не владеют этими знаниями, что и объясняет несоблюдение школьниками принципов ЗОЖ.

Одним из основных направлений работы педагогического коллектива по физической культуре должна являться пропаганда ЗОЖ посредством теоретического изложения основных структурных компонентов и принципов построения рационального режима дня [4, 5].

**Литература:**

1. Айдаркин Е.К. Исследование структуры учебной деятельности студентов с применением метода оценки бюджета времени / Е.К. Айдаркин // Валеология. – 2015. – № 3. – 246 с.
2. Томпсон П. Введение в теорию тренировки: офиц. рук. ИААФ по обучению легкой атлетике: система обучения и сертификация тренеров ИААФ / Питер Дж. Л. Томпсон; Междунар. Ассос. легкоатлет. федераций. – М.: Человек, 2014. – 191 с.
3. Шевчук А.А. Реорганизация учебного педагогического процесса как метод повышения эффективности подготовки военного специалиста / А.А. Шевчук, С.А. Сова, С.Э. Борзых // Культура физическая и здоровье. – 2015. – № 4. – С. 50-53.
4. Brukner P. Clinical sports medicine. – N-Y: McGraw-Hill Professional, 2008 – P. 17-18.
5. Burke L.M. Carbohydrates and fat for training and recovery // J. Sports Sci. 2004. – Vol 22(1). – P. 14-29.



## МОТИВАЦИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ПРЫЖКАХ НА ДВОЙНОМ МИНИТРАМПЕ

П.С. Троянова

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

**Аннотация.** В данной работе рассмотрено значение мотивации спортивной деятельности прыгуний на двойном минитрампе высокой квалификации. В двух возрастных группах сравнивались их удовлетворенность базовыми потребностями, компоненты саморегуляции тренировочной деятельности высококвалифицированных спортсменок.

**Ключевые слова:** мотивация, прыжки на двойном минитрампе, саморегуляция.

В исследовании принимали участие 20 спортсменок высокой квалификации, занимающихся прыжками на двойном минитрампе, в возрасте от 15 до 21 года, выступающие по программе МС. Из них 10 спортсменок возрастной группы 15-18 лет, 10 – возрастной группы 19-21 год.

Опросник «Удовлетворенность базовых потребностей» позволил определить, что в степени удовлетворенности базовых потребностей в разных возрастных группах нет существенных различий [2]. Значения показателей внутренней мотивации спортивной деятельности девушек 15-18 лет больше и стимулируется через стремление к получению новых двигательных умений и навыков, позволяющих учить новые элементы, «связки» и реализовывать себя в спортивной деятельности при занятиях прыжками на двойном минитрампе. Этот возраст у спортсменок насыщен внешними мотивирующими факторами – по выраженности конструктивных и деструктивных проявлений ответственности.

В результате исследования по опроснику В.И. Моросановой, Е.М. Коноз [1]. «Стилевая саморегуляция поведения человека» нами было установлено, что все компоненты выражены на среднем уровне, но при этом достаточно сформированы и являются необходимыми в спортивной деятельности. Компоненты саморегуляции, которые предполагают возможность учитывать значимые условия спортивной деятельности помогают гибко определять тактику поведения, самостоятельно выдвигать цели, выполнять тренировочные программы, независимо от внешних обстоятельств и формировать индивидуальные критерии оценки результатов своих действий.

Установленные взаимосвязи конструктивные и вполне закономерные. У спортсменок 15-18 лет более насыщены взаимосвязи саморегуляции тренировочной деятельности. При этом у исследуемых 1 возрастной группы признак связан со снижением степени удовлетворенности базовых потребностей, так как связи мотивации и ответственности более конструктивны, чем у девушек 19-21 года [3].

Таким образом, мотивация спортивной деятельности спортсменок высокой квалификации в прыжках на двойном минитрампе направлена на достижение успеха, итоговый результат, победу.

### Литература:

1. Моросанова В.И. Стилевая саморегуляция поведения человека / В.И. Моросанова, Е.М. Коноз // Вопросы психологии. – 2000. – № 2. – С. 118-127.
2. Пилюян Р.А. Мотивация спортивной деятельности / Р.А. Пилюян. – М.: Физическая культура и спорт, 1984. – 108 с.
3. Пилюк Н.Н. Мотивация соревновательной деятельности акробатов и прыгунов на батуте высокой квалификации / Н.Н. Пилюк, Л.В. Жигайлова // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». – Майкоп: изд-во АГУ. – Вып. 2. – 2012. – С. 225-231.

## ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В СПОРТИВНЫХ ВИДАХ ГИМНАСТИКИ

А.А. Фисак, А.Н. Иванова

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

**Аннотация.** Методы спортивной подготовки формируются с учетом особенностей конкретного вида деятельности, являющегося предметом избранного вида спорта. С их помощью можно развивать двигательные, физические, и личностные качества.

**Ключевые слова:** спортивная тренировка, гимнастика, методы, средства.

Под методами, которые применяются в спортивной подготовке в гимнастике, понимают способы работы тренера и спортсмена, позволяющие занимающимся овладеть знаниями, умениями и навыками вида спорта, развить необходимые качества, сформировать мировоззрение. В практических целях основные методы спортивной тренировки в спортивных видах гимнастики делят на три группы: словесные, наглядные и практические, которые применяются в различных сочетаниях, постоянно приспосабливая их к условиям спортивной подготовки [1].

Применение наглядного метода позволяет тренеру создавать зрительные, слуховые, мышечные представления о движении гимнаста, обеспечивают яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений [2].

Для этого применяются следующие приемы:

А) наглядно-зрительные – это демонстрация движений, применение наглядных пособий (фотографии, схемы, рисунки);

Б) наглядно-слуховые – это музыка, развитие чувства ритма;

В) тактильно-мышечные – это страховка, самостраховка, помощь.

Словесный метод и его приемы – это объяснения, инструктаж, пояснения, лекции, беседы, подача команд, сигналов и распоряжений, использование терминологии. Образный и сюжетный рассказ обращен к сознанию занимающихся, помогает осознанно решать двигательные задачи, раскрывать содержание и структуру движений.

Практические методы можно разделить на две группы:

А) методы, помогающие освоить спортивную технику (целостный и расчленено-конструктивный);

Б) методы, предполагающие развитие двигательных качеств (непрерывный, интервальный, равномерный, переменный, круговой тренировки, сопряженного воздействия, игровой, соревновательный).

Таким образом, выбирая методы, необходимо следить за тем, чтобы они полностью заданным целям соответствовали, возрастным и половым особенностям, уровню подготовленности.

### Литература:

1. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник тренера высшей квалификации / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2005. – 820 с.

2. Пилюк Н.Н. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика): курс лекций для студентов 3-4 курса / Н.Н. Пилюк, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская и др. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – Часть 2. – С. 10-17.

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ АКРОБАТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ  
СРЕДСТВАМИ ФИНИСА – SKIP JUMPING**

**А.К. Черная**

**Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова**

**Аннотация.** Данная работа посвящена вопросу использования батута как средства совершенствования техники выполнения элементов в видах парно-групповой акробатики. Разработанная программа упражнений на мини-батуте будет способствовать повышению специальной физической подготовленности спортсменок, а также позволит корректировать технику сальтовых элементов.

**Ключевые слова:** skip jumping, мини-батут, акробатика, специальная физическая подготовленность, батут, высококвалифицированные спортсменки.

Спортивная акробатика относится к сложнокоординационным видам спорта включает в себя упражнения на баланс, темповые и комбинации. При подготовке спортсменок к соревнованиям часто используют батут как средство совершенствования техники выполнения элементов как «верхними» партнерами, так и «нижними» в видах парно-групповой акробатики.

Skip jumping – это современное направление фитнес-индустрии, в котором основная часть занятия проходит на профессиональном батуте [1]. Skip jumping является высокоинтенсивной кардиотренировкой, во время которой прорабатываются основные мышечные группы, и тренировкой вестибулярного аппарата. Упражнения на батуте позволяют акробаткам высокой квалификации совершенствовать специальную физическую подготовленность и технику выполнения соревновательных элементов и упражнений.

Для проверки эффективности применения в тренировочном процессе спортсменками мини-батута (skip-jumping) был проведен последовательный педагогический эксперимент на базе МБОУ ДО СДЮСШ № 1 МО г. Краснодара. Спортсменки использовали снаряд для улучшения силы отталкивания, то есть высоты прыжка, а также вариативностью выполнения сальто в разных плоскостях. Это необходимо при выполнении акробатических прыжков в композициях, а также вольтижных элементов соревновательных упражнений [2, 3].

Таким образом, выполнение заданий программы в определенной последовательности у гимнасток, специализирующихся в женских группах: «нижние», «средние» и «верхние», способствовало повышению специальной физической подготовленности спортсменок, а также совершенствованию техники вращения в безопорном положении.

**Литература:**

1. Пиллюк Н.Н. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика): курс лекций для студентов 3-4 курса / Н.Н. Пиллюк, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская и др. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – Часть 2. – 163 с.
2. Пиллюк Н.Н. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика): курс лекций / Н.Н. Пиллюк, Г.М. Свистун, Л.В. Жигайлова и др. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 172 с.
3. Пиллюк Н.Н. Система соревновательной деятельности акробатов высокой квалификации (структура, содержание, управление) / Н.Н. Пиллюк. – Краснодар: КубГАФК, 2000. – 185 с.

**ОСОБЕННОСТИ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОК,  
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ЭТАПЕ  
СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ**

**Ю.А. Чечулина**

**Научный руководитель профессор Н.Н. Пилюк**

**Аннотация.** В данной работе рассматриваются особенности построения годового цикла подготовки спортсменок, занимающихся довольно новым видом спорта – эстетическая гимнастика.

**Ключевые слова:** эстетическая гимнастика, этап спортивного совершенствования, годичный цикл подготовки, мезоцикл, микроцикл.

Эстетическая гимнастика – довольно молодой, но активно развивающийся вид спорта как в России, так и за рубежом. Родоначальниками эстетической гимнастики являются Эстония и Финляндия. В Россию этот прекрасный, зрелищный вид спорта пришел в 2000 годах, и уже в 2002 году была создана Всероссийская федерация эстетической гимнастики (ВФЭГ) [2].

Зачисление в группы на этап спортивного совершенствования может производиться с 14 лет, целью технико-тактической подготовки является отработка соревновательной программы. Но в основе подготовки гимнасток на данном этапе лежит непосредственно участие в соревнованиях.

При построении годового цикла подготовки гимнасток, на этапе спортивного совершенствования, основным связующим звеном будет являться единый календарный план соревнований [1].

В эстетической гимнастике годичный цикл подготовки следует разделять на два полугодичных цикла [1]. Первый полугодичный цикл – с января по июль, второй – с августа по декабрь. В январе, на этапе спортивного совершенствования, как правило, проводятся переводные учебно-тренировочные сборы, т.к. в эстетической гимнастике переход из одной возрастной категории в другую осуществляется после Нового года [2]. В июне или чаще в июле проводятся восстановительные учебно-тренировочные сборы. Как правило, многие задачи спортивной подготовки решаются последовательно, а не одновременно, следовательно, стало необходимым разделять полугодичный цикл на – мезоциклы. Средняя продолжительность мезоциклов – 3-4 недели. В эстетической гимнастике при построении годового цикла используют все типы мезоциклов (втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, предсоревновательные, соревновательные) [3].

Мезоциклы, в свою очередь подразделяются на микроциклы [1]. Микроцикл – это самый малый тренировочный цикл, включающий в себя непосредственно определенное количество тренировочных занятий. Чаще всего применяются недельные микроциклы. Содержание тренировочного занятия, методы проведения упражнений в тренировочном занятии, меняются в зависимости от типа занятия и от целей подготовки [3].

Таким образом, особенность годового цикла подготовки гимнасток-эстеток заключается в том, чтобы, правильно выстроив подготовку с учетом типа мезоциклов и микроциклов, команда выходила на «пик» своей формы непосредственно на соревновательный период.

**Литература:**

1. Верхошанский Ю.В. Принципы организации тренировки спортсменов высокого класса в годичном цикле / Ю.В. Верхошанский // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 2. – С. 24-31.
2. Ночевнова П.В. Эстетическая гимнастика. История, техника, правила соревнований / П.В. Ночевнова, Л.П. Морозова, Е.В. Конеева. – М.: Прометей, 2013. – С. 1-30.

3. Чечулина Ю.А. Моделирование тренировочного процесса спортсменов с учетом биологических ритмов / Ю.А. Чечулина, Ю.А. Прокопчук // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа, Краснодар. КГУФКСТ, 2017. – №2. – С. 88-90.

**ПРИЧИНЫ ПОЯВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БАРЬЕРА  
У АКРОБАТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ  
ТЕМПОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ**

**А.В. Яценко**

**Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова**

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются причины возникновения психологических барьеров у акробатов высокой квалификации.

**Ключевые слова:** психологический барьер, психология спорта, динамические упражнения, боязнь выполнения элементов.

Психологический барьер – явление не новое. Уже на ранних этапах развития в сложнокоординационных видах спорта спортсмены и тренеры сталкиваются с этим явлением. В таких видах спорта, как спортивная акробатика, спортивная и художественная гимнастика, прыжки на батуте, необходимо уделять внимание профилактике и мерам предотвращения чувства страха и неуверенности при разучивании и выполнении упражнений [1, 3].

Для выявления причин появления психологического барьера нами на чемпионате России был проведен опрос 10 спортсменок городов Краснодара, Астрахани, Воронежа, Волгограда, Москвы, Ярославля, специализирующихся в смешанных парах, квалификации МС России. Опрос был проведен в форме анкетирования после соревновательного мероприятия, во время которого все испытуемые выполняли элементы и связки темповых упражнений соревновательной программы [2].

60% респондентов ответили, что страх перед выполнением динамического упражнения возникает в результате его неудачного исполнения, которое повлекло за собой падения или травмы. Испытуемые чаще соглашались на выполнение элементов только в присутствии страхующего.

20% говорят о том, что они не уверены в своих возможностях. Они считают, что не способны правильно выполнить элемент из-за страха возможных падений.

Оставшиеся 20% утверждают, что психологический барьер возникает из-за длительного отсутствия работы над элементом. У опрошенных появляется страх перед давно изученным упражнением, даже если оно раньше выполнялось без ошибок. Спортсмены свидетельствуют о том, что после перерыва им приходится долго вработываться.

Таким образом, анализ результатов нашего опроса свидетельствует о том, что в большинстве случаев акробатки высокой квалификации, выполняющие сложные темповые элементы с большой фазой полета и амплитудой движений, сталкиваются с проблемой преодоления страха. Тренерам-преподавателям необходимо уделять внимание этой актуальной теме.

**Литература:**

1. Бреслав Г.М. Основы психологического исследования: учебное пособие для вузов / Г. М. Бреслав. – М.: Смысл: Академия, 2010. – 496 с.
2. Загвязинский В.И. Методология и методы психолого-педагогического исследования: учебное пособие для вузов / В.И. Загвязинский, Р. Атаханов. – 7-е изд., стер. – М.: Академия, 2012. – С. 29-31.
3. Физическая культура и спорт: гимнастика: учебное пособие / сост.: Л.В. Жигайлова, Н.Н. Пилюк, О.Ф. Барчо [и др.]; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ: Экоинвест, 2017. – 109 с.

**СРЕДСТВА ТРЕНИРОВКИ «СТОЙКИ НА РУКАХ»  
В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ**

**А.В. Яценко**

**Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова**

**Аннотация.** В данной работе рассмотрены основные средства тренировки «стойки на руках», позволяющие улучшить технику выполнения базового элемента в спортивной акробатике.

**Ключевые слова:** стойка на руках, средства тренировки, техника выполнения, спортивная акробатика, упражнения.

Основными средствами совершенствования выполнения сило-балансовых упражнений являются задания, выполняемые из разных исходных положений, на различных опорах. Основной задачей нашего исследования было педагогическое наблюдение тренировочных процессов, опрос тренеров по вопросу определения наиболее оптимальных и результативных средств и методов тренировки «стойки на руках». Рассмотрение данного вопроса актуально, так как в спортивной акробатике балансовые элементы выполняются разными способами: махом одной, толчком другой, силой, в руках партнера, на стоялках [3].

Анализ полученных данных позволил определить, что к основным средствам, направленным на улучшение качества стойки, относятся ее выполнение в изменяющихся условиях и из разных исходных положений, позволяющих увеличить количество «удачных» подходов, то есть технически правильно выполненных, безошибочное выполнение «стойки на руках» наибольшее количество раз в подходе [1, 2].

В тренировочном процессе спортсмены выполняют упражнения двумя способами: самостоятельно и с помощью партнера.

К самостоятельно выполняемым заданиям респонденты относят: выполнение стойки у опоры – спиной и грудью к ней с максимальной продолжительностью удержания положения в подходе; из различных исходных положений – из упора сидя, через кувырок назад, вперед, колесо или перекидки; на различных поверхностях: на полу, наклонной плоскости, батутной сетке, стоялках.

Помощь партнера необходима в том случае, если выполнение «стойки на руках» на тренировочном занятии занимающимся самостоятельно невозможно. Часто акробаты раскачивают своих партнеров, стоящих на руках, в различных плоскостях.

Таким образом, на этапе совершенствования техники выполнения акробатического элемента чаще применяются самостоятельные средства, такие как многократное выполнение «стойки на руках» силой, в руках партнера, на стоялках, наклонной плоскости, что в итоге приводит к способности спортсмена безошибочно выполнять элемент большое количество раз в подходе.

**Литература:**

1. Теория и методика избранного вида спорта: Гимнастика: курс лекций. Ч. 2 / Н.Н. Пилюк [и др.]; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – 163 с.

2. Физическая культура и спорт: гимнастика: учеб. пособие / сост.: Л.В. Жигайлова, Н.Н. Пилюк, О.Ф. Барчо [и др.]; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ: Экоинвест, 2017. – 109 с.

3. Шпитальный В.Б. Педагогическое наблюдение и экспертная оценка в работе тренера-преподавателя: учеб. пособие для акад. и ин-тов ФК / В.Б. Шпитальный, Л.П. Шульгатый, Ю.О. Зражевский; Куб. гос. акад. физ. культуры. – 2-е изд., перераб. и доп. – Краснодар : КГАФК, 1995. – 66 с.

*Научное издание*

**ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ  
XLVI НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ  
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ  
ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО  
ОКРУГА  
(февраль - март 2019 г.)**

**ЧАСТЬ 1**

Материалы конференции

Ответственный редактор  
Корректор  
Технический редактор  
Оригинал-макет подготовила

О.О. Айвазян  
С.А. Савенко  
Г.А. Ярошенко  
Л.И. Просоедова

Подписано в печать 05.04.2019.  
Формат 60х90/16. Бумага для офисной техники.  
Усл. печ. л. 21,0. Тираж экз. 296. Заказ № 56.  
Отпечатано на множительной технике.

Редакционно-издательский отдел  
Кубанского государственного университета  
физической культуры, спорта и туризма  
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.









