

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

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



**КГУФКСТ**

**ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ  
XLVII  
НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ  
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ  
ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА  
(февраль - март 2020 г.)**

**ЧАСТЬ 2**

**КРАСНОДАР  
2020**

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 медицинских наук, профессор Е.М. Бердичевская  
доктор психологических наук, профессор Г.Б. Горская  
доктор исторических наук, профессор Т.А. Самсоненко  
доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков  
кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Еремина  
кандидат педагогических наук, доцент Л.И. Просоедова

Т 29 **Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2020 г.) г. Краснодар:** материалы конференции / ред. коллегия И.Н. Калинина, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Т.А. Самсоненко, М.М. Шестаков, Е.А. Еремина, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – Часть 2. – 266 с.

УДК 796 (06)

ББК 75.1

© КГУФКСТ, 2020.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>КАФЕДРА СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО СЕРВИСА И ТУРИЗМА .....</b>	<b>20</b>
ТЕХНОЛОГИЯ БРОНИРОВАНИЯ ТУРИСТСКИХ УСЛУГ НА ПРИМЕРЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ООО «БЕСТ-ТУР» .....	20
<b>Л.Э. Аветисова, А.А. Юрченко .....</b>	<b>20</b>
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В АЗЕРБАЙДЖАНСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ .....	21
<b>Н.Т. Алибеков, Е.Л. Заднепровская .....</b>	<b>21</b>
НАПРАВЛЕНИЯ МОДЕРНИЗАЦИИ ПРЕДПРИЯТИЙ ПИТАНИЯ В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ .....	25
<b>И.Ю. Басова, Е.Л. Заднепровская .....</b>	<b>25</b>
ФОРМИРОВАНИЕ ИМИДЖА ОТЕЛЯ «GOLDEN TULIP KRASNODAR» .....	26
<b>Н.С. Бедная, О.В. Шпырня .....</b>	<b>26</b>
ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ НАУЧНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В ЗАПОЛЯРЬЕ .....	27
<b>А.А. Безрук, А.А. Юрченко .....</b>	<b>27</b>
СИСТЕМА МАТЕРИАЛЬНОГО И МОРАЛЬНОГО СТИМУЛИРОВАНИЯ ПЕРСОНАЛА В ООО «БЕСТ-ТУР» .....	29
<b>А.А. Бельских, В.Г. Минченко .....</b>	<b>29</b>
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ .....	30
<b>Т.А. Бондаренко, О.В. Шпырня .....</b>	<b>30</b>
АНАЛИЗ ЖИЗНЕННОГО ЦИКЛА ТУРИСТСКИХ УСЛУГ НА ПРИМЕРЕ ООО «БЕСТ-ТУР» .....	31
<b>Е.М. Бреус, Е.В. Василенко .....</b>	<b>31</b>
КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ СФЕРЫ ТУРИЗМА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ .....	33
<b>С.А. Букреева, И.В. Макрушина .....</b>	<b>33</b>
СЕВЕРСКИЙ РАЙОН КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В РАЗВИТИИ СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА .....	34
<b>Я.С. Бурлуцкая, Е.В. Ползикова .....</b>	<b>34</b>
СЕЛЬСКИЙ ТУРИЗМ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЯ СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ .....	35
<b>Я.С. Бурлуцкая, Е.В. Ползикова .....</b>	<b>35</b>
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ МЕЖДУНАРОДНОГО РЫНКА ВИННОГО ФЕСТИВАЛЬНОГО ТУРИЗМА .....	36
<b>В.Ю. Быстрова, М.В. Коренева .....</b>	<b>36</b>
РЕГИСТРАЦИОННЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОБСЛУЖИВАНИЯ ИНОСТРАННЫХ ТУРИСТОВ В ПРЕДПРИЯТИЯХ РАЗМЕЩЕНИЯ .....	37
<b>А.В. Быстрова, Е.Л. Заднепровская .....</b>	<b>37</b>

РАЗВИТИЕ ИНФРАСТРУКТУРЫ ДОСТУПНОЙ СРЕДЫ ТУРИСТОВ В ГОРОДЕ КРАСНОДАРЕ .....	38
<b>О.Н. Бянкина, Е.Л. Заднепровская</b> .....	<b>38</b>
СПЕЦИФИКА ОБСЛУЖИВАНИЯ ИНОСТРАННЫХ ГОСТЕЙ В ГОСТИНИЦЕ .....	39
<b>А.Е. Валюженко, М.В. Коренева</b> .....	<b>39</b>
ПРИНЦИПЫ И СХЕМЫ СОТРУДНИЧЕСТВА ТУРИСТСКИХ ФИРМ И ТУРОПЕРАТОРСКИХ КОМПАНИЙ С ПРЕДПРИЯТИЯМИ РАЗМЕЩЕНИЯ .....	41
<b>Н. Вдовенко, Е.В. Ползикова</b> .....	<b>41</b>
ПРОГРАММА СТИМУЛИРОВАНИЯ ГОСТЕЙ В «БАЗОВОМ САНАТОРИИ ИМЕНИ М.В. ЛОМОНОСОВА» ГОРОД ГЕЛЕНДЖИК .....	43
<b>А.А. Величко, Е.В. Ползикова</b> .....	<b>43</b>
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ .....	45
<b>И.Г. Воронянский, И.В. Макрушина</b> .....	<b>45</b>
ПРОБЛЕМЫ МАРКЕТИНГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ООО «ТУРИСТИЧЕСКАЯ ФИРМА «ВИЗА – СЕРВИС» .....	46
<b>Г.Г. Гаданова, Е.Л. Заднепровская</b> .....	<b>46</b>
ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ КАК ИНСТРУМЕНТ БРЕНДИНГА ТУРИСТСКОЙ ТЕРРИТОРИИ НА ПРИМЕРЕ РЕСПУБЛИКИ КАЛМЫКИЯ .....	48
<b>Г.Г. Гаданова, Е.Л. Заднепровская</b> .....	<b>48</b>
СУЩНОСТЬ И РОЛЬ КОРПОРАТИВНОГО ДУХА В КОМПАНИИ .....	50
<b>А.О. Глушко, Е.В. Ползикова</b> .....	<b>50</b>
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ КРУИЗНОГО ТУРИЗМА НА ЧЕРНОМОРСКОМ ПОБЕРЕЖЬЕ .....	51
<b>М.В. Гричуха, Е.В. Ползикова</b> .....	<b>51</b>
ОСОБЕННОСТИ РЕКЛАМНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ООО «ПЛАНЕТА-ТУР» .....	52
<b>С.Д. Девдариани, О.В. Шпырня</b> .....	<b>52</b>
ФРАНЧАЙЗИНГОВАЯ СИСТЕМА КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ВЕДЕНИЯ БИЗНЕСА В ТУРИЗМЕ .....	53
<b>Е.С. Дейнеко, Е.Л. Заднепровская</b> .....	<b>53</b>
ТЕОРИЯ ЖИЗНЕННОГО ЦИКЛА ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА .....	54
<b>Е.А. Евсюкова, О.В. Шпырня</b> .....	<b>54</b>
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА В ПОЛЬШЕ .....	55
<b>Н.И. Ефимов, А.А. Юрченко</b> .....	<b>55</b>
ОТДЫХ В ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЯХ И ЦЕНТРАХ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ДЕТСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ .....	56
<b>В.Е. Ефремова, М.В. Коренева</b> .....	<b>56</b>

ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ АРТ-ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ .....	57
<b>А.В. Зайцев, А.А. Юрченко .....</b>	<b>57</b>
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ КЛУБНОГО ОТДЫХА НА ПРИМЕРЕ ГОРОДА КРАСНОДАР .....	58
<b>В.М. Зубова, Е.Л. Заднепровская .....</b>	<b>58</b>
СПЕЦИФИКА КОМПЛЕКСНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ В СФЕРЕ ОРГАНИЗАЦИИ МОЛОДЕЖНОГО ДОСУГОВОГО ОТДЫХА .....	59
<b>В.М. Зубова, И.М. Кучеренко .....</b>	<b>59</b>
СТАНДАРТНЫЙ НАБОР УСЛУГ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ КРУПНЫХ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ .....	60
<b>С.Д. Иванова, Е.А. Еремина .....</b>	<b>60</b>
ОЛИМПЕЙСКОЕ НАСЛЕДИЕ КАК КАТАЛИЗАТОР РАЗВИТИЯ ДЕЛОВОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ .....	61
<b>В.А. Ковалев, Е.В. Ползикова .....</b>	<b>61</b>
К ВОПРОСУ РАЗВИТИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО И СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА В РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ .....	62
<b>А.В. Коваленко, М.В. Коренева .....</b>	<b>62</b>
ЛОГИСТИЧЕСКИЕ ПРОЕКТЫ КУБАНИ .....	63
<b>Н.В. Костюкова, Е.А. Еремина .....</b>	<b>63</b>
ПРИМЕНЕНИЕ ФУНКЦИЙ УПРАВЛЕНИЯ В САНАТОРНО-КУРОРТНОМ ПРЕДПРИЯТИИ КАК СПОСОБ МОТИВАЦИИ ПЕРСОНАЛА .....	64
<b>О.В. Косяченко, Е.В. Ползикова .....</b>	<b>64</b>
СТАНДАРТ УБОРКИ ГОСТИНИЧНОГО НОМЕРА .....	65
<b>Е.Р. Крупкина, Т.Н. Поддубная .....</b>	<b>65</b>
ПОВЫШЕНИЕ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ТУРПРЕДПРИЯТИЯ .....	66
<b>В.И. Куличкова, И.М. Кучеренко .....</b>	<b>66</b>
РАЗВИТИЕ МОТОТУРИЗМА В РЕСПУБЛИКЕ АДЫГЕЯ .....	67
<b>В.С. Лашин, Е.Л. Заднепровская .....</b>	<b>67</b>
РАЗВИТИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ .....	68
<b>М.О. Леонова, Т.Н. Поддубная .....</b>	<b>68</b>
ОРГАНИЗАЦИЯ ТУРИСТСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ УЧАСТНИКОВ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРА ВЫХОДНОГО ДНЯ .....	70
<b>М.О. Леонова, Т.Н. Поддубная .....</b>	<b>70</b>
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ТУРИЗМ: ПОНЯТИЕ И ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ .....	71
<b>Д.В. Лопаткин, Т.Н. Поддубная .....</b>	<b>71</b>
ПРИРОДНО-РЕКРЕАЦИОННЫЙ И ИСТОРИКО-КУЛЬТУРНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА В СТАВРОПОЛЬСКОМ КРАЕ .....	73
<b>Р.М. Лукаш, А.А. Юрченко .....</b>	<b>73</b>

КОНКУРЕНТНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ ООО «БЕСТ-ТУР».....	75
<b>Л.М. Маковецкая, Е.В. Ползикова</b> .....	<b>75</b>
РАЗВИТИЕ ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПОСЕЛКЕ ХАДЖОХ С УЧЕТОМ УНИКАЛЬНЫХ ПРИРОДНЫХ РЕСУРСОВ.....	76
<b>Н.А. Мамиева, А.А. Юрченко</b> .....	<b>76</b>
ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ МАРКЕТИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В ТУРИСТСКОЙ СФЕРЕ.....	78
<b>И.Р. Маслюк, О.В. Шпырня</b> .....	<b>78</b>
ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ООО «БЕСТ-ТУР» КАК ЛИДЕРА ТОП-5 ЛУЧШИХ ТУРАГЕНТСТВ КРАСНОДАРА.....	80
<b>С.А. Микитась, Е.А. Еремина</b> .....	<b>80</b>
ИВЕНТ-МЕРОПРИЯТИЯ КАК СПОСОБ ПРОДВИЖЕНИЯ .....	81
<b>С.А. Микитась, Е.А. Еремина</b> .....	<b>81</b>
ОБЪЕКТЫ КУЛЬТУРНОГО НАСЛЕДИЯ ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА.....	82
<b>Д.В. Митрошкина, А.А. Юрченко</b> .....	<b>82</b>
ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА В РОССИИ И КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ .....	83
<b>П.А. Морозова, И.В. Макрушина</b> .....	<b>83</b>
ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА В ДРЕВНЕМ МИРЕ И СРЕДНЕВЕКОВЬЕ.....	85
<b>И.Г. Мязин, О.В. Шпырня</b> .....	<b>85</b>
ЗАМКИ ЧЕХИИ КАК ОБЪЕКТ РАЗВИТИЯ КУЛЬТУРНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА .....	87
<b>А.А. Ошмарина, А.А. Юрченко</b> .....	<b>87</b>
РЕЙТИНГИ САМЫХ ДОРОГИХ ГОРОДОВ МИРА .....	88
<b>В.В. Пахомов, Е.А. Еремина</b> .....	<b>88</b>
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗРАБОТКИ НОВОГО ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА. ....	89
<b>К.Т. Петросян, О.В. Шпырня</b> .....	<b>89</b>
КОМПЛЕКС УСЛУГ РОССИЙСКИХ АЭРОПОРТОВ ДЛЯ ИНОСТРАННЫХ ТУРИСТОВ.....	91
<b>В.Ю. Пивоварова, Е.В. Ползикова</b> .....	<b>91</b>
ФУНКЦИИ УПРАВЛЕНИЯ ТУРИСТСКИМ ПРЕДПРИЯТИЕМ НА ПРИМЕРЕ ООО «БЕСТ-ТУР».....	92
<b>В.Ю. Пивоварова, Е.В. Ползикова</b> .....	<b>92</b>
ПРОДВИЖЕНИЕ ФЕСТИВАЛЕЙ КАЗАЧЬЕЙ КУЛЬТУРЫ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ.....	93
<b>У.И. Плоцкая, Е.В. Василенко</b> .....	<b>93</b>

СПЕЦИФИКА ФОРМИРОВАНИЯ ИМИДЖА И РЕПУТАЦИИ В ТУРИСТСКОЙ СФЕРЕ.....	94
<b>А.С. Попова, О.В. Шпырня.....</b>	<b>94</b>
ПРИМЕНЕНИЕ РЕКЛАМНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОДВИЖЕНИЯ ТУРПРОДУКТА НА ПРИМЕРЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ООО «БЕСТ-ТУР».....	95
<b>А.Р. Рассоха, Е.В. Василенко .....</b>	<b>95</b>
СЕГМЕНТАЦИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО ТУРИСТСКОГО РЫНКА КАК СПОСОБ СТИМУЛИРОВАНИЯ ВЪЕЗДНОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ.....	96
<b>Н.Г. Рожко, Е.А. Еремина .....</b>	<b>96</b>
ОСОБЕННОСТИ РЕКЛАМНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ООО «БЕСТ-ТУР».....	97
<b>А.А. Ростовцева, Е.В. Василенко .....</b>	<b>97</b>
К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ КАЗАЧЬЕГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ.....	98
<b>А.В. Ряховский, М.В. Коренева.....</b>	<b>98</b>
ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА В РОССИИ .....	99
<b>С.В. Саматова, И.В. Макрушина .....</b>	<b>99</b>
РАЗВИТИЕ КОННОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ.....	100
<b>Э.А. Солдаткин, А.А. Юрченко.....</b>	<b>100</b>
РАЗВИТИЕ ЭТНОГРАФИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В ХАНТЫ-МАНСИЙСКОМ АВТОНОМНОМ ОКРУГЕ – ЮГРА .....	101
<b>Ю.А. Степанова, А.А. Юрченко .....</b>	<b>101</b>
ПРИРОДНО-РЕКРЕАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ АНДОРРЫ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ГОРНОЛЫЖНОГО КУРОРТА.....	102
<b>В.А. Хорошко, А.А. Юрченко.....</b>	<b>102</b>
КОРПОРАТИВНАЯ КУЛЬТУРА ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ КАК УСЛОВИЕ ПОВЫШЕНИЯ ЕГО КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ.....	103
<b>Е.Н. Хромец, Е.В. Ползикова.....</b>	<b>103</b>
ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЭКСКУРСИИ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.....	105
<b>А.Г. Цыганкова, Е.Л. Заднепровская .....</b>	<b>105</b>
ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОДВИЖЕНИЯ ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ .....	106
<b>А.Д. Шатская, О.В. Шпырня.....</b>	<b>106</b>
К ВОПРОСУ О РАСШИРЕНИИ АССОРТИМЕНТНОЙ ПОЛИТИКИ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ .....	108
<b>Ю.Ю. Шевченко, М.В. Коренева.....</b>	<b>108</b>
ПРОЕКТИРОВАНИЕ ВОЕННО-ИСТОРИЧЕСКОГО ТУРА К 75-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ В ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЕ.....	109
<b>Я.А. Шейграсова, Е.А. Еремина.....</b>	<b>109</b>

ПРЕИМУЩЕСТВА И НЕДОСТАТКИ КАУЧСЕРФИНГА.....	110
<b>Г.А. Шилинцева, Д.А. Кружков .....</b>	<b>110</b>
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТУРИСТСКИХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ЦЕНТРОВ .....	111
<b>К.С. Шишова, Е.В. Василенко.....</b>	<b>111</b>
ФОТОТУРИЗМ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ТУРИЗМА .....	112
<b>В.Р. Шовгенова, Т.Н. Поддубная .....</b>	<b>112</b>
КАЧЕСТВО ОБСЛУЖИВАНИЯ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ В РАМКАХ РАЗВИТИЯ ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННОГО КОМПЛЕКСА.....	113
<b>В.Р. Шовгенова, И.М. Кучеренко .....</b>	<b>113</b>
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ БРЕНДИНГА В САНАТОРНО-КУРОРТНОЙ СФЕРЕ ....	114
<b>А.В. Ярощук, О.В. Шпырня.....</b>	<b>114</b>
<b>КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ .....</b>	<b>115</b>
ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ АКРОБАТИЧЕСКИХ ПОДДЕРЖЕК В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ .....	115
<b>Я.С. Антипова, О.Ф. Барчо .....</b>	<b>115</b>
ТВОРЧЕСТВО КАК ФОРМА САМОВЫРАЖЕНИЯ ЛИЧНОСТИ .....	116
<b>А.М. Артемьева, И.Н. Ронь .....</b>	<b>116</b>
РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ У ДЕТЕЙ .....	117
<b>А.В. Благодарева, И.Н. Ронь .....</b>	<b>117</b>
ЗАНЯТИЯ ЧЕРЛИДИНГОМ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ 10-12 ЛЕТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ .....	118
<b>А.В. Волкова, И.Н. Ронь .....</b>	<b>118</b>
ТЕСТ Э. УИЛЬЯМСА КАК МЕТОД ДИАГНОСТИКИ ПРЕДСТАРТОВОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ.....	119
<b>П.В. Воложанинова, Н.Н. Пилюк .....</b>	<b>119</b>
СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНЫЙ И КУЛЬТУРНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ ПРОЕКТ КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА.....	120
<b>С.С. Галинских, И.Н. Ронь.....</b>	<b>120</b>
ОСНОВНЫЕ КРИТЕРИИ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО ОТБОРА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.....	121
<b>С.М. Демковская, М.С. Бурко, Н.В. Береславская .....</b>	<b>121</b>
ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ДЕВОЧЕК 4-5 ЛЕТ В СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГРУППАХ СРЕДСТВАМИ ГИМНАСТИКИ ..	122
<b>А.Ю. Довгун, Е.А. Концевая, Г.М. Свистун .....</b>	<b>122</b>



СТЕРЕОТИПНОСТЬ МЫШЛЕНИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕЖИССЕРА .....	123
<b>Н.В. Дубинина, И.Н. Ронь .....</b>	<b>123</b>
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ДЗЮДОИСТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ РЕГБИ .....	124
<b>Э.В. Евгеньев, И.В. Тихонова .....</b>	<b>124</b>
ПРИМЕНЕНИЕ СПОРТИВНЫХ ИГР В СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ ДЗЮДОИСТОВ .....	125
<b>Э.В. Евгеньев, И.В. Тихонова .....</b>	<b>125</b>
СПЕЦИФИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В КОМАНДНО-ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА .....	126
<b>П.Ю. Жигайлов, Л.В. Жигайлова, О.В. Маякова .....</b>	<b>126</b>
ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ .....	127
<b>И.И. Звольский, И.Н. Ронь .....</b>	<b>127</b>
СТРУКТУРА ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ АКРОБАТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ ....	128
<b>К.В. Иванисько, А.А. Киселева, Н.В. Береславская .....</b>	<b>128</b>
УПРАВЛЕНЧЕСКАЯ ПОЗИЦИЯ РЕЖИССЕРА В ПОСТАНОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ..	129
<b>Д.А. Кашкарова, И.Н. Ронь .....</b>	<b>129</b>
ПРОБЛЕМА ПОТЕРИ ИНТЕРЕСА У ДЕТЕЙ К ЗАНЯТИЯМ ТАНЦЕВАЛЬНЫМ СПОРТОМ .....	130
<b>Е.И. Кизнер, И.Н. Ронь .....</b>	<b>130</b>
СОПРЯЖЕННОЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ 11-12 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ .....	131
<b>А.А. Клиндухова, О.Ф. Барчо .....</b>	<b>131</b>
ХАРАКТЕРИСТИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ .....	132
<b>Г.М. Когуашвили, И.В. Тихонова .....</b>	<b>132</b>
ОСНОВЫ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ	133
<b>Г.М. Когуашвили, И.В. Тихонова .....</b>	<b>133</b>
ПРОБЛЕМА СУДЕЙСТВА СОРЕВНОВАНИЙ МАССОВОГО СПОРТА В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ .....	134
<b>И.С. Колотов, И.Н. Ронь .....</b>	<b>134</b>
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ И ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ ДЕВОЧЕК НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ .....	135
<b>В.А. Корышева, Г.М. Свистун .....</b>	<b>135</b>
ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ .....	136
<b>В.В. Кумаритов, И.В. Тихонова .....</b>	<b>136</b>

МАНЕВРЫ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ .....	137
<b>В.В. Кумаритов, И.В. Тихонова .....</b>	<b>137</b>
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕНИНГИ КАК СПОСОБ РАСКРЫТИЯ ТВОРЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ В РЕАЛИЗАЦИИ РЕЖИССЕРСКОГО ЗАМЫСЛА ТЕАТРАЛИЗОВАННОГО ЗРЕЛИЩА.....	138
<b>В.А. Липодат, И.Н. Ронь .....</b>	<b>138</b>
ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ АКРОБАТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ЖЕНСКИХ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ.....	139
<b>Н.А. Лисицына, В.А. Ильичева.....</b>	<b>139</b>
ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЕ МАСТЕРСТВО В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	140
<b>Т.В. Лукашова, О.Ф. Барчо .....</b>	<b>140</b>
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ В ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 6-8 ЛЕТ .....	141
<b>Т.Ю. Мамонтова, О.Ф. Барчо.....</b>	<b>141</b>
ПРЫЖКОВАЯ ПОДГОТОВКА В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ.....	142
<b>Т.Ю. Мамонтова, О.Ф. Барчо.....</b>	<b>142</b>
ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКОЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОРЦОВ .....	143
<b>А.Р. Мовсисян, И.В. Тихонова.....</b>	<b>143</b>
ПРОБЛЕМА ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ.....	144
<b>А.Р. Мовсисян, И.В. Тихонова.....</b>	<b>144</b>
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СОВРЕМЕННОМ ТАНЦЕВАЛЬНОМ НАПРАВЛЕНИИ «ХИП-ХОП» .....	145
<b>Д.А. Мозгина, А.А. Пастухов, Л.В. Жигайлова.....</b>	<b>145</b>
ПРОБЛЕМА ПОЛУЧЕНИЯ ТРЕТЬЕЙ СПОРТИВНОЙ КАТЕГОРИИ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ .....	146
<b>А.М. Павлова, А.С. Сотников, И.Н. Ронь .....</b>	<b>146</b>
КОМПОНЕНТЫ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ РАЗМИНКИ СПОРТСМЕНОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ.....	147
<b>А.С. Перехожева, П.Ю. Жигайлов, Л.В. Жигайлова .....</b>	<b>147</b>
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ЭФФЕКТИВНОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ТРЕНЕРА И СПОРТСМЕНКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ .....	148
<b>И.И. Петлина, Н.А. Манукян, Н.В. Береславская .....</b>	<b>148</b>
ПРОБЛЕМЫ СУДЕЙСТВА ТАНЦЕВАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА «ИДЕЯ» В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ .....	149
<b>В.Д. Подлесных, И.Н. Ронь .....</b>	<b>149</b>

ФАКТОРЫ УСПЕШНОСТИ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ВИДАХ ГИМНАСТИКИ.....	150
<b>Е.А. Рыженко, О.Ф. Барчо</b> .....	<b>150</b>
ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГРУППАХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.....	151
<b>М.М. Саватеева, О.Ф. Барчо</b> .....	<b>151</b>
ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ .....	152
<b>Е.Д. Трифонова, О.Ф. Барчо</b> .....	<b>152</b>
<b>КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ, ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКИ И СТРЕЛКОВОГО СПОРТА</b> .....	<b>153</b>
КРИТЕРИИ ОТБОРА В ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ .....	153
<b>В.А. Борисевич, А.А. Близнюк</b> .....	<b>153</b>
ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ТХЭКВОНДИСТАМИ В СВЯЗИ С ИЗМЕНЕНИЕМ СИСТЕМЫ СУДЕЙСТВА .....	154
<b>Н.И. Глышко, А.А. Близнюк</b> .....	<b>154</b>
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРЕНИРОВОК В ВОДЕ ПРИ ПОДГОТОВКЕ БОКСЕРОВ.....	156
<b>А.А. Голыженков, Д.А. Стельмах, И.Г. Малазоня</b> .....	<b>156</b>
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СУДЕЙСТВА В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТХЭКВОНДИСТОВ .....	157
<b>Р.С. Дерманский, И.А. Бушин</b> .....	<b>157</b>
ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПОДВИЖНЫХ И СПОРТИВНЫХ ИГР В ЕДИНОБОРСТВАХ .....	158
<b>А.А. Карданов, П.Г. Омарова</b> .....	<b>158</b>
РОЛЬ ТХЭКВОНДО В СТАНОВЛЕНИИ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНА.....	159
<b>Д.А. Корицкая, Т.Н. Барковская, И.А. Коротких</b> .....	<b>159</b>
ОСОБЕННОСТИ ГРЭПЛИНГА КАК ВИДА СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ .....	160
<b>А.М. Маринков, И.А. Коротких</b> .....	<b>160</b>
ДОМИНИРУЮЩИЕ ПОЗИЦИИ В ГРЭПЛИНГЕ .....	161
<b>А.М. Маринков, И.А. Коротких</b> .....	<b>161</b>
ОСОБЕННОСТИ ОВЛАДЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМИ ДЕЙСТВИЯМИ НАЧИНАЮЩИМИ БОКСЕРАМИ .....	162
<b>Ш.А. Минасян, Л.В. Юдина, А.А. Близнюк</b> .....	<b>162</b>
ОЦЕНКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ.....	164
<b>М.М. Органов, П.Г. Омарова</b> .....	<b>164</b>

РОЛЬ СУТОЧНОГО ХРОНОТИПА В ДИНАМИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ .....	165
<b>С.С. Погиба, С.В. Кочеткова</b> .....	<b>165</b>
ВЗАИМОСВЯЗЬ ДИНАМИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК ТОЛЧКА ШТАНГИ ОТ ГРУДИ С УРОВНЕМ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ.....	166
<b>Д.С. Погорелов, Ю.В. Кузнецов, Д.А. Лазько</b> .....	<b>166</b>
ВЛИЯНИЕ ОВАРИАЛЬНО-МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА НА ЗАНЯТИЯ СИЛОВЫМИ ВИДАМИ СПОРТА.....	167
<b>Е.С. Покровский, Д.А. Лазько, Ю.В. Кузнецов</b> .....	<b>167</b>
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ПЛАВАНИЯ В ПОДГОТОВКЕ БОКСЕРОВ .....	168
<b>М.С. Прокопьев, Д.С. Чистяков, А.А. Близнюк</b> .....	<b>168</b>
ОСНОВЫ МЕТОДИКИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЛОВКОСТИ У ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ .....	169
<b>М.В. Рядский, Ю.В. Кузнецов, Д.А. Лазько</b> .....	<b>169</b>
ВЛИЯНИЕ ОБЩЕЙ МАССЫ ТЕЛА НА КОЛИЧЕСТВО ПОВТОРЕНИЙ В ГИРЕВОМ СПОРТЕ.....	170
<b>Р.И. Ряшнянский, Ю.В. Кузнецов, Д.А. Лазько</b> .....	<b>170</b>
РОЛЬ КОМПЛЕКСНОГО ОСВОЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ.....	172
<b>Б.З. Туаев, П.Г. Омарова</b> .....	<b>172</b>
БЛИЖНИЙ БОЙ В ПОЕДИНКАХ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ НА РАПИРАХ .....	173
<b>А.И. Харитонов, Б.А. Десятериков</b> .....	<b>173</b>
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БОКСЕРОВ-ЮНИОРОВ .....	174
<b>А.Л. Шевченко, А. А. Близнюк</b> .....	<b>174</b>
РОЛЬ СВОЙСТВ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ В ПОВЫШЕНИИ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-СТРЕЛКОВ.....	175
<b>Д.А. Якимова, С.В. Кочеткова</b> .....	<b>175</b>
<b>КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЗИМНИХ ВИДОВ, ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТА И СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА.....</b>	<b>176</b>
РОЛЬ АБСОЛЮТНОЙ И ОТНОСИТЕЛЬНОЙ МОЩНОСТИ ПЕДАЛИРОВАНИЯ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ.....	176
<b>В.А. Агасьян, В.А. Сучков, А.А. Капустин</b> .....	<b>176</b>
ОПРЕДЕЛЕНИЕ ГОТОВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ФАКУЛЬТЕТЕ СПОРТА К ОСВОЕНИЮ ОСНОВ ТЕХНИКИ ЛЫЖНЫХ ХОДОВ НА ЛЫЖЕРОЛЛЕРАХ.....	177
<b>К.А. Акопян, В.З. Яцык</b> .....	<b>177</b>

СИЛОВЫЕ И СКОРОСТНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ В ПОДГОТОВКЕ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОБСЛЕИСТОВ.....	178
<b>И.Р. Атнабаев, В.З. Яцык .....</b>	<b>178</b>
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ К ВЫСТУПЛЕНИЮ НА МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ ПО ХОККЕЮ НА ТРАВЕ.....	179
<b>В. Артемьева, О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин.....</b>	<b>179</b>
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ .....	180
<b>Д.Д. Бабич, А.О. Фугаев, О.С. Васильченко.....</b>	<b>180</b>
МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К КОНТРОЛЮ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ.....	182
<b>Д.В. Благодаров, О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин .....</b>	<b>182</b>
ТАКТИКА ГРУППОВЫХ ГОНОК НА ШОССЕ.....	183
<b>Н.О. Букреева, А.А. Капустин.....</b>	<b>183</b>
РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕДРЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В ВАРИАТИВНУЮ ЧАСТЬ УРОКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ .....	184
<b>А.Н. Бурякова, В.З. Яцык .....</b>	<b>184</b>
РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «МАРШРУТ ПЕШЕХОДНЫЙ» .....	185
<b>Л.С. Бушуева, Л.П. Долгополов .....</b>	<b>185</b>
ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОЦЕССА АККЛИМАТИЗАЦИИ И АДАПТАЦИИ ОБУЧАЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ЛЫЖНЫХ СБОРОВ В СРЕДНЕГОРЬЕ .....	186
<b>О.С. Васильченко, А.С. Подгорная, В.Б. Парамзин.....</b>	<b>186</b>
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СПОСОБНОСТИ ПРОТИВОСТОЯТЬ НЕДОСТАТКУ КИСЛОРОДА В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКОЙ В СРЕДНЕГОРЬЕ.....	187
<b>О.С. Васильченко А.С. Подгорная, В.Б. Парамзин.....</b>	<b>187</b>
ЛЕТНЯЯ ПОДГОТОВКА ГОРНОЛЫЖНИКОВ.....	188
<b>С.Р. Верина, В.З. Яцык .....</b>	<b>188</b>
КОНСТРУКТИВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ КОНЬКОВ ПОЛЕВЫХ ИГРОКОВ И ВРАТАРЕЙ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ .....	189
<b>В.А. Волнышев, О.С. Васильченко .....</b>	<b>189</b>
ИГРОВОЙ МЕТОД В СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ НАЧИНАЮЩИХ ХОККЕИСТОВ.....	191
<b>Н.А. Гайбель, И.И. Горбиков.....</b>	<b>191</b>
ЗАНЯТИЯ ГОНКАМИ НА РОЛИКОВЫХ КОНЬКАХ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЛОВКОСТИ И БЫСТРОТЫ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	192
<b>Т.Р. Гатиятуллин, И.И. Горбиков .....</b>	<b>192</b>

ПРОБЛЕМЫ РОСТА СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» .....	194
<b>К.Е. Голиков, Л.П. Долгополов</b> .....	<b>194</b>
СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИИ ТРЕНЕРА ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ .....	195
<b>А.А. Жданова, И.И. Горбиков</b> .....	<b>195</b>
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ 10-11 ЛЕТ .....	196
<b>А.В. Захарова, А.А. Капустин</b> .....	<b>196</b>
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ НАЧИНАЮЩЕГО ЛЫЖНИКА-ГОНЩИКА .....	197
<b>Е.А. Иванов, О.С. Васильченко</b> .....	<b>197</b>
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ СУДЕЙСТВА В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ В РОССИИ .	198
<b>Р.В. Кадулин, О.С. Васильченко</b> .....	<b>198</b>
ОСОБЕННОСТИ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ 4-Х ЛЕТ .....	199
<b>В.Е. Казанцева, И.И. Горбиков</b> .....	<b>199</b>
СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ.....	200
<b>Т.А. Карганова, О.С. Васильченко, В.З. Яцык</b> .....	<b>200</b>
РАЦИОН ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ОДИНОЧНЫМ ФИГУРНЫМ КАТАНИЕМ НА КОНЬКАХ .....	201
<b>М.П. Касьянова, И.И. Горбиков</b> .....	<b>201</b>
РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ 13-15 ЛЕТ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «МАРШРУТ ПЕШЕХОДНЫЙ» .....	203
<b>А.С. Ким, Л.П. Долгополов</b> .....	<b>203</b>
ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ .....	204
<b>А.М. Коваленко, Л.П. Долгополов</b> .....	<b>204</b>
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» К ОРИЕНТИРОВАНИЮ НА МЕСТНОСТИ.....	205
<b>А.И. Коляда, Л.П. Долгополов</b> .....	<b>205</b>
КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПРОГРАММ МАСТЕРОВ СПОРТА В ОДИНОЧНОМ ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ .....	206
<b>Г.А. Коковкин, И.И. Горбиков</b> .....	<b>206</b>
ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ ЛЫЖНИКОВ-СПРИНТЕРОВ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД.....	207
<b>В.А. Коновалов, О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин</b> .....	<b>207</b>
СТРУКТУРА КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В ОДИНОЧНОМ ФИГУРНОМ КАТАНИИ .....	208
<b>В.В. Кононенко, В.З. Яцык</b> .....	<b>208</b>

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ХОККЕИСТОВ С ШАЙБОЙ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ .....	209
<b>М.А. Котенев, О.С. Васильченко .....</b>	<b>209</b>
ХАРАКТЕРИСТИКА И СОСТОЯНИЕ СПОРТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «МОГУЛЬ» В РОССИИ .....	210
<b>А.К. Лыжин, В.З. Яцык .....</b>	<b>210</b>
СТРУКТУРА ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ПОДГОТОВКИ БОБСЛЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ .....	211
<b>Е.Э. Мамедова, В.З. Яцык .....</b>	<b>211</b>
ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМА У СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» .....	212
<b>А.Н. Махлычев, Л.П. Долгополов .....</b>	<b>212</b>
ОСОБЕННОСТИ ПЕРВОНАЧАЛЬНОГО ОТБОРА В ОДИНОЧНОМ ФИГУРНОМ КАТАНИИ .....	213
<b>Я.А. Милованова, В.З. Яцык .....</b>	<b>213</b>
ХОККЕЙ НА ТРАВЕ – СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ .....	214
<b>И.В. Надутенко, В.З. Яцык .....</b>	<b>214</b>
ЗНАЧИМОСТЬ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....	215
<b>П.П. Нижегородская, Л.П. Долгополов .....</b>	<b>215</b>
ОСОБЕННОСТИ СУДЕЙСТВА СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОМУ ТУРИЗМУ ГРУППА ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» В ЗАКРЫТЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ .....	216
<b>Ю.П. Орлова, А.С. Подгорная .....</b>	<b>216</b>
ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ В НАПАДЕНИИ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ .....	217
<b>А.С. Погребняк, И.И. Горбиков .....</b>	<b>217</b>
РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» .....	218
<b>Ю.Ю. Предко, Л.П. Долгополов .....</b>	<b>218</b>
ВЛИЯНИЕ ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА В ДИСЦИПЛИНЕ «МАРШРУТ» НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА .....	219
<b>Д.А. Ромме, Л.П. Долгополов .....</b>	<b>219</b>
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» .....	220
<b>М.С. Самойленко, Л.П. Долгополов .....</b>	<b>220</b>

КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ НАЧИНАЮЩИХ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ.....	221
<b>А.Н. Свиридова, В.З. Яцык.....</b>	<b>221</b>
ПРОБЛЕМНЫЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОМ ГОРНОМ ТУРИЗМЕ .....	222
<b>С.А. Слюсарь, В.З. Яцык.....</b>	<b>222</b>
ФОРМИРОВАНИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	223
<b>А.С. Солдатова, Л.П. Долгополов.....</b>	<b>223</b>
МЕТОДЫ ИЗМЕРЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ У ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ.....	224
<b>А.Ю. Степанова, О.С. Васильченко.....</b>	<b>224</b>
СТАТОДИНАМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ПОДГОТОВКЕ ВЕЛОСИПЕДИСТА-ШОССЕЙНИКА .....	225
<b>В.А. Сучков, В.А. Агасьян, А.А. Капустин .....</b>	<b>225</b>
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА БОБСЛЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В МЕЖСЕЗОНЬЕ.....	226
<b>С.В. Фомин, В.З. Яцык.....</b>	<b>226</b>
ПРОБЛЕМА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ».....	227
<b>И.С. Чубенко, Л.П. Долгополов .....</b>	<b>227</b>
РАЗВИТИЕ ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ НА ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ.....	228
<b>Л.Д. Чуханова, И.И. Горбиков .....</b>	<b>228</b>
ВОССТАНОВЛЕНИЕ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНА ПОСЛЕ ГОНОК В ВЕЛОСИПЕДНОМ СПОРТЕ .....	229
<b>В.Г. Шарахматова, А.А. Капустин .....</b>	<b>229</b>
РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ДИСЦИПЛИНЫ «МАРШРУТ ГОРНЫЙ» В ВОЗРАСТЕ 14-16 ЛЕТ .....	230
<b>Д.С. Шилов, Л.П. Долгополов .....</b>	<b>230</b>
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ПОДГОТОВКЕ БЕГОВЫХ ЛЫЖ.....	231
<b>Г.В. Эрднигоряева, И.И. Горбиков.....</b>	<b>231</b>
<b>КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ.....</b>	<b>232</b>
К ВОПРОСУ О РАЗРАБОТКЕ РЕГИОНАЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО.....	232
<b>Д.Р. Алдушина, С.П. Аршинник .....</b>	<b>232</b>



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ГИМНАЗИИ № 36 г. КРАСНОДАРА ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ГОТОВНОСТИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО. 233 <b>Н.А. Атаманов, С.П. Аршинник .....</b>	<b>233</b>
АНАЛИЗ ВЫСТУПЛЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ В ПРЫЖКЕ В ДЛИНУ И В ТРОЙНОМ ПРЫЖКЕ В ТЕЧЕНИЕ ЛЕТНИХ И ЗИМНИХ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ СЕЗОНОВ 2017-2019 ГГ. ....	234
<b>М.С. Белевская, Н.Г. Шубина .....</b>	<b>234</b>
ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ .....	235
<b>С.А. Гзогян, Н.Г. Шубина .....</b>	<b>235</b>
ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА «САМБО В ШКОЛУ».....	236
<b>А.М. Гришаева, С.П. Аршинник .....</b>	<b>236</b>
ИНТЕНСИФИКАЦИЯ В ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ БАРЬЕРИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	237
<b>Д.В. Ежов, Е.А. Травкина, М.С. Шубин .....</b>	<b>237</b>
ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ДЮСШ .....	238
<b>Е.А. Карпунина, Н.Г. Шубина.....</b>	<b>238</b>
СРЕДСТВА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В БАРЬЕРНОМ БЕГЕ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА.....	239
<b>А.А. Клещенок, Н.Г. Шубина .....</b>	<b>239</b>
АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ УРОВНЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БЕГУНИЙ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БАРЬЕРНОМ БЕГЕ .....	240
<b>А.А. Клещенок, Н.Г. Шубина .....</b>	<b>240</b>
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ГОТОВНОСТИ К ИСПЫТАНИЯМ ВФСК ГТО I СТУПЕНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ГОРОДСКОЙ И СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ .....	241
<b>К.С. Лихобабенко, С.П. Аршинник, В.Л. Соколов.....</b>	<b>241</b>
СРЕДСТВА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В МЕТАНИИ КОПЬЯ.....	242
<b>Э.С. Маилова, Н.Г. Шубина.....</b>	<b>242</b>
К ВОПРОСУ ОБ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА МЕТАТЕЛЬНОСТИ КОПЬЯ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	243
<b>Э.С. Маилова, Н.Г. Шубина.....</b>	<b>243</b>
АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ МАЛЬЧИКОВ, УЧАЩИХСЯ МБОУ СОШ №78 г. КРАСНОДАРА .....	244
<b>Ю.Г. Мартыненко, С.П. Аршинник .....</b>	<b>244</b>

ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ ИНТЕРНАЦИОНАЛЬНОЙ АССОЦИАЦИИ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ФЕДЕРАЦИЙ (ИААФ).....	245
<b>А.О. Мельникова, Н.Г. Шубина</b> .....	<b>245</b>
МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕХНИКИ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ГОРИЗОНТАЛЬНЫХ ПРЫЖКОВ.....	247
<b>А.О. Мельникова, Н.Г. Шубина</b> .....	<b>247</b>
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ПО МЕДИЦИНСКИМ ГРУППАМ ШКОЛЬНИКОВ, ОБУЧАВШИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ В 2015 И 2019 ГГ. ....	248
<b>А.С. Овчарова, С.П. Аршинник</b> .....	<b>248</b>
ПРОТИВОРЕЧИЯ МЕЖДУ СИСТЕМОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ И СОВРЕМЕННЫМ КОМПЛЕКСОМ ГТО.....	249
<b>М.В. Павленко, С.П. Аршинник</b> .....	<b>249</b>
СТЕПЕНЬ ГОТОВНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, ПРОХОДЯЩИХ СЛУЖБУ ПО КОНТРАКТУ, К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО.....	250
<b>М.В. Павленко, С.П. Аршинник</b> .....	<b>250</b>
СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ.....	252
<b>Ю.В. Павлова, Н.Г. Шубина</b> .....	<b>252</b>
К ВОПРОСУ ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ЗАНЯТИЙ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО.....	253
<b>А.А. Пархоменко, С.П. Аршинник</b> .....	<b>253</b>
К ВОПРОСУ О ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ К ИСПЫТАНИЯМ СОВРЕМЕННОГО КОМПЛЕКСА ГТО.....	254
<b>А.А. Пархоменко, С.П. Аршинник</b> .....	<b>254</b>
АНАЛИЗ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПРИНТЕРАМИ I-II СПОРТИВНЫХ РАЗРЯДОВ.....	255
<b>Е.С. Плохой, Н.Г. Шубина</b> .....	<b>255</b>
ПРИМЕНЕНИЕ УПРУГИХ АМОРТИЗАТОРОВ В ПРОЦЕССЕ СКОРОСТНОЙ ПОДГОТОВКИ БЕГУНИЙ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ В ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ.....	256
<b>К.А. Плохотников, М.С. Шубин</b> .....	<b>256</b>
КЛАССИФИКАЦИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ....	257
<b>А.С. Поповенко, Н.Г. Шубина</b> .....	<b>257</b>
ПОСТРОЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ В ДЮСШ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	258
<b>А.С. Поповенко, Н.Г. Шубина</b> .....	<b>258</b>
АНАЛИЗ ВЫСТУПЛЕНИЯ СБОРНОЙ КОМАНДЫ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ В ЧЕМПИОНАТАХ РОССИИ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ В 2018-19 ГГ.....	259
<b>А.С. Поповенко, А.О. Мельникова, Н.Г. Шубина</b> .....	<b>259</b>

ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЫГУНИЙ В ВЫСОТУ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ .....	260
<b>Е.А. Травкина, Д.В. Ежов, М.С. Шубин</b> .....	<b>260</b>
К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ СООТВЕТСТВИЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНЫХ ПРОГРАММ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ТРЕБОВАНИЯМ КОМПЛЕКСА ГТО .....	261
<b>А.Д. Фадеева, С.П. Аршинник</b> .....	<b>261</b>
РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ ОТНОСИТЕЛЬНО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РЕГИОНАЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ .....	262
<b>А.Д. Фадеева, С.П. Аршинник</b> .....	<b>262</b>
СПЕЦИАЛЬНО-ПОДВОДЯЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ В ПОДГОТОВКЕ БЕГУНОВ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ .....	263
<b>И.А. Целещева, Н.Г. Шубина</b> .....	<b>263</b>
ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЖЕНЩИН, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ .....	264
<b>Е.А. Шевченко, Н.Г. Шубина</b> .....	<b>264</b>
К ВОПРОСУ О СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКЕ БЕГУНИЙ-СПРИНТЕРОВ В ПЕРИОД МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА .....	265
<b>Е.А. Шевченко, Н.Г. Шубина</b> .....	<b>265</b>

# **КАФЕДРА СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО СЕРВИСА И ТУРИЗМА**

УДК:338.48

## **ТЕХНОЛОГИЯ БРОНИРОВАНИЯ ТУРИСТСКИХ УСЛУГ НА ПРИМЕРЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ООО «БЕСТ-ТУР»**

**Л.Э. Аветисова**

**Научный руководитель доцент А.А. Юрченко**

**Аннотация.** Работа раскрывает современные подходы в технологиях бронирования и оформления туристских услуг компанией ООО «Бест-Тур», грамотное использование которых поможет другим фирмам эффективнее продвигать и реализовать турпродукт.

**Ключевые слова:** система, бронирование, онлайн-бронирование, технология, услуга.

Развитие современных технологий бронирования и оформления туристских услуг оказывает значительное влияние на деятельность туроператорских фирм и туристских агентств, упрощая их взаимодействие и расширяя возможности продвижения и реализации туристского продукта туристам.

В настоящее время оформление и бронирование турпродукта в офисе туристского предприятия, а также резервирование туристских услуг с помощью заявок, отправляемых туристом на электронный адрес или по факсу туроператору или турагенту, уступает место онлайн-бронированию. Онлайн-бронирование значительно упрощает работу менеджеров и сокращает сроки обработки заявки. При таком способе все требующиеся данные напрямую заносятся в систему бронирования, которая, в свою очередь, моментально обрабатывая их, выдает всю актуальную и достоверную информацию об имеющихся услугах транспортных компаний, предприятий размещения, питания и развлечения, а также любых других дополнительных услугах, которые могут заинтересовать туриста [2, 3].

Туристское агентство ООО «Бест-Тур» в г. Краснодаре использует различные способы бронирования туристских продуктов и услуг. Клиент, желающий приобрести турпродукт, может непосредственно обратиться в офис турагентства, сделать заявку по телефону, а также воспользоваться сайтом агентства <https://best-tour.ru>, где в полном объеме представлены все услуги, которые на момент обращения готово предложить ему турагентство. Менеджеры ООО «Бест-Тур» используют для работы с клиентами и туроператорами такие программы автоматизации деятельности, как система бронирования PACWORLD, так как у туристского агентства заключен агентский договор с туроператорской компанией PACGROUP, и программу для турагентств Битрикс 24 [1].

Система бронирования PACWORLD включает около 1 млн. предложений средств размещения, предлагает гибкие тарифы 218 авиаперевозчиков, а также широкий спектр предложений по организации трансфера, аренде автотранспорта, экскурсий и др.

Битрикс 24 – многофункциональная CRM-система, которая не только автоматизирует и упрощает работу с клиентами, но и способствует эффективному ведению бизнес-процессов в туристском агентстве.

Применение современных технологий бронирования и оформления туристских услуг с помощью системы бронирования PACWORLD и Битрикс 24 способствует более быстрой и качественной обработке данных ООО «Бест-Тур», оперативному онлайн-бронированию туристских услуг по запросам клиентов, сокращению времени на их обслуживание, экономии затрат и, следовательно, увеличению эффективности продаж туристского продукта и повышению качества обслуживания.

### **Литература:**

1. Официальный сайт ООО «Бест-Тур» – [Электронный документ] URL <https://best-tour.ru/> (дата обращения 09.11.2019)
2. Кружков Д.А. Становление и развитие самостоятельного туризма в России // Д.А. Кружков, В.О. Немцова /Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – № 1. – С. 110-112.
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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 3. – С. 141-143.

## ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В АЗЕРБАЙДЖАНСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ

Н.Т. Алибеков

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В данном исследовании рассмотрены особенности развития туризма в Азербайджанской Республике, рекомендованы мероприятия по активизации процессов брендинга территории с целью активизации развития туризма.

**Ключевые слова:** туристская индустрия, туристская деятельность, природно-климатические условия.

Туристская индустрия в Азербайджанской Республике относится к быстроразвивающейся отрасли экономики, что, в первую очередь, связано с природно-климатическими условиями в стране, активным развитием сервисной инфраструктуры и общей политикой государства.

Азербайджанская Республика имеет уникальные природно-климатические ресурсы, в стране представлены 9 климатических зон из 11 существующих на планете (от субтропиков до высокогорных альпийских лугов). Кроме уникальнейшего природного разнообразия, регионы богаты историческими достопримечательностями, на территории страны около 6 тысяч памятников культуры, в том числе древнейшей. Поэтому, учитывая особенности местных туристских ресурсов, состояние инфраструктуры, увеличение въездного туристского потока происходит, в основном, за счет оздоровительного, пляжного, экологического, событийного и культурно-познавательного видов туризма.

В республике государственное регулирование в индустрии туризма осуществляется через следующие рычаги:

- разработка нормативно-правовых актов, нормализующих отношения субъектов туристского рынка;
- налоговое регулирование на внутреннем туристском рынке;
- защита прав и интересов потребителей туристского продукта;
- установления правил пребывания иностранных гостей на территории страны с учетом интересов бизнеса в индустрии туризма;
- начительные бюджетные ассигнования на государственные программы по развитию туризма;
- предоставление льготных кредитов азербайджанским туроператорам и турагентам и др.

Итак, по нашему мнению, основываясь на опыте других стран, для активизации развития индустрии туризма в Азербайджанской Республике необходимо обращать внимание на следующие моменты:

- более тщательно учитывать особенности регионов страны в области кулинарии, винной продукции, что является потенциалом гастрономического туризма;
- расширить и разнообразить рекламно-информационную деятельность по брендингу туристской территории, наладить более тесное сотрудничество с зарубежными туроператорами; в самолетах национальной авиакомпании «AZAL» знакомить гостей с туристским потенциалом страны; расширять количество информационных центров по стране; чаще проводить международные туристские выставки;
- приоритет должен отдаваться строительству 3-4-звездочных отелей, поскольку мировой опыт свидетельствует о том, что среднестатистический турист отдает предпочтение именно подобным отелям и т.д.

### 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. 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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – № 1. С. 117-119.

3. Поддубная Т.Н. Разработка аномального тура по югу Российской Федерации // Т.Н. Поддубная, И.В. Макрушина / Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий: материалы II международной научно-практической конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 310-313.

## СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ РОССИЙСКОГО ВЕЛОТУРИЗМА

А.А. Асташов, Н.А. Гоева

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В тезисах рассмотрены основные проблемы развития российского велотуризма, предложены рекомендации по активизации интереса россиян к данному виду туризма.

**Ключевые слова:** велотуризм, велосипедный маршруты, велопарковки, велонавигация.

Велотуризм является активным видом отдыха, интерес к которому непрерывно растет, о чем свидетельствует растущая динамика продажи туров операторами рынка. Популяризации велотуризма, особенно среди молодежи, способствуют, в первую очередь, современные виды велосипедного снаряжения, легкие горные велосипеды и специально оборудованные остановки. Маршруты для велосипедистов обычно разрабатываются или самими туристами, или туроператорами, которые могут разработать варианты турпродуктов, учитывающих физические возможности клиентов. Подобный тур, предложенный туроператором, обычно включает такие услуги: разработанный в зависимости от физической подготовки туриста маршрут; услуги инструктора; проживание, как правило, на турбазе или палаточном городке; сбалансированное питание; медстраховку; необходимое снаряжение; транспортировку до отправной точки веломаршрута; осмотр объектов показа; вечернюю анимацию.

Отметим, что наиболее развитой, по мнению специалистов, считается европейская велосипедная инфраструктура таких городов, как: Копенгаген; Амстердам; Берлин; Люблина; Хельсинки; Загреб; Стокгольм; Дублин; Вена; Рига.

В последние годы велотуризм очень активно развивается в Российской Федерации, что объясняется растущей популярностью внутреннего туризма у россиян, высоким интересом туристов к природным, особенно горным ресурсам страны, именно поэтому молодежь предпочитает горный велотуризм.

Для масштабного развития велотуризма как активной формы отдыха, необходимо обустраивать современные велосипедные парковки и дорожки не только в крупных городских агломерациях, но и в сельских районах; более продуманно маркировать велодорожки; применять современные системы навигации; предоставлять велосипедистам возможность провоза инвентаря в общественном транспорте до точки начала велосипедного маршрута. Важнейшим элементом развития велотуризма является юридическая защита туристов во время путешествия: традиция уступать дорогу велосипедному транспорту в нашей стране только появляется.

Таким образом, с целью популяризации велотуризма у россиян, пропаганды активного отдыха, здорового образа жизни, необходимо объединить инициативу местных администраций с возможностями региональной и федеральной властей, активно создавать современную велосипедную инфраструктуру и качественный сервис.

### **Литература:**

1. Артюх Е.И. Активные виды отдыха как перспективное направление туризма в Краснодарском крае / Е.И. Артюх, Е.Л. Заднепровская // Перспективы развития туризма, рекреации и сферы услуг на международном и региональном уровнях: материалы международной научно-практической интернет-конференции. – Донецк: ГОУ ВПО «Донецкий государственный университет управления», 2016. – С. 61-63.

2. 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: материалы конференции. – КГУФКСТ, 2018. – Т. 3. – С. 33-34.

3. Макрушина И.В. Ресурсный потенциал олимпийского наследия Краснодарского края / И.В. Макрушина, Е.А. Еремина, А.И. Кузьменко // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 254-256.



## НАПРАВЛЕНИЯ МОДЕРНИЗАЦИИ ПРЕДПРИЯТИЙ ПИТАНИЯ В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ

И.Ю. Басова

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В тезисах рассмотрены основные проблемы деятельности предприятий питания в сельской местности и раскрыты направления ее модернизации.

**Ключевые слова:** предприятия питания, сельская местность, конкурентоспособность, модернизация.

Модернизация предприятий питания является достаточно сложной задачей для сельских предпринимателей, поскольку подобные организации обычно удалены от крупных городских поселений, имеют слабый кадровый потенциал, низкие доходы, что объясняется традицией сельских жителей питаться в домашних условиях и т.д. На наш взгляд, предприятия питания в сельской местности выполняют гораздо больше функций, чем городские предприятия: экономическое развитие сельской территории через уплату налогов; повышение качества жизни сельчан; обеспечение рабочими местами местных жителей; развитие коммуникационной культуры; сохранение культурных традиций через соответствующее меню; развитие сельского туризма.

Деятельность сельских предприятий питания связана со следующими проблемами: низкий объем реализации кулинарной и кондитерской продукции; ограниченное время работы кафе; старые здания с устаревшими системами вентиляции; дефицит персонала до 30 лет; территориально удаленное расположение предприятий питания от центров техобслуживания оборудования; хроническая нехватка денежных средств на модернизацию точек питания.

К современным способам модернизации предприятий питания в сельской местности отнесем:

- оптимизацию графика работы; предоставление услуг кейтеринга; меню, отражающее гастрономические пристрастия жителей; этнический дизайн;
- установку дополнительных столиков;
- использование технологий производства замороженной кулинарной продукции;
- введение скидочных дней для пенсионеров, студентов.

Как видим, основные предложенные рекомендации могут способствовать повышению конкурентоспособности сельского предприятия питания, укреплению его имиджа как заведения качественного обслуживания.

### Литература:

1. Джум Т.А. Методические аспекты разработки маркетинговой стратегии предприятий ресторанного бизнеса: монография / Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская, В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 120 с.
2. Джум Т.А. Инновации в торговле и в общественном питании: учебное пособие / Т.А. Джум, С.Н. Диянова. – Краснодар: ИП Голубь Н.В., 2017. – 206 с.
3. 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 международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 107-110.

## **ФОРМИРОВАНИЕ ИМИДЖА ОТЕЛЯ «GOLDEN TULIP KRASNODAR»**

**Н.С. Бедная**

**Научный руководитель доцент О.В. Шпырня**

**Аннотация.** В работе анализируются особенности формирования имиджа и репутации отеля «Golden Tulip Krasnodar». Описываются основные услуги, предоставляемые гостям.

**Ключевые слова:** имидж, репутация, отель «Golden Tulip Krasnodar», фирменный стиль.

Название отеля «Golden Tulip Krasnodar» уже представляет собой популярный международный имидж, потому как данный бренд представлен в 40 странах мира. Данный гостиничный оператор занимает лидирующую строчку по рейтингу среди крупнейших гостиничных операторов.

Существенным условием формирования положительного имиджа отеля «Golden Tulip Krasnodar» является соблюдение так называемого корпоративного имиджа. Корпоративная культура имеет существенное влияние на эффективность работы гостиничного предприятия. В основном, корпоративный имидж основывается при коммуникативном процессе между персоналом службы приема и размещения и гостем. В отеле «Golden Tulip Krasnodar», в достаточной степени, соблюдается внешний вид сотрудников на ресепшне (единая униформа, без драгоценностей и т.д.); существует конкретный речевой этикет при общении с гостем; любая просьба гостя стоит на приоритетном месте [2].

Также сотрудники отеля оперативны в работе с клиентами (заселение не больше 3 мин. и, зачастую, быстрое решение жалоб и проблемных ситуаций с проживающими). Важен и профессионализм персонала (работа с гостиничной программой Opera, знание английского языка и др.), т.к. приезжают иностранные партнеры. Отель предлагает гостям оптимальную стоимость за проживание (категория номера StandartKing на двоих/сутки – 5000 руб., учитывая, что в данную цену входит посещение сауны, фитнес-зала, включены завтраки «шведская линия»). На сезоны года действуют различные акции. Так, в период Нового Года действуют акции NewYearVibes, Лучшая ночь в GoldenTulip и Лыжи VS Сноуборд, которые для гостей предлагают скидки на проживание, пакет дополнительных услуг. Все акции с тарифным планом представлены на сайте отеля [gtkrd.ifk-hotels.com](http://gtkrd.ifk-hotels.com). Также ключевым аспектом при формировании имиджа и репутации отеля является информационная открытость и продуманность рекламы (всю необходимую информацию об отеле, его интересной жизни, услугах, номерах можно услышать по радио, увидеть по телевизору, в различных социальных сетях и системах онлайн-бронирования) [1].

Для того чтобы гостям было комфортно, сотрудники напоминают о себе, в период их проживания и checkout мы предоставляем визитки, канцелярию с логотипом Golden Tulip. Фирменный стиль отеля представлен на документационных листах, униформе, ванных принадлежностях и др [3]. Это является важным визуальным восприятием для гостя. Считаю, что активной PR-кампанией можно считать комплиментарное проживание публичных групп, таких как: музыкальные артисты, журналисты, телеведущие и др., которые могут публично нас рекомендовать другим людям. Поэтому отель зачастую сотрудничает с подобными группами.

### **Литература:**

1. Шпырня О.В. Современные подходы в маркетинге туристских услуг / О.В. Шпырня // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – № 2. – С. 77-78.
2. Макрушина И.В. Бизнес-план и его роль в инновационном развитии предприятия размещения // И.В. Макрушина, М.В. Коренева, Ю.С. Луганская / Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 2. – С. 75-77.
3. Владимирова Е.А. Фирменный стиль гостиничного предприятия «рэд роял» как метод повышения конкурентоспособности // Е.А. Владимирова / Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 209 с.

## ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ НАУЧНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В ЗАПОЛЯРЬЕ

А.А. Безрук

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** Работа посвящена возможностям и перспективам развития научно-познавательного туризма в Заполярье, с учетом географического положения и имеющихся ресурсов.

**Ключевые слова:** туризм, развитие, научно-познавательный туризм, Заполярье, территории.

Россия – страна, обладающая большим туристским потенциалом, однако используется он далеко не в полном объеме. Малоразвитой территорией в туристском отношении является Заполярье, область, находящаяся севернее Северного полярного круга. Опираясь на совокупность климатических характеристик, эту территорию можно считать дискомфортной, а отчасти даже экстремальной зоной [1, 3]. При должном развитии и финансировании возможно не только появление нового туристского направления, но и извлечение еще большей прибыли от отечественного туризма.

Заполярье располагает живописными ландшафтами, но наиболее привлекательным для туриста будет возможность окунуться в полярную ночь и насладиться волшебством северного сияния, кроме этого, есть белые ночи и удивительный полярный день, с его незаходящим солнцем.

Кроме этого, научно-познавательный туризм необходим для изучения как исторического, так и культурного наследия, животного и растительного мира, а также актуально привлекать обучающихся с учебно-практическими целями [2].

В Заполярье, а именно в Мурманской области, находятся красивейшие формы рельефа: Ловозерские тундры и Хибины, которые привлекают тысячи гостей, особенно любителей горнолыжного туризма.

Горы Хибины уникальный геолого-минералогический объект, таких массивов щелочных пород (пегматиты) в мире больше нигде нет. На данной территории совсем не освоена ниша минералогического туризма.

Интересна эта территория не только для тех, кто хочет попробовать вкусную рыбу, но и для тех, кто захочет поучаствовать в ее ловле. Осуществить это можно на реках Кольского полуострова. До конца 2019 года Всемирным фондом дикой природы планируется завершить проектирование национального парка «Терский берег». Основной целью данного проекта является сохранение семужьей реки Варзуга. Правительство РФ уже способствовало созданию национального парка «Хибины», находящегося в Мурманской области, центром которого стали Хибинские горы. Это место геологического и ботанического туризма, с возможностью совершения пеших походов [1, 2, 3].

Таким образом, уже сейчас предпринимаются большие усилия для развития Заполярья, что поможет сделать это новым местом для посещения туристами и принесет финансовые выгоды. Этот регион несомненно обладает хорошей природной базой и перспективами развития для создания необычного и насыщенного научно-познавательного туризма.

### Литература:

1. Арктический туризм в России / Отв. ред. Ю.Ф. Лукин, Е.А. Шепелев, Н.К. Харлампова. – Архангельск: САФУ, 2016. – 257 с.
2. Василиади А.Г. Роль развития экологического туризма в России на современном этапе // А.Г. Василиади, И.В. Макрушина, В.Ю. Пивоварова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 1. – С. 136-138.

3. Юрченко А.А. Туристское регионоведение России: учебное пособие / А.А. Юрченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 56-57.

## СИСТЕМА МАТЕРИАЛЬНОГО И МОРАЛЬНОГО СТИМУЛИРОВАНИЯ ПЕРСОНАЛА В ООО «БЕСТ-ТУР»

А.А. Бельских

Научный руководитель профессор В.Г. Минченко

**Аннотация.** Тезисы посвящены вопросам создания системы стимулирования персонала на туристском предприятии ООО «Бест-Тур» как действенного инструмента управления персоналом.

**Ключевые слова:** туризм, система, стимулирование труда, материальные стимулы, нематериальные стимулы.

Вопросам стимулирования труда посвящено большое количество исследований как отечественных, так и зарубежных авторов, которые пришли к мнению о том, что система стимулирования труда представляет собой комплекс мер, осуществляемых организацией, направленных на активизацию деятельности персонала для достижения поставленных целей.

Стимулирование труда как действенного инструмента управления персоналом приобретает особое значение на предприятиях туристской индустрии, так как именно персонал является важнейшим фактором, определяющим успех туристского предприятия в условиях растущей конкуренции на туристском рынке [1].

Создание системы стимулирования сотрудников туристского агентства ООО «Бест-тур» (г. Краснодар) направлено на повышение качества обслуживания клиентов, рост профессионального мастерства, а также на поощрение к внесению предложений по совершенствованию различных направлений деятельности туристского предприятия. С этой целью в турагентстве применяются различные виды материальных и нематериальных стимулов: смешанная форма заработной платы, включающая оклад и сдельную часть в виде процентов от объема продаж; премии за перевыполнение плана продаж; обучение и повышение квалификации за счет средств предприятия; повышение в должности; дополнительный отпуск; подарки; участие в рекламно-информационных турах.

Изучение системы стимулирования труда персонала ООО «Бест-Тур» позволило сделать вывод о том, что она является действенным инструментом управления персоналом. Вывод сделан на основании следующих положений: 1) руководитель турагентства соблюдает важные принципы стимулирования: нацеленность на результат, согласованность целей и вознаграждения, создание благоприятных условий для эффективной работы; оптимальное сочетание материальных и моральных стимулов, применение преимущественно положительных стимулов; 2) при применении материальных стимулов соблюдаются требования: оплата труда по результату, стимулирующий аспект заработной платы, соблюдение трудового законодательства при организации заработной платы, поощрение за личный вклад; 3) совершенствование системы стимулирования на основе применения нематериальных стимулов на основе обучения персонала, делегирования полномочий взаимопомощи, формирования доброжелательной атмосферы в коллективе, в результате чего происходит объединение целей предприятия и целей каждого сотрудника ООО «Бест-Тур».

Подтверждением действенности применяемой на предприятии системы стимулирования могут также служить следующие показатели: отсутствие текучести кадров и высокая степень их закрепления, рост производительности труда, удовлетворенность трудом персонала ООО «Бест-Тур».

В заключение следует отметить, что индустрия туризма обладает большим потенциалом для совершенствования системы стимулирования труда персонала благодаря широким возможностям применения современных стимулов к труду.

### Литература:

1. Василенко Е.В. Ориентация на потребителя как маркетинговый актив туристских предприятий // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2016. – №1. – С. 62-64.

2. Макрушина И.В. Компетентностный подход в реализации дисциплины «Планирование карьеры в туризме» в образовательном процессе по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» // И.В. Макрушина, Е.А. Еремина // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – Т. 48. – С. 125-126.

3. Родионова Д.Н. Система мотивации труда в индустрии туризма / Д.Н. Родионова // Современные научные исследования и инновации. – 2016. – № 3 [Электронный ресурс] URL: <http://web.snauka.ru/issues/2016/03/64497> (дата обращения: 25.11.2019).

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

Т.А. Бондаренко

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В работе анализируются теоретические аспекты конкуренции и конкурентоспособности в туристском бизнесе. Описывается влияние конкуренции на развитие туристского предприятия.

**Ключевые слова:** конкуренция, конкурентоспособность, туристское предприятие.

Для повышения конкурентоспособности туристского предприятия необходимо оценить его текущее положение на рынке, проанализировать его конкурентную среду. Конкуренция помогает динамично развивать рынок сферы услуг, производить новые товары, искать новые пути маркетинга, осваивать новые сегменты рынка [3].

Одним из главных инструментов контроля в туристском бизнесе выступает конкуренция. Для современного рынка туристских услуг характерна высокая степень конкуренции.

Конкурентная среда является составной частью маркетинговой среды туристского предприятия и должна быть изучена и оценена для дальнейшей успешной работы.

Конкуренция – это экономическое соперничество производителей и продавцов одинаковой или схожей продукции на рынке за внимание покупателей и, как следствие, увеличение прибыли. Конкуренты – субъекты туристского рынка, которые удовлетворяют одинаковые потребности потребителей, стремятся к достижению одной и той же цели [2].

Конкуренция приводит к расширению производства и установлению цен, соответствующих издержкам производства. Можно сказать, что конкуренция положительно влияет на экономику. Это отмечается в эффективности распределения ресурсов, в развитии научно-технического прогресса, тем самым в повышении качества товаров и услуг.

Конкурентоспособность – свойства туристских продуктов и услуг, которые позволяют конкурировать с другими субъектами рыночных отношений, создают преимущества для фирмы.

Конкурентоспособность характеризуется степенью реального или потенциального удовлетворения конкретной потребности клиента, по сравнению с аналогичными фирмами рынка индустрии туризма. Конкурентоспособность означает приобретение, сохранение и увеличение доли рынка. Для того чтобы сохранять конкурентоспособность, привлекать и сохранять потребителей, фирме необходимо делать что-то лучше, чем конкуренты [2].

Следует различать понятия конкурентоспособности отрасли, организации и товара, первое из которых изучается в соотношении с такими же отраслями других стран. Конкурентоспособность продукции – это совокупность качественных и стоимостных характеристик товаров и услуг, которая в наилучшей степени удовлетворит конкретную потребность потребителя и будет выгодно отличаться от аналогичной продукции предприятий-конкурентов.

### Литература:

1. Василенко Е.В. Ориентация на потребителя как маркетинговый актив туристских предприятий // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – №1. – С. 62-64.
2. Джум Т.А. Методические аспекты разработки маркетинговой стратегии предприятий ресторанного бизнеса // Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская, В.Г. Минченко – Краснодар, 2018. – 50 с.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

## АНАЛИЗ ЖИЗНЕННОГО ЦИКЛА ТУРИСТСКИХ УСЛУГ НА ПРИМЕРЕ ООО «БЕСТ-ТУР»

Е.М. Бреус

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** Жизненный цикл туристских услуг является важным аспектом деятельности туристского агентства, и его анализ позволяет туристскому агентству принять эффективные решения по его продлению.

**Ключевые слова:** туристская услуга, жизненный цикл туристской услуги, маркетинговая стратегия.

Важным условием эффективной деятельности туристского предприятия является разработка, продвижение и реализация туристских услуг, соответствующих требованиям потребителей и удовлетворяющих их потребности. В связи с этим туристские услуги рассматриваются как изменяющийся во времени продукт, что отражается в концепции его жизненного цикла. Жизненный цикл услуги означает временной период, который включает в себя четыре этапа, следующих друг за другом в четкой последовательности, каждый из которых требует определенного подхода и соответствующей этому этапу маркетинговой стратегии [2].

На первом этапе жизненного цикла – этапе разработки и внедрения – маркетинговая деятельность туристского предприятия направлена на то, чтобы туристские услуги были признаны потребителями. Второй этап – этап роста – характеризуется увеличением спроса на туристские услуги, объема продаж и прибыли. Вместе с тем аналогичные услуги предлагают и конкуренты, что требует реализации стратегии, направленной на расширение своей доли на рынке и укрепление конкурентных позиций. Этап зрелости характеризуется замедлением роста маркетинговой стратегии продвижения и усиления ценовой конкуренции, так как рынок насыщен туристской услугой. Завершающий этап жизненного цикла – этап упадка – означает наступление такого момента, когда туристский рынок перенасыщен данным продуктом, что приводит к снижению прибыльности, а следовательно, необходимости реализации стратегии, направленной на то, чтобы с наименьшими потерями увести туристские услуги с рынка [1, 3].

Исходя из теоретических предпосылок, при изучении маркетинговой деятельности туристского агентства ООО «Бест-Тур» (г. Краснодар) нами сделан вывод о том, что туристские услуги, предлагаемые турагентством, в большинстве своем находятся на стадии зрелости. В ходе анализа и определения стадии жизненного цикла туристских услуг, как правило, изучают показатели объема продаж и прибыли, темпы изменения спроса потребителей, интенсивность конкуренции. В ООО «Бест-Тур» объем продаж и прибыли увеличивается, но темпы роста этих показателей ниже, чем 3-5 лет назад, что объясняется влиянием ряда факторов: изменениями в предпочтениях потребителей, появлением на рынке новых турпродуктов, усиливающейся конкуренцией.

Вместе с тем ООО «Бест-Тур» сохраняет свои позиции на туристском рынке, и за 18 лет деятельности в турагентстве сформирована постоянная клиентская база, которая на стадии зрелости туристских услуг сохраняет лояльность фирме, отчетливо проявляя так называемый «феномен верности».

На стадии зрелости основные усилия турагентства направлены на сохранение клиентской базы, удержание своей рыночной доли, повышение качества обслуживания.

### **Литература:**

1. Кружков Д.А. Становление и развитие самостоятельного туризма в России / Д.А. Кружков, В.О. Немцова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – № 1. – С. 110-112.
2. Кучеренко И.М. Современные каналы деловой коммуникации в туризме / И.М. Кучеренко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – Т. 48. – С. 120-122.

3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма и гостеприимства: учебное пособие / О.В Шпырня. – Краснодар, Саратов: Южный институт менеджмента, Ай Пи Эр Медиа, 2018. – 119 с.



## КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ СФЕРЫ ТУРИЗМА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

С.А. Букреева

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

**Аннотация.** В данной работе рассмотрена конкурентоспособность сферы туризма Краснодарского края в сравнении с другими регионами России.

**Ключевые слова:** туризм, Краснодарский край, конкурентоспособность.

В настоящее время туризм в Краснодарском крае развивается все динамичнее. Мощнейшей предпосылкой этому послужили Олимпийские игры в Сочи 2014 года, чемпионат мира по футболу 2018 года, именно это способствовало пику туристского потока в южных городах, особенно в городе-курорте Сочи.

Краснодарский край имеет богатый природный и культурно-исторический потенциал, в состав входят красивейшие города России с богатой историей и памятниками архитектуры.

Краснодарскому краю составляют конкуренцию Ставропольский край и Крым [1].

Конкуренция – способность определенного объекта или субъекта превзойти конкурентов в заданных условиях [2].

За 2016 г. Краснодарский край посетили 15,5 млн. человек, Ставропольский край – 1,4 млн. человек, Крым – 5 млн. человек [3].

Ставропольский край посещают в основном с целью лечебно-рекреационной, отсутствие водных ресурсов сказывается на потоке туристов, а значит, конкурентоспособность Ставропольского края по отношению к Краснодарскому краю и Республике Крым минимальна. По данным опроса в социальной сети «Одноклассники», мы получили следующие данные: в опросе участвовали 187 человек, 70% туристов ответили, что были более чем в 3-х городах Краснодарского края. 100% ответили, что были хотя бы в одном городе Краснодарского края. 20% ответили, что посещали Республику Крым и также 60% туристов отметили, что хотели бы поехать в Краснодарский край, а 20% – Республику Крым.

Приоритетами социально-экономического развития Краснодарского края является развитие курортно-туристического и рекреационного комплекса. Краснодарский край обладает благоприятными климатическими условиями. В связи с проведением зимней Олимпиады 2014 в городе-курорте Сочи в регионе получила широкое развитие рекреационная индустрия, а также производственная и социальная инфраструктура [4].

Подводя итоги вышесказанному, можно сделать вывод, что территория Краснодарского края наиболее подходящая для всех видов туризма, что привлекает, безусловно, туристов всех слоев населения.

### Литература:

1. Левченко К.К. Анализ развития въездного туризма в России и Краснодарском крае // Молодой ученый. – 2016. – №21. – С. 402-405. <http://krasnodarmedia.su/news/529406/>

2. Василенко Е.В. Ориентация на потребителя как маркетинговый актив туристских предприятий // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2016. – №1. – С. 62-64.

3. Поддубная Т.Н. Разработка аномального тура по югу Российской Федерации // Т.Н. Поддубная, И.В. Макрушина / Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий материалы II международной научно-практической конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 310-313.

## СЕВЕРСКИЙ РАЙОН КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В РАЗВИТИИ СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА

Я.С. Бурлуцкая

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

**Аннотация.** В работе приведены факты, позволяющие констатировать отличительные характеристики и преимущества Северского района Краснодарского края в развитии сельского туризма в регионе.

**Ключевые слова:** сельский туризм, агро, Северский район, Краснодарский край, сельский объект, отдых.

Сельский туризм является разновидностью туризма, который предполагает временные выезды для отдыха в сельскую местность. Он ориентируется на сохранение природно-культурного наследия на основе сохранения культурно-исторических и природных объектов, которые находятся в сельской местности.

На данный момент в России зарегистрировано около 4500 сельских объектов размещения туристов, из них 3500 сельских гостевых домов и около 1000 агротуристических ферм. Кураторством сельского туризма в Краснодарском крае занимается Министерство сельского хозяйства. К развитию сельского туризма также причастны восемьдесят три предприятия в крае. Это пятьдесят рыболовных хозяйств, пятнадцать конных ферм, четыре страусиных фермы. По данным опроса, проведенного Министерством сельского хозяйства края, большинство жителей крупных городов хотели бы провести свое отпускное время в сельской местности. Также из данной статистики можно выделить то, что чуть больше половины опрошенных хотели бы провести отдых всей семьей в сельской местности, а около 48,4% предпочитают активный отдых на природе, а также при размещении предпочли бы остановиться в сельском доме с баней. При организации такого отдыха гости хотели бы дегустировать местную кухню, возделывать землю, заниматься местными промыслами.

Северский район является одним из перспективных районов Краснодарского края для занятия сельским туризмом. Он расположен в 30 километрах от кубанской столицы. А также чуть более 100 километрах от Черноморского побережья. В Северском районе расположен 31 объект сельского туризма, среди которых конные фермы, фермы по сбору ягод и грибов, животноводческие фермы, пасеки, спортивная агроферма, рыболовные хозяйства, гончарные мастерские, винодельни, садоводческие хозяйства. На территории только данного района расположилась Автономная некоммерческая организация «Агентство развития сельских инициатив» (АНО «АРСИ»), которая осуществляет профессионально-методическое, информационное и финансовое содействие. Она проводит инвентаризацию существующих в крае предприятий сельского туризма, ведет работу по продвижению данного рынка, а также является организатором сельского гастрономического фестиваля «Веселые шкварки» в станице Азовской.

Ввиду вышесказанного можно сделать вывод о том, что Северский район является наиболее перспективным в развитии сельского туризма в Краснодарском крае [1, 2, 3].

### 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 // Под общ. редакцией В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.
2. Ползикова Е.В. Сельский и промышленный туризм / Е.В. Ползикова. Е.Л. Заднепровская. Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 221 с.
3. Самсоненко Т.А. Перспективы развития агротуристического направления в Краснодарском крае / Т.А. Самсоненко, А.А. Юрченко, Ю.Б. Рагер // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – № 1. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 120-122.

## СЕЛЬСКИЙ ТУРИЗМ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЯ СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Я.С. Бурлуцкая

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

**Аннотация.** В работе рассмотрен сельский туризм, как перспективное направление развития сельской местности в РФ, отмечено его влияние на экономику и экологию регионов.

**Ключевые слова:** туризм, сельский туризм, село, сельская местность, сельское население.

Сельский туризм является одним из перспективных направлений туризма, его развитие оказывает положительное влияние на возрождение сельской местности и ее народных традиций и обычаев [1]. В условиях современного развития общества можно утверждать, что сельский туризм может сыграть важную роль в повышении уровня жизни сельской местности, а также повышении уровня экономики страны в целом. Поэтому данная тема является весьма актуальной на сегодняшний день.

В России этот вид туризма набирает стремительные обороты и с каждым годом становится все более популярным. Российское село становится привлекательным местом для туристов, желающих соединиться с природой, отведать национальные блюда, познакомиться с местными обычаями и традициями, природными достопримечательностями и т.д. Экономические показатели сельского туризма за 2019 год представлены в таблице.

Таблица – Экономические показатели сельского туризма за 2019 год

Место проживания туристов	В % от общего количества туристов	В кол-ве, человек	Средняя стоимость услуг за одни сутки, руб.	Всего доход объектов сельского туризма, среднее значение, млн руб.
Региональный центр	39	3 120 000	1500	4680
Ближайшие города региона	20	1 600 000	1500	2400
Другие регионы	14	1 120 000	2000	2240
Москва и Санкт-Петербург	20	1 600 000	2500	4000
Иностраные туристы	7	560 000	3500	1960
Итого:	100	8 000 000	-	<b>15 280</b>

В настоящее время становление сельского туризма в России происходит под действием различных факторов. К положительным факторам, прежде всего, относят наличие в России сельской местности с уникальными природными, историко-этнографическими и рекреационными ресурсами. В то же время низкий уровень рекламного обеспечения является существенным препятствием для информированности потенциальных потребителей услуг сельского туризма. К негативным факторам относится неразвитая сельская инфраструктура и коммуникации. Подавляющее большинство экспертов и представителей органов власти субъектов Российской Федерации оценивают потенциал развития темы сельского туризма как очень высокий.

Сельский туризм расширяет сферу занятости сельского населения, положительно влияет на экономику и экологию районов России, способствует возрождению, сохранению и развитию местных народных обычаев, промыслов, памятников историко-культурного наследия. Отметим, что сельский туризм может стать одним из важных источников получения доходов для сельских территорий и для многих сельских предпринимателей, а также будет способствовать возрождению, сохранению и развитию народных обычаев и традиций, а также памятников историко-культурного наследия, то есть является одним из перспективных направлений туристской деятельности в стране [2, 3].

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Сельский и промышленный туризм / Е.В. Ползикова. Е.Л. Заднепровская. Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 221 с.
2. Самсоненко Т.А. Перспективы развития агротуристического направления в Краснодарском крае / Т.А. Самсоненко, Ю.Б. Рагер, А.А. Юрченко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – Т. 1. – С. 120-122.
3. Чувичкина Ю.С. Тенденции развития сельского туризма в Республике Крым / Ю.С. Чувичкина, В.С.Белушенко, А.А. Юрченко // Молодежь – науке-VIII. Актуальные проблемы туризма, спорта и бизнеса: материалы Всерос. науч.-практ. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых (Сочи, 26-28 апреля 2017 г.). – Сочи: СГУ. – С. 582-586

## СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ МЕЖДУНАРОДНОГО РЫНКА ВИННОГО ФЕСТИВАЛЬНОГО ТУРИЗМА

В.Ю. Быстрова

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** Данная работа посвящена развитию международного рынка винного туризма, рассматриваются наиболее популярные винные праздники в различных странах мира в 2019 году, а также топ-5 самых посещаемых в прошлом году винных торжеств в России.

**Ключевые слова:** современное состояние, международный туристский рынок, винный фестиваль, турист.

В настоящее время особую популярность у туристов приобретают винные фестивали. Винодельческие регионы мира, в том числе и крупные винные хозяйства, проводят свои торжества [1]. Для ценителей и почитателей вина подобные фесты помогают расширить кругозор и знания о напитке, познакомиться с производителями и узнать секреты приготовления. Для самих виноделов – это хорошая возможность привлечь потребителей, а также найти партнеров по бизнесу. Для туристов – уникальная возможность насладиться удивительной атмосферой и по-новому взглянуть на, возможно, уже знакомые места. Для туристских компаний – разработать новые маршруты и предложить продукты своим туристам.

Так, одними из самых популярных зарубежных празднеств в 2019 году стали: фестиваль вина в Бандоле (Франция, Прованс); фестиваль «Бордо» (Франция, Бордо); фестиваль хереса (Испания); «Божоле нуво» (Франция, Божо); «Двери погребов» (Австралия); «Фестиваль кьянти» (Италия, Монтепертоли); «Madeira Wine Festival / Festa do Vinho da Madeira» (Португалия); «Фестиваль мозельского вина» (Германия, Бернкастель-Кус); фестиваль вина в Аргентине; праздник вина «Ртвели» (Грузия); фестиваль вина в Лимассоле (Кипр); Национальный День вина (Молдавия); Иерусалимский фестиваль (Израиль); винный фестиваль «Харо» (Испания); винный фестиваль в Марльборо; Сицилийский «Blues & Wine Soul Festival»; Международный праздник «Пино Нуар» в Орегоне (США).

Что касается нашей страны, рейтинг пяти самых посещаемых винных фестивалей в России в прошлом году возглавили: «Донская лоза» в хуторе Пухляковский Ростовской области, фестивали «Winefest» в Балаклаве и «Ноябрьфест» в Крыму, праздники молодого вина и виноделия в виноградарских хозяйствах Краснодарского края, такие как фестиваль вина в «Долина Лефкадия» и праздник сбора урожая «Строптивный виноград» в комплексе «Винотеррия» в поселке Семигорский [2, 3].

Таким образом, все большую популярность в последние годы набирает культура винных выставок и фестивалей, которую развивают дистрибьюторы, производители вина, туристские компании и даже посольства винодельческих стран.

### Литература:

1. Самсоненко Т.А. Винный туризм как основа развития агротуристического направления в Краснодарском крае / Т.А. Самсоненко, В.Г. Минченко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 268-273.
2. Турстат. Лучшие Винные Фестивали России Осень-2019: [Электронный ресурс] URL <http://turstat.com/topwinefestussiafall2019> (дата обращения 10.12.2019).
3. Юрченко А.А. Виноградорско-винодельческая отрасль как перспективное направление развития агропромышленного комплекса Кубани / А.А. Юрченко, А. Попова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов. – 2019. – С. 793-798.

## РЕГИСТРАЦИОННЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОБСЛУЖИВАНИЯ ИНОСТРАННЫХ ТУРИСТОВ В ПРЕДПРИЯТИЯХ РАЗМЕЩЕНИЯ

А.В. Быстрова

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В данном исследовании рассмотрены регистрационные особенности обслуживания иностранных туристов в предприятиях размещения.

**Ключевые слова:** система, межведомственное электронное взаимодействие, иностранные туристы, тур, гость, размещение.

Одним из важнейших элементов тура при обслуживании иностранных туристов является их размещение. Для поддержания соответствующего имиджа предприятию размещения важно создавать качественные условия проживания для иностранных гостей и высокое качество гостиничного обслуживания по международным стандартам в сфере сервиса.

Размещение иностранных туристов осуществляется по прибытии на тот срок, который указан в турдокументах гостя, и в границах срока действия визы. Регистрация прибывших иностранных туристов должна осуществляться в соответствии с Правилами пребывания иностранных граждан в стране. Миграционная работа работников предприятия осуществляется во взаимодействии с УФМС через систему межведомственного электронного взаимодействия (СМЭВ).

Опишем действия администратора при регистрации иностранного гостя:

- заполнить регистрационную анкету гостя;
- сделать ксерокопию паспорта или иного документа, удостоверяющего личность, визы или документа, разрешающего въезд на территорию Российской Федерации (разрешение на временное проживание, вид на жительство); миграционной карты; авиа/железнодорожного билета;
- заполнить бланк уведомления о прибытии иностранного гостя в место настоящего пребывания;
- добавить информации об иностранном госте в «Журнал регистрации иностранных граждан»;
- в течение 24 часов с момента регистрации иностранного гостя в гостинице поставить его на учет по месту временного пребывания в территориальном органе ФМС;
- оригинал отрывной части бланка уведомления передать иностранному туристу.

Через СМЭВ обязательно необходимо подготовить файл «фамилия гостя» в формате pdf (сканируются уведомление о постановке на учет, первая страница паспорта, страница с визой, страница со штампом о въезде, миграционная карта, регистрационная карта); заархивировать данный файл (размер файла не должен превышать 10 МБ); отправить файл и получить обязательное подтверждение о получении сведений УФМС.

Отметим, что качественное и своевременное регистрационное обслуживание иностранного гостя способствует усилению позитивного имиджа предприятия размещения, клиентской привлекательности гостиницы.

### Литература:

1. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.
2. Кучеренко И.М. Разработка механизма партнерских взаимоотношений в туризме / И.М. Кучеренко, Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская, Я.В. Коробенко // Финансовая экономика. – М.: Некоммерческий фонд содействия развитию экономической науки и образования «Экономика», 2019. – № 1. – С. 353-355.
3. Официальный сайт компании «Консультант Плюс» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.consultant.ru> (дата обращения 12.12.2019)

## РАЗВИТИЕ ИНФРАСТРУКТУРЫ ДОСТУПНОЙ СРЕДЫ ТУРИСТОВ В ГОРОДЕ КРАСНОДАРЕ

О.Н. Бянкина

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В тезисах рассмотрены основные моменты развития инфраструктуры доступной среды в городе Краснодаре. Проанализирована численность инвалидов, обеспеченность объектов инфраструктуры под нужды инвалидов на примере отдельного района.

**Ключевые слова:** доступная среда, доступность инфраструктуры, маломобильные группы людей, Краснодар.

В современном мире отношение к людям с ограниченными физическими возможностями является критерием развитости общества, его жизнеспособности. В нашей стране, как и во всем мире, внимание к проблемам маломобильных граждан увеличивается, свидетельством чего служат различные законодательные акты, которые направлены на защиту соответствующих прав инвалидов и обеспечение полной доступности объектов показа, гостиниц, маршрутов, транспортных средств. Так, в Краснодарском крае действует госпрограмма «Доступная среда», принятая 12.10.2015 г. № 969 (с последними изменениями от 20.08.2019 г.), программа учитывает нужды всех категорий маломобильных групп краснодарцев – как с нарушениями зрения, слуха, так и с проблемами опорно-двигательного аппарата или умственного развития. Программа разделена на две части: первый этап действия – 2016-2021 гг.; второй этап действия – 2022-2024 гг. Предусмотрено на выполнение программы 739576,2 тыс.руб.

Об исключительной важности выполнения программы свидетельствуют статистические данные по Краснодарскому краю: в 2018 году количество инвалидов по зрению составило 7,0 тыс. человек; инвалидов по слуху – 3,0 тыс. чел.; инвалидов-колясочников – 5,0 тыс. При этом большая часть инвалидов (64,5%) имеет 1 и 2 группы инвалидности.

По отдельному муниципальному образованию – Карасунский округ (г. Краснодар) можно судить о доступности инфраструктуры для инвалидов. В 2019 году в реестр приоритетных объектов, которые должны быть оборудованы для инвалидов, был включен 261 объект. В декабре 2019 года был проведен мониторинг 253 объектов, включенных в реестр, результаты следующие: 139 объектов доступны инвалидам полностью; 51 объект доступен частично; 63 объекта признаны полностью недоступными.

Итак, отметим, что при формировании доступной туристской инфраструктуры необходимо учитывать такие моменты: доступная среда должна быть непрерывной для человека; она требует системного подхода; необходимо строго соблюдать нормативы, параметры, технические характеристики устройств для инвалидов; наличие координирующего органа; обученный персонал, работа которого связана с эксплуатацией средств, предназначенных для использования инвалидами.

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Социальный туризм в России и за рубежом: тенденции развития: монография / Е.Л. Заднепровская, Т.Н. Поддубная, Е.А. Еремина, В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 105 с.
2. Гусаков Д.В. Функционирование программы «Безбарьерная среда» на примере международного аэропорта г. Краснодар / Д.В. Гусаков, Е.А. Еремина, Е.Л. Заднепровская // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы научно-практической конференции. – Донецк: Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики, 2019. – С. 562-565.
3. Ползикова Е.В. Транспортное обеспечение в туризме: учебное пособие / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 257 с.

## СПЕЦИФИКА ОБСЛУЖИВАНИЯ ИНОСТРАННЫХ ГОСТЕЙ В ГОСТИНИЦЕ

А.Е. Валюженко

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** В работе раскрывается сущность гостеприимства, рассмотрена специфика обслуживания иностранных гостей в гостиницах, а также представлена необходимость проведения специальных обучающих тренингов для персонала предприятий размещения.

**Ключевые слова:** процесс обслуживания, иностранные гости, гостиница, индустрия гостеприимства.

Гостеприимство исходит еще из древних традиций – оно включает в себя уважение к гостю, торжество его приема и обслуживание. На протяжении всей своей жизни хотя бы раз человек вынужден покинуть место своего постоянного пребывания и воспользоваться средствами приема и размещения вне дома или даже в другом городе, стране. Причем время его отсутствия может быть разным. Прибывая в неизвестном месте, гость нуждается в поддержке местных людей и, как правило, в месте временного нахождения [2].

Каждая гостиница представляет собой предприятие, чья деятельность предполагает не только обслуживание отечественных, но и зарубежных туристов. В связи с этим важным аспектом является уважительное отношение ко всем культурным традициям, в том числе и непривычному образу мышления посетителей. А лицом каждого предприятия размещения является работающий персонал, способный вести диалог на иностранных языках и производить положительное впечатление на любого потребителя услуг уровнем своих знаний и разговорных навыков [1, 3].

Что касается цели путешествий иностранных граждан, они могут быть самыми различными, например для отдыха, деловых встреч или переговоров, ради участия в конференциях, фестивалях или же для прохождения лечебно-оздоровительных процедур. В первую очередь, они нуждаются в местах размещения. Одной из необходимых задач отелей является создание таких условий, чтобы гость чувствовал себя как дома, а также важно знать национальные особенности его страны и определенные предпочтения. Тип иностранных гостей по национальному признаку может быть самым различным – это могут быть гости из Америки, Франции, Греции, Нидерландов, бельгийские гости, при этом у каждого путешествующего свои пожелания по отношению к месту временного проживания.

Международный опыт развития индустрии гостиничного и туристского секторов свидетельствует о том, что данные отрасли должны самостоятельно отвечать за формирование и обеспечение организации профильного обучения для сотрудников индустрии гостеприимства в целом. В этой связи необходимо обучать персонал иностранным языкам для более комфортного взаимодействия гостей с коллективом. Для этого в отеле могут проводиться специальные обучающие тренинги, которые проводить может как начальник службы, так и профессионал, не работающий в отеле [1, 3].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что для полноценного и качественного обслуживания гостей необходимо знать и следовать предпочтениям каждого из них. Учитывать их интересы важно для высокого уровня обслуживания, а также сделать максимально удобным, приятным и комфортабельным пребывание в отеле.

### Литература:

1. Баркая И.К. Специфика работы с иностранными туристами с учетом их менталитета / И.К. Баркая, М.В. Коренева, Н.С. Леонтьева // Тенденции развития туризма и гостеприимства в России. – 2019. – С. 412-415.
2. Заднепровская Е.Л. Анализ предпринимательской активности на рынке гостиничных услуг / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова, Т.А. Джум, А.В. Казалиева // Финансовая экономика. – 2019. – № 4. – С. 615-619.

3. Коренева М. В. Практика сервиса: учебно-методическое пособие / М.В. Коренева.  
– Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 287 с.



## ПРИНЦИПЫ И СХЕМЫ СОТРУДНИЧЕСТВА ТУРИСТСКИХ ФИРМ И ТУРОПЕРАТОРСКИХ КОМПАНИЙ С ПРЕДПРИЯТИЯМИ РАЗМЕЩЕНИЯ

Н. Вдовенко

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

**Аннотация.** В работе рассматриваются различные подходы взаимодействия турфирмы с предприятиями размещения в разных странах. Обоснована необходимость определения наиболее выгодных принципов и схем сотрудничества туристских фирм и предприятий размещения.

**Ключевые слова:** турист, фирма, условия, выбор, партнер, предприятие, сотрудничество.

Взаимодействие туристской фирмы с туристскими предприятиями обусловлено получением в итоге качественного туристского продукта и комфортного отдыха туриста. Таким образом, достигается увеличение клиентской базы туристской фирмы и возвращение постоянных клиентов на предприятие.

Важно отметить, что стандартных схем партнерского сотрудничества туристских фирм и предприятий размещения в настоящее время не существует из-за динамичного развития и изменения ситуации на рынке туристских услуг и положения фирм-партнеров. Поэтому выбор любой схемы сотрудничества между туристской фирмой и предприятием размещения строится на ряде принципов: принцип нахождения компромисса интересов; принцип объективного определения степени риска для обеих сторон; принцип идентичности, который включает в себя отличия в условиях взаимодействия со старыми и новыми партнерами; принцип состязательности, подразумевается конкурентоспособность партнеров; принцип ответственности основан на договорном характере взаимоотношения туроператоров с гостиничными предприятиями [1]. Соблюдением вышеперечисленных принципов достигается наивысшая эффективность труда и взаимодействия партнеров.

Существует две группы схем сотрудничества. Одна из таких схем связана с перераспределением полной ответственности и риска за реализацию номеров и услуг на турфирму. Составляющими группы таких форм сотрудничества являются – аренда предприятия размещения, приобретение блоков мест на условиях комитмента и элотмента, безотзывное бронирование [2, 3].

Следующей схемой сотрудничества является взятие всей ответственности и возможных рисков самим предприятием размещения. При таком сотрудничестве туристская фирма не получает льготы и существенные скидки. К данным формам относятся приоритетное бронирование, повышенная комиссия и работа по разовым заявкам.

Комиссионное вознаграждение является стимулом в работе туроператоров и турагентов, которые планируют сотрудничать с определенным средством размещения. Для этого необходимо регулировать комиссионное вознаграждение, мотивируя тем самым туроператоров к быстрому совершению продаж своих услуг по размещению туристов, а также привлекать новых надежных туроператоров и их турагентов.

Следует отметить, что к выбору партнеров необходимо подходить очень ответственно, так как именно от слаженной работы туристского предприятия и предприятия размещения зависит отдых туристов и репутация предприятия. Безупречная репутация может положительно влиять на желание партнеров взаимодействовать с тем или иным предприятием. Условия должны быть выполнены в полной мере с обеих сторон, также они должны быть выгодны как для турфирмы или туроператора, так и для предприятия размещения. Проверенные партнеры всегда пользуются большими льготами, нежели новые.

### Литература:

1. Василенко Е.В. Влияние внешних факторов на динамику туризма в России / В.Г. Минченко, Е.В. Василенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – №1. – 127 с.

2. Коренева М.В. Применение франчайзинга как действенного способа организации деятельности в сфере туризма / Е.В. Ползикова, М.В. Коренева, М.А. Котлярова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 27-29.

3. Немцова В.О. Система добровольной сертификации в России как средство повышения конкурентноспособности туристских услуг / В.О. Немцова, Е.В. Ползикова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 160-162

**ПРОГРАММА СТИМУЛИРОВАНИЯ ГОСТЕЙ В «БАЗОВОМ САНАТОРИИ  
ИМЕНИ М.В. ЛОМОНОСОВА» ГОРОД ГЕЛЕНДЖИК**

**А.А. Величко**

**Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова**

**Аннотация.** В работе рассмотрены методы стимулирования и поощрения постоянных клиентов санаторно-курортных предприятий, а также представлен пример программы поощрения постоянных гостей «Санатория имени М.В. Ломоносова».

**Ключевые слова:** программы, вознаграждения, гости, «Базовый санаторий имени М.В. Ломоносова», Геленджик.

В связи с высоким уровнем сложившейся конкуренции в индустрии гостеприимства, особую актуальность приобретают программы вознаграждения гостей, которые помогают составить информационную базу и всесторонне изучить потребности и интересы клиентов.

Так, в Краснодарском крае расположено огромное количество санаторно-курортных учреждений, которые вступают в борьбу за удержание своих позиций, привлечение новых клиентов и поддержание интереса со стороны постоянных. В решении данной проблемы оказать содействие могут программы вознаграждения: через информационную базу предприятие получает возможность постоянно и напрямую отслеживать отношения с потребителями своих услуг с целью максимизации степени удовлетворения их потребностей для предоставления усовершенствованного продукта, соответствующего конкретным специфичным запросам. Этот момент также особенно важен, поскольку в последние несколько лет потребители становятся все более требовательными и привередливыми [2].

В свою очередь, благодаря программам вознаграждения постоянных гостей, санаторно-курортное учреждение может информировать своих постоянных клиентов обо всех новых начинаниях, об изменении цен, устанавливать диалоговые отношения и опережать предпочтительные для гостя решения. Помимо всего вышесказанного, такие программы подразумевают неизменное расширение диапазона предоставляемых услуг, что приводит

администрацию учреждений к поиску партнеров для взаимодействия: устанавливаются отношения со сторонними организациями как собственного сектора, так и смежных, в том числе и с зарубежными [1].

Примером удачного внедрения программы вознаграждения постоянных гостей является «Базовый санаторий имени М.В. Ломоносова» в Геленджике, где за базу взяты примеры из практики гостиниц США. Главными аспектами здесь выступают число ночей, которые были проведены гостем, а также потраченные им средства. В настоящее время участниками программы являются свыше 40 человек. Помимо скидок на проживание для них предусмотрены дополнительные призы, например, для всех постоянных гостей сшиты именные халаты, предлагаются дорогие принадлежности для ванн, в день прибытия в номер приносят корзину с фруктами в качестве комплимента. Также для постоянных гостей устанавливается специальная стоимость на проживание [3].

Таким образом, разработанная программа вознаграждения постоянных гостей санатория «Имени М.В. Ломоносова» в Геленджике помогает не только удерживать клиентов, но и привлекать новую лояльную аудиторию.

**Литература:**

1. Заднепровская Е.Л. Анализ предпринимательской активности на рынке гостиничных услуг / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова, Т.А. Джум, А.В. Казалиева // Финансовая экономика. – 2019. – №4. – С. 615-619.

2. Минакова А.С. Социально-экономическое развитие санаторно-курортного комплекса Краснодарского края / А.С. Минакова, Е.А. Еремина // Тезисы докладов XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ. – 2015. – С. 162-163.

3. «Санаторий имени М.В. Ломоносова» [Электронный ресурс] – URL <http://san-lomonosova.ru> (дата обращения 10.11.2019).

## ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

И.Г. Воронянский

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

**Аннотация.** Рассмотрен ряд проблем в сфере экстремального туризма, а именно дайвинга, в Краснодарском крае. Один из динамично развивающихся видов туризма – экстремальный туризм.

**Ключевые слова:** экстремальный туризм, проблемы развития, дайвинг, экстремальные туры, Краснодарский край.

Экстремальный туризм – один из видов туризма, связанный с риском. Данный вид туризма активно развивается во всем мире, особенно в России с 1990-х гг. Краснодарский край идеально подходит для развития экстремального туризма, т.к. природные условия дают возможность развивать такие направления, как: альпинизм, серфинг, водные лыжи, дайвинг, рафтинг, джипинг и др. По словам Галачиева Л.А., «такой туризм позволяет осознать собственную силу и обогатиться новыми впечатлениями» [1]. По существующей классификации (Г. Гана) выделяют шесть типов туристов, из них к экстремальным туристам относится две группы: W2 тип – спортсмены, А тип – любители приключений [2].

Экстремальный туризм имеет свои недостатки: ограничение по здоровью; дороговизна туров; специальная подготовка.

Для наглядного примера рассмотрим один из экстремальных туров. В его состав входят:

- Услуги по медицинскому страхованию,
- Услуги по перевозке,
- Услуги размещения и питания,
- Посещение центра подводного плавания и обучения дайвингу «Лагуна»;
- Обзорная экскурсия по г. Сочи;
- Дайвинг, затонувший корабль «Роклифф»;
- Подводная охота в Черном море;
- Прогулка по поселку Барановка на квадроциклах;
- Дайвинг с акулами в океанариуме «Sochi Discovery World»;
- Дайвинг, скала «Лучезарная».

Итого стоимость данного тура с учетом всех расходов по маршруту составила 32380 рублей на человека.

Исследование показало: несмотря на свою дороговизну, экстремальный туризм является популярным и востребованным на рынке туристских услуг. Краснодарский край является перспективным туристским регионом для экстремального туризма. Практически все виды экстремального туризма возможно развивать в данной местности. Грамотно проводимая работа в сфере туризма Краснодарского края привлечет еще большее количество туристов.

### Литература:

1. Галачиева Л.А. Экстремальный туризм: пути и перспективы развития [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ekstremalnyy-turizm-puti-i-perspektivy-razvitiya-na-tsentralnom-kavkaze> (дата обращения 09.03.2017 года)
2. Репин Ю.В. Основы безопасности человека в экстремальных ситуациях. – Екатеринбург, 2014.

## ПРОБЛЕМЫ МАРКЕТИНГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ООО «ТУРИСТИЧЕСКАЯ ФИРМА «ВИЗА – СЕРВИС»

Г.Г. Гаданова

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В тезисах описаны особенности маркетинговой деятельности ООО «Туристическая фирма «Виза – Сервис», указаны проблемы, тормозящие продвижение фирмы на рынке туризма. Рассматриваются отдельные результаты маркетинговых исследований.

**Ключевые слова:** маркетинговый анализ, маркетинговая деятельность, комплекс, маркетинговые мероприятия.

Во время прохождения производственной практики: научно-исследовательская работа на предприятии ООО «Туристическая фирма «Виза – Сервис» был проведен анализ маркетинговой деятельности предприятия. В ходе исследования было выявлено, что в ООО «Туристическая фирма «Виза – Сервис» служба маркетинга отсутствует, поэтому обязанности маркетолога выполняет директор предприятия. Из-за высокой нагрузки директор туристской фирмы не занимается маркетинговой деятельностью в достаточной степени.

Для достижения успеха туристской фирме необходимо непрерывно заниматься проведением комплекса маркетинговых мероприятий, включающих в себя товарную, ценовую и сбытовую политику [1].

В маркетинговой деятельности турфирмы были выявлены следующие проблемы, тормозящие продвижение фирмы на рынке туризма:

- торговая марка или бренд ООО «Туристическая фирма «Виза – Сервис» на рынке туристических услуг Краснодарского края является малоизвестным;
- на протяжении последнего года не было разработано ни одного нового тура, услуги за исключением визуального преобразования сайта турфирмы, хотя предприятие обладает достаточными возможностями для внедрения инноваций в свою деятельность;
- анализ жизненного цикла предлагаемых туров не проводился в течение последних нескольких лет, что сказывается на спросе на турпродукт;
- связь с общественностью в ООО «Туристическая фирма «Виза – Сервис» практически отсутствуют;
- основными способами поддержания связи с потребителями являются информирование постоянных клиентов об акциях по телефону или электронной почте, что, на наш взгляд, недостаточно для реализации клиентоориентированного подхода;
- отсутствует активный профиль в социальных сетях с актуальной информацией о турпродукте, что снижает уровень узнаваемости на рынке, а также теряется большой процент клиентов, заинтересованных в туризме и отдыхе.

По итогам анализа маркетинговой деятельности ООО «Туристическая фирма «Виза – Сервис» можно сделать вывод, что фирма использует устаревшие методы продвижения туристических услуг. Существует необходимость провести комплексное маркетинговое исследование турфирмы и разработать новые современные подходы по совершенствованию маркетинговой деятельности предприятия.

### Литература:

1. Ползикова Е.В. Маркетинговая проблематика анализа деятельности туристских предприятий / Е.В. Ползикова, Е. Ляликова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов материалы научно-практической конференции. Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 708-712.

2. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма: учебное пособие: [Электронный документ] URL <http://lib.kgufkst.ru/megapro/web> (дата обращения 16.09.2019)

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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 3. – С. 138-140.

## ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ КАК ИНСТРУМЕНТ БРЕНДИНГА ТУРИСТСКОЙ ТЕРРИТОРИИ НА ПРИМЕРЕ РЕСПУБЛИКИ КАЛМЫКИЯ

Г.Г. Гаданова

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В данном исследовании представлены особенности брендинга туристской территории посредством гастрономических фестивалей на примере Республики Калмыкия.

**Ключевые слова:** Калмыкия, гастрономический фестиваль, гастрономический маршрут, бренд, регион, брендинг, территория.

Республика Калмыкия известна в мире как единственный буддийский регион на территории европейской части Российской Федерации и привлекает российских и иностранных туристов экзотическими храмами, обрядами и гастрономией. Развитие гастрономического и этнографического туризма в Республике Калмыкия является важнейшим инструментом брендинга не только туристской территории, но и фактором, катализирующим развитие экономики. Гастрономические маршруты способствуют узнаваемости бренда региона.

С целью развития бренда региона, повышения интереса к туристскому потенциалу Калмыкии был организован фестиваль «МаханФест». Гастрономический фестиваль, проведенный в Калмыкии, состоялся в рамках ойрат-калмыцкого культурно-спортивного праздника 28 сентября 2019 года. Местом проведения послужила площадка кумысной фермы в поселке Лола в 20 км. от Элисты.

Приятной особенностью для гостей фестиваля стала его программа, которая отличалась продуманностью деталей и этнической направленностью. Программа включала: калмыцкую чайную церемонию, дегустацию кюр и сакса (калмыцкий плов), чемпионат мира по метанию кизяка, соревнования по скульптурным композициям из соломы, возведение ова (насыпь из камней, дом для духов местности), концерт с выступлениями артистов национальных ансамблей, конкурс поваров на лучший рецепт нового калмыцкого блюда, а также кумысная вечеринка, сжигание «абсолютного зла – «Хар Мангаса», концерт рок и поп-исполнителей калмыцкой эстрады.

Кроме интереснейшего фестиваля, туристские компании, к примеру ООО «Дестино Тур», предлагают туристам гастрономические туры, в программу которых включают посещение этнохотона «Бумбин Орн», мастер-класс по приготовлению калмыцких беригов (пельменей, борцоков), поездку на чабанскую стоянку калмыков из Монголии, ведущих традиционный кочевой образ жизни, прием в кибиточном стане «Страна Бумба», посещение Центрального хурула «Золотая обитель Будды Шакьямуни» и др.

Очень популярна этнографическая экскурсионная программа с гастрономической направленностью в Целинном районе. Здесь находится природный памятник «Одинокий тополь», который считается у калмыков-буддистов священным деревом, его окружают восемь буддийских ступ. Гости участвуют в праздничном ужине в ойратском ресторане калмыцко-монгольской кухни «Легенда», примеряют национальные костюмы и др.

Отметим, что основная проблема брендинга территории через гастрономический туризм – недостаточное развитие инфраструктуры, а именно: нехватка ресторанов этнической направленности, сложная транспортная доступность отдельных чабанских стоянок. Кроме того, не во всех районах республики разработаны программы брендинга туризма на ближайшую перспективу.

### Литература:

1. 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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018, № 1. – С. 117-119.

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: материалы научно-практической конференции. – Донецк: Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики, 2017. – С. 291-296.



3. 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.

## СУЩНОСТЬ И РОЛЬ КОРПОРАТИВНОГО ДУХА В КОМПАНИИ

А.О. Глушко

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

**Аннотация.** В работе рассмотрена сущность и роль корпоративного духа, методы его укрепления и разновидности, а также раскрываются возможности командообразования и примеры корпоративного гимна.

**Ключевые слова:** сущность и роль, корпоративный дух, компания, командообразование, корпоративный гимн.

В настоящее время вопрос повышения корпоративного духа привлекает особое внимание российских предприятий различных сфер, в том числе и туристских. Корпоративный дух – это своеобразный внутренний клуб по интересам, объединяющий людей, которым интересно работать в компании. Любой руководитель компании хочет поддерживать его на достаточно высоком уровне, потому что корпоративный дух помогает решать вопросы и экономить средства. Известно, что в условиях позитивного духа, персонал работает с энтузиазмом [2].

По мнению менеджеров по развитию персонала и организационной эффективности компаний, наибольшее количество мероприятий, проводимых для сближения сотрудников, осуществляется пока еще крупными организациями, а вот малые пока остаются в стороне. Некоторые предприятия выпускают собственные газеты и организуют обучающие программы различной направленности, которые могут быть направлены на изучение иностранных языков и даже занятия йогой. Иначе говоря, сотрудники вместе работают, учатся, занимаются спортом, отмечают праздники [3].

Другие компании могут похвастаться своей организацией командообразования, с помощью которой удается объединить коллектив в одну группу и направить всех сотрудников на решение общих задач, что в итоге приводит к ментальному и эмоциональному сближению, повышению мотивации персонала, а также происходит формирование навыков совместной работы и принятия обоюдных решений [1].

Еще одной современной особенностью стала разработка корпоративного гимна. Это стало настолько популярно, что в настоящее время появилось отдельное направление в музыкальном творчестве – написание корпоративных гимнов. За отдельную плату заказчику напишут текст, положат его на музыку, запишут с участием именитых артистов и т.д. [1, 3].

Таким образом, корпоративный дух играет важную роль в деятельности любой компании, поскольку сплоченный коллектив в несколько раз увеличивает производительность всей организации. Конечно же, в каждом коллективе случаются конфликты, что является нормой. Поэтому руководителю надо уметь разрешать возникающие конфликтные ситуации и поддерживать благоприятную атмосферу, где формирование корпоративного духа компании является одним из ключевых моментов эффективного управления.

### Литература:

1. Ползикова Е.В. Адаптация персонала в организации / Е.В. Ползикова // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2017. – С. 255-256.
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. Шпырня О.В. Повышение квалификации специалистов индустрии туризма как инструмент роста их конкурентоспособности на рынке труда / О.В. Шпырня // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2017. – № 3. – С. 89-95.

## ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ КРУИЗНОГО ТУРИЗМА НА ЧЕРНОМОРСКОМ ПОБЕРЕЖЬЕ

М.В. Гричуха

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

**Аннотация.** Рассмотрено нынешнее положение круизного туризма в Российской Федерации на Черноморском побережье. Выделена перспектива его развития.

**Ключевые слова:** круизный туризм, круизы, Черноморское побережье, Республика Крым, Краснодарский край, круизное сообщение.

В соответствии со статистическими данными ВТО, в эпоху неустойчивого экономического положения круизный туризм пользуется спросом и развивается [3]. Исходя из этого можно утверждать, что круизный туризм – это самое динамичное и перспективное направление.

В Российской Федерации в рамках развития внутреннего и въездного туризма ведется активная деятельность по разработке новых маршрутов, улучшению и модернизации старых. Однако большинство флота круизного туризма принадлежит иностранным туристическим компаниям, что влияет на ценообразование круиза. Эти факторы влияют на спрос среди отечественных туристов и туристов из-за рубежа.

В сентябре 2016 года Президент РФ Владимир Путин поставил задачу создать на Черноморском побережье Краснодарского края и Республики Крым круизный маршрут и запустить туры по нему [1]. Росморпорт стал исполнителем проекта. Он приобрел судно «Royal Iris», которое было переименовано в «Князь Владимир».

Оператором регулярного круизного сообщения в Черноморском регионе была назначена компания «Черноморские круизы». Она определила генерального агента по реализации путевок – круизную компанию «Инофлот».

Лайнер «Князь Владимир» начал работать по маршруту «Сочи-Новороссийск-Ялта-Севастополь-Сочи» с 11 июня 2017 года. По данным Риа-новостей загрузка судна была 50%, что является хорошим показателем для начала работы данного маршрута [2]. Туристам предоставляется удобное предложение по организации начала и окончания круизной программы в следующих городах: Новороссийск, Ялта и Севастополь.

Однако, не все города Краснодарского края и Республики Крым на побережье имеют возможность принять круизные лайнеры так как не имеют соответствующую инфраструктуру. Также у Российской Федерации отсутствует круизный морской флот.

На спрос круиза «Князь Владимир» и других круизов у иностранных туристов оказывает влияние низкий уровень сервиса. Для решения этой проблемы требуется обеспечение подготовки персонала для обслуживания круизных лайнеров в высших учебных заведениях.

Можно сделать вывод, что данное направление туризма в Российской Федерации безусловно имеет потенциал, что связано с наличием значимых природных и культурных объектов, расположенных на Черноморском побережье.

### Литература:

1. Ползикова Е.В. Перспективы развития каякинга в России / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 242-246.
2. Ползикова Е.В. Транспортное обеспечение в туризме: учебное пособие / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская. Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 217 с.
3. Юрченко А.А. Развитие круизного туризма в акватории Черноморского побережья Краснодарского края и Республики Крым / А.А. Юрченко, А. Попова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы научно-практической конференции. – Донецк: Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики, 2019. – С. 798-803.

## ОСОБЕННОСТИ РЕКЛАМНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ООО «ПЛАНЕТА-ТУР»

С.Д. Девдариани

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В работе анализируются особенности рекламной деятельности ООО «Планета-тур». Описываются современные методы маркетинговых коммуникаций, используемые предприятием.

**Ключевые слова:** реклама, маркетинговые коммуникации, ООО «Планета-тур», рекламный период.

В настоящее время ООО «Планета-Тур» выбирает различные виды рекламы в качестве основной формы рекламы своей продукции. С точки зрения неценовой конкуренции участие в рекламе в местных СМИ является наиболее важным, поскольку оно подчеркивает разницу в качестве между примерно одинаковыми ценами на туристические продукты и компоненты изображения, что определяет надежность и привлекательность [2].

Потребители, которые принимают решения о поездках, нуждаются в более подробной информации, чем любая реклама. В этом случае ваши собственные каталоги путешествий, брошюры и журналы не могут остаться незамеченными. Используя такие печатные объявления непосредственно в пункте продажи (офис, пункт продажи туристических пакетов), ООО «Планета-Тур» значительно усилила свое влияние на потребителей, и в результате была повышена эффективность прямых продаж туристических продуктов [3].

Учитывая социальный статус и профессиональную деятельность целевого населения, ООО «Планета-Тур» использует современные методы коммуникации, такие как Интернет, факс и телефон, в рекламных СМИ. При работе с постоянными клиентами и рекламными письмами более эффективно предоставлять туристические продукты по телефону и письма-продажи.

География продаж также является важным аспектом многих рекламных программ. Учитывая, что 90 процентов потенциальных и реальных туристов живут и (или) работают в г. Краснодаре, основной областью распространения рекламы должны быть города. Однако телевидение, газеты и реклама на радио распространяются более широко, и ООО «Планета-Тур» пользуется этой возможностью, чтобы привлечь потенциальных потребителей [1].

Как известно, у туризма есть два рабочих сезона – летний и зимний. Рекламные периоды могут совпадать с рабочим временем, тогда на рекламу среагируют те потребители, которые уже запланировали поездку и готовы выбрать туристическое агентство, и потребительские объявления, которые уже определились с маршрутом и не требуют дополнительного времени для начисления необходимой суммы.

В ООО «Планета-Тур» рекламные кампании начинаются до начала туристического сезона. Тогда есть возможность убедить больше клиентов путешествовать и дать им время для подготовки. При продвижении детских поездок расписание должно быть согласовано со школьными каникулами. ООО «Планета-Тур» использует стратегию «взлета» во время рекламы. Он характеризуется изменением периода времени (нарастания) интенсивной рекламы и периода времени (места), когда реклама не выполняется.

### Литература:

1. Кучеренко И.М. Современные каналы деловой коммуникации в туризме / И.М. Кучеренко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – Т. 48. – С. 120-122.
2. Ползикова Е.В. Особенности организация процесса рекламы туристских услуг в Интернете / Е.В. Ползикова, А. Самородов // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы научно-практической конференции. Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 712-716.
3. Шпырня О.В. Технологии продаж в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня, В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 200 с.

## ФРАНЧАЙЗИНГОВАЯ СИСТЕМА КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ВЕДЕНИЯ БИЗНЕСА В ТУРИЗМЕ

Е.С. Дейнеко

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В работе рассмотрены основные преимущества развития франчайзинговой системы как перспективного направления ведения бизнеса, описаны преимущества и недостатки системы.

**Ключевые слова:** франчайзинг, франшиза, инвестиционная активность, тур.

Теоретическое изучение понятий и характеристик франчайзинговой системы управления туристским предприятием, а также личный практический опыт автора, позволили прийти к некоторым выводам об определенных преимуществах данной системы, а именно: узнаваемый бренд туроператора; успешный опыт деятельности компании, предоставляющей франшизу агенту; активная PR-поддержка; единый call-центр для клиентов и возможных партнеров.

Франчайзинговая система ведения бизнеса в туристической отрасли достаточно популярна и распространена во всем мире, в том числе активно развивается и в нашей стране. Приведем примеры крупных мировых франчайзинговых сетей: «TUI», «AmericanExpress», «Uniglobetravel», «Woodsidetravel», «ВТИ» «Nekkerman» и др. К первым отечественным франчайзинговым турсетям отнесем: «Интурист», «Санрайз Тур», «Роза ветров», «Магазин горящих путевок» и др.

Краснодарский край уже несколько лет занимает лидерские позиции по инвестиционной активности в сфере франчайзинга, уступая только Москве и Санкт-Петербургу. В соответствии с экспертным анализом специалистов сайта «Franshiza.ru», количество предприятий на Кубани, которые работают по договору франшизы, составляет около 1000 точек. Об интенсивности развития бизнеса по данной системе свидетельствуют данные краевой статистики: в 2018 году количество предприятий, работающих по договору франшизы, увеличилось в 2,5 раза по сравнению с 2017 годом.

Отметим, что в 2018 году 60 предприятий края объявили о развитии бизнеса по договору франшизы, при этом только 20 предприятий активно продают франшизу. Самые известные предприятия, продающие франшизы, это винодельни «Абрау-Дюрсо», «Fanaqoria». В июне 2018 года в Краснодаре прошла интереснейшая специализированная выставка франшиз «Krasnodar Franchise Expo», на которой были представлены к изучению возможных партнеров франшизы известных отечественных и международных операторов.

Однако во франчайзинговой системе ведения бизнеса все же имеются и определенные недостатки: достаточно медленное развитие турсетей, что часто связано с отсутствием необходимых зданий, поскольку они должны быть небольшими и желательно, в центральной части города; часто завышенные условия соблюдения стандартов; коммерческий подход по отношению к отдельным офисам может быть разным и др.

Итак, отметим, что при наличии перечисленных недостатков, франчайзинг все же является успешной, прибыльной формой ведения бизнеса, взаимовыгодной как для франчайзера, так и для франчайзи.

### 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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – № 1-1. – 113 с.
2. Российская ассоциация франчайзинга (РАФ): [http://ru.rusfranch.ru/activities/activities\\_strategy/draft\\_documents.php](http://ru.rusfranch.ru/activities/activities_strategy/draft_documents.php). (дата обращения: 12.12.2019).
3. Ползикова Е.В. Применение франчайзинга как действенного способа организации деятельности в сфере туризма / Е.В. Ползикова, М.В. Коренева, М.А. Котлярова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 3. – С. 27-29.

**ТЕОРИЯ ЖИЗНЕННОГО ЦИКЛА ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА****Е.А. Евсюкова****Научный руководитель доцент О.В. Шпырня**

**Аннотация.** В работе анализируются особенности жизненного цикла туристских продуктов и услуг. Описываются основные фазы жизненного цикла.

**Ключевые слова:** жизненный цикл, фазы жизненного цикла, турпродукт, туристский рынок.

Теория жизненного цикла продукта была предложена экономистом Рэймондом Верноном в 1966 году. С помощью этой теории Рэймонд Вернон попытался объяснить различные стадии, через которые проходит продукт после его выхода на рынок. В нем объясняются причины, определяющие рост, зрелость и упадок продукта, а также то, как этапы жизненного цикла определяют внешнюю торговлю [3].

Рэймонд Вернон объяснил, что от изобретения турпродукта до его исчезновения из-за отсутствия спроса продукт проходит четыре стадии: внедрение, рост, зрелость и спад. Продолжительность этих этапов не фиксирована, а зависит в значительной степени от спроса на турпродукт на туристском рынке и, в некоторой степени, от затрат на производство и доходов, которые приносит продукт. Если турпродукт остается востребованным и затраты на его производство неуклонно снижаются, срок службы продукта увеличивается. С другой стороны, если издержки производства слишком высоки и спрос в значительной степени ограничен, то турпродукт закончит свое существование раньше.

Следовательно, невозможно предсказать продолжительность цикла [1]. Жизненный цикл – это период с момента появления турпродукта на туристском рынке и до его исчезновения. Жизненный цикл представляет собой идеально – типичное развитие оборота и прибыльности продукции во времени. Проще говоря, жизненный цикл турпродукта показывает сумму дохода, полученную продуктом за период времени с момента его создания до его прекращения. Есть четыре общих этапов, которые составляют цикл продукта: разработка и внедрение, фаза роста, фаза зрелости, фаза спада [2].

**Фаза разработки и внедрения.** Прибыль на этом этапе низкая, потому что исследования и разработки, затраты на производство и маркетинг высоки. Цены устанавливаются высокими на продукт или услугу, чтобы компенсировать некоторые затраты (но также могут быть низкими как способ более быстрого наращивания доли рынка).

**Фаза роста.** Продажи обычно увеличиваются со спросом на продукт. Денежный поток улучшается, а прибыль достигает своего пика. Хотя на этом этапе конкуренция может быть минимальной, важно постоянно вносить уточнения и опережать конкурентную кривую. Создавайте возможности для разработки продуктов и услуг, используя деньги, получаемые от увеличения продаж.

**Фаза зрелости.** Продажи могут продолжать расти или выравниваться. Прибыль уменьшается, поскольку цены постоянно снижаются, чтобы конкурировать. Тем не менее большое количество денежных потоков генерируется за счет продаж.

**Фаза спада.** Продажи падают, хотя цены продолжают снижаться. На этом этапе прибыль чрезвычайно низкая, но продукт или услуга генерирует достаточный денежный поток в течение своего срока службы.

Соответственно, можно сделать вывод, что на всех фазах продажи туристского продукта дифференцированы. Соответственно, необходимо применять различные стратегии маркетинга на каждой фазе. В качестве рекомендуемых мы предлагаем конверсионный маркетинг, стимулирующий маркетинг, развивающий маркетинг и ремаркетинг.

**Литература:**

1. Джум Т.А. Методические аспекты разработки маркетинговой стратегии предприятий ресторанного бизнеса / Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская, В.Г. Минченко. – Краснодар, 2018.
2. Заднепровская Е.Л. Комплекс маркетинга как основной элемент бизнес-стратегии в сельском туризме / Е.Л. Заднепровская, И.М. Кучеренко // Туристско-рекреационный комплекс в системе регионального развития: Материалы VI Международной научно-практической конференции. – 2018. – С. 309-312.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

## ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА В ПОЛЬШЕ

Н.И. Ефимов

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** В данном тезисе рассмотрены и представлены особенности развития сельского туризма в Польше.

**Ключевые слова:** туризм, сельский туризм, популяризация, агротуристские фермы.

Динамичное развитие сельского туризма в Польше началось в 90-е годы прошлого столетия. За определенный период было создано и реализовано несколько проектов. Благодаря плодотворной работе работников сельскохозяйственных совещательных служб численность агротуристских хозяйств начала стремительно расти. Главные особенности: ощущение необходимости интеграции усилий и объединения сельских квартиросдатчиков, стремление повышения качества предоставления услуг [1]. Воплощением инновационных подходов в сельском туризме стали тематические деревни и туристские кластеры.

На границе трех государств (Россия, Литва, Польша) функционирует семейное частное предприятие «Фирма Яна Ковальского». На фермерском хозяйстве туристам предложат беззаботный отдых в окрестностях красивейшего озера Вижайны, приблизить себя к жизни деревенского быта [2, 3]. Например, покормить домашних животных (кроликов, коров и пр.), подоить коз, поработать с хозяевами на скотном дворе и др. В Варминско-Мазурском воеводстве в деревне Каменка создана этнокультурная деревня «Гончарная деревня». Гости могут получить мастер-класс по гончарному делу. В гостевом доме «Табун» (вблизи г. Гданьска) путешественникам предложат покататься на лошадях, на озере Отоминьское порыбачить. Кухня имеет разнообразное меню, включает и современные, и старинные национальные блюда. Гостевой двор «Традиция», что в Западно-Поморском воеводстве, специализируется на традициях национальной польской кухни. Кроме дегустации блюд, можно пройти кулинарный мастер-класс по их приготовлению.

Более того, в Польше есть крестьяне, которые занимаются деятельностью в сфере сельского туризма, и те, которые желают предоставлять услуги, используя имущество собственного хозяйства.

Таким образом, развитие сельского туризма в Польше развивается бурными темпами. На фермах, в гостевых домах, проживая в сельской местности, желающие обучаться нехитрым премудростям деревенской жизни могут насладиться красивыми пейзажами окрестностей.

### Литература:

1. Кучеренко И.М. Международный опыт как основа оптимизации развития агротуризма на Кубани / И.М. Кучеренко // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2016. – № 2. – С. 39-41.
2. Макрушина И.В. Бизнес-план и его роль в инновационном развитии предприятия размещения / И.В. Макрушина, М.В. Коренева, Ю.С. Луганская // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 2. – С. 75-77.
3. Юрченко А.А. Страноведение. Ч.1 – Зарубежная Европа. Австралия: учебное пособие / А. А. Юрченко. Л. И. Демидова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 11 с.

## ОТДЫХ В ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЯХ И ЦЕНТРАХ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ДЕТСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

В.Е. Ефремова

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** В данной работе описывается отдых в детских оздоровительных лагерях и центрах как одно из направлений детского туризма, рассматриваются их виды и специфика, а также возможности Краснодарского края для развития данного направления.

**Ключевые слова:** дети, туризм, детский оздоровительный лагерь, Краснодарский край.

Самым популярным и востребованным направлением детского туризма является отдых в детских лагерях, которые в свою очередь, подразделяются на детские оздоровительные лагеря и центры (ДОЛ, ДОЦ), спортивно-оздоровительные лагеря и комплексы (СОЛ, СОК) и международные детские лагеря и центры (МДЛ, МДЦ).

Отдыхая в детском лагере, ребенок развивается как личность: происходит познание нового материала, предоставляется возможность заниматься как активными видами отдыха, так и научно-образовательной деятельностью, изучать иностранные языки и многое другое. Также немаловажным фактором является проживание детей в группе сверстников, что положительно влияет на такой воспитательный процесс, как социализация в обществе. Они обучаются нормам поведения в коллективе, культуре взаимоотношений, приобщаются к духовности и принципам безопасности и ведения здорового образа жизни [1, 2].

Перспективными тенденциями развития детских лагерей является отказ от единообразия. Все популярнее становится разработка инновационных форм проведения отдыха детей: внедрение новых приключенческих программ, уклон на определенный вид деятельности (например, изучение иностранного языка, занятия спортом, музыкой, танцами, наукой и т.д.). Создаются всевозможные условия для педагогического творчества коллектива, а также проводится гуманизация деятельности детских оздоровительных лагерей и центров.

Краснодарский край, в свою очередь, является «жемчужиной детского отдыха в Российской Федерации». На территории региона сосредоточено большое количество детских оздоровительных лагерей и центров, имеющих свою собственную специфику. Например, популярными языковыми лагерями являются «Lingvocamp», «Jey Camp», «MOST Camp» и др., спортивными – «Футбольная Академия Авангард», «Make Noise Camp», горнолыжные, «International Ice Hockey Camp» и др., научно-познавательными являются «Океания», «Юниум», «Медиа Волна», «Я – Лидер!» и т.д. Также стоит отметить, что в Краснодарском крае располагаются два крупных всероссийских детских центра: ВДЦ «Орленок» и ВДЦ «Смена» [3].

Таким образом, отдых в детских оздоровительных лагерях и центрах является важным фактором развития детского туризма в целом, а Краснодарский край располагает всем необходимым потенциалом для дальнейшего продвижения и совершенствования данного направления.

### Литература:

1. Особенности детского туризма: [Электронный ресурс] URL [https://revolution.allbest.ru/sport/00424466\\_0.html](https://revolution.allbest.ru/sport/00424466_0.html) (дата обращения 15.11.2019).
2. Коренева М.В. Практика сервиса: учебно-методическое пособие / М.В. Коренева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 287 с.
3. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае / В.Г. Минченко, Е.Л. Заднепровская, О.В. Шпырня и др. – Краснодар, 2017. – 290 с.



## ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ АРТ-ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

А.В. Зайцев

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** Рассмотрены объекты, мероприятия, способствующие развитию арт-туризма в Краснодарском крае.

**Ключевые слова:** Краснодарский край, арт-туризм, музей, галерея, развитие.

Арт-туризм – это вид туризма, целью которого является совмещение отдыха с познанием жизни, быта, истории и культуры какого-либо народа. На сегодняшний момент является новым и наиболее динамично развивающимся направлением мирового туризма. Этот вид туризма включает в себя поездки на биеннале или триеннале; кинофестивали; показы одежды от ведущих модельных домов и кутюрье; выставки; аукционные дома; художественные галереи; драматические, оперные и балетные спектакли; студии художников; креативные кварталы; дома-музеи и другие [1, 2].

В Краснодарском крае расположено большое количество объектов, в которых содержится все творчество местного народа. Тем самым они привлекают в крайне малое количество туристов, любящих искусство, художественную культуру.

В качестве примера рассмотрим некоторые объекты:

«Мастерская стекла» располагается в Кабардинке. Просторный выставочный зал, в котором прямо во время экскурсии можно наслаждаться работой мастеров минимум в трех техниках работы со стеклом! Стекланные инсталляции от пола до потолка, тончайшие хрустальные шедевры ждут туристов в этой мастерской.

Арт-двор расположился в Абрау-Дюрсо. Здесь можно отправиться на мастер-классы в арт-мастерские, чтобы научиться делать своими руками куклы, плести браслеты и украшения, лепить и рисовать. В двух шагах от мастерских расположился арт-кинотеатр, где можно увидеть необычные программы авторского кино. Также есть арт-базар, где можно приобрести авторские работы местных художников и дизайнеров, а также антиквариат и монеты. По выходным на площади проходят концерты и организовывается Блошиный рынок.

В Олимпийском парке в Сочи открылось поистине потрясающее место! Мастера сделали кружевные ледяные инсталляции, фантастическое северное сияние, магические зеркала, мороженые узоры! А также огромные калейдоскопы с самоцветами и радугой. Внутри – 10 градусов. Кроме того, гостям разрешается самим смастерить валенки, шапки, шубки [3].

Таким образом, различные объекты, отражающие колорит народов, населяющих Краснодарский край, проведение кинофестивалей, художественные галереи, спектакли разного жанра, дома-музеи и т.д. привлекают большое количество гостей в наш край, тем самым способствуя развитию и росту популярности арт-туризма в регионе.

### Литература:

1. 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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – № 1. – С. 117-119.
2. Кружков Д.А. Становление и развитие самостоятельного туризма в России / Д.А. Кружков, В.О. Немцова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – № 1. – С. 110-112.
3. Кучеренко, И.М. Современные каналы деловой коммуникации в туризме / И.М. Кучеренко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – Т. 48. – С. 120-122.

## ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ КЛУБНОГО ОТДЫХА НА ПРИМЕРЕ ГОРОДА КРАСНОДАР

В.М. Зубова

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В тезисах рассмотрены перспективы развития клубного отдыха в г. Краснодаре, проведен анализ отзывов посетителей клубов, сделаны выводы о привлекательности сервиса и развлекательных программ.

**Ключевые слова:** клубный отдых, шоу-программа, туристский сегмент.

Клубный отдых относится к одному из видов туризма, связанному с рекреацией горожан и туристов. Клубный отдых является специфическим видом отдыха, отдыхающие размещаются в клубе на соответствующих условиях: в режиме разделяемого времени, в режиме реального времени или в гостиницах, которые принадлежат клубам. Клубный отдых привлекателен не только для молодежного туристского сегмента потребителей, но и для семейного сегмента, ярким свидетельством чему служат музыкальные клубы Краснодара.

Автором был проведен анализ 156 отзывов посетителей музыкальных клубов на различных сайтах и сделаны выводы о привлекательности сервиса, интерьера, оборудования, танцполов, шоу-программ заведений. К наиболее популярным музыкальным клубам, в которых часто выступают знаменитые ди-джеи города, страны, а также или российские, зарубежные артисты, отнесем:

– «Шаманика» (ул. Седина, д. 17). Это клуб любителей этнической культуры, музыканты используют соответствующие музыкальные инструменты: джамбе, диджериду, варган, ситар и др. Помещения оформлены в этническом стиле, здесь регулярно организуются концерты этнической музыки, йога-вечера, чайные дегустации и интересные тематические мероприятия;

– «СУ-27» (ул. Ставропольская, д. 208). Музыкальный клуб известен как оплот андеграунда, на сцене заведения постоянно выступают рокеры, рэперы, панки, металлисты. В помещениях установлена отличная аппаратура с хорошим качеством звука, что позволяет туристам с удовольствием наслаждаться живыми музыкальными выступлениями, острыми шутками клубных ведущих;

– «Набоков» (ул. Красноармейская, д. 33). Арт-кафе «Набоков» привлекает гостей музыкой в стиле джаз, блюз, фанк и рок-н-ролл. В стенах клуба выступают российские вокалисты, а также виртуозы саксофона, контрабаса, акустической гитары и др. Туристы также имеют возможность поиграть в шахматы, другие настольные игры;

– «WilsonPub» (ул. Горького, д. 104). Паб декорирован в стиле американских питейных заведений 40-х годов прошлого столетия, пользуется успехом у любителей живой музыки в стиле, джаз, блюз, рок. На регулярной основе выступают музыкальные группы «Ундервуд» и «Бадун». В дни, когда нет концертов, на экранах бара ведутся трансляции футбольных матчей и других спортивных мероприятий.

Нами коротко описаны несколько заведений клубного отдыха из широкого спектра представленных клубов в г. Краснодар. Проведенный анализ свидетельствует об организации качественного отдыха, возможности получить разнообразнейшие клубные музыкальные впечатления туристами как от музыки в стиле андеграунд, так и этнической музыки.

### 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. Ермак В.В. Развитие музыкального туризма в России и за рубежом / В.В. Ермак, А.Д. Сабурова, Е.В. Ползикова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 229-230.

3. Ползикова Е.В. Музыкальные фестивали как перспективное направление развития событийного туризма / Е.В. Ползикова, Т.А. Самсоненко // Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий: материалы II международной научно-практической конференции. – Донецк: Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики, 2018. – С. 319-321.

**СПЕЦИФИКА КОМПЛЕКСНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ В СФЕРЕ ОРГАНИЗАЦИИ  
МОЛОДЕЖНОГО ДОСУГОВОГО ОТДЫХА**

**В.М. Зубова**

**Научный руководитель доцент И.М. Кучеренко**

**Аннотация.** В работе рассмотрена специфика комплексного обслуживания в сфере организации молодежного досугового отдыха в Краснодарском крае.

**Ключевые слова:** индустрия, комплексное обслуживание, досуг, молодежный туризм, Краснодарский край.

Одним из перспективных направлений в системе мировой туристской индустрии является молодежный туризм. Большой популярностью у молодежи пользуется досуговый отдых. В широком понимании – это отдых людей, которых объединяют общие занятия, интересы и увлечения (яхт-клуб, гольф-клуб, хобби-туризм). Организация и проведение досуга в ночных клубах представляет собой индустрию развлечений и является неотъемлемой частью жизни каждого крупного города [1]. На территории Краснодарского края находится многочисленное количество разнообразных клубов, таких как «Honey Bunny», «Koko», «Madison» и другие, с самыми разными концепциями управления и организации. По спектру предоставляемых услуг ночные клубы вплотную приблизились к развлекательным центрам. Список развлечений, которые могут предложить ночные клубы своим посетителям, весьма разнообразен. Это танцевальная площадка, живая музыка и хореография, бильярд, боулинг, караоке, ресторан, бар, конкурсная программа, оригинальные шоу-постановки, тематические вечеринки. Как и везде в мире ночные клубы вызывают очень противоречивую реакцию общества. Однако, в силу возраста их посетителей, именно клубы становятся местом непринужденного отдыха, общения, способствуют новым знакомствам и повышению коммуникабельности. Разнообразие предоставляемых услуг и грамотное обслуживание – основной залог успеха, популярности и экономической эффективности клуба. Поэтому к выбору услуг и к обслуживающему персоналу предъявляются самые высокие требования [2].

Подобная специфика комплексного обслуживания позволяет сегодня клубный отдых рассматривать как особую форму организации социально-культурной и досуговой деятельности молодежи.

**Литература:**

1. Карасев И.Е. Организация детско-юношеского и молодежного туризма: учеб. пособие / И.Е. Карасев, Е.В. Кулагина, О.В. Лукина, Б.К. Смагулов. – Омск: Изд-во ОмГТУ, 2017. – 92 с. – Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/664484>
2. Мошняга Е.В. Концептуальное пространство межкультурной коммуникации в туризме в условиях глобализации: монография. – М., 2016. – 220 с.

## СТАНДАРТНЫЙ НАБОР УСЛУГ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ КРУПНЫХ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

С.Д. Иванова

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

**Аннотация.** В работе раскрыты основные стороны формирования необходимого набора услуг для проведения крупных спортивных мероприятий и форумов, изученные на примере Всемирной зимней универсиады 2019 года.

**Ключевые слова:** услуги, обслуживание, универсиада, волонтерская деятельность, спортивное мероприятие.

Спортивные мероприятия, проводимые на международном уровне, являются для туристской отрасли и для отрасли спорта событийными проектами. Такие мероприятия, как Универсиады, чемпионаты мира и Олимпийские игры, являются приоритетными для страны-организатора, так как оказывают существенное влияние на развитие социальной и экономической сферы города, региона и страны в целом.

В связи с тем, что такие масштабные мероприятия носят публичный характер и вызывают повышенный интерес со стороны общественности, средств массовой информации, первоочередной задачей является проведение их на соответствующем уровне, удовлетворяющим потребности всех участников и гостей.

При организации спортивных мероприятий необходимо обеспечивать удовлетворение потребностей всех участников, начиная от спортсменов и заканчивая зрителями. Данный набор услуг и составит стандартный комплекс спортивного сервиса и сопутствующих услуг. Это услуги туристской направленности, спортивный сервис инвентаря и оборудования, а также комплекс бытовых услуг. Стандартный набор предоставляемых услуг может варьироваться в зависимости от следующих показателей:

- место проведения (район, численность населения);
- сезонность;
- спортивная направленность мероприятия;
- масштаб.

Исследование, проведенное в рамках работы волонтерского корпуса Всемирной зимней универсиады 2019 года, показало, что помимо обеспечения участников системой спортивного сервиса, обеспечивались потребности спортсменов в транспортных услугах, комплексе услуг размещения, питания. Особое внимание уделено организации свободного времени молодежи и других участников соревнований, для этого были предложены досуговые развлекательные программы со стороны организаторов [1].

В ходе организации Всемирной зимней универсиады в г. Красноярске особое значение уделялось подготовке волонтеров. Сферой деятельности волонтеров являлись организация питания, размещения участников в спортивной деревне, координация гостей на объектах. В стандартный набор услуг по обслуживанию гостей Универсиады также были включены обзорные экскурсии и их проведение на различных языках. Некоторые волонтеры выполняли функции переводчиков [3].

Важной стороной волонтерской деятельности при проведении Универсиады являлась помощь иностранным спортсменам и гостям в адаптации к новому для них месту проживания. Услуга адаптации к новым условиям, когда все прибывшие должны были почувствовать себя как дома и проявить готовность к спортивным стартам, выполнена в полном объеме, что подтверждено положительными отзывами всех участников Универсиады [2].

### Литература:

1. Гинько Я.П. Положительные и отрицательные стороны проведения Универсиады-2019 в городе Красноярске / Я.П. Гинько, А.Н. Владыко // Новая наука: опыт, традиции, инновации. – Красноярск, 2016. – № 5-1 (83). – С. 47-49.
2. Кружков Д.А. Компетентностный подход в преподавании учебной дисциплины «Комплексное туристское обслуживание спортивных мероприятий» / Д.А. Кружков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – Т. 48. – С. 115-117.
3. Леонтьева Л.С. Развитие спортивно-событийного туризма в городе-курорте Сочи на основе посещения гран-при России «Формула 1» / Л.С. Леонтьева, М.В. Коренева, Н.С. Леонтьева // Актуальные проблемы развития туризма: Материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 204-206.

## ОЛИМПИЙСКОЕ НАСЛЕДИЕ КАК КАТАЛИЗАТОР РАЗВИТИЯ ДЕЛОВОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

В.А. Ковалев

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

**Аннотация.** В работе рассмотрена роль олимпийского наследия в развитии делового туризма.

**Ключевые слова:** деловой туризм, олимпийское наследие, олимпийский объект, развитая инфраструктура.

В соответствии с данными статистики Международного олимпийского комитета, количество денежных средств, потраченных на организацию и проведение Олимпийских игр, вылилось в сумму сорока одного миллиарда долларов, а прибыль от данного мероприятия составила около пятидесяти трех миллионов долларов. На территории Большого Сочи осталась прекрасно обустроенная транспортная инфраструктура, которая способствует разгрузке большого потока автомобилей. Осталось большое число спортивных сооружений, которые используются как тренировочные базы, а также для проведения спортивных мероприятий. Туристам, кроме этого, интересно посещать различные концерты и выступления, проводимые в Олимпийском парке. Объектами Олимпийского наследия являются: ледовая арена «Шайба», ледовый дворец «Большой», арена «Фишт», материально-техническая база и удобное месторасположение Медицентра, «Адлер-арена» арена, ледовый дворец «Айсберг».

В городе Сочи развивается деловой туризм благодаря созданию на базе олимпийских объектов выставочных площадок для проведения различных деловых мероприятий. Наличие данных площадок, а также оставшиеся после проведения Олимпийских игр предприятия размещения, которые соответствуют международной классификации, наличие комфортабельных транспортных сетей, привлекающих крупнейшие международные политические, общественные и бизнес мероприятия.

Таким образом, олимпийское наследие города Сочи используется в наше время исоставляет большой потенциал для развития спортивного туризма, который используется в полной мере. Объекты переделали так, чтобы они не стояли без дела. Все олимпийские объекты доступны для туристов, каждый может посетить места проведения Олимпийских игр и прикоснуться к истории. Помимо туристского потенциала, делается все для будущего поколения, для чего открыли образовательный центр «Сириус». Инфраструктура города и региона в целом претерпела качественные изменения в лучшую сторону, поэтому можно утверждать, что Олимпийские игры оставили после себя большое наследие, которое может использоваться еще долго и модернизироваться в последующем [1, 2, 3].

### Литература:

1. Бреус Е.М. 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.
2. Коренева М.В. Роль наследия XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи в формировании туристских маршрутов / М.В. Коренева, Л.С. Леонтьева, Н.С. Леонтьева // Олимпизм: истоки, традиции и современность: Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очной научно-практической конференции. Редколлегия: Г.В. Бугаев [и др.]. – 2018. – С. 588-596.3.
3. Коренева М.В. Привлечение туристов в Сочинский район на основе разработки и реализации программ событийных туров / М.В. Коренева, Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов материалы научно-практической конференции. – 2018. – С. 436-441.

## К ВОПРОСУ РАЗВИТИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО И СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА В РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

А.В. Коваленко

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** Данная работа посвящена экологическому и сельскому туризму в Ростовской области, рассматриваются возможности для развития данных видов в Орловском и Пролетарском районах региона.

**Ключевые слова:** развитие туризма, экологический туризм, сельский туризм, Ростовская область.

В настоящее время развитие как внутреннего, так и въездного туризма является волнующим как Россию, так и отдельно взятые регионы вопросом. В свою очередь, Ростовская область располагает огромным туристским потенциалом, в связи с чем ее правительство проявляет особый интерес к развитию необходимой инфраструктуры. На сегодняшний день происходит стабильный рост туристского рынка региона: ежегодно территорию посещает свыше 1 млн. туристов [3].

Новой тенденцией среди жителей крупных городов стал экологический и сельский виды туризма, дающие возможность проведения отдыха в живописных местах, а также прикоснуться к традициям Донского края.

Так, например, восточная часть области, а именно Орловский и Пролетарский районы, набирают популярность среди туристов благодаря своим экологически чистым территориям. В Государственный биосферный заповедник «Ростовский» каждую весну приезжают многочисленные гости, которых привлекает цветение тюльпанов и возможность наблюдения за перелетными птицами, многие из которых занесены в Красную книгу. Каждый год на территории заповедника проводится экологический фестиваль «Воспетая степь» [2].

Особый интерес в Орловском и Пролетарском районах получает сельский туризм, предполагающий отдых с конными и велопрогулками, рыбалкой, походами на природу и т.д. Примером может послужить Великокняжеский конный завод в Пролетарском район, предназначенный для экотуризма. Основным племенным ядром завода являются лошади буденновской породы. Для гостей особенно привлекательным является отдаленность от городской суеты, а также виды донских степей. На территории экоотеля «Остров», входящего в состав Великокняжеского конного завода, расположено собственное фермерское хозяйство, предлагая туристам дегустацию и заказ традиционных блюд донской кухни, приготовленных из экологически чистых органических продуктов [1].

Таким образом, на территории Ростовской области расположены необходимые ресурсы для развития экологического и сельского видов туризма в регионе, которые на сегодняшний день набирают все большую популярность как среди российских, так и зарубежных туристов, что может послужить фактором привлечения дополнительного потока отдыхающих в Донской край.

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Особенности продвижения сельского туристского продукта через социальные сети / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова, А.А. Бутко // Актуальные проблемы правового, экономического и социально-психологического знания: теория и практика. – 2019. – С. 68-71.
2. Поддубная Т.Н. Экологическая обстановка региона как фактор развития туризма / Т.Н. Поддубная, А.М. Крашенинникова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы научно-практической конференции. – 2019. – С. 679-683.
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. – 2018. – С. 67-71.

**ЛОГИСТИЧЕСКИЕ ПРОЕКТЫ КУБАНИ**  
**Н.В. Костюкова**  
**Научный руководитель доцент Е.А. Еремина**

**Аннотация.** Данная работа посвящена изучению логистических проектов на Кубани.  
**Ключевые слова:** логистика, проект, порт, аэропорт, дорога, Краснодарский край.

По Краснодарскому краю проложены важнейшие железнодорожные ветки федерального значения, ведущие к курортам Черного и Азовского морей, имеется 9 морских пассажирских и грузовых портов. Географические характеристики Кубани дают возможность назвать его «транспортным окном» России.

Ряд экспертов в области логистики считают, что усиление связей территорий через увеличение и модернизацию железнодорожной, автодорожной, авиационной, морской и речной инфраструктуры станет основой концепции развития экономики региона через реализацию комплексного проекта «Развитие и обновление железнодорожной инфраструктуры на подходах к портам Азово-Черноморского бассейна» в рамках федеральной целевой программы «Развитие транспортной системы России (2012-2020 годы)». Одним из звеньев проекта станет строительство обхода Краснодарского железнодорожного узла [2].

Один из больших проектов нацелен на реконструкцию крупных морских портов. Запланирована модернизация имеющихся железнодорожных магистралей и построение новых веток железной дороги и автомобильных трасс. Отдельный большой проект – это расширение аэропорта в городе Краснодар, он должен быть реализован до 2030 года.

В работе представлено экспертное мнение руководителя краевого департамента инвестиций и развития малого и среднего предпринимательства Воронова Виталия Сергеевича по поводу реализации проекта «Развитие южного экспортно-импортного хаба», он считает, что данный проект имеет федеральное значение.

Помимо вышеуказанных проектов на Кубани планируется к реализации еще несколько логистических проектов. Отдельного внимания заслуживает логистический парк в Староминском районе. Данный парк будет способен выдержать мощность 15 тысяч тонн грузов в год.

Целеполагание данных проектов – увеличение пассажирооборота, экспорта продукции на 20%, увеличение рабочих мест на 10 тысяч.

В заключение можно вспомнить слова В.И. Кондратьева: «Инфраструктурный логистический проект соединит 9 портов, 4 аэропорта и сеть промышленно-логистических центров. Откроются новые возможности для экспорта кубанских производителей. Особое внимание и интерес вызывают следующие проекты: аэропорт Краснодара, порт Тамань, современная автотрасса от Джубги до Сочи» [1].

**Литература:**

1. Федеральная целевая программа «Развитие транспортной системы России (2010-2015 годы)» в редакции Постановления Правительства РФ от 20.05.2008 №377
2. Логистика: учебник для академического бакалавриата / Ю.М. Неруш, А.Ю. Неруш. – Москва: Юрайт, 2017. – 558 с.

## ПРИМЕНЕНИЕ ФУНКЦИЙ УПРАВЛЕНИЯ В САНАТОРНО-КУРОРТНОМ ПРЕДПРИЯТИИ КАК СПОСОБ МОТИВАЦИИ ПЕРСОНАЛА

О.В. Косяченко

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

**Аннотация.** Обоснована необходимость применения функций управления по отношению к деятельности предприятий санаторно-курортной сферы, являющихся в свою очередь сложными организационными структурами.

**Ключевые слова:** организационная структура, санаторно-курортное предприятие, функции управления, менеджмент.

На международном рынке услуг туризм занимает почетное место и является важной отраслью экономики во многих странах современного мира. Вместе с тем, туризм – это сложная организационная структура, где между различными взаимосвязанными элементами (трудовыми коллективами, туристскими регионами, отдельными организациями и предприятиями туризма) устанавливаются устойчивые отношения, обеспечивающие функционирование туристской отрасли и достижение ее стратегических целей.

Как и любая другая структура, санаторно-курортное предприятие не сможет успешно существовать без грамотного управления им. В систему грамотного управления предприятием вкладывается оптимальное распределение целей и правильная постановка задач сотрудникам структурных подразделений организации. В структуру самой организации входят такие компоненты, как состав подсистем организации, их соотношение, их расположение и их взаимосвязь. Для эффективного управления необходимо правильно создать такую структуру, где будут справедливо распределены права и ответственность подразделениям организации [2].

Важную роль в успешной реализации санаторно-курортных услуг играет обеспечение управленческой деятельности. Функция менеджмента в туризме подразумевает осуществление последовательных действий, направленных на выбор средств и механизмов воздействия и их реализацию для решения конкретных задач.

Управление является процессом, который состоит из самостоятельной, специализированной и обособленной ветвей деятельности по управлению предприятием, то есть управленческих функций. К общим функциям управления относятся следующие: функция планирования, где определяются цели организации и осуществляется подбор средств и методов их достижения; функция организации, в рамках которой создаются условия для достижения целей, распределяются обязанности и т.д.; функция координации, обеспечивающая согласованность между элементами работы; функция мотивации, направленная на активизацию сотрудников предприятия и повышение их работоспособности и функция контроля, определяющая соответствие результатов деятельности с установленными стандартами. Данные управленческие функции имеют взаимосвязь и представляют некий общий процесс [1, 3].

Таким образом, под организационной структурой управления понимается упорядоченная совокупность устойчиво взаимосвязанных элементов, обеспечивающих функционирование и развитие организации как единого целого. При этом главной ее функцией является распределение должностных обязанностей и обеспечение контроля, а также работа с мотивацией сотрудников.

### Литература:

1. Василенко Е.В. Менеджмент в социально-культурном сервисе и туризме: курс лекций / Е.В. Василенко, В.Г. Минченко. – Краснодар, КГУФКСТ, 2011. – 191 с.
2. Заднепровская Е.Л. Особенности стандартов туристских организаций / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская // Актуальные проблемы правового и экономического знания: теория и практика: Материалы международной научно-практической конференции. В 2-х томах. Ответственный редактор И.П. Подмаркова. – 2018. – С. 208-211.
3. Минакова А.С. Социально-экономическое развитие санаторно-курортного комплекса Краснодарского края / А.С. Минакова, Е.А. Еремина // Тезисы докладов XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – С. 162-163.



## СТАНДАРТ УБОРКИ ГОСТИНИЧНОГО НОМЕРА

Е.Р. Крупкина

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

**Аннотация.** В работе рассмотрены основные технологии уборки номера на предприятиях размещения, а также профессиональные обязанности персонала по уборке и проверке номеров.

**Ключевые слова:** средства размещения, технология уборки, гостиница, стандарт уборки гостиницы.

В наиболее общепринятом понимании под уборкой понимается наведение чистоты, порядка в помещении или на определенной территории. Выделяют следующие технологии уборки гостиничных номеров: ежедневную; после выезда гостей; генеральную. Согласно общепринятым стандартам, схема уборки гостиничного номера включает следующие этапы [1]:

- 1) Проветривание и кондиционирование помещений. Проветривание обеспечивается естественным образом путем открытия окон на 20-30 минут или с использованием систем кондиционирования. Комфортные аэродинамические характеристики помещений обязательно должны обеспечиваться в срок за полчаса перед прибытием гостей в номер.
- 2) Уборка крупного мусора.
- 3) Снятие грязного белья с постельных принадлежностей. Чистое белье необходимо положить рядом с кроватью, кровать с постельными принадлежностями остается на определенный срок для проветривания.
- 4) В ванной комнате убираются использованные полотенца, моются ванна и унитаз.
- 5) В период высыхания ванны и раковин заправляется постель.
- 6) Осуществляется подготовка балкона, если он предусмотрен в номере.
- 7) В жилой комнате вытирается пыль с всех предметов.
- 8) Осуществляется уборка пола пылесосом.
- 9) Моется пол в ванной комнате [3].
- 10) Обновляется и заменяется использованный инвентарь (мыло, туалетная бумага).

После уборки горничных номеров их работу проверяет дежурный на этаже. В течение рабочей смены дежурный на этаже при быстрой проверке, согласно норме, должен осмотреть 100 номеров, при более тщательной проверке норма составляет 35 номеров [2]. В процессе быстрой проверки, которая длится 3-5 минут, дежурный на этаже должен выяснить, проводилось ли в номере проветривание, качество уборки в жилой части и санузлах (удален налет, пятна на раковине, унитазе, душевой, ванной, облицовочной плитке), убрана ли кровать. Более основательная проверка продолжается 7-10 минут и касается детального изучения дежурным на этаже качества уборки, замены белья, полотенца в ванной комнате, пополнения использованных сопутствующих материалов, удаления пятен на ковровом покрытии, мягкой мебели, замены информационного материала, технического состояния бытовых приборов [1, 2, 3].

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Туристские услуги как вид дополнительной деятельности в сельской местности / Е.Л. Заднепровская, Т.Н. Поддубная // Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий : материалы II международной науч.-практ. конф.(6-7 июня, 2018, г. Донецк). – Донецк: ДонАУиГС, 2018. – С. 299-302.
2. Кравченко К.С. Совершенствование системы дополнительных услуг на предприятиях размещения / К.С. Кравченко, И.В. Макрушина // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых Южного федерального округа: Материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 237-238.
3. Кучеренко И.М. Современные возможности и требования к подготовке специалистов в сфере гостиничного и ресторанного менеджмента за рубежом / И.М. Кучеренко // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2016. – № 3. – С. 66-69.

## ПОВЫШЕНИЕ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ТУРПРЕДПРИЯТИЯ

**В.И. Куличкова**

**Научный руководитель доцент И.М. Кучеренко**

**Аннотация.** Качество турпродукта считается ведущим фактором его конкурентоспособности.

**Ключевые слова:** качество, конкурентоспособность, система маркетинга, управление, контроль, рынок, спрос, предложение.

Поддержание необходимого уровня качества турпродукта и услуг должно стать стратегическим направлением в деятельности каждой бизнес-единицы в туризме на современном этапе. Качество и конкурентоспособность продукта прослеживаются от процесса проектирования индивидуального или пакетного тура до реализации его и послепродажного обслуживания. Анализируя все этапы создания турпродукта, следует учитывать следующие показатели: способы управления и свойства контроля, методы транспортирования и сбережения, установку и послепродажный сервис и др. [1].

Турпродукт имеет возможность занять заслуживающую позицию в ряду аналогов и быть конкурентным, только владея определенными показателями: точностью, долговечностью, гарантируя надежность и отсутствие недостатков. Специалисты туротрасли для определения качества обслуживания полагаются на модель качества обслуживания, которую рассматривают с позиции удовлетворения ожиданий клиентов. Модель с пятью разрывами интегрирует в себе понимание, «чего ожидает клиент от отдыха с отличным качеством обслуживания» [2]. Иногда туркомпании, концентрируясь на текущих задачах, совершенно забывают о потребностях туристов и изменениях, необходимых клиенту, тем самым снижая значимость маркетинговой программы для целевого рынка. Качество турпродукта, его эксплуатационная защищенность, степень послепродажного сервиса, дизайн считаются для современного клиента ведущими критериями при приобретении тура, определяя успешность компании на рынке туризма.

Не секрет, что устойчивое состояние на рынке услуг регулируется уровнем конкурентоспособности, который должен сбалансировать стоимость и качество продукта. Следовательно, качество турпродукта – это ведущий фактор его конкурентоспособности, с учетом наиболее предпочтительных характеристик, в том числе обратной связи, полученной от клиентов [3].

### **Литература:**

1. Квасникова В.В. Конкурентоспособность товаров и организаций. Практикум / В.В. Квасникова, О.Н. Жучкевич. – М.: Инфра-М, Новое издание, 2015. – 192 с.
2. Лифиц И.М. Конкурентоспособность товаров и услуг / И.М. Лифиц. – М.: Высшее образование, Юрайт, 2015. – 464 с.
3. Управление качеством / Под ред. С.Д. Ильенковой. – М.: ЮНИТИ, 2013. – 287 с.

## РАЗВИТИЕ МОТОТУРИЗМА В РЕСПУБЛИКЕ АДЫГЕЯ

В.С. Лашин

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В тезисах рассмотрены основные проблемы развития мототуризма в Республике Адыгея, предложены рекомендации по активизации развития данного вида туризма.

**Ключевые слова:** Адыгея, мототуризм, мотомаршруты, мотопарковки, мотоклуб.

В Республике Адыгея имеются все необходимые ресурсы для развития мототуризма: дорожная и гостиничная инфраструктура, горные пейзажи, подходящие климатические условия. В городе Майкоп имеется и мотоклуб «South Wind MC Майкоп», который активно способствует развитию в Республике мототуризма. Клуб выступил организатором байк-вечеринки на высокогорной поляне на хребте Азиш-Тау в Майкопском районе. Данное мероприятие состоялось 19-20 июня 2019 года и собрало 300 байкеров со всего юга страны: Ростов-на-Дону, Ставрополь, Краснодар, Анапа, Белореченск, Усть-Лабинск, Армавир, Майкоп, а также присутствовали представители мотоклуба «Дубасер» г. Москва.

Мероприятие и обмен опытом путешествий проходили в благоприятной обстановке: свежий воздух, костер; соответствующая рок-музыка в исполнении рок-групп «21 век», «Грейдер» и других музыкальных коллективов города Майкоп. Участники имели также возможность проявиться в различных конкурсах – самое меткое и дальнее метание колеса, накачивание колеса на время и т.д.

Подобные мероприятия позволяют участникам подробнее познакомиться с природными и инфраструктурными особенностями региона, принять участие в работе мотоклуба, который не только организывает встречи, но и помогает мототуристам в непредвиденных ситуациях на дороге, направляет по необходимому маршруту.

Отметим, что именно мотоклубы способствуют активному развитию мототуризма в регионах, однако они сами нуждаются в серьезной финансовой поддержке и поддержке местных властей. К примеру, байк-вечеринка была организована при содействии комитета по делам молодежи Республики Адыгея.

Параллельно с вечеринкой была организована мотовыставка, состоящая из мотоциклов участников. Среди экспонатов выставки были мотоциклы чопер-класса, приспособленные к неторопливой езде; спорт-байки, развивающие скорость более 200 км в час; эндюры, способные преодолевать бездорожье, а также кросс-байки, квадроциклы, скутеры.

Таким образом, подобные мероприятия могли бы иметь более массовый характер, более активно способствовать развитию мототуризма, если бы имели продуманную рекламную стратегию, более весомое финансовое обеспечение, более продуманную программу байк-вечеринок и более масштабную поддержку региональных властей.

### Литература:

1. Артюх Е.И. Активные виды отдыха как перспективное направление туризма в Краснодарском крае / Е.И. Артюх, Е.Л. Заднепровская // Перспективы развития туризма, рекреации и сферы услуг на международном и региональном уровнях: материалы международной научно-практической интернет-конференции. – Донецк: ГОУ ВПО «Донецкий государственный университет управления», 2016. – С. 61-63.
2. 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: материалы конференции. – КГУФКСТ, 2018. – Т. 3. – С. 33-34.
3. Макрушина И.В. Ресурсный потенциал олимпийского наследия Краснодарского края / И.В. Макрушина, Е.А. Еремина, А.И. Кузьменко // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 254-256.

## РАЗВИТИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

М.О. Леонова

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

**Аннотация.** В тезисе рассмотрен вопрос развития экологического туризма в Краснодарском крае на примере деятельности ООО «Бест-Тур».

**Ключевые слова:** туризм, экологический туризм, Краснодарский край, турагентство, тур.

Среди перспективных видов туризма, динамичное развитие которых прогнозируется в XXI веке, ЮНВТО назван экологический туризм. Развитие экологического туризма предполагает реализацию концепции бережного использования и сохранения биологических ресурсов для будущих поколений, а также такое управление туристской деятельностью, которое учитывает не только интересы туристов, но и общества в целом [2].

Развитию экологического туризма в Краснодарском крае уделяется особое внимание, так как регион обладает богатейшими природными и туристско-рекреационными ресурсами, корректное использования которых в целях туризма имеет приоритетное значение не только для туристской индустрии края, но и всей страны.

Основные цели экологического туризма – гармонизация человека с окружающей его природной и социальной средой, экологическое образование и воспитание различных групп населения. В связи с этим экологический туризм в крае развивается по нескольким направлениям: научный туризм с целью исследования природы края, проведения полевых наблюдений; познавательный туризм с целью познания природных ресурсов и местной культуры; приключенческий туризм включает все многообразие туров, связанных с активными формами отдыха на природе; рекреационный туризм, включающий пешеходный, конный, лыжный, автомобильный; водный туризм; агроэкотуризм и др. [3].

Контент-анализ предложений туристских фирм показал, что экологический туризм на уровне туроператоров и турагентов в Краснодарском крае находится на начальном этапе развития. Вместе с тем, число экологических экскурсионных маршрутов постоянно увеличивается. Среди туристско-экскурсионных программ экологической направленности неизменной популярностью у местных жителей, гостей края, а также иностранных туристов пользуются: экскурсии к дольменам Геленджикского района, к водопадам Апшеронского района, экскурсии по Гуамскому ущелью, плато Лаго-Наки, в Азишские пещеры, экологические маршруты по Кавказскому биосферному заповеднику, Сочинскому национальному парку, экологические тропы в Темрюкском, Туапсинском, Анапском районах и др. По итогам социологического опроса, проведенного российским сервисом бронирования жилья для отдыха Tvil.ru, заповедники Краснодарского края вошли в число самых привлекательных мест для экотуризма в 2020 году [1].

Развитие экологического туризма в Краснодарском крае предполагает участие всех предприятий туристской индустрии в его популяризации. ООО «Бест-Тур» – туристское агентство г. Краснодара, функционирует на туристском рынке с 2002 года и имеет сформированную базу постоянных клиентов. Наряду с реализацией зарубежных туров, туров по России турагентство предлагает различные виды отдыха в Краснодарском крае, в том числе с элементами экологического туризма, например туры в город-курорт Сочи с посещением Сочинского дендрария, парка «Южные культуры», горы Ахун, Навагищенского ущелья, Агурских водопадов, 33 водопадов на реке Жане, Скайпарк AJ HackettSochi и др. Таким образом, турагентство способствует развитию экологического туризма на территории Краснодарского края.

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Развитие экологического туризма на особо охраняемых природных территориях Краснодарского края / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова, В.Г. Минченко. – Краснодар, 2018.
2. Минченко В.Г. Инвестиции в развитие экологического туризма на юге России (по материалам анализа вторичной информации в рамках проекта «NETOUR») / В.Г. Минченко, А.Ю. Пахомова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической

культуры, спорта и туризма Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2013. – С. 174-176.

3. Юрченко А.А. Особенности ресурсного потенциала Геленджикского мезорайона для развития эколого-познавательного туризма / А.А. Юрченко // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов материалы научно-практической конференции. – Донецк: Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики, 2019. – С. 785-792.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ТУРИСТСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ УЧАСТНИКОВ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРА ВЫХОДНОГО ДНЯ

М.О. Леонова

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

**Аннотация.** Описывается специфика организации туристского сопровождения участников экологического тура выходного дня. Обоснована специфика выбора района проведения экологического тура выходного дня. Раскрыта роль такого вида туризма.

**Ключевые слова:** туристское сопровождение, тур выходного дня, экологический туризм, туризм, рекреация.

Цель экологического тура выходного дня заключается в предоставлении возможности человеку избавиться от усталости через смену вида деятельности и обстановки на короткий срок. Обозначим свойства экологического тура выходного дня: эмоциональные (улучшение психоэмоционального состояния); познавательные-развивающие (изучение различных достопримечательностей местности); экологические (положительное влияние чистого воздуха на организм); социальные (новые знакомства, смена круга общения); спортивные (восстановление работоспособности и тонуса организма).

В туризме нет нормативов, стандартов и требований, которые могли бы применяться к проведению и организации экологических туров выходного дня, кроме туров с обучающимися. Количественные параметры экологического тура, такие как продолжительность, выбор районов, протяженность маршрута, выбор снаряжения, комплектование тур-группы, тип питания участников тура также не регламентируются никакими нормативными документами. При выборе района для проведения экологического тура выходного дня следует учитывать состав группы. Ориентироваться при комплекте группы следует на такие параметры, как состояние здоровья, возраст, устремления и пожелания участников. Комплектация группы рекомендуется из участников примерно одного возраста и социального статуса, тогда достигается общность интересов и общение становится легче, в правильно подобранных группах вероятность конфликтных ситуаций крайне мала. Эффективность при управлении группой и достижения главных целей экологического тура будет высокой, если группа туристов не превышает 10-15 участников [1].

Для экологических туров выбирается район, который позволит лучшим образом выполнять задачи оздоровления и отдыха участников в чистой природной среде. Выбор района для экологического тура характеризуется наличием в нем богатых рекреационных природных ресурсов, наличием различных рекреационно-познавательных объектов посещения, которые могут вызвать наибольший интерес. К подобным объектам можно отнести, например, определенные локальные участки маршрута с наиболее красивыми ландшафтами и живописными озерами, реками, привлекательными участками лесных массивов и т.д. [2]. Помимо природных объектов интереса на пути следования или близ него могут находиться культурно-исторические, религиозные и другие объекты, посещение которых также не оставит равнодушными участников тура. При любой форме организации экологического тура выходного дня (коммерческой, социальной, самодеятельной) в группе присутствует формальный или неформальный руководитель, который несет ответственность за проведение тура.

В целом, организация экологических туров выходного дня делает упор на восстановление организма отдыхающих в короткий период.

### Литература:

1. Немцова В.О. Механизмы формирования экологического сознания через популяцию экотуризма / В.О. Немцова, А.А. Юрченко // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 119-120.
2. Трапизонян А.А. Особенности организации экологического туризма в регионе / А.А. Трапизонян, Т.Н. Поддубная // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы межд. науч.-практ. конф. (25-26 октября 2017 г., г. Донецк). – Донецк: ДонАУиГС, 2017. – С. 368-371.
3. Штейнгольц Б.И. Специальные виды туризма: учеб. пособие / Б.И. Штейнгольц. – Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2015. – 255 с.

## ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ТУРИЗМ: ПОНЯТИЕ И ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ

Д.В. Лопаткин

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

**Аннотация.** Рассмотрена характеристика детско-юношеского туризма, описан потенциал его развития в России. Выявлены проблемы функционирования детского туризма в настоящее время.

**Ключевые слова:** туризм, детско-юношеский туризм, проблемы детско-юношеского туризма.

Современный туризм представляет собой уникальное социально-экономическое явление мирового масштаба. Туризм является средством физического воспитания, способствует расширению знаний, полученных на занятиях, создает твердую почву для воспитания волевых качеств личности.

На сегодняшний день детский туризм является одним из наиболее привлекательных сегментов рынка. Услуги рынка туристского обслуживания детей имеют свои особенности, требуют особого внимания и тщательной подготовки. В первую очередь, они должны выполнять целый ряд функций: оздоровительную, воспитательную, образовательную, развлекательную, патриотическую и т.д. В связи с этим существует несколько направлений, в которых и развивается детско-юношеский туризм: детские туристические клубы и кружки (участие в туристских слетах и других мероприятиях), детский экотуризм (пропаганда бережного отношения к природе), детские оздоровительные центры (предоставляют ряд процедур по оздоровлению, а также учатся здоровому образу жизни), детские экскурсионные поездки. Детско-юношеский туризм современной России представляет собой систему, работающую в двух направлениях. Первое направление – учреждения дополнительного образования: центры, клубы, дворцы, дома творчества. Второе направление – общеобразовательные школы, а именно туристические кружки и секции, функционирующие в них.

Детско-юношеский туризм представляет самую действенную форму организации отдыха и занятости подрастающего поколения [2, 3]. Он ориентирован на решение комплекса государственных задач: патриотическое воспитание подрастающего поколения и формирование гражданской идентичности; воспитание уважительного отношения к другим; социальная адаптация; физическое и духовное развитие обучающихся; организация летнего отдыха и оздоровления детей; привитие здорового образа жизни; дополнительное образование детей. Формами массовой туристской работы в школе являются походы, путешествия, экскурсии, туристский лагерь, слеты-соревнования, школьные туристические вечера, фестивали.

Обозначим проблемы функционирования детского туризма в настоящее время: отсутствие достойной замены советской системе организованного детско-юношеского отдыха, постоянное сокращение организаций, способных оказывать услуги данной направленности; отсутствие четкого плана финансирования данной сферы туризма; недостаточное внимание муниципальных властей к продвижению данного вида туризма; сокращение бюджетных расходов на детско-юношеский туризм; отсутствие достаточного количества квалифицированных кадров. Все эти проблемы требуют тщательного и обоснованного решения, чтобы поднять детско-юношеский туризм на новый уровень функционирования [1].

### Литература:

1. Айгина Е.В. Современное состояние и развитие детского туризма в Российской Федерации / Е.В. Айгина, Н.И. Тульская // Современные исследования социальных проблем. – 2016. – №10. – С. 22-24.
2. Минченко В.Г. Сфера детского туризма в контексте главной проблемы - обеспечения безопасности / В.Г. Минченко, Ю.Д. Овчинников // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2017. – Т. 2. – № 2. – С. 112-116.

3. Поддубная Т.Н. Методология, теория и практика социальной защиты детства (в контексте гуманистической парадигмы образования): автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – Ростов-н/Д., 2007. – 58 с.



**ПРИРОДНО-РЕКРЕАЦИОННЫЙ И ИСТОРИКО-КУЛЬТУРНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ  
ДЛЯ РАЗВИТИЯ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА  
В СТАВРОПОЛЬСКОМ КРАЕ**

**Р.М. Лукаш**

**Научный руководитель доцент А.А. Юрченко**

**Аннотация.** Рассмотрены возможности развития всех форм туризма в Ставропольском крае на основе наличия природно-рекреационных, историко-культурных, ресурсов.

**Ключевые слова:** Ставропольский край, ресурсы, потенциал, природно-рекреационный, историко-культурный, туризм.

Наличие разнообразных природно-рекреационных ресурсов позволяет в Ставропольском крае развивать детский и юношеский туризм. Территория края богата минеральными водами, лечебными грязями, а важным и прекрасным фундаментом для развития детско-юношеского туризма служит рекреационная сеть, включающая учреждения лечебно-оздоровительного, познавательного и спортивного туризма.

Невероятный историко-культурный потенциал имеет Ставропольский край. Под охраной государства взяты более 2000 памятников культуры и истории. Многие архитектурные ансамбли сохранились до наших дней.

Крепостная горка (Ставрополь) – можно познакомиться с элементами казачьей культуры, пройти по каскадной лестнице.

Верхние минеральные ванны (Ессентуки) – выполнено в стиле барокко.

Каскадная лестница (Кисловодск). С лестницы открывается великолепный вид на горы и курортный парк. Украшена различными скульптурами и художественными фонтанами.

Пироговские ванны (Пятигорск). На фасаде красуются мозаичные картины (по примеру древнеримских терм).

Сохранившиеся фортификационные сооружения Азово-Моздокской оборонительной линии (еще со времен Кавказской войны) представлены в виде останков крепостей, редутов.

Экскурсии проводятся по археологическому памятнику «Татарское городище», одновременно представляется возможность прогуляться по реликтовому лесу. В музее-заповеднике ведется научно-просветительская и музейная работа.

Литературное и историческое наследие служит основой для развития детского познавательного туризма, которое дает возможность приобщить детей к истории края. Здесь вдохновлялись великие гении русской культуры (А.С. Пушкин, М.Ю. Лермонтов, Л.Н. Толстой, Н. Ярошенко и многие другие).

Разнообразие рельефа является безупречным местом для пеших прогулок, во время которых можно насладиться красочными массивами широколиственных лесов.

Таким образом, для развития всех форм туризма, отдыха, оздоровления Ставрополье имеет все необходимое. Историко-культурный, природно-рекреационный потенциал, лечебно-оздоровительные учреждения, литературное наследие способствуют развитию детско-юношеского туризма [1, 2, 3].

**Литература:**

1. Заднепровская Е.Л. Особенности и тенденции развития детско-юношеского туризма в республике Крым / Е.Л. Заднепровская, И.М. Кучеренко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Т. 1. – С. 141-144.

2. Микитась С.А. Влияние культурно-исторических центров на развитие культуры / С.А. Микитась, Л.И. Демидова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и

молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 258-259.

3. Поддубная Т.Н. Разработка аномального тура по югу Российской Федерации / Т.Н. Поддубная, И.В. Макрушина // Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий: материалы II международной научно-практической конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 310-313.

## КОНКУРЕНТНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ ООО «БЕСТ-ТУР»

Л.М. Маковецкая

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

**Аннотация.** Конкурентные преимущества туристского агентства ООО «Бест-Тур» формируются на основе постоянного мониторинга ситуации на туристском рынке края, в том числе конкурентной среды.

**Ключевые слова:** конкурентные преимущества, конкурентная позиция, туристское агентство, тур, клиент.

В современных условиях каждому туристскому предприятию особенно важно правильно оценить создавшуюся рыночную обстановку, с тем чтобы разработать и применить эффективные средства достижения конкурентных преимуществ, которые, с одной стороны, отвечали бы сложившейся рыночной ситуации и тенденциям ее развития, с другой стороны – особенностям туристского бизнеса. Наиболее сложными этапами этой работы являются осмысление путей достижения конкурентных преимуществ и разработка на этой основе мероприятий по усилению конкурентной позиции предприятия [2, 3].

Туристическая фирма должна постоянно мониторить своих конкурентов, реагировать на каждое изменение на рынке, которое может привести как к потере кого-то из клиентов и к падению общего имиджа фирмы, так и может предоставить возможности для укрепления своих конкурентных позиций.

Туристское агентство ООО «Бест-Тур» (г. Краснодар) своей важной задачей считает постоянное изучение тенденций, происходящих на туристском рынке, включая анализ конкурентной среды с целью укрепления своих конкурентных преимуществ и удовлетворения потребностей клиентов в продвижении и предложении новых туристских маршрутов для молодежного, индивидуального, семейного, познавательного, лечебного и других видов туристских поездок.

Конкурентным преимуществом ООО «Бест-Тур» является то, что, имея широкий спектр туров во многие страны, включая Россию, предлагает специальную уникальную программу круизов на основе тесного сотрудничества с туроператором PACGROUP, который с 2012 года является генеральным представителем круизной компании MSC Cruises в России. Круизы в настоящее время являются востребованным туристским продуктом у клиентов ООО «Бест-Тур» [1].

К числу конкурентных преимуществ турагентства также относятся: 1) широкий набор дополнительных услуг по продаже авиабилетов, оформлению загранпаспортов и страховки, оказанию визовой поддержки, курьерские услуги; 2) большой опыт в сфере туризма, накопленный за 18 лет работы на рынке туристских услуг г. Краснодара, и профессионализм сотрудников предприятия; 3) наличие постоянной базы клиентов, которые сохраняют лояльность агентству на протяжении многих лет, обращаясь неоднократно к его услугам; 4) сотрудничество с корпоративными клиентами; 5) прочные партнерские связи с надежными туроператорами; 6) гибкая ценовая политика; 7) индивидуальный подход к подбору тура каждому клиенту и высокое качество обслуживания.

Таким образом, ООО «Бест-Тур» имеет конкурентные преимущества, которые на протяжении многих лет обеспечивают предприятию прочные позиции на рынке, способствуют поддержанию положительной репутации у партнеров и клиентов.

### Литература:

1. Официальный сайт ООО «Бест-Тур»: [Электронный документ] URL <https://best-tour.ru> (дата обращения 11.10.2019).
2. Василенко Е.В. Современные способы продвижения турпродукта с использованием интернет-технологий / Е.В. Василенко, В.Г. Минченко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции: международный опыт. – 2016. – Т.1. – С.211-219.
3. Шпырня О.В. Тенденции развития международного рынка туристских услуг / О.В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2018. – № 1. – С. 62-66.

## РАЗВИТИЕ ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПОСЕЛКЕ ХАДЖОХ С УЧЕТОМ УНИКАЛЬНЫХ ПРИРОДНЫХ РЕСУРСОВ

Н.А. Мамиева

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** Раскрыты возможности развития туристской деятельности на основе уникальных природных ресурсов района.

**Ключевые слова:** горная Адыгея, Хаджох, Каменноостский, гостиницы, туризм.

Территория Адыгеи, особенно ее горные части, делятся на отдельные туристские районы, которые имеют свою особую привлекательность. Например, поселок Хаджох (пос. Каменноостский) имеет выгодное географическое месторасположение, на берегу реки Белой и Мешоко, и был основан для добычи в основном лесных угодий, камня, известняка и сплава древесины до Майкопа по реке Белой, так поселок и развивался вплоть до развала СССР.

Но развитию уже самого туризма поспособствовал именно развал СССР, это были те времена, когда все предприятия, заводы закрывались. А выгодное местоположение поселка Каменноостского позволило туризму стать самым основным видом деятельности, то есть тем, чем занимаются в поселке Каменноостском и сейчас.

Территория района насыщена красивыми местами. Это в первую очередь Хаджохская теснина, водопады Руфабго и одна из самых красивых пещер Северного Кавказа – Большая Азишская пещера, именно сюда приезжает больше всего гостей [1, 3]. И население, вовлеченное в туристскую деятельность, начало открывать мини-гостиницы, постоянные дворы и другие средства размещения. Одним из первых постоянных дворов является «Терем у реки». Его любят за обилие дерева в интерьере и особенный дизайн комнат. Он действительно выглядит как сказочный теремок. Здание окружает ухоженный интересный дворик.

Расположение поселка помогло развивать разного рода гостиницы, так как он расположен на ровных участках, на скалистых и горных, под уклонами, низинами, что позволило создать средства размещения абсолютно не похожие на друг друга, с разными своими собственными нюансами и моментами [1]. Развитие Интернета и возможность составления хороших рекламных роликов о территории способствовали развитию туризма в районе, что привлекло еще больше туристов.

Месторасположение поселка Каменноостского позволяет развивать и предоставлять услуги, которые могут соперничать с такими великолепными районами, как Швейцария, горная Италия. Рельеф местности имеет перепады (скальные хребты-куэсты Уна-Коз и Азиш-Тау) и достаточно высокие горы, по которым проложены различные маршруты восхождения, а горные реки создают прекрасные порожистые водопады. Горный чистый воздух, разнообразие отдыха может включать и посещение Свято-Михайловского Афонского монастыря [2, 3].

Все природные факторы имеют оздоровительный характер горного курорта: наличие минеральных источников, чистого горного воздуха, насыщенного фитонцидами, целебного климата.

Таким образом, природные объекты окрестностей поселка Хаджох, благоприятный климат способствуют развитию индустрии гостеприимства и туристской деятельности.

### Литература:

1. Бормотов И.В. В горах Адыгеи / И.В. Бормотов. – Пятигорск: Картиинформ, 2003. – 288 с.
2. Демидова Л.И. Культурно-исторические центры Северного Кавказа: учебное пособие / Л.И. Демидова, А.А. Юрченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 29 с.

3. Юрченко А.А. Туристское регионоведение России: учебное пособие / А.А. Юрченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 56-57.

## ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ МАРКЕТИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В ТУРИСТСКОЙ СФЕРЕ

И.Р. Маслюк

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В работе анализируются особенности реализации маркетинговых исследований в туристской сфере. Описываются основные требования, которым должны отвечать маркетинговые исследования.

**Ключевые слова:** маркетинговые исследования, методы, потребители, туризм.

В настоящее время маркетинговые исследования широко используются на крупных предприятиях гостиничной индустрии и в туризме в целом. Это важнейший инструмент, который помогает организации исследовать рынок, конкурентов, поведение потребителей, продукцию, услуги и т.д.

Методов маркетинговых исследований с каждым годом все больше, и все они способны помочь предприятию открыть новые возможности ведения бизнеса и привлечения клиентов.

Качественное маркетинговое исследование потребителей помогает показать предприятию, кому оно предлагает свои услуги и что в них необходимо изменить, какие стоит убрать или добавить, чтобы удовлетворить их запросы.

Компания может проводить исследования самостоятельно или же нанимать специалистов. Чем крупнее компания, тем больше вероятность того, что в ней будет собственный отдел маркетинговых исследований. Но даже они могут воспользоваться услугами других организаций для каких-либо проектов или специальных исследований [1].

Маркетинговые исследования именно потребителей можно определить, основываясь на следующих ключевых моментах: потребительские исследования изучают поведение потребителей, потребительское поведение предполагает потребление, потребление включает приобретение, использование и распоряжение продуктами, продуктом является товар, услуга, идея, событие или объект, которые могут представлять ценность для человека, ценность – это тип опыта, который возникает, когда цель человека достигнута, потребность обеспечена и запрос удовлетворен [3].

Таким образом, маркетинговые исследования потребителей – это важнейший инструмент маркетинга, который выявляет предпочтения, мотивации и поведение целевой клиентуры [2]. Используя различные методы исследования клиентов для сбора данной информации, между отдельными клиентами выявляются общие черты и затем создаются потребительские сегменты, над которыми впоследствии проводятся маркетинговые кампании.

Маркетинговые исследования должны отвечать определенным требованиям (принципам):

- комплексность и систематичность в их проведении;
- соблюдение научного подхода, основанного на точности и объективности;
- последовательность действий;
- соответствие общепринятым принципам честной конкуренции согласно Международному кодексу по практике маркетинговых исследований [1].

### Литература:

1. 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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – № 1. – С. 117-119.

2. Ползикова Е.В. Маркетинговая проблематика анализа деятельности туристских предприятий / Е.В. Ползикова, Е. Ляликова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов материалы

научно-практической конференции. – Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 708-712.

3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

## ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ООО «БЕСТ-ТУР» КАК ЛИДЕРА ТОП-5 ЛУЧШИХ ТУРАГЕНТСТВ КРАСНОДАРА

С.А. Микитась

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

**Аннотация.** В данной работе освещены основные тенденции и определены перспективные направления дальнейшего развития компании, что даст возможность ООО «Бест-Тур» сохранить свои позиции на туристском рынке и вносить вклад в развитие отечественного туризма.

**Ключевые слова:** туристское агентство, турпродукт, перспективы развития, тур, клиент.

Ведущая туристская компания ООО «Бест-Тур» – туристское агентство, которое функционирует на туристском рынке г. Краснодар с 2002 года, предоставляет широкий спектр туристских услуг, является лидером Топ-5 лучших в Краснодаре.

ООО «Бест-Тур» ориентировано на продвижение и реализацию горнолыжных, пляжных, экскурсионных туров, круизов, а также предлагает своим клиентам молодежный отдых, отдых с детьми и комбинированные туры [3]. По тематике путешествий среди предложений турагентства можно выделить новогодний отдых, свадебные туры, обучение за рубежом, сити-туры и др.

Основной индикатор в работе турагентства – подбор турпродукта, соответствующего пожеланиям клиента на основе комплексного подхода к формированию пакета туристских услуг [1, 2]. На основе накопленного опыта на предприятии сформированы определенные принципы работы с клиентами: профессионализм, надежность и стабильность; постоянное расширение ассортимента туров на всех направлениях; индивидуальный подход, как к индивидуальным, так и корпоративным клиентам; предоставление только качественных туристских услуг.

Турагентство ООО «Бест-Тур», как субъект индустрии туризма, является активным участником туристской деятельности в Краснодарском крае, являясь ярким примером совместной работы бизнеса и власти. Стоит отметить, что наряду с зарубежными турами турфирма предлагает клиентам большое разнообразие туров на внутренних направлениях, среди которых наибольшей популярностью у туристов пользуются поездки в город-курорт Сочи как на прибрежный кластер (пляжный отдых), так и на горный (горнолыжный отдых на Красной поляне).

На сегодняшний день «Бест-Тур» – стабильная, идущая в ногу со временем туристская фирма, занимающая устойчивые позиции на туристском рынке г. Краснодара и Краснодарского края и имеющая перспективы для дальнейшего совершенствования и развития.

Дальнейшее развитие планируется на следующих перспективных направлениях: постоянный мониторинг туристского рынка; предложение новых турпродуктов в соответствии с меняющимися предпочтениями клиентов; расширение спектра дополнительных услуг; поддержание договорных отношений только с надежными и проверенными туроператорами; расширение клиентской базы; укрепление взаимовыгодного сотрудничества с фирмами-партнерами и корпоративными клиентами; внедрение современных инструментов продвижения туристских услуг на основе использования интернет-технологий; поддержание качества обслуживания на высоком уровне, расширение связей со спортивными организациями.

### Литература:

1. Василенко Е.В. Менеджмент в туристской индустрии: курс лекций для студентов направления подгот. 43.03.02. Туризм / Е.В. Василенко, В.Г. Минченко. Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ: Экоинвест, 2017. – 176 с.

2. Кучеренко И.М. Стимулирование труда как элемент управления персоналом туристского предприятия / И.М. Кучеренко, М.З. Рамазанова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 2. – С. 62-64.

3. Официальный сайт ООО «Бест-Тур»: [Электронный документ] URL <https://best-tour.ru/> (дата обращения 27.10.2019)



## ИВЕНТ-МЕРОПРИЯТИЯ КАК СПОСОБ ПРОДВИЖЕНИЯ

С.А. Микитась

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

**Аннотация.** В данной работе раскрывается идея продвижения предприятия на рынке туризма с помощью проведения комплекса мероприятий для эффективной реализации товара (услуги).

**Ключевые слова:** event, менеджмент, маркетинг, продвижение, туроператор, турагентство, Краснодар.

В настоящее время мы живем в эпоху маркетинговой активности, ориентированной на целевую аудиторию потребителей посредством ивент-мероприятий, таких как саммиты, конференции, мастер-классы, вебинары, концерты, творческие встречи, бизнес-завтраки, организация выставок и др. Задачей для многих предприятий выступает организация подобных ивент-мероприятий, которые позволят выделяться, продвигать свой товар (услугу) и заявить о себе на рынке туризма. Ивент-мероприятия – это возможность поддержания рентабельности предприятия, его конкурентоспособности. Событийный маркетинг – это комплекс специальных мероприятий, направленных на продвижение продукции или услуги с помощью различных событий [1].

На сегодняшний день создание положительного имиджа одна из основных задач компаний. Именно имидж создает индивидуальность, позволяющую привлечь и удержать клиента, поддержать бренд либо повлиять на сознание масс людей. Эти категории меняют мнения и взгляды на компанию, товар или личность. Для того чтобы оправдать ожидания и поддерживать статус предприятия, туроператоры устраивают комплекс ивент-мероприятий.

Совокупность мероприятий представляет собой проект – временное предприятие, направленное на создание уникальных продуктов, услуг или результатов, или программу – ряд связанных друг с другом проектов, управление которыми координируется для достижения преимуществ и степени управляемости, недоступных при управлении ими по отдельности [2, 3].

Ивент-маркетинг является универсальным инструментом в руках туроператора RasGroup, его возможности используют специалисты для достижения маркетинговых целей. Для получения ожидаемого результата разработан план событийного маркетинга, с основными позициями:

- обоснование инфоповода или использование подходящего планового события (примерворкшоп);
- определить цель мероприятия и целевую аудиторию;
- осуществить подбор формата, идеи и инструментов для реализации плана;
- анонсировать мероприятие по всем возможным каналам взаимодействия с организациями-посредниками.

### Литература:

1. Василенко Е.В. Событийный туризм как перспективное направление внутреннего туризма в России // Курортно-рекреационный комплекс в системе регионального развития: инновационные подходы. – 2016. – №1. – С.116-119.
2. Леонтьева Л.С. Развитие спортивно-событийного туризма в городе-курорте Сочи на основе посещения гран-при России «Формула 1» / Л.С. Леонтьева, М.В. Коренева, Н.С. Леонтьева // Актуальные проблемы развития туризма: Материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 204-206.
3. Подрезова А. Влияние событийного туризма на экономику Апшеронского района Краснодарского края / А. Полдрезова, А.А. Юрченко // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы научно-практической конференции. – Донецк: Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики, 2019. – С. 691-699.

## **ОБЪЕКТЫ КУЛЬТУРНОГО НАСЛЕДИЯ ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА**

**Д.В. Митрошкина**

**Научный руководитель доцент А.А. Юрченко**

**Аннотация.** Рассмотрены возможности развития познавательного туризма в Чеченской республике на основе использования объектов культурного наследия.

**Ключевые слова:** Чеченская республика, культурное наследие, музей, туризм.

Чеченская республика находится на юге Российской Федерации, на стыке Кавказского хребта и Восточно-Европейской равнины и имеет геостратегическое положение в евразийском пространстве. Чечня входит в состав СКФО и является полиэтническим регионом, что является отличительной особенностью всех субъектов страны [1, 3].

На территории республики находятся объекты культурного наследия:

регионального значения – 633;

федерального значения – 38; из них, к сожалению, два уже утрачены.

Наличие историко-культурных памятников в Чечне вносит важнейший вклад в устойчивое развитие региона [2].

В качестве примера рассмотрим следующие объекты:

Аргунский историко-архитектурный и природный музей-заповедник включает 150 башенных поселений, 20 культовых сооружений, полуподземные и надземные склепы 10-15 вв. н.э. Но за долгую свою историю и во время военных действий многие башни были разрушены.

Историко-этнографический музей «Донди-Юрт». В музее можно познакомиться с предметами быта чеченского народа разных времен, а также различными архитектурными сооружениями. «Донди-Юрт» расположился под открытым небом на окраине г. Урус-Мартан.

Средневековый замковый комплекс Пакоч. Составляющей краеведческого музея являются старинные предметы быта, различные орудия труда, старинное оружие.

Некрополь «Город мертвых» (XV-XVIII вв.) относят к самым труднодоступным достопримечательностям России. Восхищение вызывает мастерство строителей башен.

Хотелось бы отметить, что по многим объектам культурного наследия, таким как «Цой-Педе», Пакоч, «Гойтен-Корт» и др., разработаны проекты по их восстановлению и сохранению [2, 3].

Таким образом, имея высокий культурно-исторический потенциал, Чеченская республика имеет все возможности развивать познавательный туризм и привлекать туристов в регион.

### **Литература:**

1. Демидова Л.И. Культурно-исторические центры Северного Кавказа: учебное пособие / Л.И. Демидова, А.А. Юрченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 50.

2. Демидова Л.И. Особо охраняемые территории как элемент познавательного туризма / Л.И. Демидова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2013. – С. 102-104.

3. Чеченская республика. Информация о регионе. Режим доступа: <https://www.russiatourism.ru/regions/?fedokr=&freg=153> (дата обращения 12.12.2019).

## ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА В РОССИИ И КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

П.А. Морозова

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

**Аннотация.** В работе рассмотрены проблемы внутреннего туризма в России и Краснодарском крае и возможные способы их решения.

**Ключевые слова:** туризм, внутренний туризм, проблемы российского туризма.

После возвращения Крыма в состав России, внутренний туризм совершил скачок, тем самым получил еще один из основных центров внутреннего туризма [1, 3].

Всемирный экономический форум публикует данные по уровню конкурентоспособности путешествий и туризма стран мира каждые два года. В 2015 году Россия занимала 45-е место в мировом рейтинге. В 2017 году первые места заняли Испания, Франция, Германия, Япония, Великобритания, Австралия, Италия, Канада и Швейцария. Россия заняла позицию на 43-й строчке в рейтинге [4]. Наметилась тенденция роста конкурентоспособности России на мировом рынке в сфере туризма.

По данным Федерального агентства по туризму, определен ряд проблем, препятствующих развитию внутреннего туризма в России [2]:

- высокая стоимость на услуги перевозки, например, билеты на авиaperелет до Иркутска из Новосибирска 23500 рублей, а в сравнении до Италии 27800 рублей;
- неэффективная реклама, многие граждане даже не догадываются о туристских ресурсах России;
- неоправданно высокие цены на услуги питания и размещения при уровне сервиса несоответствующего стандартам;
- турфирмам не выгодно предлагать туры по России из-за низкого процента отчисляемой фирме.

Исследование показало, что из-за недостаточного выделения денежных средств из государственного бюджета в пользу развития внутреннего туризма направления, указанные выше, будут развиваться и совершенствоваться с задержкой.

Для продвижения на внутреннем туристском рынке и для решения данных проблем необходимо:

- запуск бюджетных средств на авиа и ж/д перевозки;
- улучшение рекламы, использование новейших технологий, внедрение новых туров и разнообразных программ в индустрию туризма;
- увеличение процента выплаты турагенту.

Краснодарский край имеет богатый природный и культурно-исторический потенциал, в состав входят красивейшие города России с богатой историей и памятниками архитектуры. Краснодарскому краю составляют конкуренцию Ставропольский край и Крым.

На сегодняшний момент приоритетом социально-экономического развития страны является развитие курортно-туристического и рекреационного комплекса, что является одним из важнейших направлений развития для Краснодарского края. Краснодарский край – это территория с благоприятным климатом, относительно развитой социальной и инженерной инфраструктурой, также представленной широким спектром рекреационной индустрии [4].

Краснодарский край является приоритетным направлением развития туристской индустрии России.

Основная задача новых инвестиционных проектов развитие инфраструктуры туристских регионов, модернизация и реконструкция инфраструктуры существующих туристских центров, что способствует комплексному обеспечению развития данных регионов: улучшению уровня жизни, повышению занятости населения, развитию новых видов туризма, а также росту туристских потоков.

Таким образом, развитие внутреннего туристского потока рассматривается государством как приоритетное и имеет большие возможности.

### Литература:

1. ФЗ «Об основах туристской деятельности в российской федерации» 24 ноября 1996 года № 132-ФЗ;

2. Федеральное агентство по туризму [Электронный ресурс]. URL: <https://www.russiatourism.ru/search/?q> (дата обращения 09.03.2017года);
3. Джум Т.А. Инновационная деятельность в сфере туризма / Т.А. Джум, Е.В. Василенко // Курортно-рекреационный комплекс в системе регионального развития: инновационные подходы. – 2016. – №1. – С.549-552.
4. Драчева М.А.Повышение эффективности продаж в сфере внутреннего туризма на примере Краснодарского края / М.А. Драчева, О.В. Шпырня // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма Материалы научной конференции. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – С. 112-113.

## ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА В ДРЕВНЕМ МИРЕ И СРЕДНЕВЕКОВЬЕ

И.Г. Мязин

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В работе реализуется историческое осмысление процесса формирования индустрии туризма и гостеприимства в Древнем мире и Средневековье. Описываются основные формы туризма в указанные временные периоды.

**Ключевые слова:** туризм, средство размещения, история туризма, Древний мир, Средневековье, Древняя Греция, Древний Рим.

История туризма и гостеприимства – это наука, исследующая воздействие материальной культуры на развитие гостеприимства и культурно-национальные особенности туризма [3].

Хотя туризм как бизнес зародился с середины 19 века, сами путешествия люди совершали с незапамятных времен. Так как человек всегда стремился посетить неизведанные места, вынести из них неповторимые впечатления, то история туризма начинается не с создания туристических агентств и средств размещения, а с путешествий человека по нашей необъятной планете [1].

В широком смысле понятие «туризм» можно рассматривать как осуществляемые людьми, различные поездки некоммерческого характера с определенными целями. Вот почему можно говорить о том, что индустрия туризма в том или ином виде уже функционировала в странах Древнего мира, когда обеспеченные жители Римской империи и Древней Греции путешествовали с образовательными, торговыми, оздоровительными, спортивными и иными целями.

Люди из Древней Греции и соседних государств путешествовали в Афины, чтобы увидеть, например, храм Асклепия. Благодаря греческим путешественникам, оставившим множество записок о своих поездках, мы можем иметь более полное представление об истории Древнего мира.

Граждане Древнего Рима также достаточно часто путешествовали по своей обширной империи. В I веке до нашей эры в Римской империи начали функционировать прообразы средств размещения, ставшие известными впоследствии по всему миру. Их строили вдоль основных торговых путей, по которым проезжали караваны. Археологические раскопки позволили установить, что указанные средства размещения строились из камня, насчитывали два этажа без окон на первом этаже [3].

Уже в эпоху Римской империи в средствах размещения были предусмотрены номера для людей с разным уровнем достатка. Несмотря на то что первые средства размещения появились в Древнем Риме, вслед за ним они начали строиться в Персии и Индии. В Южном Ираке археологами были обнаружены ханны-помещения для размещения путешественников. Воины Александра Македонского во время путешествия в Индию встретили слонов, произведших на них неизгладимое впечатление. Это путешествие можно считать первым в истории экзотическим туризмом [2].

Что касается Средневековья, то можно поговорить об истории туризма и гостеприимства нашей отчизны и других стран в данный период. В Киевской Руси развивалась выездная торговля. В 10 веке богатые купцы, выезжали за границу, чтобы продавать там свои товары. Такие купцы имели в то время большие привилегии: их подсудность могла определяться только царем, они освобождались от некоторых повинностей и имели беспрепятственный проезд за границу. Помимо купцов в путешествиях того времени были запечатлены и монахи, в частности игумен Даниил, путешествующий в 12 веке по святым местам.

Соответственно, можно сделать вывод, что в указанные исторические периоды индустрия туризма уже представляла собой достаточно развитую отрасль. При этом туризм был непосредственно связан с развитием торговых отношений.

### Литература:

1. 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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – № 1. – С. 117-119.

2. Шпырня О.В. Технологии продаж в туристской индустрии: учебное пособие / О.В. Шпырня, В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 200 с.

3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

## ЗАМКИ ЧЕХИИ КАК ОБЪЕКТ РАЗВИТИЯ КУЛЬТУРНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

А.А. Ошмарина

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** В данном исследовании рассмотрены замки Чехии как объект развития культурно-познавательного туризма, отмечены их черты и особенности, которые особенно интересуют туристов.

**Ключевые слова:** замки Чехии, культурно-познавательный туризм, туристско-рекреационный потенциал, турист.

Чехия является одним из самых популярных туристских направлений Европы, причиной этого можно выделить относительную дешевизну, уникальность ее достопримечательностей, большинство из которых сохранилось в первозданном виде, и многое другое [3]. Особую историческую и познавательную значимость в этой стране имеют многочисленные замки: Кривоклат, Кармитейн, Троя, Конопшите, Крумлов, Локет, Мельник и другие. Для туристов они имеют особую культурно-познавательную ценность, так как представляют собой разнообразие архитектурных стилей. В Чехии сохранились замки готического стиля 13-14 веков – Кармитейн, Кршивоклат, Локет; замки Ренессанса 15-16 веков – Телч, Келагозевес; барокко 17 века – Мнелник и Валтице, а также замки стилей классицизма и ампира 18-19 веков – Катчина, Кинжварт. Это все составляет огромное историческое наследие, которое попросту не может не удивить туристов, поэтому и является объектом культурно-познавательного туризма в стране. Помимо этого, важно то, что замки Чехии разделены по своим функциям. Некоторые из них мы назовем замками-музеями, так как они были переданы после реконструкции своим хозяевам, и туристы могут насладиться лишь внешней красотой величавых стен замков, которые воплощают оборонительную их функцию давних времен [1, 2, 3]. Также есть замки-отели, которых не касалась рука человека и их использовали в качестве здания, выполняющего функции отеля, например замок Шатто-Барокко. Еще сохранился такой вид замков, как замки-руины – это то, что осталось от массивных сооружений самых давних времен, после различных потрясений. Это могут быть различные частичные остатки замков, руины и отдельные их детали, которые также вносят вклад в развитие культурно-познавательного туризма. Примечательно, что многообразие замков Чехии настолько велико, что они, в свою очередь, территориально разделены на районы по всей стране: среднечешский край, запад Чехии и т. д. Все вышеизложенное помогает составлять туры в эту страну особенно цельно и интересно [1, 3].

Таким образом, мы можем сказать, что замки в Чехии проявляют себя как объект развития культурно-познавательного туризма мирового наследия и также они несут в себе особенности и черты, которые не перестают интересовать туристов.

### Литература:

1. Микитась С.А. Влияние культурно-исторических центров на развитие культуры / С.А. Микитась, Л.И. Демидова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции, 2018. – С. 258-259.
2. Поиск по Праге. – Режим доступа: <http://praga-praha.ru/castles/> (дата обращения 15.11.2019).
3. Юрченко А.А. Страноведение. Ч.1 – Зарубежная Европа. Австралия: учебное пособие / А.А. Юрченко. Л.И. Демидова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 11-12.

## РЕЙТИНГИ САМЫХ ДОРОГИХ ГОРОДОВ МИРА

В.В. Пахомов

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

**Аннотация.** Данная работа посвящена рейтингам «дорогих» городов мира и определению преимуществ для туристов.

**Ключевые слова:** рейтинг, дорогой город, услуга, турист, город.

Статистические исследования, проведенные авторитетным интернет-ресурсом Numbeo, позволили составить рейтинг более четырехсот городов мира. Рейтинг выстроен по теме «самый дорогой город». Из российских городов самым дорогим городом стала Москва, она находится на 251-й позиции в рейтинге. Город Краснодар тоже вошел в этот список, он находится на 350-й позиции [1].

При выстраивании рейтинга «самых дорогих городов», по мнению экспертов необходимо учитывать следующие индексы:

«индекс стоимости жизни», «индекс аренды», «индекс цены на продукты», «индекс ресторанов», «индекс местной покупательской способности».

Самая дорогая жизнь в городах Швейцарии, там заоблачные цены (на недвижимость, на продукты питания, на коммунальные услуги, на услуги такси и другие), при этом очень высокий уровень жизни, высокие зарплаты. Они традиционно считаются городами для очень богатых людей. Поэтому туристы предпочитают останавливаться в поселках и приезжать только для экскурсий.

Мировые лидеры нашего рейтинга – пять городов: Цюрих, Базель, Лозанна, Женева, Берн.

Кроме Москвы и Краснодара, в рейтинг «самых дорогих городов» мира вошли Санкт-Петербург (284-е место), Владивосток (275-е место), Волгоград (316-е место), Нижний Новгород (306-е место). Завершают рейтинг «дорогих» городов города Индии и Пакистана (город Карачи).

Преимущества «дорогих городов» России – это стоимость проезда в такси и использование туристами каршеринга – наше самое дешевое в мире. Также самые низкие цены на услуги мобильной связи и Интернет [2].

Результаты данного рейтинга согласуются с данными других рейтингов, например АПРИ «ФлайПленинг», MercerHumanResource, EconomistIntelligenceUnit Москва. Таким образом, российские города привлекательны и доступны для туристов с большим достатком по транспортным услугам, услугам размещения, по аренде и приобретению недвижимости и стоимости услуг личного тренера в фитнес-клубе.

### Литература:

1. Василенко Е.В. Ориентация на потребителя как маркетинговый актив туристских предприятий // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2016. – №1. – С.62-64.

2. ForbesNow[Электронный документ] URL <https://www.forbes.com/sites/bishopjordan/2018/06/25/monocle-most-livable-city-quality-life-survey-2018-munich/#1390f2576153>(дата обращения 25.01.2020).

3. Кучеренко И.М. Современные каналы деловой коммуникации в туризме / И.М. Кучеренко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – Т. 48. – С. 120-122.



## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗРАБОТКИ НОВОГО ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА

К.Т. Петросян

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В работе анализируются особенности разработки новых туристских продуктов. Описываются типы разработки нового туристского продукта.

**Ключевые слова:** туристский продукт, новый туристский продукт, разработка нового туристского продукта.

Продукты туристской индустрии – это все товары и услуги, необходимые туристам с момента их отъезда из места проживания до возвращения домой. Большинство продуктов туристского бизнеса являются услугами, поэтому они имеют характеристики, отличные от продуктов, производимых в отраслях потребительских товаров. Характеристики продуктов туристской индустрии в общих чертах являются:

- нематериальными;
- непередаваемыми;
- процесс производства и потребления происходит в одно и то же время, турпродукт не может быть сохранен или отложен для накопления;
- доход и сам турпродукт являются субъективными;
- спрос на данную продукцию сильно варьируется и зависит от неэкономических факторов;
- качество турпродукта непостоянно и сильно зависит от человеческого труда, который не может быть заменен оборудованием [2].

Для эффективной разработки туристского продукта важно понимать концепцию продукта в целом. Новый продукт для компании не всегда новый продукт для потребителя. Успешная разработка турпродукта требует четкого понимания потребностей и предпочтений клиентов. В 1994 году Смит опубликовал статью, в которой описал разработку продукта как обязательное условие удовлетворения растущих требований потребителей и гарантию долгосрочной прибыльности. Цели этого процесса очень важны: обеспечение будущего, создание нового конкурентного преимущества, увеличение прибыльности, расширение ассортимента продуктов поддержка лояльности и другие причины [3].

Существует два типа разработки нового турпродукта:

1. Разработка абсолютно нового продукта для компании.
2. Модификация уже существующего продукта в ассортименте компании.

Котлер и Армстронг продемонстрировали, что процесс разработки нового продукта состоит из восьми этапов:

- генерация идей;
- скрининг идей;
- разработка концепции и тестирование;
- маркетинговая стратегия;
- бизнес-анализ;
- разработка продукта;
- тестовый маркетинг;
- коммерциализация [1].

В заключение можно сказать, что каждый этап процесса разработки нового турпродукта имеет свои цели, и понимание их является ключевым фактором для достижения эффективного результата. Мы считаем, что разработка нового турпродукта должна начинаться с генерации идеи. Цель этого этапа – представить большое количество идей для будущего анализа. Для создания идей необходимо использовать внутренние и внешние источники. Например, клиенты, конкуренты, поставщики, изменения окружающей среды, тенденции, маркетинговые исследования и другие источники. На этом этапе важно уточнить, какова цель этого нового турпродукта. Отбор идей требует устранения плохих идей. После этого выжившие идеи должны быть преобразованы в концепцию продукта. Кроме того, на

этом этапе турпродукт должен быть определен с функциями, и потенциальные выгоды для клиентов должны быть четко обозначены.

**Литература:**

1. Звягинцев А.А. Учет потребностей людей с ограниченными возможностями здоровья при организации мероприятий спортивно-событийного туризма / А.А. Звягинцев, Е.А. Еремина // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере: Материалы IV Международной научно-практической конференции Олимпийской академии Юга. – 2018. – С. 236-238.

2. Кучеренко И.М. Механизм формирования эффективного имиджа туристско-рекреационного комплекса Кубани / И.М. Кучеренко, Н.Ю. Заднепровская // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 2. – С. 59-61.

3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

## КОМПЛЕКС УСЛУГ РОССИЙСКИХ АЭРОПОРТОВ ДЛЯ ИНОСТРАННЫХ ТУРИСТОВ

**В.Ю. Пивоварова**

**Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова**

**Аннотация.** В работе рассматриваются вопросы обслуживания иностранных туристов в аэропортах России, исходя из потребностей данных пассажиров.

**Ключевые слова:** авиационный транспорт, аэропорт, турист, авиаперевозка, услуги, обслуживание.

В настоящее время сфера туризма полностью зависит от транспорта, его безопасности, инфраструктуры, скорости и удобств, которые предоставляются туристу во время его перемещения. И для того, чтобы расширить географию путешествий и сохранить тенденцию сокращения времени, проведенного в пути, чаще всего используется авиационный транспорт. Это связано с тем, что данный вид транспорта является самым быстрым при перелете на дальние расстояния, а также самым безопасным [1].

Меньше половины всех международных путешествий осуществляются наземным транспортом, поэтому роль авиаперевозок ежегодно повышается. Немаловажным аспектом является организация обслуживания иностранных туристов в аэропортах России. Пристальное внимание к обслуживанию иностранных туристов стали уделять при подготовке зимних Олимпийских игр 2014 в городе Сочи, так как въездной пассажиропоток был гораздо больше, чем в предыдущие годы. Также при подготовке чемпионата мира по футболу 2018 были модернизированы и построены международные аэропорты в городах: Саранск, Волгоград, Калининград, Екатеринбург, Ростов-на-Дону, Самара, Нижний Новгород, Казань, Сочи, Санкт-Петербург и Москва.

Для обеспечения комфорта иностранных туристов в аэровокзалах были созданы такие условия, как: дублирование текстовой информации на двух и более языках; дублирование звуковой информации на двух и более языках; информационное табло на иностранном языке; платные услуги для иностранных туристов.

Российские аэропорты достаточно подготовлены для приема иностранных пассажиров. Например, аэропорты «БазэлАэро» предлагают услуги владельцам карт программы лояльности PriorityPass, крупнейшей в мире независимой программы доступа в VIP-залы аэропортов, охватывающая залы бизнес-класса в больше, чем 120 странах и больше, чем 400 городах. Для программы PriorityPass в настоящее время Россия является ключевым направлением роста. Также для удобного и понятного использования интернет-сайтов российских аэропортов был введен единый стиль оформления и возможность перевода информации на иностранный язык. Все эти факторы направлены на то, чтобы туристы не чувствовали дискомфорт, находясь на территории иностранного государства [2].

Таким образом, обслуживание иностранных туристов в аэровокзалах является важной составляющей, которая требует принятия ряда действий, для того чтобы пассажир чувствовал себя комфортно, и вся представленная информация была ему понятна. Поэтому совершенствованию процесса обслуживания таких гостей должно уделяться достаточное внимание [3].

### **Литература:**

1. Воронцова А.М. Совершенствование управления конкурентоспособностью авиапредприятия: учебник / А.М. Воронцова. – 2016. – 32 с.
2. Ползикова Е.В. Преимущества и недостатки использования воздушного транспорта в индустрии туризма / Е.В. Ползикова // Прикладные, поисковые и фундаментальные исследования: интеграция науки и практики: материалы международной научно-практической конференции – Самара: ООО НИЦ «ПНК», 2017. – С. 56-58
3. Шпырня О.В. Развитие системы подготовки кадров в индустрии туризма и гостеприимства / О.В. Шпырня, М.Н. Андрейко // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2018. – № 2. – С. 104-110.

## ФУНКЦИИ УПРАВЛЕНИЯ ТУРИСТСКИМ ПРЕДПРИЯТИЕМ НА ПРИМЕРЕ ООО «БЕСТ-ТУР»

**В.Ю. Пивоварова**

**Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова**

**Аннотация.** В работе затрагивается проблема реализации функций управления туристской компанией, обеспечивающих достижение целей его деятельности.

**Ключевые слова:** туристское агентство, функции управления, планирование, организация, мотивация, контроль.

В настоящее время туристское агентство рассматривают как совокупность взаимозависимых элементов, таких как человеческие ресурсы, организационная структура, задачи и технология работы турфирмы, которые ориентированы на достижение определенных целей в условиях постоянно меняющейся внешней среды.

Немаловажным аспектом в организации эффективной деятельности туристского предприятия являются управленческие функции и их правильное исполнение. Функции управления – это виды управленческой деятельности, которые обеспечивают формирование способов влияния на деятельность организации. К их числу относят планирование, организацию, мотивацию и контроль [1].

Рассмотрим реализацию данных функций на примере ООО «Бест-Тур» – туристского агентства в городе Краснодаре, которое функционирует на туристском рынке с 2002 года.

Функция планирования в ООО «Бест-Тур» реализуется путем определения долгосрочных целей и краткосрочных задач предприятия, а также оперативное планирование для решения текущих промежуточных задач. К числу важнейших задач туристского агентства относятся предоставление широкого спектра туристических услуг с высоким уровнем комфорта и безопасности для индивидуальных и корпоративных клиентов.

Функция организации в ООО «Бест-Тур» реализуется путем создания организационной структуры и рационального использования всех имеющихся в распоряжении предприятия ресурсов: трудовых, материальных, финансовых, информационных. Так как туристическое агентство является малой организацией, имеет в своем штате небольшое число сотрудников и занимается оказанием услуг населению, то оптимальным является использование линейной структуры управления.

Особое место в управлении ООО «Бест-Тур» занимает функция мотивации. Сотрудники туристского агентства отличаются высокой мотивацией к профессиональной работе в области туризма, что подтверждается устойчивыми конкурентными позициями «Бест-Тур», увеличением базы постоянных клиентов, наличием наград и дипломов, надежностью и стабильностью предприятия, индивидуальным подходом к каждому клиенту.

Большое значение в обеспечении эффективного управления занимает контроль. Эта функция в ООО «Бест-Тур» реализуется руководством путем проведения проверки документации, составлении отчетности о проделанной работе.

Таким образом, управленческие функции в ООО «Бест-Тур» связываются в единый процесс управления, способствуя принятию оптимальных управленческих решений для достижения целей предприятия.

### **Литература:**

1. Василенко Е.В. Менеджмент в туристской индустрии: курс лекций для студентов направления подготовки. 43.03.02. Туризм / Е.В. Василенко, В.Г. Минченко. – Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ: Экоинвест, 2017. – 176 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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – № 1. – С. 117-119.

3. Макрушина И.В. Бизнес-план и его роль в инновационном развитии предприятия размещения / И.В. Макрушина, М.В. Коренева, Ю.С. Луганская // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 2. – С. 75-77.

## ПРОДВИЖЕНИЕ ФЕСТИВАЛЕЙ КАЗАЧЬЕЙ КУЛЬТУРЫ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

У.И. Плоцкая

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** Событийный туризм – перспективный вид туризма в Краснодарском крае, поэтому продвижение фестивалей казачьей культуры как одного из направлений событийного туризма обеспечивает приток туристов в регион.

**Ключевые слова:** событийный туризм, фестиваль, казачья культура, продвижение.

«Концепция развития санаторно-курортного и туристского комплекса Краснодарского края до 2030 года» ставит перед всеми субъектами туристской отрасли стратегическую задачу – превратить Краснодарский край в круглогодичный санаторно-курортный и туристский центр и вывести его в лидеры туристского рынка России [2]. Решение этой задачи предполагает увеличение внутреннего и въездного туристского потока, что, в свою очередь, можно обеспечить за счет развития различных видов туризма в регионе.

Большую популярность в крае набирает событийный туризм. Событийный туризм – это вид туризма, который посвящен определенному виду событий, имеющих отношение к сфере культуры, бизнеса, истории, спорта и т.д. [1, 3].

Краснодарский край имеет богатую историю и самобытную культуру, основанную на культурно-этнических традициях казачества. Казачья культура – комплексное понятие, включающее в себя традиции казаков, модели социального поведения, казачьи ценности, казачий быт, музыку, одежду и др. В настоящее время на Кубани активно идет процесс возрождения казачества и казачьей культуры, в том числе через праздничную культуру. Большой популярностью у жителей края и его гостей пользуются фестивали казачьей культуры, ставшие уже традиционными и представляющие большой интерес как значительные культурные события для развития событийного туризма.

Фестиваль – это массовое празднество, показ достижений музыкального, театрального, исторического, спортивного, эстрадного, циркового или киноискусства. Проводятся они как в крупных закрытых помещениях, так и на открытом воздухе на полях, площадях, парках, в естественных архитектурно-исторических интерьерах. Ежегодно в крае проводится множество фестивалей казачьей направленности: фестиваль-конкурс «Казачья застава», фестиваль казачьих традиций, Межрегиональные фестивали казачьей культуры, фестиваль «Казачья станица», всероссийский фестиваль-конкурс «Казачок Тамани» и др.

С целью привлечения туристов для участия в фестивалях казачьей культуры применяются различные способы их продвижения на туристский рынок. В первую очередь, широко используются современные возможности Интернета, а именно размещение информации о событиях на официальном сайте Министерства курортов, туризма и олимпийского наследия Краснодарского края, туристских порталах [tourism.krd.ru](http://tourism.krd.ru), [kuban.tourism.ru](http://kuban.tourism.ru), [otdih.nakubani.ru](http://otdih.nakubani.ru) и др., сайтах и порталах районов края, а также национальных туристских порталах, например, [russia-open.com](http://russia-open.com), [russia.travel](http://russia.travel) и др., на сайтах туроператоров. Использование социальных сетей ВКонтакте, Фейсбук, Одноклассники, Инстаграмм, Телеграмм, онлайн-путеводителей, систем навигации, интерактивных карт, баннерной, контекстной рекламы наряду с применением традиционных средств рекламы в СМИ, печатной рекламы позволяет расширить спектр различных способов продвижения фестивалей казачьей культуры и увеличить туристский поток в Краснодарский край.

### Литература:

1. Василенко Е.В. Событийный туризм как перспективное направление внутреннего туризма в России/ Е.В. Василенко // Курортно-рекреационный комплекс в системе регионального развития: инновационные подходы. – 2016. – №1. – С. 116-119.

2. Концепция развития санаторно-курортного и туристского комплекса Краснодарского края до 2030 года. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://min.kurortkuban.ru/strategy/>(дата обращения 15.10.2019).

3. Koreneva M.V. Attraction of tourists to the sochi area on the basis of development and implementation of event tours / M.V. Koreneva, N.S. Leontieva, L.S. Leontieva // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2019. – Т. 1. – С. 348-350.

## СПЕЦИФИКА ФОРМИРОВАНИЯ ИМИДЖА И РЕПУТАЦИИ В ТУРИСТСКОЙ СФЕРЕ

А.С. Попова

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В работе анализируются особенности развития имиджа и репутации в туристской сфере. Описываются основные отличия имиджа и репутации туристской организации.

**Ключевые слова:** имидж, репутация, туристская сфера, формирование имиджа, управление репутацией.

В современных условиях резко возрастает интерес туристских предприятий к тому, как они воспринимаются своими целевыми аудиториями. Это находит отражение в необходимости формирования положительного образа предприятия.

Имидж и репутация это тесно связанные между собой понятия, многие из специалистов считают, что это понятия – синонимы. Однако разница все же есть. Имидж – это тот образ, который заинтересованные стороны создают о туристском предприятии в результате распространяемых сообщений. Поскольку все аудитории не получают одно и то же или все сообщения и могут интерпретировать его по-разному в соответствии с их собственным мыслительным процессом или с учетом времени, следовательно, образ может меняться время от времени и от человека к человеку [3].

Под имиджем в туристской сфере рассматривается впечатление о фирме, которое существует как среди внешних заинтересованных сторон, так и среди самих членов организации в качестве «интерпретируемых внешних образов» и «желаемых образов», которые сегодня тратят все большее количество ресурсов по созданию привлекательных, четких и легитимных организационных образов [1]. Хотя все эти усилия, предположительно, направлены на внешнюю аудиторию доказано, что имидж туристской организации напрямую связан с организационными процессами формирования идентичности как на коллективном, так и на индивидуальном уровнях. Таким образом, имидж – это также концепция, которая стирает внешние и внутренние границы туристской организации и бросает вызов самому представлению о том, что такое «организация» [2].

Имидж – это скорее результат согласованных усилий со стороны рекламы, брендинга и PR. Основой для формирования имиджа посредством общественных отношений является понимание человеческого поведения. Тенденции должны быть хорошо проанализированы, так как обширное исследование общественного мнения приводит к последствиям, тщательно анализируемым туристским рынком.

Постоянно следя за имиджем, постепенно формируется и репутация, оказывающая более долгосрочный эффект. Грамотные руководители туристских компаний стараются управлять репутацией своей организации, ведь если не работать над репутацией, то она будет формироваться стихийно, неуправляемо. Подобное может отразиться негативно на имидже туристской организации, что может привести не просто к потере доли туристского рынка, но и к уходу с него [1].

Репутация – это формирующаяся долгое время общественная оценка, динамическая характеристика поведения туристской организации, исходящая из совокупности информации обо всех реальных делах фирмы, методах решения возникающих задач, выполнении обязательств, построения поведения. Репутация является доподлинным показателем надежности туристской компании. Репутация – это преобладающее мнение о бренде и его менеджменте и, как правило, оно не сильно меняется из-за инцидентов, потока новостей или других краткосрочных факторов [1].

Соответственно, можно сделать вывод о том, что процесс управления имиджем и репутацией в туристской сфере являются одним из основополагающих элементов маркетинговой стратегии. Необходимо уделять внимание данным вопросам на всех стадиях разработки, продвижения и реализации туристских продуктов.

### Литература:

1. Кириченко В.С. Использование системы "target hunter" для продажи туров В Контакте / В.С. Кириченко, Е.В. Ползикова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2018. – С. 233-234.
2. Шпырня О.В. Технологии продаж в туристской индустрии: учебное пособие / О. В. Шпырня, В. Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 200 с.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

## ПРИМЕНЕНИЕ РЕКЛАМНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОДВИЖЕНИЯ ТУРПРОДУКТА НА ПРИМЕРЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ООО «БЕСТ-ТУР»

А.Р. Рассоха

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** Основное внимание в работе автор уделяет средствам рекламы, как проявлению непрямой связи между турпродуктом и потребителем. Для продвижения могут использоваться печатные материалы, такие как каталоги, брошюры, путеводители, а также публикации по туристской тематике в сети Интернет и социальных сетях.

**Ключевые слова:** рекламные средства, рекламные материалы, Интернет, социальные сети, Instagram.

В настоящее время туризм сложно представить без рекламы. Придание туристскому продукту с помощью рекламы дополнительной ценности является гарантией того, что клиент не будет сожалеть о потраченных средствах, а наоборот, получит дополнительное удовлетворение от приобретения туристских услуг. Поэтому турагентства активно занимаются рекламой и информированием потребителей о своей продукции [2].

В своей рекламной деятельности ООО «Бест-Тур» использует следующие виды рекламных средств для продвижения турпродукта: 1) печатную рекламу; 2) рекламу средствами Интернета. К печатным рекламным средствам, применяемым в турагентстве, относятся каталоги от туроператоров и поставщиков услуг, а также брошюры и буклеты для информирования туристов о турагентстве, его услугах и продукте. В офисе турагентства представлены актуальные каталоги для туристов на текущий и предстоящий сезоны. Поскольку современные туристы предпочитают получать информацию об интересующих их предприятиях и услугах в Интернет, то доля печатной рекламы как инструмента продвижения турпродукта в ООО «Бест-Тур» снижается.

Самым популярным и эффективным каналом продвижения турпродукта в настоящее время является Интернет. ООО «Бест-Тур» организует продвижение турпродукта, размещая интересующую туристов информацию на официальном сайте турагентства. Также предприятие имеет страницы в социальных сетях: ВКонтакте, Одноклассники, Facebook, Instagram. Ведение аккаунтов в социальных сетях является эффективным современным инструментом рекламы. Аккаунт в Instagram является самой активной интернет-площадкой для продвижения турпродукта в турагентстве. В своем аккаунте в Instagram менеджеры публикуют красочные фотографии популярных направлений, курортов, отелей, которые сопровождаются текстом. Вместе с тем, в профиле отсутствует какой-либо единый стиль, а посты в аккаунте появляются нерегулярно [1, 2].

Для развития и продвижения аккаунта, увеличения числа подписчиков в Instagram и, как следствие, привлечения внимания потенциальных клиентов важной задачей по активизации продвижения турпродукта является регулярное обновление публикаций. Instagram должен продвигать турагентство и его услуги. Для этого менеджеру рекомендуется ежедневно заниматься ведением страницы на основе изучения современных тенденций в индустрии туризма.

Таким образом, ООО «Бест-Тур» для продвижения турпродукта использует преимущественно средства рекламы в Интернет, размещая интересующую туристов информацию в социальных сетях.

### Литература:

1. Инстаграм – аккаунт ООО «Бест-Тур»: [Электронный документ] URL [https://www.instagram.com/besttour\\_krasnodar/](https://www.instagram.com/besttour_krasnodar/) (дата обращения 08.10.2019).
2. Кучеренко И.М. Современное состояние бизнес туризма и эффективное управление корпоративными тревел программами / И.М. Кучеренко // Экономика и предпринимательство. – 2015. – № 6-2 (59). – С. 544-547.
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.

**СЕГМЕНТАЦИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО ТУРИСТСКОГО РЫНКА КАК СПОСОБ  
СТИМУЛИРОВАНИЯ ВЪЕЗДНОГО ТУРИЗМА  
В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ**

**Н.Г. Рожко**

**Научный руководитель доцент Е.А. Еремина**

**Аннотация.** В данной работе рассмотрены теоретические основы сегментирования международного туристского рынка, а также важность данного процесса для стимулирования въездного туризма на территории Краснодарского края.

**Ключевые слова:** сегментация, международный туристский рынок, туристское предприятие, туризм, Краснодарский край.

На сегодняшний день одним из важнейших направлений маркетинговых исследований рынка является изучение потенциальных потребителей услуг. Определив потребителя, туристские предприятия Краснодарского края (государственные и негосударственные) могут сделать свои маркетинговые усилия – использовать те формы и методы рекламы, ценообразования, торговли, которые наиболее привлекательны и эффективны именно для определения целевого потребителя. Одним из важнейших инструментов, способствующих стимулированию въездного туризма на территории Краснодарского края, является сегментация, характеризующаяся одинаковым проявлением какого-либо признака [1]. На основании анализа научно-методической литературы, данных маркетинговых служб транснациональных корпораций, предпринимателями в практической деятельности используются несколько видов сегментирования, подтвержденных результатами статистических исследований:

- 1) Макросегментирование – деление международного рынка по странам, континентам, видам туризма и т.д;
- 2) Микросегментирование – выявление группы туристов по более детальным критериям;
- 3) Окончательное сегментирование – выбор наиболее подходящих, содержащих ограниченное число сегментов рынка, в соответствии с которыми будет определяться рыночная стратегия и программа [2].

Дополнительное вложение капитала в туристскую отрасль, конкретно в сегменты международного туризма, прогнозно даст значительный рост доходов в бюджет края и значительно повлияет на социальное развитие региона.

Таким образом, аналитическая работа по перспективам раскручивания въездного туризма в регион на базе Центра координации поддержки экспорта Краснодарского края, построенная на основе изучения проблем сегментации рынка, позволит реализовать комплекс мер по взаимодействию бизнеса и власти.

**Литература:**

1. Василенко Е.В. Ориентация на потребителя как маркетинговый актив туристских предприятий // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2016. – №1. – С. 62-64.
2. Джум Т.А. Методические аспекты разработки маркетинговой стратегии предприятий ресторанного бизнеса / Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская, В.Г. Минченко. – Краснодар, 2018.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма: [Электронный ресурс] URL<http://lib.kgufkst.ru/ProtectedView/Book/ViewBook/423> (Дата обращения 25.11.2018).



## ОСОБЕННОСТИ РЕКЛАМНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ООО «БЕСТ-ТУР»

А.А. Ростовцева

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** В работе дается обобщенная характеристика рекламной деятельности туристского предприятия как важной составной части комплекса маркетинговых мероприятий.

**Ключевые слова:** рекламная деятельность, средства рекламы, Instagram, туристское агентство, услуга, тур.

Рекламная деятельность является одной из составляющих маркетинговой деятельности и важным условием эффективного функционирования любого предприятия, в том числе и туристского. Рекламная деятельность туристского предприятия представляет собой комплекс действий с использованием различных средств рекламы, адресованной определенному кругу потребителей, для привлечения внимания к объекту рекламы и его продвижения на туристском рынке. Чтобы остановить свой выбор на одном или нескольких видах рекламы, туристскому предприятию необходимо ответить на три главных вопроса: 1) кто потенциальный потребитель турпродукта; 2) что фирма хочет сообщить ему о своем продукте и услугах; с помощью каких средств собирается это сделать. Определив с помощью ответов на эти вопросы образ потребителя, его привычки, интересы, потребности, место жительства, социальное и материальное положение, туристское предприятие приступает к выбору рекламных средств [1].

В своей рекламной деятельности туристское агентство ООО «Бест-Тур» (г. Краснодар) использует каталоги от туроператоров и поставщиков услуг, которые дают возможность клиенту получать достаточный объем информации для принятия решения о выборе направления и конкретного тура. Особенностью рекламной деятельности туристского агентства является постепенный отказ от традиционных видов рекламы, в том числе печатной, и переход к использованию более современных видов рекламных средств. У ООО «Бест-Тур» есть официальный сайт, где содержится информация о туристических направлениях и услугах, а также страница в социальной сети Instagram [2]. Исследования показывают, что грамотное использование социальных сетей позволяет привлечь значительное число подписчиков, среди которых 2% становятся потребителями турпродукта.

Для повышения эффективности рекламы в Интернет необходимо развивать аккаунт ООО «Бест-Тур» в Instagram. Первостепенной задачей будет являться увеличение аудитории. Этого можно достичь с помощью регулярных публикаций актуального материала по туристской тематике, в том числе фото- и видеоматериалов, а также ведения «stories» и др. Кроме того, необходимо поддержание активного общения с аудиторией: ответы на комментарии, рубрики «вопрос-ответ» и т.д. Успех и прибыль туристского предприятия во многом зависят от рекламной деятельности. Грамотный подход к использованию современных средств рекламы позволит сформировать спрос на услуги турагентства, стимулировать сбыт и укрепить его конкурентные позиции на рынке.

### Литература:

1. Сидоренкова А.С. Современные методы продвижения турпродукта: учебно-практическое пособие / А.С. Сидоренкова, А.А. Царенко. – Иркутск: ООО «Мегапринт», 2015. – 148 с.
2. Официальный сайт ООО «Бест-Тур»: [Электронный документ] URL <https://best-tour.ru> (дата обращения 09.010.2019)

## К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ КАЗАЧЬЕГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

А.В. Ряховский

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** Данная работа посвящена развитию туризма, связанного с посещением мест, позволяющих изучить историю, быт и традиции казаков; представлены регионы Российской Федерации с наибольшим количеством человек, вступивших в казачество, а также представлены наиболее интересные туристские объекты, связанные с историей казачества в Краснодарском крае.

**Ключевые слова:** туризм, казачество, ценности, Краснодарский край, история.

В последние десятилетия вопросы, связанные со становлением и современным состоянием казачества, привлекают повышенное внимание со стороны исследователей различных сфер науки: истории, политологии, географии, а также представителей органов государственной власти и общественности, что привело к проведению научных конференций, изданию монографий, публикации многочисленных статей и работ. Исключением не стала и индустрия туризма. Так, в настоящее время особую актуальность приобрели экскурсионные маршруты, связанные с посещением мест, позволяющих изучить историю, быт и традиции казаков.

Согласно статистическим данным Всероссийской переписи населения, наибольшая численность казаков представлена в следующих федеральных округах и субъектах Российской Федерации: Ростовская область (87492 чел.), Волгоградская область (20648 чел.), Краснодарский край (17542 чел.). Соответственно, в данных регионах нашей страны возможна разработка наиболее интересных туристских программ, связанных с казачьей тематикой [2].

В настоящее время региональные органы власти данных территорий оказывают всяческое содействие муниципальным образованиям по эффективному использованию историко-культурных и духовных традиций казачества. Так, например, Законодательное Собрание Краснодарского края разработало Концепцию государственной политики региона, одной из задач которой является возрождение кубанского казачества, а также содействие развитию внутреннего туризма, направленного на приобщение к культурным и духовным ценностям кубанского казачества [1]. Поэтому, в первую очередь, в маршруты необходимо включить посещение следующих региональных дестинаций: столицу края – город Краснодар, ассоциируемый со становлением казачества на Кубани, современным воскресным торжественным разводом почетного караула Кубанского казачьего войска, Кубанским казачьим хором; Таманский полуостров, связанный с зарождением истории Кубанского казачества, этнокомплексом «Атамань» с театрализованными казачьими легендами, старинными обрядами и обычаями; город Усть-Лабинск, бывший до середины XX века казачьей станицей и другие объекты [3].

Таким образом, развитие казачьего туризма в Краснодарском крае является сравнительно новым направлением, которое играет важную роль в восстановлении вековых традиций, а также в сохранении культурных и духовных ценностей казачества.

### Литература:

1. Администрация Краснодарского края. Постановление Законодательного собрания Краснодарского края «Об утверждении концепции государственной политики Краснодарского края в отношении кубанского казачества»: [Электронный ресурс] URL <https://admkrain.krasnodar.ru/content/1219/show/396220/> (дата обращения 10.11.2019).
2. Википедия. Численность казаков по субъектам Российской Федерации: [Электронный ресурс] URL <https://ru.wikipedia.org> (дата обращения 10.11.2019).
3. 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.

## ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА В РОССИИ

С.В. Саматова

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

**Аннотация.** Рассмотрен ряд проблем развития внутреннего туризма в России, а также возможные способы их решения.

**Ключевые слова:** внутренний туризм, Россия, проблемы развития туризма.

В настоящее время внутренний туризм в России является динамичным и перспективным направлением экономического развития [3]. Россия имеет богатейший природный и культурно-исторический потенциал, следует отметить что после присоединения Крыма в состав России внутренний туризм совершил скачок, тем самым получил один из основных центров внутреннего туризма.

Внутренний туризм – это путешествия в пределах Российской Федерации лиц, постоянно проживающих в Российской Федерации, такая трактовка понятия приводится в Федеральном законе РФ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» [1].

По данным Всероссийского центра изучения общественного мнения, за период с 2007 по 2015 гг. практически половина граждан страны, примерно 55 процентов, никуда не выезжали из страны и не совершали туристских путешествий [2].

Всемирный экономический форум приводит рейтинг стран мира, котором отражены показатели стран по конкурентоспособности путешествий и туризма. На 2015 год показатели России находились на отметке 45 в рейтинге, а в 2019 году – 43 строчке, то есть за четыре года Россия поднялась всего на два пункта в рейтинге. В связи с чем возникает вопрос, что мешает России занять лидирующее положение в мировом рейтинге [3].

«Ростурист» провел свои анализы и выявил ряд проблем для развития внутреннего туризма в России:

- одной из основных проблем внутреннего туризма является высокая стоимость на услуги перевозки, например билеты на авиаперелет до Иркутска из Новосибирска, ориентировочно, 23500 рублей, а до Италии 27800 рублей;
- неэффективная реклама. Многие граждане даже не догадываются о туристских ресурсах России;
- высокие цены на услуги питания и размещения;
- уровень сервиса не соответствует стандартам;
- турфирмам не выгодно предлагать туры по России из-за низкого процента отчисляемой фирмы.

Исследование показало: что в связи с недостаточным выделением денежных средств из государственного бюджета в пользу развития внутреннего туризма направления, указанные выше, будут развиваться и совершенствоваться еще очень долго.

Для решения данных проблем необходимо:

- запуск бюджетных средств перевозки авиа и ж/д транспорта;
- улучшение рекламы, использование новейших технологий, внедрение новых туров и разнообразных программ в индустрию туризма;
- увеличение процента выплаты турагенту и туроператору за продвижение турпакетов, действующих по России, увеличение мотивации.

### Литература:

1. ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» 24 ноября 1996 года № 132-ФЗ;
2. Кружков Д.А. Становление и развитие самостоятельного туризма в России / Д.А. Кружков, В.О. Немцова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – № 1. – С. 110-112.
3. Юрченко А.А. Туристское регионоведение России: учебное пособие / А.А. Юрченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 56-57.

## РАЗВИТИЕ КОННОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

Э.А. Солдаткин

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** Рассмотрены основные направления развития конного туризма в Краснодарском крае.

**Ключевые слова:** Краснодарский край, конный туризм, развитие, туризм, отдых.

На сегодняшний день конный туризм является одним из самых перспективных туристских направлений в Краснодарском крае. Ежегодно местные власти увеличивают финансирование данной отрасли, вкладывая миллионы рублей в ее всестороннее развитие. Например, за 2019 год государственная поддержка составила около 50 миллионов рублей [2].

Конные походы в Краснодарском крае позволят отдыхающим не только воссоединиться с окружающим миром, но и поправить свое здоровье [1]. Сезон конного туризма в Краснодарском крае начинается намного раньше, чем в остальных регионах РФ, а именно с марта месяца. Самыми лучшими местами для развития конного туризма здесь являются Ейский и Мостовской район, а также Красная Поляна, Сочи и окрестности Туапсе. Стоит отметить, что все места располагают весьма развитой инфраструктурой, в том числе отелями и конно-спортивными базами, высококвалифицированным персоналом и всем необходимым снаряжением, чтобы обеспечить комфортные условия для отдыха туристов. Тут вам предложат сотни различных маршрутов на любой вкус, начиная от обыкновенных конных прогулок и заканчивая многодневными конно-верховыми походами с личным инструктором и инвентарем. В конном походе вы забудете обо всех трудностях городской жизни, почувствуете единение и родство с природой [4].

В настоящий момент конный туризм развивают в поселке Каменноостском, на территории которого уже построено несколько турбаз и гостиниц, где предлагают услуги проката лошадей и организации конных прогулок. Село Безымянное и Фанагорийское, близ Горячего Ключа, с недавних пор считаются новыми перспективными направлениями развития конного туризма в крае, а в селе Джигинка и поселке Сукко в Анапском районе у вас есть потрясающая возможность научиться верховой езде с помощью личного инструктора, а также пройтись по одним из самых живописных мест Кубани.

Местные власти активно участвуют в расширении конного туризма в Краснодарском крае, за последние 5 лет список населенных пунктов, которые могут предложить услуги в этой сфере туристской деятельности значительно расширился, в него вошли Краснодар, станция Елизаветинская, поселок Ильский, Лаго-Наки, Темрюк, поселок Победа, Псебай, Никитино и многие другие [3].

Можно сделать вывод, что конный туризм в Краснодарском крае развит достаточно неплохо, однако, несмотря на это, существует необходимость открытия новых туристских центров в этой области туризма и поддержания уже имеющихся популярных мест.

### Литература:

1. 5 лучших мест для конного туризма в России / Samovar Travel. URL: <https://samovar.travel/article/5-mest-dlya-konnogo-turizma/> (дата обращения: 15.01.20).
2. Развитие сельского (аграрного) туризма в Краснодарском крае на 2017-2020 гг. // Официальный сайт Министерства курортов, туризма и олимпийского наследия Краснодарского края, 2017.
3. Набиева У.Н. Развитие агротуризма – решение социально-экономических проблем в сельской местности / У.Н. Набиева, А.А. Аббасова, К.А. Абдулаев // Курортно-рекреационный комплекс в системе регионального развития: инновационные подходы. – 2017. – №1. – С. 183-187.
4. Конный туризм в Краснодарском крае / Seven Tour. URL: <http://www.7-tur.ru/polezno-znat/konnyj-turizm-v-krasnodarskom-krae/> (дата обращения 14.01.20).

## РАЗВИТИЕ ЭТНОГРАФИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В ХАНТЫ–МАНСИЙСКОМ АВТОНОМНОМ ОКРУГЕ – ЮГРА

Ю.А. Степанова

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** В данной работе рассматриваются возможности развития этнографического туризма в Ханты – Мансийском автономном округе – Югре на примере коренных народов Севера, с целью сохранения и возрождения их культурных традиций.

**Ключевые слова:** этнографический туризм, коренные народы, традиции, народ, турист.

Обладая уникальными культурно-историческими, природными ресурсами, Ханты-Мансийский автономный округ (Югра) стал одним из главных туристских объектов страны, который сочетает в себе разнообразие красивейших мест экскурсионного назначения. На территории округа проживают малочисленные народы Севера – манси и ханты. Развитие этнографического туризма получило большое распространение. Главной целью путешественников является знакомство с культурой, бытом, семейными традициями коренных этносов, проживающих с давних времен на данной территории.

Визитной карточкой Ханты-Мансийского округа стал этнографический туризм, представляющий собой огромный потенциал для развития внутреннего туризма. Ханты, манси, ненцы и сегодня сохраняют образ жизни своих предков. Познакомиться и увидеть воочию жизненный уклад древних народов (угров) можно только при реализации этнографических программ. Такие национальные поселки, как Белоярский, Березовский, Сургутский, Нижневартовский, Ханты-Мансийский район представлены в этнографических турах. На территории Югры функционирует более 40 эколого-этнографических музеев. Одними из них самыми популярными являются «Торум – Маа», «Суеват пауль».

В музейных комплексах (воссоздана летняя усадьба хантов и зимнее поселение манси) туристы могут познакомиться с культурными традициями, обычаями пимских хантов, обских угров, аборигенов Приобья, мансийской культурой. Там собрано более 5000 экспонатов, которые помогают нам представить и изучить жизнь малочисленных коренных народов Севера России.

В плане возрождения самобытности и поддержки традиций народных промыслов, сохранения и развития ремесел, исторического и культурного наследия народов, населяющих ХМАО (Югру), 2015 год признан лучшим. В связи с этим на территории округа ежегодно начали проводиться традиционные праздники: «Вороний день», «Тылащ пори», «Медвежьи игрища» и т. д. Дальнейшее развитие этнографического туризма в Ханты-Мансийском автономном округе необходимо, ведь с каждым годом, благодаря археологическим поискам, появляется множество новых объектов, с которыми обязательно нужно познакомить туристов. А знакомство с культурой коренных народов Севера непосредственно должно происходить путем погружения в быт хантов, манси и ненцев. Туристов приглашают пожить в чумах, знакомят с национальной кухней, катают в оленьей упряжке.

Таким образом, Ханты-Мансийский автономный округ обладает огромным потенциалом для развития этнографического туризма с целью поддержания и сохранения традиционного уклада народов Севера, позволяющим представить национальное многообразие страны, их традиции, языковые группы и т.д.

### Литература:

1. Суртаев Б.М. Этнографический туризм как способ сохранения и возрождения этнокультурного наследия / Б.М. Суртаев // Вестник угроведения. – №1(8). – 2012. – С. 178-182.
2. Юрченко А.А. Туристское регионоведение России: учебное пособие / А.А. Юрченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 112-113.

## ПРИРОДНО-РЕКРЕАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ АНДОРРЫ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ГОРНОЛЫЖНОГО КУРОРТА

В.А. Хорошко

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

**Аннотация.** В работе проанализированы природно-рекреационные ресурсы как фактор развития горнолыжных курортов Андорры.

**Ключевые слова:** Андорра, ресурсы, горнолыжные курорты, туризм.

Республика Андорра находится на Юго-Западе Европы. Карликовое государство расположилось между Францией и Испанией. В такое государство сложно добраться, так как нет железнодорожных путей, не летают самолеты, добраться все-таки можно, но только по автомагистрали со стороны Испании или Франции [3]. Из-за расположения Андорры на южном склоне Восточных Пиренеев, самым актуальным видом туристской деятельности является горный туризм. Этому сопутствует климат данной местности: субтропический горный. Все государство находится над уровнем моря, как минимум, на 880 м. Благодаря горному туризму в Андорру приезжает более 15 миллионов человек ежегодно [1, 2].

Горнолыжные курорты Андорры владеют самой большой территорией горнолыжных спусков. Можно выделить две курортные зоны: Грандвалира и Вальнорд. Их преимущества состоят в том, что они находятся вблизи столицы, Андорра-ла-Велья; приемлемая стоимость в отличие от других горнолыжных курортов Европы.

Цель исследования: изучить особенности и факторы развития горнолыжного курорта в туристской индустрии Андорры. Основная задача – выявить преимущества курортов Андорры по сравнению с другими горнолыжными курортами Европы.

Актуальность работы заключается в том, что спрос на горнолыжный туризм растет. Почему стоит выбирать именно Андорру среди множества других стран с высокоразвитым горнолыжным туризмом? Сама погода делает выбор в пользу Пиренеев. В отличие от Альп погода в Пиренеях более солнечная, благополучная, чему способствует и климат данной местности.

Наряду с активным туризмом развиваются лечебные курорты, экскурсионные, все находится вблизи, из-за маленькой площади Андорры. Приехать в Андорру можно не имея специального обмундирования, и приобрести все на месте по доступным ценам или взять на прокат. Также качество трасс и спусков в Андорре на высочайшем уровне, большое их разнообразие. Главным преимуществом является то, что Андорра – самая безопасная страна в мире.

Таким образом, природно-рекреационные ресурсы Андорры являются отличным фактором развития горнолыжного курорта, с огромным набором преимуществ над другими европейскими горнолыжными курортами. Для туристов, которые любят восхитительные горные пейзажи вместе с цветущими долинами в одной картине и которые заморожены горно-экстремальными видами спорта, найдется местечко в этом уютном государстве.

### Литература:

1. Турист и Гид [Электронный документ]. – Режим доступа: <https://turistigid.com/> (дата обращения 04.12.2019).
2. 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: материалы конференции. – КГУФКСТ, 2018. – Т. 3. – С. 33-34.
3. Юрченко А.А. Страноведение. Ч.1 – Зарубежная Европа. Австралия: учебное пособие / А.А. Юрченко, Л.И. Демидова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 19 с.

## КОРПОРАТИВНАЯ КУЛЬТУРА ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ КАК УСЛОВИЕ ПОВЫШЕНИЯ ЕГО КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ

Е.Н. Хромец

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

**Аннотация.** В работе рассмотрено понятие корпоративной культуры, а также ее влияние на конкурентоспособность гостиничного предприятия.

**Ключевые слова:** гостиничное предприятие, конкуренция, конкурентоспособность, экономический прогресс.

Упоминание о понятии корпоративная культура появилось еще в первой половине двадцатого столетия в работах таких менеджеров, как Ч. Барнарда и Г. Саймона. Авторы называли ее административным поведением, организационной моралью. Вся деятельность организации подвержена влиянию корпоративной культуры. В основном труды ученых посвящены тому аспекту корпоративной культуры, который объединяет работников организации, а как фактор, влияющий на систему отношений организации в конкурентной среде, она мало изучена. Международные гостиничные цепи тщательно относятся к организации корпоративной культуры, стратегическим целям, корпоративным программам, а также идеалам организации. Ввиду этого они предоставляют высокое качество обслуживания и постоянно развиваются. Происходит это за счет того, что внимательны к своему персоналу, выделяя его как главную ценность организации. Гостиничные предприятия уделяют особое внимание всем составляющим корпоративной культуры, они формируют ее годами, четко прописывая каждый стандарт обслуживания, так как все это отражается на торговой марке гостиничного предприятия, заставляя потребителей выбирать именно его на рынке среди многих, то есть быть конкурентоспособным.

Само понятие конкуренция является состоянием, ввиду которого организация обязана доказывать, что достойна «общественного богатства» благодаря своим достижениям. Соперничество, имеющее разный уровень на различных рынках определяет степень конкуренции. Оно вынуждает производителей товаров и услуг обеспечивать потребителей самым обширным ассортиментом товаров и услуг самого лучшего качества и по приемлемым для них ценам. Ввиду этого неизбежно происходит экономический прогресс, который можно представить в виде составленной нами схемы, представленной на рисунке.



Рисунок 1 – Схема экономического прогресса

На основании вышесказанного можно сделать вывод о том, что конкуренция влияет на отдельные предприятия, заставляя их искать пути совершенствования, одним из которых является корпоративная культура. Совершенствование корпоративной культуры, превращение ее в мощное побуждающее и объединяющее начало, может стать одним из рычагов повышения эффективности функционирования предприятия. А весь этот процесс становится значимым для развития экономики страны в целом [1, 2, 3].

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Особенности стандартов туристских организаций / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Актуальные проблемы правового и экономического знания: теория и практика: Материалы международной научно-практической конференции. В 2-х

томах. Ответственный редактор И.П. Подмаркова. – 2018. – С. 208-211.

2. Ползикова Е.В. Особенности продвижения предприятий размещения в системах онлайн-бронирования как способ увеличения продаж номерного фонда / Е.В. Ползикова // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2019. – № 1 (25). – С. 95-99.

3. Шпырня О.В. К вопросу о формировании обобщенных трудовых функций для создания профессиональных стандартов работников санаторно-курортной и туристской индустрии Краснодарского края // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2015. – № 3. – С. 142-150.



## ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЭКСКУРСИИ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

А.Г. Цыганкова

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

**Аннотация.** В тезисах рассмотрены особенности проведения экскурсии для младших школьников, даны рекомендации использования приемов для качественного проведения экскурсии для младших школьников.

**Ключевые слова:** экскурсия, экскурсовод, экскурсанты, музейные выставки, школьники, младшие классы.

Экскурсии являются формой проведения внешкольного занятия для школьников, позволяют получить новые знания и расширить общий кругозор. При выборе экскурсии необходимо учитывать возрастные особенности детей. Поскольку у младших школьников превалирует мир эмоций, поэтому необходимо в процессе проведения экскурсии создавать ситуации, способствующие ярким эмоциональным переживаниям. Экскурсоводу необходимо помнить, что у школьников младших классов имеется такая возрастная особенность, как неспособность долго сосредотачиваться на одном предмете, поэтому выбор объектов показа должен быть по принципу контраста, что будет поддерживать эмоциональную реакцию детей и пробуждать ассоциации. При этом не следует в экскурсию включать более 6-7 объектов показа, поскольку дети младшего школьного возраста быстро эмоционально устают и становятся невнимательными.

При разработке текста экскурсии необходимо помнить о том, что младшие школьники эффективно усваивают информацию впервые 15-25 минут, поэтому более сложный материал необходимо излагать в первой части экскурсии, а во второй части излагать не облегченную информацию. Временные рамки экскурсии для младших школьников рекомендуется ограничивать 45 минутами.

Следует помнить о том, что право бесплатного посещения музейных выставок и экспозиций имеют дети до 7 лет; дети-сироты; руководитель группы детей в возрасте от 7 до 14 лет на 10 детей или в возрасте от 14 до 18 лет на 15 детей; экскурсовод (гид), сопровождающий группу экскурсантов-детей.

Порекомендуем несколько приемов для качественного проведения экскурсии для младших школьников:

- строить экскурсии с активным участием детей в процессе ее проведения;
- не перегружать школьников большим объемом текстовой информации;
- избегать в процессе экскурсии длинных объяснений;
- следить за временем экскурсии и не утомлять экскурсантов.

Итак, продуманная и качественная экскурсия способствует обретению новых знаний у школьников, пробуждению интереса к истории и традициям Кубани.

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Городской туризм как способ привлечения туристов к культурному наследию и истории г. Краснодара / Е.В. Ползикова, Н.Ю. Заднепровская, Е.Л. Заднепровская // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Т. 1. – № 1-1. – С. 94-98.
2. Ползикова Е.В. Теоретические и методические аспекты подготовки студентов в области туризма / Е.В. Ползикова, Т.Н. Поддубная, Ф.Р. Хатит, Е.Л. Заднепровская // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – Майкоп: Майкопский государственный технологический университет, 2017. – № 3. – С. 61-66.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОДВИЖЕНИЯ ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ

А.Д. Шатская

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

**Аннотация.** В работе анализируются особенности продвижения туристского продукта с использованием интернет-технологий. Описываются основные способы онлайн-продаж туристского продукта.

**Ключевые слова:** туристский продукт, продвижение, интернет-технологии, онлайн-продажи.

Одним из элементов продвижения туристского продукта является не только реклама, но и система личных продаж, а также связь с общественностью «PR» и концепция «4P». С помощью этих технологий можно донести всю суть туристского продукта, а именно всю нужную и полную информацию о нем до его потребителя.

Сегодня благодаря интернет-технологиям можно привлечь внимание потенциальных и реальных потребителей к предлагаемым им услугам, создать положительный и доверяющий имидж туристской фирмы и показать значимость данного предприятия обществу.

Актуальность выбранной темы определяется тем, что в сфере сервиса и туризма наблюдается сильная конкуренция, на рынке развиваются интернет-технологии и онлайн-продажи. Эти нововведения заставляют задумываться в том, как продвинуть свой продукт и из потенциальных потребителей продукта туристской фирмы сделать реальными [1].

Продвижение туристского продукта с помощью интернет-технологий не всегда требует больших средств. Распределение бюджета фирмы для онлайн-продаж туристского продукта зависит от технологий, которые помогают продвигать туристскую фирму в интернет-среде и продавать те услуги, благодаря которым нарастает клиентская база фирмы и появляется доход от продаж.

Для большинства туристских фирм главной целью является ведение прибыльного и продолжительного бизнеса. Для того чтобы достигнуть поставленной цели, туристскому предприятию необходимо производить тот турпродукт или ту услугу, которые будут удовлетворять потребности потенциальных покупателей, тем самым обеспечивая прибыль для предприятия и устойчивости бизнеса на рынке [3].

Турпродукт, который производится туристской фирмой, образует основу маркетингового комплекса, на который опираются все остальные элементы в структуре Интернет-продвижения.

Главными элементами маркетинга с помощью интернет-технологий являются:

1. Цена.
2. Продвижение на рынке.
3. Распространение [2].

Для того чтобы был спрос на производимые турпродукты и услуги туристской фирмы, опора должна ложиться в первую очередь на продвижение в Интернете и онлайн-продажи. С каждым десятилетием появляются новые виды рекламы, которые не только влияют на деятельность предприятий, организаций, но и способны изменить рынок в целом, открыть новые возможности ведения бизнеса и привлечения клиентов.

Туристскому предприятию необходимо объединить объекты в группы по общим признакам рынка, и с помощью этого можно будет выделить целевую аудиторию потребителей в Интернете. Если в туристской фирме происходит большой охват сегментов рынка, то задействуется не один вид рекламы, а выбираются разнообразные виды и формы рекламы в Интернете.

На сегодня есть два типа эффективной рекламы в Интернет, у каждого из которых есть свои положительные стороны:

1. Торговая реклама.
2. Коммуникативная реклама.

Для того чтобы в туристского предприятия появился спрос потребителей на туристский продукт, в него должна быть соответствующая реклама и улучшенная система онлайн-продаж. Все эти факторы помогут привлечь потенциальных покупателей и создать интерес на определенный туристский продукт.

### **Литература:**

1. 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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – № 1. – С. 117-119.

2. Шпырня О.В. Использование глобальной компьютерной сети Internet в российской индустрии туризма / О.В. Шпырня // Информационно-вычислительные технологии и их приложения: сборник статей VI международной научно-технической конференции, июнь 2007 г. / под общ. ред. А.Н. Кошева. – Пенза, 2007. – С. 188-189.

3. Шпырня О.В. Использование информационных технологий в туристской деятельности / О.В. Шпырня, В.В. Лысенко // Информационно-вычислительные технологии и их приложения: сборник статей VI международной научно-технической конференции, июнь 2007 г. / под общ. ред. А.Н. Кошева. – Пенза, 2007. – С. 189-190.

## К ВОПРОСУ О РАСШИРЕНИИ АССОРТИМЕНТНОЙ ПОЛИТИКИ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

Ю.Ю. Шевченко

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

**Аннотация.** В работе раскрывается сущность, роль, цель и задачи расширения ассортимента политики предприятий размещения или горизонтальной диверсификации гостиничных услуг, а также приводится пример успешного внедрения нового типа отелей сети «Хилтон».

**Ключевые слова:** расширение ассортимента политики, гостиничное предприятие, предприятие размещения, горизонтальная диверсификация.

Специалисты туристского рынка считают, что клиенты становятся все более и более требовательными и избирательными, а концепция требований к предприятиям размещения существенно изменилась в последнее время: если раньше отель служил ночлегом и крышей над головой, то сегодня отсутствие или наличие в номере какого-либо атрибута может стать решающим моментом при выборе места размещения [1-3].

В настоящее время рынок туристских предложений переполнен, поэтому каждое из них должно быть направлено на конкретного туриста, что приводит к необходимости расширения спектра ассортимента политики гостиничного предприятия, поскольку на основе этого станет возможным: увеличение объемов продаж услуг размещения; закрытие потребностей целевой аудитории в диверсифицированных и обновленных сервисах; лучшая представленность услуг в товарной категории (в прайс-листе, на сайте гостиницы) [3].

Стоит также отметить, что современные маркетологи расширение ассортимента политики называют «горизонтальной диверсификацией», целью которой является усиление рыночных позиций предприятия размещения.

Основные задачи горизонтальной диверсификации: увеличение присутствия гостиницы, ее марок и услуг на текущем рынке; максимизация возможности менеджмента гостиничного предприятия на рынке услуг размещения; снижение рисков за счет расширения рыночного предложения.

Новые, горизонтально диверсифицированные услуги, по отношению к ранее предлагаемым, могут быть: сопутствующими услугами; услугами и продуктами, расширяющим линейку предлагаемых товаров [2].

Хорошим примером может послужить компания «Hilton», изначально сеть американских отелей была рассчитана на целевой сегмент класса «премиум». Но, изучив рынок потребителей, руководство пришло к заключению, что необходимо разработать специальные предложения для гостей, не готовых оплачивать дорогое проживание, но, в то же самое время, заинтересованных в комфортном отдыхе. Так, благодаря реализации стратегии горизонтальной диверсификации, была создана совершенно новая сеть отелей «Hilton Inn», рассчитанная на сегмент класса «эконом».

Резюмируя вышесказанное, можно с уверенностью сказать, что горизонтальная диверсификация является эффективным методом для выхода из кризисных ситуаций и конкурентной борьбы в гостиничном бизнесе.

### Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Анализ предпринимательской активности на рынке гостиничных услуг / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова, Т.А. Джум, А.В. Казалиева // Финансовая экономика. – 2019. – №4. – С. 615-619.
2. Кравченко К.С. Совершенствование системы дополнительных услуг на предприятиях размещения / К.С. Кравченко, И.В. Макрушина // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – С. 237-238.
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.

## ПРОЕКТИРОВАНИЕ ВОЕННО-ИСТОРИЧЕСКОГО ТУРА К 75-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ В ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЕ

Я.А. Шейграсова

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

**Аннотация.** В работе речь идет об особенностях проектирования тура по местам боевой славы города-герой Волгоград. Структурированы достопримечательности, связанные с военной историей, проведен анализ ресурсов.

**Ключевые слова:** военный, исторический, тур, город-герой Волгоград, экскурсия, музей.

В двадцать первом веке человечество находится в процессе самоизменения, когда необходимо делать правильный выбор и верно осознавать историю, пока еще имея возможность непосредственно прикоснуться и почувствовать связь прошлого и настоящего, что и явилось основанием для проектирования военно-исторического тура. Волгоград – город-герой России, гордость всей страны. Именно здесь проходили самые кровопролитные бои в истории человечества, именно здесь советские солдаты предрешили исход Великой Отечественной войны. В городе есть достопримечательности, связанные с военной историей. Всей России известен Мамаев Курган с монументом Родина-мать, дом Павлова, который в течение 58 дней держал оборону. В городе есть и другие объекты, связанные с историей Великой Отечественной войны: музеи, мемориальные комплексы, локации, где проходили бои.

На сегодняшний день в городе успешно работает множество туристических компаний, предлагающих экскурсионные программы по городу, предложений насчитывается более 200, они реализуются и пользуются спросом на протяжении многих лет. Нами предлагается авторский военно-исторический тур «Ценою жизни» по местам боевой славы в город-герой Волгоград к 75-летию победы в Великой Отечественной войне.

Проект программы тура включает следующие основные моменты: в первый день прибытия в город-герой Волгоград туристы совершают экскурсию в станицу Голубинскую и село Россошки, как места особой исторической памяти; на второй день посещают обзорную экскурсию по главным военно-историческим достопримечательностям города-героя с культурной программой; в третий день посещают музеи и выставки («Бункер Сталинграда», музей И.В. Сталин и др.). Размещение туристов: предусмотрены два варианта размещения – бюджетный и комфорт. В программе предусмотрен военно-полевой обед и посещение парада и салюта Победы, а также участие в шествии «Бессмертный полк».

Тур предназначен для семейного отдыха. Важную роль в воспитании молодого поколения играет патриотическое воспитание, которое направлено на развитие любви к своему Отечеству, преданности ей. В современном обществе патриотическое воспитание молодежи приобретает особо важное значение. Способствовать формированию у подрастающего поколения чувства патриотизма, прививать ребенку любовь и уважение к своей семье, Родине, обществу, в котором он живет, необходимо с детства, на эти ценности и ориентирован разработанный тур [1, 2, 3].

### Литература:

1. Макрушина И.В. Компетентностный подход в реализации дисциплины «Планирование карьеры в туризме» в образовательном процессе по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» // И.В. Макрушина, Е.А. Еремина // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – Т. 48. – С. 125-126.
2. Минченко В.Г. Готов к труду и обороне СССР. Государственная программа физкультурной подготовки молодежи в системе патриотического воспитания / В.Г. Минченко Г.Д. Алексанянц, Н.К. Артемьева. – Самара, 2017. – С. 6-20.
3. Ползикова Е.В. Популяризация военно-патриотического туризма в Краснодарском крае / Е.В. Ползикова, В.Г. Минченко, Л.А. Вязовецкий // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 3. – С. 47-49.

## ПРЕИМУЩЕСТВА И НЕДОСТАТКИ КАУЧСЕРФИНГА

Г.А. Шилинцева

Научный руководитель доцент Д.А. Кружков

**Аннотация.** В работе рассматриваются основные преимущества и недостатки каучсерфинга и перспективы его развития на рынке услуг индустрии размещения.

**Ключевые слова:** каучсерфинг, турист, гость, проживание, путешествие.

Каучсерфинг – одна из крупнейших гостевых сетей, существующая в виде онлайн-сервиса. Члены сети предоставляют друг другу помощь и ночлег во время путешествий и организуют совместные путешествия. История каучсерфинга начинается в 2004 году, когда небольшой группой энтузиастов путешествий и культурного обмена была создана платформа для предоставления ночлега путешествующим [1]. Очень быстро каучсерфинг превратился из обычной социальной сети любителей посещать другие страны в коммерческую корпорацию, управляемую миссией «Поделись своей жизнью».

В настоящее время каучсерфинг объединяет более 14 миллионов человек практически в каждой стране мира. Сеть поддерживается ведущими компаниями в сфере телекоммуникационных технологий, среди которых «Benchmark», «Menlo Ventures», «General Catalyst» и «Omidyar Network».

Главным преимуществом каучсерфинга является бесплатное проживание во время путешествия. Это делает отпуск намного дешевле, так как туристам необходимо оплатить только билеты, тем самым сэкономив на отеле. Еще одним важным преимуществом является то, что вы можете ближе познакомиться с культурой и бытом местных жителей. Кроме того, туристы знакомятся с новыми людьми, что позволяет повысить уровень знания иностранного языка. Каучсерфинг идеально подходит для экстравертов. Даже внутри страны люди с удовольствием принимают возможность провести ночь бесплатно. Благодаря каучсерфингу туристы могут остаться в любом городе на неопределенное количество дней, для того чтобы познакомиться с местными достопримечательностями.

К недостаткам можно отнести то, что у туристов нет приватности, которую предлагает отель. Поэтому необходимо подумать, подходит ли клиентам каучсерфинг как способ проживания. Здесь гость живет в чужой семье и должен адаптироваться к домашним правилам хоста. В некоторых случаях они не дают гостю запасной ключ и хотят покинуть дом вместе с ними. Проживающие должны принять это правило, так как они ничего не платят за проживание. К отрицательной стороне каучсерфинга также относится то, что нет никакой гарантии в бронировании. Таким образом, хозяин может отменить бронь в любой момент, и турист ничего не может с этим поделать.

Жители города Краснодара активно интегрируются в эту сеть. Если в 2014 году на портале [www.couchsurfing.com](http://www.couchsurfing.com) было зарегистрировано немногим более 3000 краснодарцев, готовых предложить свой дом гостям из России и зарубежных стран, то, по данным на 24 января 2020 года, их число увеличилось до 9735 [2]. Это говорит о повышении интереса к данному явлению и о том, что каучсерфинг может стать альтернативной формой размещения для определенной категории путешественников.

### Литература:

1. Киреева А.С. Проблемы развития каучсерфинга в России / А.С. Киреева, Е.В. Ползикова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО: Материалы конференции. – 2018. – 232 с.
2. Couchsurfing worldwide: Krasnodar [электронный ресурс]. – Режим доступа: [www.couchsurfing.com/countries/russian\\_federation/krasnodarski\\_krai/krasnodar.html](http://www.couchsurfing.com/countries/russian_federation/krasnodarski_krai/krasnodar.html) Дата обращения: 24.01.2020.

## ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТУРИСТСКИХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ЦЕНТРОВ

К.С. Шишова

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

**Аннотация.** В работе рассмотрены особенности организации деятельности туристских информационных центров и их роль в развитии туризма.

**Ключевые слова:** туризм, дестинации, организация, деятельности, тур, услуга, ТИЦ.

Туристские информационные центры (ТИЦ) получили широкое распространение в странах, принимающих большие потоки туристов. ТИЦ разнообразны по организационно-правовой форме и масштабам деятельности, по выполняемым функциям.

В России свою активную деятельность ТИЦ начали с 2014 г., и в настоящее время они являются важным элементом туристской инфраструктуры, оказывая влияние на удовлетворение потребностей туристов и туристскую привлекательность дестинации. В нашей стране сформирован реестр туристско-информационных центров, в который входит 146 учреждений, функционирующих более чем в 70 субъектах РФ [2, 3].

Стратегической целью деятельности ТИЦ является увеличение вклада туризма в региональную и национальную экономику.

Особенности организации деятельности ТИЦ определяются необходимостью решения следующих задач: 1) продвижение бренда туристской дестинации путем реализации мероприятий по повышению ее привлекательности и повышения туристского потока в регион; 2) информационно-консультационное обслуживание туристов; 3) разработка собственных туристских услуг, включая экскурсионное обслуживание; 4) сбор и анализ статистических данных в сфере туризма, что может служить основой для разработки новых туристских продуктов, а также направлений стратегического развития туризма в дестинации; 5) повышение культурной и исторической грамотности населения региона [1].

Решение этих задач возможно путем организации следующих мероприятий: поддержка региональных туристских интернет-порталов; предоставление информации о туристских ресурсах региона для размещения в региональных и федеральных СМИ; участие в региональных, национальных и международных экспозиционно-выставочных мероприятиях; создание единого информационного пространства; предоставление туристам объективной и достоверной информации; разработку и развитие регионального и межрегионального турпродукта; формирование базы краеведческих знаний и организация информационного обмена с образовательными учреждениями.

Основной функцией ТИЦ является информационно-консультационное обслуживание, обязательными формами которого являются обслуживание на информационной стойке, обслуживание по телефону и электронной почте, а также с использованием возможностей социальных сетей, интернет-сайта и электронных коммуникационных программ.

Особенности организации деятельности ТИЦ определяют их важную интегрирующую и коммуникационную роль в продвижении организованного и самостоятельного туризма и увеличении туристского потока. Деятельность ТИЦ также способствует развитию не только туристской инфраструктуры дестинации, но и смежных отраслей экономики.

### Литература:

1. 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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – № 1. – С. 117-119.
2. Кружков Д.А. Становление и развитие самостоятельного туризма в России / Д.А. Кружков, В.О. Немцова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – № 1. – С. 110-112.
3. Кучеренко И.М. Современные каналы деловой коммуникации в туризме / И.М. Кучеренко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – Т. 48. – С. 120-122.

## **ФОТОТУРИЗМ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ТУРИЗМА**

**В.Р. Шовгенова**

**Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная**

**Аннотация.** Рассмотрены специфические особенности фототуризма, раскрыта его роль в развитии сферы туризма. Обоснованы тенденции развития фототуризма в мире и в России.

**Ключевые слова:** фототуризм, фотография, жанр фотографии, инновации, туризм.

Одним из видов туризма, набирающим популярность, стал фототуризм – вид организованного туризма под строгим руководством компетентного организатора, предназначенный для любителей фотографии, которые хотят увидеть различные уголки Земли и запечатлеть их на камеру. Фототуризму отведена роль инновационного направления в современной туристской индустрии. Динамичное продвижение информационных технологий, востребованность социальных сетей, Интернета выступили мощным фактором популяризации занятий фотоискусством. В перспективе фототуризм может занять нишу широко востребованного вида туризма в связи с популяризацией фотоискусства и ростом числа увлекающихся фотографией на природе граждан, а также развитием фототехники.

Распространение фототехники, популяризация туризма повлекли за собой развитие нового формата туров, ориентированных на создание участниками путешествий профессиональных снимков параллельно с отдыхом, получением новых знаний и впечатлений. Большинство фототуров, предлагаемых современными туроператорами, включают привлечение профессиональных фотографов с ориентацией на обучающие элементы. Минимальная длительность фототуров составляет, как правило, семь – десять дней. Фототуризм является популярным направлением в Европе, Южной Америке и Азии. Однако его узкая география, строгая экологическая направленность и малый ассортимент программ тура выступают ограничительными факторами круга потенциальных потребителей [1]. Популяризация фототуризма не требует особых условий или наличия определенных ресурсов. Следовательно, это является главным фактором его развития даже в местах отсутствия массового потока туристов, но особо привлекательных (нетронутая природа, отдаленные поселения, редкие животные и т.д.). Это приведет к развитию невостребованных регионов, распределению туристических потоков [2, 3].

Итак, являясь инновационным направлением туризма, сегодня фототуризм активно развивается, набирая популярность. В будущем фототуризм может стать популярным видом туризма, так как с развитием фотографического оборудования число людей, увлекающихся фотографией, увеличивается. В то же время отличительной чертой является низкий уровень воздействия на окружающую среду и принимающих сообществ, который в последнее время стал более актуальным и востребованным.

### **Литература:**

1. Волошина А.А. Фототуризм как оригинальный вид туризма / А.А. Волошина // Сборник статей XIII межвузовской научно-практической конференции студентов и аспирантов «Молодежь, наука, творчество-2015». – М., 2015. – №2. – С. 11-12
2. Хатит Ф.Р. Состояние и перспективы развития экологического туризма в России и регионе / Ф.Р. Хатит, А.В. Кравченко, Т.Н. Поддубная // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт: Материалы всероссийской науч.-практ. конф. с междунар. участием (14-15 апреля 2016 г.). – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Ч.2. – С. 41-43.
3. Юрченко А.А. Туристское регионоведение России: учебное пособие / А.А. Юрченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 56-57.



**КАЧЕСТВО ОБСЛУЖИВАНИЯ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ ОБЩЕСТВЕННОГО  
ПИТАНИЯ В РАМКАХ РАЗВИТИЯ ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННОГО  
КОМПЛЕКСА**

**В.Р. Шовгенова**

**Научный руководитель доцент И.М. Кучеренко**

**Аннотация.** В тезисе рассмотрены главные факторы качества предприятий общественного питания, их услуги, новые разработки и концепции для улучшения деятельности в рамках развития туристско-рекреационного комплекса.

**Ключевые слова:** предприятия общественного питания, услуги, качество, туристско-рекреационный комплекс.

Туризм является динамично развивающейся отраслью экономики, которая ежегодно дифференцируется по разным типам и направлениям в связи с повышением спроса и специфических потребностей туристов. Важнейшей составляющей развития ТРК является погружение туриста в атмосферу национальной культуры и традиций.

Качественный сервис, высокая культура обслуживания, предполагают профессиональный подход к делу с учетом восприятия клиентов, предугадывая их ожидания от предстоящего отдыха [1].

Анализируя рынок услуг общественного питания, можно наблюдать неравномерность показателей относительно административного центра (Краснодар) и побережья Черного моря. Краснодар показывает высокий уровень качества обслуживания на предприятиях общественного питания, существуют сети ресторанов высокого уровня обслуживания, небольшие сети ресторанов и маленькие рестораны, имеющие концепцию и признание гостей. На побережье ситуация нестабильна, качество обслуживания ниже, а предприятия общественного питания ориентируются на массового потребителя. В частности, отсутствует концепция заведения, направленность на определенную целевую аудиторию, что отрицательно влияет на посещение таких предприятий. Повышение уровня качества – это постоянная деятельность, направленная на улучшение качества туруслуги, снижение затрат на развитие производства [2].

Таким образом, процесс управления качеством продукции на предприятиях общественного питания в рамках развития ТРК предполагает выявление объема потребностей в данной продукции и реализацию мероприятий по научной организации труда, а также внедрению инновационных технологий, тем самым подтверждая фактический уровень качества. И нельзя не отметить тот факт, что, улучшая качество, стабилизируя производственные процессы, мы напрямую повышаем конкурентоспособность предприятий общественного питания, эффективность которых особенно крайне важна в высокий туристический сезон.

**Литература:**

1. Джум Т.А. Организация сервисного обслуживания в туризме: Учебное пособие / Т.А. Джум, С.А. Ольшанская. – М.: Магистр: НИЦ ИНФРА-М, 2015. – 368 с.: 60x90 1/16. – (Бакалавриат). (переплет) ISBN 978-5-9776-0329-4 – Режим доступа: электронный. – URL: <http://znanium.com/catalog/product/478441>

2. Зайко Г.М. Организация производства и обслуживания на предприятиях общественного питания: Учебное пособие / Г.М. Зайко, Т.А. Джум. – М.: Магистр: НИЦ ИНФРА-М, 2013. – 560 с.: 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-9776-0060-6 – Режим доступа: электронный. – URL: <http://znanium.com/catalog/product/389895>

**ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ БРЕНДИНГА В САНАТОРНО-КУРОРТНОЙ СФЕРЕ****А.В. Ярошук****Научный руководитель доцент О.В. Шпырня**

**Аннотация.** В работе анализируются особенности развития брендинга в санаторно-курортной сфере. Описываются критерии эффективности брендинга в санаторно-курортной сфере.

**Ключевые слова:** бренд, брендинг, санаторно-курортная сфера, индустрия туризма.

Успех деятельности предприятия туристской сферы зависит от качественного управления персоналом организации. Индустрия туризма уникальна тем, что сотрудники составляют часть туристского продукта или услуги, поэтому главные усилия менеджмента (управления) в туризме должны быть направлены на управление персоналом.

Санаторно-курортное предприятие должно создать неповторимый бренд, который будет внедрен на рынок, и предпринимать все возможные средства и методы продвижения маркетингового комплекса.

Брендинг в туристской индустрии – это процесс разработки и формирования имиджа, создания уникального имени и образа санаторно-курортного предприятия в течение длительного периода, а также продвижение его на рынок, обеспечение престижности и мониторинг на соответствие марки требованиям туристского рынка [3].

Брендинг дает юридическому лицу возможность сделать его предприятие уникальным, популярным и востребованным среди конкурентов. Эффективный брендинг – ключ к успешной деятельности предприятия. В результате управления брендом в общественном сознании закрепляется понимание уникальных характеристик, в лучшую сторону отличающих данный бренд от остальных. Брендинг также подразумевает комплекс средств и методов, позволяющих довести услугу от производителя до потребителя, позволяя ему сформировать представление и мнение об образе бренда [2].

Тем не менее бренд подразумевает и название предприятия, его символ, лозунг, миссию. Бренд стимулирует потребителя к созданию образа и отношения к товару, введенному на рынок. Обладать брендом значит иметь историю создания и развития предприятия, способных и талантливых основателей и сотрудников, значит глубоко закрепиться в массовом сознании как известный и соответствующий цене и качеству товар. Наличие бренда способствует выделению предприятия среди конкурентов.

Бренд санаторно-курортного предприятия должен быть узнаваемым и запоминающимся, потому что эти качества являются гарантией возвращения и преданности потребителя.

Санаторно-курортные предприятия считаются основными скелетными компонентами системы здравоохранения. Деятельность предприятий данной сферы способствует восстановлению и сохранению здоровья населения [1].

К санаторно-курортной сфере принято относить санатории – это медицинские предприятия, в которых используются природные лечебные факторы, например климат, минеральные воды, грязевые источники, с лечебно-профилактическими целями. Помимо этого, потребителям предоставляются особые услуги физиотерапии, питания, согласованное и прописанное врачом, определенного режима, что обеспечивает полноценный отдых с элементами оздоровления.

Одним из условий успешной деятельности санаторно-курортного предприятия является эффективная система управления, которая построена на современных теориях менеджмента, то есть организация выполнения заранее разработанных планов, контроль их выполнения, регулирование и координация, а также реализация мотивации персонала к реализации эффективной деятельности.

**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. 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. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018, № 1. – С. 117-119.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

# **КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ**

УДК:796.412.22

## **ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ АКРОБАТИЧЕСКИХ ПОДДЕРЖЕК В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ**

**Я.С. Антипова**

**Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо**

**Аннотация.** Данная работа посвящена специфике выполнения акробатических поддержек в эстетической гимнастике, особенностям классификации.

**Ключевые слова:** акробатические поддержки, «нижние» и «верхние» партнерши, статика, динамика.

Наибольший интерес в технической подготовке на современном этапе развития эстетической гимнастики вызывает выполнение «высоких» акробатических поддержек, которые по правилам не являются обязательными элементами в соревновательной композиции. Поддержки включаются в соревновательную программу с юниорского возраста 14-16 лет и старше, включение в соревновательную композицию нескольких высоких поддержек может принести команде бонус 0,1 балла.

В отличие от других технико-эстетических видов спорта, поддержки в эстетической гимнастике имеют свои специфические особенности и отличаются большим разнообразием, которые можно объединить в группы [1, 2].

Статические балансовые поддержки являются базовыми, в них выполняется передвижение «нижних» партнерш или движение «верхней» гимнастки. Данные поддержки подразделяются по положению тела «верхней» партнерши на подгруппы: стоя на руках, на плечах, на спине «нижних» партнерш.

Следующая группа – динамические поддержки. Данные поддержки выполняются с движением «нижних» партнерш, с изменением позы «верхней» партнерши, с ее передвижением. Эти поддержки на сегодняшний день являются наиболее популярными, зрелищными и красивыми в эстетической гимнастике.

Третья группа – комбинированные поддержки, которые делятся на: выполняемые броском вверх, броском с поворотом, броском с изменением позы «верхней» гимнастки в полете, и все это в соединении с другими элементами композиции. Данная группа поддержек включается в композиции реже других.

Существуют также усложненные варианты параллельных акробатических поддержек с двумя и более «верхними» гимнастками.

Современное развитие эстетической гимнастики требует включения в соревновательную композицию сложных, рискованных элементов, которыми на сегодняшний день являются акробатические поддержки, что приводит к повышению «артистической ценности» программы, динамичности, зрелищности и ее оригинальности [2].

### **Литература:**

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

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

## ТВОРЧЕСТВО КАК ФОРМА САМОВЫРАЖЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

А.М. Артемьева

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

**Аннотация.** В данной работе рассматриваются принципы использования творческой деятельности как формы самовыражения личности.

**Ключевые слова:** человек, личность, творчество, самовыражение, потребность.

Человек – это биосоциальное существо, в становлении и развитии которого социальные факторы являются определяющими. Одним из них – потребность в самовыражении. Именно оно определяет сущность внутреннего мира, контакт с окружением, а также влияет на психическое и физическое здоровье человека. Английский писатель и поэт Оскар Уайльд не случайно подчеркнул значимость данной потребности, написав: «Цель жизни – самовыражение. Проявить во всей полноте свою сущность – вот для чего мы живем». Стоит отметить, что процесс самовыражения является одним из источников положительных эмоций, развития и познания себя, поднимает уровень самооценки, а также помогает социализироваться и обрести единомышленников.

Процесс самореализации охватывает любую человеческую деятельность. А так как человек всегда стремится к красоте и гармонии, то наиболее благоприятной формой для удовлетворения потребности в самовыражении является творческая деятельность. Еще издавна человек начал предавать свои чувства и мысли, мироощущение посредством наскальной живописи, имитированием движений и звуков зверей, а после обрядовыми танцами и музыкой. В наше время количество видов искусств, в которых люди могут себя проявить, значительно увеличилось. К вышеперечисленным хореографии, живописи и музыке добавились графика, художественная фотография, скульптура, декоративно-прикладное искусство, театр и кино.

Однако мы выявили, что возможность самовыражения личности с помощью творчества допустима только при соблюдении следующих принципов:

1. Творчество как форма свободного выражения собственного мировоззрения и идеологии, выбора деятельности, ответственность за которую человек несет самостоятельно.
2. Творчество как непрерывный процесс активного действия человека.
3. Творчество всегда направлено на достижение результата, создание духовного или материального продукта.

Таким образом, при соблюдении описанных нами условий, для человека творческая деятельность будет наиболее эффективным способом реализации способностей и талантов, проявления положительных качеств в социуме, то есть самовыражения.

### Литература:

1. Подымова Л.С. Самореализация личности как психолого-педагогическая проблема: синергетический подход / Л.С. Подымова, Л.Н. Макарова // Вестник Тамбовского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2009. – №1 (69). – С. 89-93.
2. Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности: Тексты / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря. – Москва: Издательство Московского университета, 1982. – С. 108-117.
3. Выготский Л.С. Собр. Соч.: в 6т./ Авт. вступит. статьи А.Н. Леонтьев; сост. М.Г. Ярошевский. – М.: Педагогика, 1984. – 400 с.

## РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ У ДЕТЕЙ

А.В. Благодарева

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

**Аннотация.** В данной работе особое внимание уделяется специфике развития гибкости как одного из важных физических качеств в спорте, которое улучшает качество танцевальных композиций, уменьшает травмоопасность тренировочного процесса у детей, занимающихся танцевальным спортом.

**Ключевые слова:** гибкость, дети, развитие, танцевальный спорт.

Многие специалисты считают, что чистоту исполнения танцевальных композиций часто определяет такое физическое качество, как гибкость. Гибкость – свойство упругой растягиваемости телесных структур, определяющая пределы амплитуды движений звеньев тела. [1] Нехватка гибкости ограничивает такие физические качества, как скорость движения, быстрота реакции, сила, выносливость, и может даже привести к серьезным травмам и проблемам со здоровьем.

Было проведено большое количество исследований, которые доказали, что человек, регулярно развивающий такое качество, как гибкость, в частности, перед интенсивной тренировкой, имеют в 2-3 раза меньше травм опорно-двигательного аппарата чем те, кто пренебрегает данным действием.

Для того, чтобы решить данную проблему, особенно у детей, в тренировочном процессе должны присутствовать специально разработанные комплексы упражнений согласно возрасту обучающихся. Они должны быть направлены на развитие гибкости и эластичности мышц и суставов и связок.

В большинстве случаев выделяют активную и пассивную гибкость. Активную гибкость можно разработать: упражнениями, где движения в суставах доводятся до предела за счет собственных мышц и создания определенной силы инерции.

Например: махи ногами, махи ногами с утяжелителями, махи ногами с использованием гимнастической резинки. Пассивную гибкость можно развить с помощью упражнений, где используется дополнительная внешняя сила: снаряды, вес предметов. Также упражнения на гибкость рекомендуют использовать в начале и конце каждого занятия.

Таким образом, можно сделать вывод, что гибкость является одним из важных физических качеств в спорте, которое улучшает качество танцевальных композиций, уменьшает травмоопасность тренировочного процесса и тем самым повышает уровень соревновательного процесса.

### Литература:

1. Галеева М.Р. Методические рекомендации по развитию гибкости спортсмена: Учебное пособие.

2. Алисов Н.Я. Исследование гибкости и экспериментального обоснование методов ее развития.

## **ЗАНЯТИЯ ЧЕРЛИДИНГОМ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ 10-12 ЛЕТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**А.В. Волкова**

**Научный руководитель доцент И.Н. Ронь**

**Аннотация.** В данной работе рассматривается развитие физических качеств детей 10-12 лет посредством регулярных тренировочных занятий черлидингом на уроках физической культуры.

**Ключевые слова:** черлидинг, физическое развитие, дети, физическая культура, занятие.

В современном мире дети, особенно 10-12 лет часто растут и развиваются в условиях, где больше времени уделяется не занятиям спортом, а различным гаджетам. Большинство школьников данного возраста даже и не знают, что в настоящее время существуют виды спорта, в которых не обязательна определенная физическая подготовка. И таким видом спорта является черлидинг.

Черлидинг – это молодой вид спорта, как для детей, так и взрослых. Одной из основных задач данного вида спорта, является не только совершенствование спортивных достижений, но и формирование здорового образа жизни у занимающихся.

Главное отличие занятий черлидингом от других видов спорта состоит в том, что каждый ребенок, с любой физической подготовленностью и с любыми параметрами, может заниматься данным видом деятельности, ведь данный вид спорта не имеет каких-либо ограничений.

По итогам результатов всей работы было выявлено, что с помощью систематических занятий черлидингом на уроках физической культуры со школьниками 10-12 лет показатели физических качеств детей были заметно изменены в лучшую сторону.

Таким образом, с помощью регулярных тренировочных занятий черлидингом физические качества детей были усовершенствованы, что благоприятно повлияло на их физическую подготовку. Правильно подобранные специальные упражнения, направленные на гармоничное развитие всех физических качеств занимающихся, только улучшили физическое развитие детей и привели их в отличную форму.

### **Литература:**

1. Носкова С.А. Методические рекомендации по формированию специфических индивидуальных качеств «cheerleaders» групп поддержки спортивных команд. Метод. пос. для педагогов-инструкторов и тренеров. – М.: МГСА, 2001. – 560 с.

2. Твердовская С.В. Черлидинг для обучающихся общеобразовательных школ, ДЮЦ и ДЮСШ / С.В. Твердовская, Г.В. Краснова. – Омск, 2005.

## ТЕСТ Э. УИЛЬЯМСА КАК МЕТОД ДИАГНОСТИКИ ПРЕДСТАРТОВОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ

П.В. Воложанинова

Научный руководитель профессор Н.Н. Пилюк

**Аннотация.** В публикации представлена методика проведения теста Э.Уильямса, позволяющая применять его как вариант теста оценки предстартового состояния спортсмена.

**Ключевые слова:** предстартовое состояние, психологическое тестирование, психологическая диагностика спортсмена, тест Э.Уильямса.

Как известно, одним из важнейших аспектов результативности и надежности соревновательной деятельности спортсмена является его психологическое состояние. Психологическое тестирование позволяет определить предстартовое состояние спортсмена, что в дальнейшем поможет подобрать комплекс средств и методов коррекции предстартового состояния и приведет спортсмена к состоянию психологической готовности. Одним из методов определения предстартового состояния является метод измерения коротких интервалов времени (тест Э.Уильямса).

Тест Э.Уильямса (А. Анастаси, 2009) Метод измерения коротких интервалов времени, определяет, насколько точно спортсмен воспринимает время, которое изменяется, когда на спортсмена действуют различные внешне факторы возбуждения. Тестирование показывает, что при возникновении процесса возбуждения, возникает ощущение укорочения временного интервала, в случае, если развивается процесс торможения, временной интервал удлиняется [1].

Для проведения тестирования испытуемому необходимо запустить секундомер и, не глядя, остановить, после того как, по его мнению, прошло 10 секунд. В случае, если показания секундомера отличаются от 10 секунд на 0,5-1,5 секунды, следует отметить, что исследуемый находится в оптимальном нервно-психическом напряжении, которое свидетельствует о состоянии боевой готовности. В случае, если интервал времени уменьшился на больше чем на 1,5 секунды, можно говорить о том, что спортсмен находится в состоянии предстартовой лихорадки. Увеличение 10-секундного интервала на 1,5-2 секунды и более свидетельствует о состоянии апатии. Для того чтобы исследование было более информативным, испытуемому нужно совершить 5 попыток. Если после 5 попыток наблюдается тенденция к переоценке временного интервала, это указывает на «замедление» внутреннего восприятия времени. Такой результат свидетельствует о состоянии усталости, утомлении нервной системы, плохом настроении, низком уровне мотивации и т.п. Если из 5 попыток наблюдается преобладание ошибки с недооценкой временного интервала, это указывает на «ускорение» внутреннего восприятия времени. Такая ошибка в восприятии времени указывает на мобилизацию сил и энергии, стенические эмоции, такие как хорошее настроение, высокий уровень мотивации и др. [2].

Для проведения тестирования необходимы бланки для тестирования и секундомер.

Таким образом, данное исследование, в комплексе с другими тестами, поможет диагностировать у гимнасток предстартовое состояние, что позволит в дальнейшем его скорректировать и привести спортсмена к состоянию боевой готовности, предотвратить ряд ошибок, повысить результативность и снизить риск травматизма во время выступления.

### Литература:

1. Анастаси А. Психологическое тестирование / А. Анастаси, С. Урбина; Пер. с англ А.А. Алексеева. – 7-е изд. СПб.: Питер, 2009. – 688 с.
2. Корнилова Т.В. Экспериментальная психология: учебник для бакалавров / Т.В. Корнилова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2013. – 640 с.

## СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНЫЙ И КУЛЬТУРНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ ПРОЕКТ КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА

С.С. Галинских

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

**Аннотация.** В данной работе рассматривается социально-культурный и культурно-просветительский проект как способ формирования личности студента, опираясь на созданный проект в режиссуре ТПП.

**Ключевые слова:** социально-культурное проектирование, проект, личность, проблема, режиссер, студент.

Социально-культурное проектирование – это проект, направленный на создание условий для полноценного развития, самореализации и самоутверждения личности. Одной из главных задач режиссера при создании и реализации проекта, является развитие высоконравственной личности, которая разделяет духовные ценности России. Режиссер обязан собрать наиболее подходящую зрительскую аудиторию для своего проекта. Особое внимание уделяется развитию личностных качеств студента в целях его самореализации и социальной адаптации.

Организация социально-культурной деятельности направлена на удовлетворение культурных потребностей интересов социума в целом. Режиссер способен затронуть ряд актуальных проблем современного общества, в процессе подготовки и дальнейшей реализации своего уникального и социально-значимого проекта и привлечения учащихся в него, влияя на них, проводя просветительскую работу.

В основе социально-культурного проектирования лежит проблемный анализ события. Проект должен быть композиционно выстроен, для того чтобы найти пути решения проблемы в процессе создания и действия проекта, который характерен для определенной социальной группы. Поэтому значимым принципом разработки проекта является выявление социальной проблемы проекта, практическая реализация которого содержит дополнительные технологические достоинства и возможности.

Основная цель просветительской работы – это знакомство с условиями развития человека, позволяющее заполнить досуг, расширить кругозор, а также создание творческого проекта с учетом индивидуально-психологических и возрастных особенностей учащихся.

### Литература:

1. Веракса Н.Е. Социальная психология: учебник / Н.Е. Веракса. – М.: Academia, 2016. – 352 с.
2. Жарков А.Д. Организация культурно-просветительной работы. – М.: Просвещение, 2010. – 237 с.
3. Орлова Э.А. Проблемно ориентированное социокультурное проектирование. Теория и методология // Теоретические основания культурной политики. – М.: Рос. ин-т культурологии, 2006.



## ОСНОВНЫЕ КРИТЕРИИ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО ОТБОРА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

С.М. Демковская, М.С. Бурко

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

**Аннотация.** В публикации представлены количественные значения основных критериев специализированного отбора в художественной гимнастике, знание которых позволит определить гимнасток, наиболее пригодных для интенсивной тренировочной и соревновательной деятельности и сориентировать их на достижение высших спортивных результатов.

**Ключевые слова:** отбор, художественная гимнастика, техническая подготовленность, физическая подготовленность, морфологический статус, нагрузка.

Профессиональный специализированный отбор перспективных гимнасток должен осуществляться по критериям технической подготовленности, их физическим данным и способности переносить высокие тренировочные и соревновательные нагрузки [1].

Специфичность технической подготовки в художественной гимнастике заключается в овладении мягкостью, плавностью и слитностью движений, которые должны выполняться выразительно и эмоционально. Эти навыки должны сочетаться с умениями дозировать мышечные напряжения и сочетать различные скорости движения в отдельных частях тела. Техническая подготовленность перспективных гимнасток характеризуется, прежде всего, трудностью уже освоенных упражнений. «Процент реализации» введенных в соревновательную программу сложных и сверхсложных элементов должен использоваться для оценки их перспективности.

Морфологический статус спортсменки также определяет успешность проявления спортивного мастерства, так как способствует лучшему зрительному восприятию при выполнении соревновательной программы. Проведенными исследованиями установлено, что при расчете процентного соотношения продольных и поперечных размеров тела к его длине художественных гимнасток высокой квалификации характеризует долихоморфный тип телосложения. Так, длина ноги составляет 54,3%, длина руки – 45%, ширина плеч – 21,0%, ширина таза – 17%.

В целях объективного определения перспективности спортсменок и своевременного выявления недостатков в их подготовке проводились контрольно-нормативные мероприятия. Согласно представленной в «Примерной программе спортивной подготовки по виду спорта (художественная гимнастика)» шкале для определения уровня специальной физической подготовленности, гимнастки имеют высокий уровень развития гибкости (4,25-4,7 балла), выше среднего развиты силовые и скоростно-силовые способности (4,2-4,3 балла), развитие координационных способностей также находится на уровне выше среднего (3,7-4,3 балла).

Выполняемый объем нагрузки перспективными художественными гимнастками является одним из факторов успеха и должен превышать усредненные нормы в полтора – два раза.

Таким образом, основными критериями специализированного отбора в художественной гимнастике являются показатели технической и физической подготовленности, морфологический статус и высокая работоспособность.

### Литература:

1. Гавердовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики: учебник в 2 т. – Т. 2 / Ю.К. Гавердовский, В.М. Смолевский. – М.: Советский спорт, 2014. – 71 с.

**ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ДЕВОЧЕК 4-5 ЛЕТ  
В СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГРУППАХ СРЕДСТВАМИ ГИМНАСТИКИ**

**А.Ю. Довгун, Е.А. Концевая**

**Научный руководитель доцент Г.М. Свистун**

**Аннотация.** В данной работе рассматривается содержание тренировочного процесса в спортивно-оздоровительных группах гимнасток 4-5 лет.

**Ключевые слова:** спортивно-оздоровительные группы, тренировочный процесс, планирование.

На основании анализа научно-методической литературы и ведущих специалистов в эстетической гимнастике по исследуемой проблеме подготовки детей 4-5 лет на спортивно-оздоровительном этапе решаются основные задачи: укрепление здоровья, развитие физической подготовки, повышение физических возможностей детей, формирование базовых навыков, которые развивают гибкость, ловкость, прыгучесть, координационные способности. В тренировочном процессе применяются акробатические упражнения, элементы хореографии, упражнения художественной и эстетической гимнастики, танцевальные движения и подвижные игры.

При планировании и проведении занятий в спортивно-оздоровительных группах с детьми 4-5 лет необходимо учитывать их возрастные особенности и строго нормировать физические нагрузки. В занятия следует включать упражнения преимущественно комплексного воздействия, в том числе упражнения для формирования мышечного корсета, обеспечивающие поддержание нормальной осанки.

Основными документами планирования в спортивно-оздоровительных группах являются программа подготовки детей 4-5 лет, где содержится нормативный материал по подготовке детей, ставятся образовательные и воспитательные задачи, расчет часов (90 минут) и планирование исходя из продолжительности тренировочного занятия (2 часа) в течении 46 недель в условиях спортивного учреждения. На первом году обучения программа разрабатывается на 184 часа. Второй год обучения на 306 часов. В число самых необходимых документов, определяющих планы тренера и занимающихся, входит годовой план-график работы в спортивных группах, учебный план на месяц, план-конспект тренировочного занятия, тематизированная рабочая программа и журнал тренера.

**Литература:**

1. Терехина Р.Н. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» / Р.Н. Терехина, И.А. Винер-Усманова, Е.Н. Медведева. – Москва, 2016. – С.91-93.

2. Морозова Л.П. Методика проведения занятий по эстетической гимнастике: учебно-методическое пособие / Л.П. Морозова, П.В. Ночевнова. – М., 2014. – 114 с.

## **СТЕРЕОТИПНОСТЬ МЫШЛЕНИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕЖИССЕРА**

**Н.В. Дубинина**

**Научный руководитель доцент И.Н. Ронь**

**Аннотация.** В данной работе рассматривается стереотипный способ мышления как деструктивно влияющий на профессию режиссера.

**Ключевые слова:** стереотип, режиссер, сознание, личность, профессионализм.

На сегодняшний день одной из социальных проблем существования личности является стереотипное мышление. Стереотип – это некая составляющая общественной жизни человека, подавляющая большинство индивидов. Источниками такого подавления могут быть навязанные стандарты и нормы, заставляющие мыслить шаблонно.

Явление стереотипного мышления затрагивает различные сферы человеческой деятельности, в том числе и деятельность режиссера.

Креативность и нестандартный подход в данной профессии является проявлением творческих способностей, становится профессионально значимым критерием востребованности специалиста в области досуга. Такой вид деятельности требует от режиссера самостоятельного познания и осознания мира, его анализ и выход за рамки быта. Поэтому стереотипность мышления просто недопустима в деятельности режиссера, создающего в своей работе образы с помощью выразительных средств.

В развитие театральной и режиссерской педагогики огромный вклад внесли такие практики, как К.С. Станиславский, Е.Б. Вахтангов, М.А. Чехов, А. Д. Попов, Г.А. Товстоногов, В.Э. Мейерхольд, П.М. Ершов, А.Я. Таиров и др.

Так, например, К.С. Станиславский в своих трудах «Работа актера над собой», «Работа над собой в творческом процессе» отказывался от подражания, от копирования и от стереотипного мышления. Обратился к самостоятельным поискам и открытию новых законов в театральном искусстве. Он призывал к самовоспитанию и самосовершенствованию.

Таким образом, можно сделать вывод, что уровень значимости профессии режиссера и его творчества на сегодняшний день значительно вырос. В соответствии с этим современный специалист в данной области обязан показывать свой профессионализм, опираясь вовсе не на стереотипы социума, а на собственные наблюдения и анализы, а также на великих практиков и профессионалов своего дела.

### **Литература:**

1. Агеев В.С. Психологическое исследование социальных стереотипов // Вопросы психологии. – 1986. – № 1. – С. 95-101.
2. Сорокин Ю.А. Стереотип, штамп, клише: К проблеме определения понятий // Общение: Теоретические и прагматические проблемы. – М., 1978. – С. 133-138.
3. Демин В.П. Формирование личности режиссера. – Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 1983. – 136 с.

## СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ДЗЮДОИСТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ РЕГБИ

Э.В. Евгеньев

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

**Аннотация.** В рассматриваемой публикации акцентируется внимание на специальной физической подготовке дзюдоистов. В ее процессе широко используется регби как эффективное средство спортивной тренировки дзюдоистов на различных ее этапах.

**Ключевые слова:** дзюдоисты, регби, специальная физическая подготовка.

В настоящее время многообразие средств решения задач спортивной тренировки дает возможность выбрать наиболее эффективное для каждого вида спорта. В специальной физической подготовке дзюдоистов особое место отводится регби. Это обусловлено не только доступностью и возможным контактом при игровой деятельности, но и непосредственным положительным влиянием на развитие двигательных качеств дзюдоиста.

В процессе тренировочных занятий дзюдоистов с использованием регби происходит повышение всех функциональных показателей организма, а также овладение определенными двигательными навыками, необходимыми в соревновательном поединке дзюдоистов.

Специальная физическая подготовка дзюдоистов в процессе спортивной тренировки должна учитывать положительную динамику применяемых средств. Задача этих упражнений – сформировать определенную форму взаимосвязи двигательных действий, которые необходимы для успешного освоения технических действий в дзюдо. Для эффективного обучения и совершенствования технических приемов дзюдо спортсменам предлагается выбор специально-подготовительных и вспомогательных упражнениям из регби.

Условия игры, предполагающие борьбу за мяч, определяют необходимость сосредоточения усилий дзюдоистов на определенных захватах и своевременном их изменении. Это позволяет нарабатывать в процессе тренировочных занятий наиболее простые технико-тактические действия дзюдоистов, решающие определенные ситуационные задачи. Регби, содержащее компоненты борьбы, позволяет дзюдоистам постоянно включаться в единоборство, не думая о его исходе, потому что такое единоборство выступает лишь второстепенной, вспомогательной составляющей. Это, в свою очередь, создает благоприятный эмоциональный фон, позволяет преодолевать психоэмоциональное волнение за конечный результат соревновательного поединка.

Таким образом, регби является эффективным средством спортивной тренировки дзюдоистов и широко используется в специальной физической подготовке.

### **Литература:**

1. Левицкий А.Г. Управление процессом подготовки дзюдоистов с учетом уровня индивидуальной готовности к соревновательной деятельности: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А.Г. Левицкий. – СПб., 2003. – 50 с.
2. Омарова П.Г. Формирование базовой техники бросков дзюдо у девочек 10-12 лет на этапе начальной подготовки: дис. ... канд. пед. наук / П.Г. Омарова. – Краснодар, 2013. – 177 с.
3. Чевычелов Д.А. Специальная физическая подготовка дзюдоистов 16-17 лет с использованием элементов игры в регби: дис. ... канд. пед. наук / Д.А. Чевычелов. – Тамбов, 2019. – 131 с.

## ПРИМЕНЕНИЕ СПОРТИВНЫХ ИГР В СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ ДЗЮДОИСТОВ

Э.В. Евгеньев

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

**Аннотация.** В рассматриваемой работе определена роль спортивных игр в многолетней тренировке дзюдоистов. Использование спортивных игр в тренировочном процессе дзюдоистов направлено на их специальную подготовку.

**Ключевые слова:** дзюдоисты, спортивные игры, специальная подготовка.

Приоритетность специальной физической подготовки дзюдоистов обусловлена постоянным ростом уровня их технико-тактического мастерства. В научных трудах некоторых специалистов в области спорта акцентируется внимание на том, что повышение уровня специальной физической подготовки дзюдоистов возможно на основе использования спортивных игр в тренировочном процессе [1, 2, 3].

В настоящее время предлагается ввести в спортивных играх своеобразную классификацию, которая создана с учетом характерных признаков:

- двигательной активности обучающихся;
- организации играющих;
- основного проявления двигательных качеств.

Игровой метод, часто используемый в процессе тренировочного занятия, может применяться в различных формах: в виде игрового упражнения или элементов спортивной игры. Это связано с необходимостью дзюдоистов решать различные ситуационные задачи, поставленные непосредственно тренером. При этом создаются благоприятные условия овладения игровыми навыками и умениями, необходимыми на всех этапах спортивной тренировки дзюдоистов. При правильном использовании спортивных игр также меняется эмоциональный фон овладения двигательными действиями и повышается их эффективность.

Учитывая особенности тренировочного процесса дзюдоистов, спортивными играми можно оптимально дозировать объем и направленность физической нагрузки. Это обуславливается специальными игровыми заданиями и правилами спортивной игры на протяжении всего тренировочного занятия.

Таким образом, спортивная игра является важным средством для обучения и положительного переноса новых умений и навыков для развития физических качеств, тактического мастерства, психологической устойчивости. Спортивная тренировка дзюдоистов на всех ее этапах предполагает широкое применение спортивных игр, которые являются одним из основных средств повышения технико-тактического мастерства.

### Литература:

1. Левицкий А.Г. Управление процессом подготовки дзюдоистов с учетом уровня индивидуальной готовности к соревновательной деятельности: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А.Г. Левицкий. – СПб., 2003. – 50 с.
2. Омарова П.Г. Формирование базовой техники бросков дзюдо у девочек 10-12 лет на этапе начальной подготовки: дис. ... канд. пед. наук / П.Г. Омарова. – Краснодар, 2013. – 177 с.
3. Чевычелов Д.А. Специальная физическая подготовка дзюдоистов 16-17 лет с использованием элементов игры в регби: дис. ... канд. пед. наук / Д.А. Чевычелов. – Тамбов, 2019. – 131 с.

## СПЕЦИФИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В КОМАНДНО-ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА

П.Ю. Жигайлов

Научные руководители доцент Л.В. Жигайлова,  
доцент О.В. Маякова

**Аннотация.** Данная работа посвящена изучению соревновательной деятельности в спортивных играх, на примере регби.

**Ключевые слова:** соревновательная деятельность, тренировочный и соревновательный процесс.

Итогом тренировочной процесса и качественной характеристикой спортивной деятельности в любом виде спорта являются соревнования. Выполняемые отдельные задания, связки и технические действия в тренировочных мероприятиях, должны соответствовать требованиям, предъявляемым к спортсмену участвующему в турнирах, Чемпионатах различного уровня. Поэтому исследование соревновательной деятельности актуальный вопрос и требует научного обоснования для возможности подготовки спортсмена к участию в соревнованиях на пике спортивной формы [1].

В условиях жесткой конкуренции на Мировом уровне в регби необходимо определить ведущие структурные факторы соревновательной деятельности.

Ранее важные и влияющие на результат характеристики рассматривались отдельно. Перед исследованием поставлена задача: обследовать деятельность игроков комплексно, и определить новые группы взаимодействия в соревнованиях, для получения нужной и необходимой информации стратегического, тактического и операционного характера [1, 2].

Анализируя полученные значения, тренер сможет выявлять технические, физические, психологические особенности подготовленности команды, что сократит время определения стратегических линий и тактических схем для игроков по амплуа в команде.

Основными направлениями при изучении соревновательной деятельности в спортивных играх (рисунок) являются:

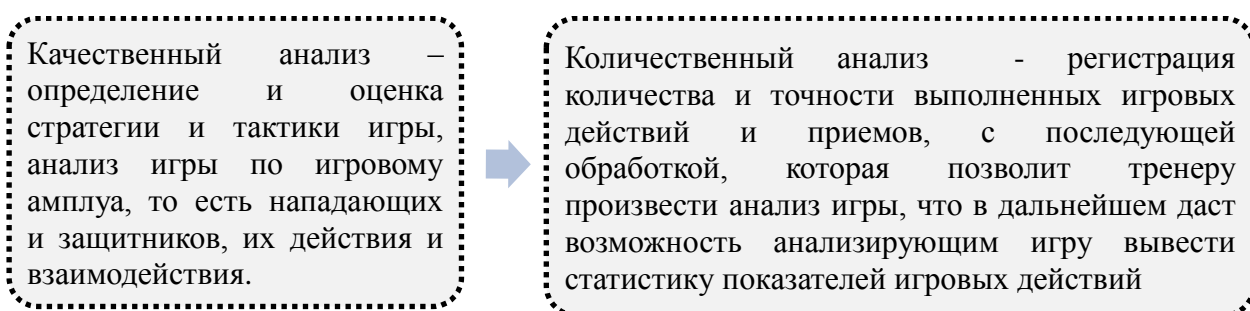


Рисунок – Направления изучения соревновательной деятельности в спортивных играх

Таким образом, для выхода на пик соревновательной формы необходимо создавать эффективные системы программирования тренировочного процесса, учитывая все стороны подготовки спортсмена на любом уровне спортивной подготовки.

### Литература:

1. Гакаме Р.З. Повышение профессионального мастерства регби: учебно-методическое пособие / Р.З. Гакаме, М.Ю. Коробов. – Краснодар: КГУФКСТ: Экоинвест, 2007. – 84 с.
2. Гакаме Р.З. Теория и методика регби: учебно-методическое пособие / Р.З. Гакаме, М.Ю. Коробов. – Краснодар: КГУФКСТ: Экоинвест, 2017. – 116 с.

## **ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ**

**И.И. Звольский**

**Научный руководитель доцент И.Н. Ронь**

**Аннотация.** В данной работе анализируется специфика тренировочных занятий по физической подготовке спортсменов, занимающихся танцевальным спортом. Рассматриваются особенности специальной физической подготовки у танцоров и их влияние на соревновательный процесс.

**Ключевые слова:** физическая подготовка, гибкость, скорость, выносливость, быстрота, координация движений.

Танцевальный спорт является сложнокоординационным видом спорта, поэтому для достижения наилучших результатов особое внимание стоит уделять физической подготовке спортсменов. Такие физические качества, как выносливость, быстрота, сила, координация движений, гибкость, легко можно развить с помощью специально подобранных комплексов упражнений.

Специальная физическая подготовка должна соответствовать специфическим требованиям, которые предъявляются к танцевальному спорту. Этот процесс должен заключать в себе приемы и методы, направленные на развитие того или иного качества. Если же этому не будет уделяться должное значение, физическая подготовка станет причиной регресса спортивных результатов.

Для того, чтобы развить силу и выносливость, нужно выполнять большой объем работы высокой эффективности, например атлетическую гимнастику по системе В.Г. Фохтина. Для развития гибкости используются комплексы упражнений, направленные на растяжение, укрепление мышц и суставов согласно уровню и возрасту спортсмена. Такое физическое качество, как быстрота, можно развить выполняя следующие упражнения: бег на короткие дистанции, эстафеты и так далее. Для развития и улучшения координации можно использовать: равновесие на одной ноге, вращения в разном темпе, повороты вокруг себя.

Таким образом, можно сделать вывод, что физическую подготовку нужно активно и правильно вводить в тренировочный процесс как для повышения технического потенциала спортсменов, так и для достижения наилучших результатов на соревнованиях.

### **Литература:**

1. Зациорский В.М. Физкультура и спорт, 1966.
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов, 1988.

**СТРУКТУРА ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ АКРОБАТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ****К.В. Иванисько, А.А. Киселева****Научный руководитель доцент Н.В. Береславская**

**Аннотация.** В работе представлены результаты исследования структуры волевых качеств акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских парных упражнениях, анализ которых позволит корректировать психологическую составляющую их спортивной деятельности.

**Ключевые слова:** волевые качества, акробатки, женские пары.

Воля – это сознательная организация и саморегуляция деятельности, направленная на преодоление внутренних трудностей. Это, прежде всего, власть над собой, над своими чувствами и действиями. Уровень сформированности воли человека характеризует сложные волевые действия и поступки, а проявление ее силы обеспечивает успешность деятельности [1]. С целью исследования структуры волевых качеств акробатов высокой квалификации женских парных упражнений и уровня их развития использовался опросник Н.Б. Стамбуловой и Е.П. Ильиной «Самооценка волевых качеств спортсменов».

Установлено, что как по параметрам выраженности, так и по параметрам генерализованности волевых качеств акробатов высокой квалификации характеризует средний уровень целеустремленности, смелости и решительности, самостоятельности и инициативности, самообладания и выдержки. Показатели же настойчивости и упорства находятся на высоком уровне (рисунок).

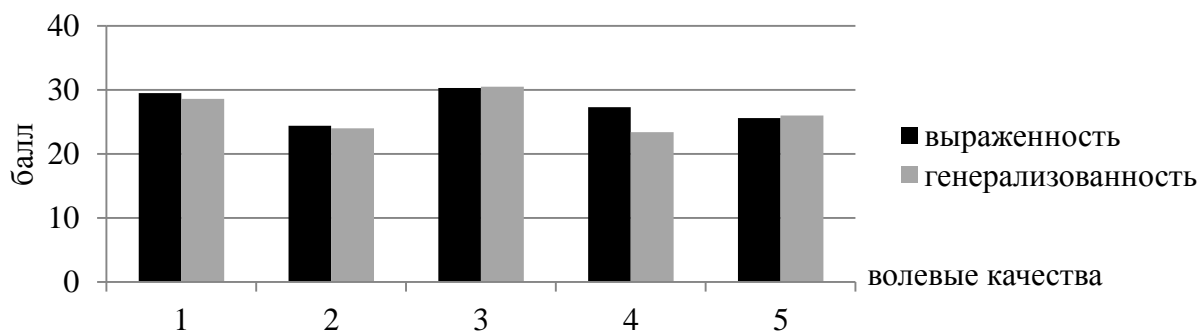


Рисунок – Уровень развития волевых качеств акробатов высокой квалификации женских парных упражнений

Условные обозначения:

1 – целеустремленность; 2 – смелость и решительность; 3 – настойчивость и упорство; 4 – смелость и инициативность; 5 – выдержка и самообладание.

Причем наличие и устойчивость проявления основных признаков волевых качеств (выраженность) находятся приблизительно на том же уровне, что и универсальность их проявления в избранном виде спорта (генерализованность). На наш взгляд, это может быть связано с не столь совершенной квалификацией спортсменок, а психологическая составляющая их деятельности постоянно варьирует в связи с усложнением соревновательной программы, включением в нее элементов, связанных с риском, а также с повышением уровня ответственности, связанной с надежностью выступления.

**Литература:**

1. Особенности структуры волевой активности в различных видах спорта / Ю.Я. Горбунов, С.Я. Самулкин // Теория и практика физической культуры. – 2005. – №2. – С. 25-27.



**Аннотация.** В данной работе рассматриваются управленческие позиции режиссера как способ формирования и развития творческой команды.

**Ключевые слова:** постановочная команда, управленческая точка зрения режиссера, диктаторские полномочия, интересы группы, психологическая характеристика.

Основными причинами удачного результата любого режиссерского проекта можно назвать заинтересованность постановочной команды. Именно поэтому основными для режиссера являются общественно-психологические способы работы с командой. Постановщику необходимо выделять три основных фактора успешной работы с исполнителями: достижение целей; формирование умений и навыков коллектива; развитие перспектив для творческой группы. Управленческая точка зрения режиссера зависит от метода работы. Она может быть демократичной, в случае свободы в коммуникации, и наоборот. Варьируя свои действия между этими позициями, режиссер-постановщик планирует работу так, чтобы расхождения в «коммуникативном пространстве» отсутствовали. Только так можно создать команду единомышленников, готовую к работе.

Для того чтобы собрать профессиональную творческую группу, режиссеру необходим ряд индивидуальных качеств. Сегодня имеет смысл смещать управленческие объекты внимания: ранее режиссер индивидуально влиял только на одного члена постановочной команды, сейчас разрабатываются стратегии и планы действия самих руководителей творческого процесса. Осуществляя их, постановщик работает изначально над собой, развивая в себе лидерские качества.

Лидерство является существенным инструментом работы с командой и представляет собой ряд способов влияния на группу, базирующихся на взаимодействии полномочий руководителя творческой группы и интересов самой команды. Лидер, получая поддержку от членов постановочного процесса, двигает команду к достижению совместно поставленных целей.

Образование команды требует развития коллективной сплоченности. На этот фактор имеют влияние многие обстоятельства, такие как: психологический стержень каждого члена команды; уровень профессионализма творческой группы; атмосфера внутри коллектива. Взаимодействие этих позиций имеет влияние на труд каждого конкретного члена постановочной команды, на работу всей группы, а также на творческий продукт в целом.

**Литература:**

1. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Технология создания команды / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Д.Ф. Фролов, Т.М. Грабенко. – М.: Речь, 2004.
2. Томпсон Лей. Создание команды. – М.: Вершина 2007.
3. Джей Рос. Лидер и команда / Рос Джей, Стив Моррис, Грэм Уилкоккс, Эдди Нейзел. – Баланс Бизнес Букс, 2007.

## ПРОБЛЕМА ПОТЕРИ ИНТЕРЕСА У ДЕТЕЙ К ЗАНЯТИЯМ ТАНЦЕВАЛЬНЫМ СПОРТОМ

Е.И. Кизнер

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

**Аннотация.** В данной работе рассматривается проблема потери интереса к тренировочному процессу у детей и специфика работы с ними.

**Ключевые слова:** потеря интереса у занимающихся, педагог, тренировочный процесс, занятия танцами, спорт.

В нашей стране в настоящее время значительно вырос определенный интерес у населения к спортивно-бальным танцам и современным танцам всех направлений. Проводится огромное количество соревнований различных рангов и масштабов, фестивалей, а также конкурсов, которые захлестнули с головой всю страну. А самое важное это то, что бальные танцы стали видом спорта, который называется – танцевальный спорт. Как мы знаем, бальные танцы появились в 13-14 веках, они прошли достаточно долгий путь становления, также нашли признание в Международном олимпийском комитете, получив официальный статус [1].

Спортивно-бальные танцы – это очень многогранный вид танцевального искусства, связанный с пластичностью и грацией движений, музыкальной грамотностью и художественно-эстетическим развитием спортсмена. Из ранее сказанного следует, что освоение и изучение спортивных бальных танцев, как и любых других видов танцевальной деятельности и хореографии, связано непосредственно с определенной тренировкой тела человека. Вследствие чего занятия бывают порой однообразными и одинаковыми, предполагая собой цель отработки технических элементов тех или иных танцевальных движений. Отработка техники может занимать по времени как один день, так и неделю. Это влечет за собой потерю интереса у детей к тренировочному процессу [2].

Решением в данной ситуации может служить средство поощрения педагогом, постановки правильной мотивирующей задачи и грядущей цели, например: выступление на ближайших соревнованиях. Важно обращать внимание на темперамент ребенка, его настроение [1].

Тренеру следует вовремя продемонстрировать свою поддержку и суметь тем самым подбодрить своего воспитанника. Важно всегда быть примером, а не сравнивать ребенка с другими спортсменами, не следует «давить» на него, знать меру во всем.

### Литература:

1. Lib.kgufkst.ru [Электронный ресурс]: база данных содержащая сведения о потере интереса у занимающихся. – Режим доступа: <http://lib.kgufkst.ru/ProtectedView/Book/ViewBook/556>.

2. rebenokvsporte.ru [Электронный ресурс]: база данных, содержащая сведения о потере интереса у занимающихся. – Режим доступа: <https://rebenokvsporte.ru/kak-motivirovat-rebenka-na-zanyatiya-sportom/>.

## СОПРЯЖЕННОЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ СПОРТСМЕНОК 11-12 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ

А.А. Клиндухова

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

**Аннотация.** Данная работа раскрывает особенности тренировочного процесса с учетом применения различных средств художественной гимнастики в развитии физических способностей спортсменок 11-12 лет.

**Ключевые слова:** физические способности, специальная физическая подготовка, техническая подготовка, исполнительское мастерство спортсменок.

Проведенное анкетирование тренеров по художественной гимнастике выявило, каким физическим способностям уделяется больше внимания в тренировочном процессе. По мнению респондентов, наибольшее внимание 63% тренеров уделяют развитию пассивной и активной гибкости, специальной выносливости и ловкости, 28% тренеров основное внимание уделяют развитию физического качества быстроты, скоростно-силовым способностям, сохранению статического и динамического равновесия и только 9% уделяют внимание развитию динамической и статической силы, общей выносливости, вестибулярной устойчивости [1, 2].

Результаты анкетирования также показали, что на тренировочных занятиях самими тренерами недостаточно внимания уделяется новым средствам и методам специальной физической подготовки, в тренировочный процесс редко внедряются новые упражнения. На наш взгляд это связано с недостаточностью времени, необходимого для физической подготовки в процессе тренировочного занятия, отсутствием разнообразия в упражнениях, которые могут комплексно воздействовать на повышение уровня физической и технической подготовленности спортсменок.

Проанализировав данные протоколов педагогических наблюдений, тренировочных занятий за использованием тренерами упражнений специальной физической подготовки, направленных на повышение уровня развития физических способностей гимнасток, получены следующие результаты: 42,3% времени занимает хореографическая подготовка, 27,7% – отработка соревновательных элементов, общеразвивающие упражнения – 24,4% и 5,6% времени отработке акробатических элементов.

Необходимо отметить тот факт, что предлагаемые гимнасткам к выполнению на занятиях средства специальной физической подготовки не отличаются разнообразием. Чаще всего тренеры используют одинаковые по структуре упражнения, что говорит о нехватке разнообразия средств и методов развития физических способностей на данном этапе подготовки в художественной гимнастике, особенно таких, которые могут сопряжено воздействовать на развитие физических способностей и исполнительского мастерства спортсменок.

### Литература:

1. Винер-Усманова И.А. Интегральная подготовка в художественной гимнастике: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / И.А. Винер-Усманова. – Санкт-Петербург, 2013. – 47 с.
2. Степанова И.А. Взаимосвязь уровня физической и технической подготовленности гимнасток на этапе углубленной подготовки в художественной гимнастике / И.А. Степанова, И.В. Цепелевич; Гимнастика. Сборник научных трудов (Выпуск VI). Санкт-Петербург, 2008. – С. 56-59.

## ХАРАКТЕРИСТИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

Г.М. Когуашвили

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

**Аннотация.** В работе рассматривается технико-тактический арсенал борцов греко-римского стиля на всех этапах многолетней спортивной тренировки. Выявлены основные недостатки в характеристике соревновательной деятельности борцов греко-римского стиля.

**Ключевые слова:** соревновательная деятельность, техника, тактика, греко-римская борьба.

По мнению специалистов греко-римской борьбы, технико-тактический арсенал высококвалифицированного борца индивидуален и может быть сужен в зависимости от роста спортивного мастерства. Тот факт, что на международных соревнованиях у борцов высокого класса наблюдаются при борьбе стоя, в основном, переводы и сваливания свидетельствует об ограниченности их технического арсенала [1, 2].

Данные наших педагогических наблюдений, учитывающие разнонаправленность технико-тактических приемов, свидетельствуют о том, что технико-тактический арсенал борцов греко-римского стиля при борьбе в стойке ограничен. Это обстоятельство приводит к потере возможности формировать комбинированную технику и тактику борца высокого класса в греко-римской борьбе, в связи с чем в технико-тактическом арсенале отсутствуют броски подворотом с захватом руки на плечо и под плечо. Однако в соревновательной деятельности используется идентичное по биомеханической структуре сваливание скручиванием [3].

В настоящее время разнонаправленность технических приемов и при борьбе в партере не отличается многообразием. Борцы греко-римского стиля практически не используют переворотов забеганиями и переходами при возможности захвата руки на ключ во время сопротивления противника накатам.

Предположить, чем этот факт обоснован, достаточно сложно. Возможно, что тренеры сокращают арсенал технико-тактических действий на начальном этапе подготовки с целью довести до совершенствования лишь ограниченное число приемов, при этом добившись наибольшей результативности и надежности в соревновательном поединке.

Таким образом, соревновательная деятельность российских борцов свидетельствует о сужении технико-тактического арсенала на начальном этапе подготовки, что негативно сказывается на последующих этапах обучения.

### Литература:

1. Блеер А.Н. Средства и методы совершенствования соревновательной надежности борцов греко-римского стиля: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.Н. Блеер. – М.: РГАФК, 1998. – 20 с.
2. Иванов И.И. Повышение надежности соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов греко-римского стиля / И.И. Иванов: дис. ... канд. пед. наук / И.И. Иванов. – Краснодар, 2002. – 185 с.
3. Кузнецов А.С. Организационно-методические основы многолетней технико-тактической подготовки в греко-римской борьбе / А.С. Кузнецов: дис. ... д-ра пед. наук. – Краснодар, 2003. – 495 с.

## ОСНОВЫ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

Г.М. Когуашвили

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

**Аннотация.** В рассматриваемой работе особое внимание уделяется совершенствованию технико-тактического мастерства высококвалифицированных борцов греко-римского стиля. Определены основные приоритетные аспекты технико-тактической подготовки спортсменов высокого класса в греко-римской борьбе.

**Ключевые слова:** техника, тактика, греко-римская борьба.

В настоящее время российские борцы греко-римского стиля занимают лидирующее место на мировой спортивной арене. Однако существуют аспекты в спортивной тренировке высококвалифицированных борцов греко-римского стиля, требующие более пристального рассмотрения. В частности, к ним относятся техническая и тактическая подготовки, которые являются приоритетными в многолетней спортивной тренировке в любом виде спорта.

Значительное количество научных и методических работ современных специалистов в спортивной борьбе направлено на решение различных вопросов: разработки модельных характеристик, разработки технологии индивидуального технико-тактического мастерства, планирования этапов и периодов многолетней спортивной тренировки [1, 2, 3].

Однако на практике соревновательная деятельность обусловлена, в основном, не смысловой двигательной деятельностью, показателями функциональных систем и модельными характеристика борца высокого класса, а уровнем его технико-тактического мастерства.

Учет специфических особенностей двигательных действий в спортивной борьбе необходим, и прежде всего, он обуславливает соревновательную надежность и результативность технико-тактического мастерства.

Таким образом, технико-тактическая подготовка в греко-римской борьбе стоит на первом месте и должна основываться на постепенном увеличении функциональных нагрузок с учетом возрастного аспекта, совершенствовании системы педагогического контроля с ориентиром на этапы многолетней подготовки, эффективном управлении системой подготовки спортсмена высокого класса.

### Литература:

1. Иванов И.И. Повышение надежности соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов греко-римского стиля / И.И. Иванов: дис. ... канд. пед. наук / И.И. Иванов. – Краснодар, 2002. – 185 с.

2. Кузнецов А.С. Организационно-методические основы многолетней технико-тактической подготовки в греко-римской борьбе / А.С. Кузнецов: дис. ... д-ра пед. наук. – Краснодар, 2003. – 495 с.

3. Меньшиков А.И. Специальная скоростно-силовая подготовка высококвалифицированных борцов в условиях выполнения двигательных действий в партере / А.И. Меньшиков: дис. ... канд. пед. наук. – Майкоп, 2013. – 165 с.

## **ПРОБЛЕМА СУДЕЙСТВА СОРЕВНОВАНИЙ МАССОВОГО СПОРТА В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ**

**И.С. Колотов**

**Научный руководитель доцент И.Н. Ронь**

**Аннотация.** В данной работе рассматриваются основные требования к судьям массового спорта, а также особенности и специфика судейства соревнований по массовому спорту в виде спорта танцевальный спорт.

**Ключевые слова:** судьи, массовый спорт, зачеты, категория, квалификация.

В танцевальном спорте, в связи с большим приростом участников массового спорта, все чаще становится актуальным вопрос о профессиональной квалификации судей спортивно-массовых мероприятий. Какие требования предъявляются к кандидатам для допуска к сдаче квалификационного зачета? Для начала разберемся в вопросе: что такое массовый спорт. Массовый спорт – часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическое развитие граждан посредством проведения организованных занятий. В танцевальном спорте в него входят следующие возрастные категории: Супер-бэби, Бэби, Дети-1, Дети-2, Юниоры.

Судья ФТСАРР по массовому спорту осуществляет судейство спортивно-массовых соревнований в соответствии с правилами вида спорта и положениями о данных соревнованиях и мероприятиях по соответствующей квалификационной категории. Согласно пункту 12.1.1. Квалификационные зачеты для присвоения квалификационных судейских категорий по массовому спорту проводятся в сроки, определенные единым календарным планом проведения квалификационных семинаров с последующей сдачей квалификационных зачетов. Зачеты принимает Региональная экзаменационная коллегия, назначенная для приема зачетов для присвоения судейских категорий ФТСАРР по массовому спорту.

Согласно пункту 12.7.2 Аттестационная комиссия РСФ допускает к сдаче квалификационного зачета на присвоение квалификационной судейской категории «Начинающий судья ФТСАРР по массовому спорту» кандидата, который отвечает следующим требованиям: достиг возраста 19 лет; имеет класс мастерства не ниже «А» по любой из программ (европейская программа, латиноамериканская программа, двоеборье), для кандидатов, закончивших танцевальную спортивную деятельность и посетивший квалификационный судейский семинар в субъекте РФ.

### **Литература:**

1. ВФТСАРР Документы по спортивной деятельности, Положение массовый спорт от 25.07.2019 – Москва, 2018. – 37-38 с. [https://fdsarr.ru/upload/iblock/277/Polozhenie-Massovyy-sport\\_25.07.2019.pdf](https://fdsarr.ru/upload/iblock/277/Polozhenie-Massovyy-sport_25.07.2019.pdf)

2. Требования для допуска к сдаче квалификационного зачета (экзамена) утверждены решением президиума ФТСАРР от 25.07.2019 [https://fdsarr.ru/upload/iblock/f48/TREBOVANIYA-DLYA-DOPUSKA-K-SDACHE-KVALIFIKATSIONNOGO-ZACHETA\\_25.07.2019.pdf](https://fdsarr.ru/upload/iblock/f48/TREBOVANIYA-DLYA-DOPUSKA-K-SDACHE-KVALIFIKATSIONNOGO-ZACHETA_25.07.2019.pdf)

**СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ И ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА  
КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ ДЕВОЧЕК НА РАЗЛИЧНЫХ  
ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ**

**В.А. Коришева**

**Научный руководитель доцент Г.М. Свистун**

**Аннотация.** В данной работе рассматриваются средства и методы развития гибкости «методом сопряженного воздействия» в художественной гимнастике.

**Ключевые слова:** специальная физическая подготовка, специальная техническая подготовка, этап начальной подготовки, тренировочный этап подготовки гибкость, подвижность суставов, гимнастка.

В художественной гимнастике специальная физическая подготовка направлена на развитие и совершенствование физических способностей, необходимых для успешного освоения и качественного выполнения соревновательных комбинаций. Одним из ведущих физических качеств, составляющих физический потенциал спортсменок, является гибкость, которая вносит существенный вклад в обеспечение технического мастерства гимнасток.

В основу технической подготовки входят: махи, прыжки, равновесия, вращения и повороты [1]. Поэтому гимнастки вынуждены затрачивать очень много времени, а также прилагать большие усилия для развития гибкости и подвижности суставов.

С этой целью было проведено исследование с оценкой возможного проявления максимальной подвижности суставов (тазобедренных, плечевых и позвоночного столба) и определить успешность выполнения 4 контрольных заданий на начальном этапе 7-9 лет и тренировочном 10-12 лет.

В исследованиях были задействованы две группы гимнасток по 20 человек, в соответствии с задачей подготовки им были даны 4 контрольных задания, по результатам которых был проведен анализ исследования. Основное развитие гибкости проходит на начальном этапе подготовки, это подтверждается результатами тестирования у гимнасток, среднее отклонение от максимальной амплитуды движения в пределах от 12,75% до 15,0% (тазобедренные суставы). На протяжении тренировочного этапа также происходит процесс развития гибкости и достигает наивысшего уровня от 6,0% до 9,25%.

В заключение можно сказать, что на протяжении двух этапов многолетней подготовки у гимнасток формируется определенная система развития гибкости и подвижности суставов. Сначала акцент идет на базовую гибкость и ее проявления в «рабочих суставах». Затем добавляются сложнокоординационные движения и максимальное проявление гибкости и подвижности суставов. На заключительном этапе все сформировавшиеся умения и навыки по развитию гибкости уже демонстрируются в соревновательных композициях. Также хотелось бы сказать, что для развития гибкости и подвижности суставов необходимо создавать адекватные средства и методы, которые будут поэтапно взаимодействовать и в дальнейшем приводить к результату.

**Литература:**

1. Плеханова М.А. Многофакторная структуры показателей технического совершенства движений и эстетичности их проявления / М.А. Плеханова, А.М. Кабаева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2010. – №5(63). – С. 77-80.

## ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

**В.В. Кумаритов**

**Научный руководитель профессор И.В. Тихонова**

**Аннотация.** В работе рассматриваются виды тактической подготовки борцов греко-римского стиля. Определены основные аспекты тактической подготовки, определяющие построение соревновательного поединка борцов высокого класса в греко-римской борьбе.

**Ключевые слова:** тактика, греко-римская борьба.

Одним из самых важных моментов в спортивной тренировке, в греко-римской борьбе являются тактические действия и их реализация в соревновательном поединке.

Сочетание маневров, тактических подготовок и комбинаций формирует благоприятные динамические ситуации для их реализации в процессе соревновательного поединка в греко-римской борьбе [1, 3].

По мнению А.Н. Ленца [2], « ... в спортивной борьбе можно определить следующие виды тактики:

- тактику проведения технических приемов;
- тактику ведения соревновательного поединка;
- тактику участия в соревнованиях».

Это разделение тактической подготовки обусловлено основой соревновательного поединка. Основу спортивной борьбы составляет столкновение противников друг с другом. Поединок может состоять из одного только эффективного технико-тактического приема, но таких ситуаций практически не бывает. Чаще всего борец в течение соревновательного дня проводит несколько схваток. Эти обстоятельства необходимо учитывать при составлении индивидуального плана подготовки спортсмена высокого класса.

Однако рассмотрение тактики греко-римской борьбы как специфической деятельности позволяет выбрать средства, методы и способы соревновательной деятельности борца, а также определить и ее структуру и функции. Эти аспекты являются определяющими для построения многолетней спортивной тренировки в греко-римской борьбе.

Таким образом, тактическая подготовка в греко-римской борьбе должна отражать оптимальное использование технических приемов при решении тактических задач в соревновательном поединке с учетом правил соревнований, характеристик технико-тактической подготовленности соперника и условий среды.

### **Литература:**

1. Гожин В.В. Теоретические аспекты техники и тактики спортивной борьбы / В.В. Гожин, О.Б. Малков: учебное пособие. – М.: Физическая культура и спорт, 2005. – 168 с.
2. Ленц А.Н. Тактика в спортивной борьбе / А.Н. Ленц. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 152 с.
3. Чудаков А.В. Маневры – как основное тактическое средство подготовки к реализации технических действий / А.В. Чудаков: дис. ... канд. пед. наук. – М., 2003. – 150 с.



**МАНЕВРЫ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ**  
**В.В. Кумаритов**  
**Научный руководитель профессор И.В. Тихонова**

**Аннотация.** В работе раскрыто значение маневров в соревновательном поединке у высококвалифицированных борцов греко-римского стиля. Определены основные виды стратегии и тактики ведения соревновательного поединка борцов высокого класса в греко-римской борьбе.

**Ключевые слова:** маневры, греко-римская борьба.

Тактическое значение маневров в греко-римской борьбе на сегодняшний день мало изучено. Это обусловлено предпочтением изучения и совершенствования технических приемов, а также и отнесением маневров к подготовительным действиям.

Маневрирование – это перемещение относительно соперника в процессе соревновательного поединка. Маневрирование занимает приоритетное место в тактике ведения проведения соревновательного поединка у высококвалифицированных спортсменов в греко-римской борьбе [3].

Однако в греко-римской борьбе навыки маневрирования могут формироваться стихийно и в соревновательном поединке применяться интуитивно. В данном случае это обусловлено особенностями экстраполяции каждого отдельного высококвалифицированного борца.

Индивидуализация определения основных маневров у высококвалифицированных борцов греко-римского стиля необходима для достижения спортивного результата с использованием тактических умений, навыков и механизмов в соревновательном поединке. В связи с чем маневрирование можно рассматривать как проектирование технико-тактического мастерства высококвалифицированных борцов греко-римского стиля.

В настоящее время В.В. Гожин и О.Б. Малков (2005) выделяют в разных видах стратегии следующие маневры:

- в атакующей: силовое, темповое, комбинационное и маневренное нападения;
- в контратакующей: выжидательная оборона и провокационное маневрирование;
- в защитной: маневренное отступление и изматывающая защита [1, 2].

Таким образом, исходя из вышеуказанной классификации маневрирования в зависимости от вида стратегии каждому высококвалифицированному борцу греко-римского стиля необходимо с учетом индивидуальных особенностей выработать стратегию и тактику ведения соревновательного поединка.

**Литература:**

1. Белый К.В. Технология обучения маневрированию в соревновательных поединках спортсменов высшей квалификации киокусинкай / К.В. Белый, О.Г. Эпов // Вестник спортивной науки. – 2018. – №6. – С. 77-82.
2. Гожин, В.В. Теоретические аспекты техники и тактики спортивной борьбы / В.В. Гожин, О.Б. Малков: учебное пособие. – М.: Физическая культура и спорт, 2005. – 168 с.
3. Чудаков А.В. Маневры – как основное тактическое средство подготовки к реализации технических действий / А.В. Чудаков: дис. ... канд. пед. наук. – М., 2003. – 150 с.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕНИНГИ КАК СПОСОБ РАСКРЫТИЯ ТВОРЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ В РЕАЛИЗАЦИИ РЕЖИССЕРСКОГО ЗАМЫСЛА ТЕАТРАЛИЗОВАННОГО ЗРЕЛИЩА**

**В.А. Липодат**

**Научный руководитель доцент И.Н. Ронь**

**Аннотация.** В работе рассматриваем такой психологический способ раскрытия творческих возможностей, как тренинг, это самый используемый способ в режиссуре.

**Ключевые слова:** тренинг, психология, возможности, творчество, замысел, зрелище.

Основная задача состоит в раскрытии творческих возможностей у детей для реализации режиссерского замысла театрализованного зрелища.

Актуальность заключается в том, что в работе с детьми необходимо знать их навыки, способности и умения, прежде чем приступать к постановке зрелища. Есть вероятность, что у ребенка меньше творческих возможностей, нежели в задаче, которую перед ним поставили. Либо наоборот, он способен на большее, и в зрелище стоит воспользоваться подобными навыками. Так или иначе, раскрытие творческих способностей является важным фактором для постановки правильной и точной задачи.

Психологические тренинги помогают детям снять зажимы и чувствовать себя комфортно и свободно, таким способом можно убрать скованность и стеснение, а также раскрыть творческий потенциал и узнать ребенка.

Цель работы – выявить влияние психологических тренингов на раскрытие творческих способностей у детей.

Задачи:

1. Определить, что такое психологические тренинги, творческие способности и театрализованные зрелища.
2. Разобраться в разновидностях психологических тренингов и выделить наиболее действенные в рамках подготовки к театрализованному зрелищу.
3. Аргументировать влияние психологических тренингов.

Психологические тренинги как возможность раскрыть творческий потенциал ребенка и помочь ему чувствовать себя свободно на сценической площадке очень актуальны и распространены в данный период времени. С помощью психотренингов дети быстрее осваивают процесс реализации режиссерского замысла в театрализованном зрелище.

**Литература:**

1. Плотников А.В. Теория, методика и практика режиссуры театрализованных представлений и праздников: учебное пособие / А.В. Плотников, Г.Г. Плотникова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 207 с.
2. Малочевская И.Б. Режиссерская школа Товстоногова / И.Б. Малочевская. – Санкт-Петербургская академия театрального искусства, 2003. – 160 с.

## ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ АКРОБАТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ЖЕНСКИХ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

Н.А. Лисицына, В.А. Ильичева

**Аннотация.** В работе рассматривается зависимость между уровнем специальной физической подготовленности и соревновательным результатом на этапе высшего спортивного мастерства.

**Ключевые слова:** спортивная акробатика, женские группы, подготовка акробатов, высококвалифицированные спортсмены, управление тренировочным процессом.

Важным компонентом в подготовке высококвалифицированных акробатов является система педагогического контроля, которая определяет эффективность тренировочного процесса и позволяет тренеру отобрать наиболее подходящие средства и методы. Для того чтобы следить за динамикой развития специальных физических качеств и своевременно вносить коррективы, были предложены тестовые упражнения, подобранные на основе данных научно-методической литературы и в соответствии с уровнем подготовленности спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства.

Для определения гибкости было выбрано 3 теста:

1) Выкруты плечевого сустава. 2) Стойка на груди. 3) Шпагаты с возвышенности (70 см)

Для определения силовых качеств было выбрано 5 тестов:

1) Сгибание и разгибание рук в стойке на руках у стены. 2) Приседы на одной, другая вперед на гимнастической скамейке. 3) Вис углом на гимнастической стенке. 4) Поднимание туловища лежа на спине, руки за голову. 5) Прыжки вперед в упоре лежа.

Для определения выносливости было выбрано 5 тестов:

1) Прыжки в группировку из упора присев. 2) Вис углом на канате. 3) Упор лежа на предплечьях 5) Стойка на руках.

Для определения быстроты было выбрано 5 тестов:

1) Сгибание и разгибание туловища лежа на спине. 2) Прыжки из упора присев. 3) Лазание по канату. 4) Отбивы из стойки на руках в стойку. 5) Прыжки через гимнастическую скамейку.

Для определения ловкости было выбрано 3 теста:

1) Стоя на бревне равновесие «Ласточка». 2) Сальто назад с места в место. 3) Метание теннисного мяча, стоя спиной к цели.

В ходе математико-статистической обработки были выявлены тестовые задания, которые не проявили степень взаимосвязи с соревновательным результатом (выкруты плечевого сустава, вис углом на канате, прыжки из упора присев и прыжки через гимнастическую скамейку) на уровне  $p > 0,05$ . Остальные тесты проявили высокую ( $p < 0,1$ ) и среднюю ( $p < 0,5$ ) степень взаимосвязи с соревновательной оценкой.

Анализируя итоги исследования, рекомендуется применять вышеизложенные тесты для управления тренировочным процессом на этапе высшего спортивного мастерства. Они будут способствовать выявлению рационального соотношения нагрузки и отражать текущий уровень подготовленности спортсменов.

### Литература:

1. Береславская Н.В. Содержание этапа непосредственной подготовки к соревнованиям акробатов высокой квалификации в женских групповых упражнениях / Н.В. Береславская, Г.М. Свистун, В.И. Иванасова, Л.В. Жигайлова, В.А. Ильичева // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 4. – С. 14-18.

## **ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЕ МАСТЕРСТВО В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Т.В. Лукашова**

**Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо**

**Аннотация.** Данная работа посвящена специфике спортивной деятельности и направленности правил соревнований эстетической гимнастики, критериям оценивания артистической ценности произвольных упражнений.

**Ключевые слова:** исполнительское мастерство, соревновательная композиция, оценка, выступление, артистизм.

В эстетической гимнастике итоговая оценка за выступление команды складывается из оценки за техническую и артистическую ценность, а также оценки за исполнение композиции.

Так, бригада артистической ценности оценивает мастерство гимнасток (единство команды, слитность выполнения движений, двусторонность), структуру композиции (разнообразие в использовании площадки и пространства, разнообразие в использовании элементов), оригинальность и выразительность.

Бригада технической ценности оценивает обязательные элементы, входящие в состав композиции, для данной возрастной категории, с учетом критериев, установленных правилами соревнований по виду спорта.

Судейская бригада, оценивающая исполнение упражнения, производит сбавки по правилам соревнований, за неточности в работе гимнасток, таких как несоблюдение точности перестроений, нарушение аспектов здоровья (не правильные линии плеча, бедер, тяжелые приземления после прыжков), нарушение синхронности движений гимнасток в группе, не соответствие выполняемых движений спортсменками музыкальному сопровождению [2].

По мнению судей, большинству команд не хватает оригинальности и новизны движений или комбинаций, оригинальности и новизны в использовании построений, а также кульминационных моментов в композиции [1].

Все эти критерии относятся к артистической ценности и могут послужить решающими в выставлении итоговой оценки за выступление.

Вышеперечисленные компоненты имеются в основном у сборных команд, представляющих свои страны на мировом уровне. Добиться такого результата возможно, работая в тандеме с хореографом-постановщиком, который способен показать сильные стороны гимнасток.

Зрелищный эффект соревновательной композиции в целом определяется гармоничным соотношением всех составляющих исполнительского мастерства: точности выполнения технической составляющей, композиционного построения и артистизма исполнения

### **Литература:**

1. Шишковская М. Оценка компонентов исполнительского мастерства в художественной гимнастике: автореф. дис. ... канд. пед. наук / М. Шишковская. – Санкт-Петербург. – 2011. – 26 с.
2. Терехина Р.Н. Эстетические показатели исполнительского мастерства в гимнастических видах спорта / Р.Н. Терехина, И.А. Винер, Л.И. Турищева, М.Э. Плеханова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – №11. – 2008. – С. 98-101.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ В ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 6-8 ЛЕТ

Т.Ю. Мамонтова

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

**Аннотация.** Данная работа посвящена анализу содержания технической подготовки гимнасток возрастной категории 6-8 лет, занимающихся эстетической гимнастикой.

**Ключевые слова:** эстетическая гимнастика, соревновательная композиция, обязательные элементы.

К обязательным элементам программы в эстетической гимнастике, прежде всего, относятся движения телом, это такие движения, как целостная волна, целостный взмах, изгиб, наклон или выпад. В категории 6-8 лет в композиции должно присутствовать не менее одного движения тела. Обязательные элементы также включают в себя равновесия, которых должно быть в композиции не менее двух, они должны быть различны и выполняться на одной ноге.

Прыжки и скачки, включенные в композицию, являются обязательными элементами программы, должны соответствовать уровню подготовленности гимнасток и быть характерными для возрастной категории 6-8 лет. К таким прыжкам можно отнести: прыжок «ножницы», «казак», вертикальный прыжок, прыжок «касаясь», прыжок в группировке, прыжок шагом и другие. Различных прыжков в композиции в данной возрастной категории должно быть не менее двух.

К техническим элементам в эстетической гимнастике относятся серии движений рук, представляющие собой «волны», покачивания, отталкивания, круги, хлопки и т.д, которых в композиции должно быть не менее четырех.

Помимо этого, соревновательная композиция должна содержать не менее 4 различных серий шагов, подпрыгиваний, подскоков, ко всему этому одна из серий шагов должна содержать смену ритмов. Акробатические и полуакробатические элементы также входят в состав обязательных элементов. Их в программе должно быть не менее двух и не менее одного соответственно.

К обязательным техническим элементам программы относятся движения на гибкость, в композицию должно включаться не менее 4 движений на гибкость, которые должны представить гибкость и «растяжку» гимнасток во всех направлениях. Движения гибкости должны показать правильные положения тела, амплитуду и хороший мышечный контроль. Движения должны быть выполнены технически правильно, с учетом аспектов здоровья, так же как демонстрации разумного баланса гибкости и силы. Форма движения должна быть четко видимой.

Необходимо отметить, что для увеличения технической ценности, композиция должна содержать разнообразные группы движений и различные комбинации, а также соединение групп движений другими группами движений (например, связка: равновесие + прыжок, прыжок + серия движений телом и т.д.).

### Литература:

1. Правила соревнований по эстетической гимнастике, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 31 августа 2017 г. № 777.
2. Карпенко Л.А. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике / Л.А. Карпенко, О.Г. Румба. – М.: Советский спорт, 2014. – 235 с.

## **ПРЫЖКОВАЯ ПОДГОТОВКА В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ**

**Т.Ю. Мамонтова**

**Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо**

**Аннотация.** Данная работа раскрывает вопросы прыжковой подготовки как неотъемлемой части специальной физической подготовки в эстетической гимнастике, месте прыжков в обязательной части соревновательной композиции.

**Ключевые слова:** эстетическая гимнастика, соревновательная композиция, прыжковая подготовка.

В эстетической гимнастике прыжки имеют разнообразную форму и сложность выполнения. Необходимо отметить, что в эстетической гимнастике огромное значение имеет высота и дальность прыжка. Но эти критерии имеют субъективную оценку, так как оцениваются чисто визуально.

В эстетической гимнастике неотъемлемой частью специальной физической подготовки является прыжковая подготовка спортсменов. В зависимости от этапа подготовки подбираются различные методы, зачастую заимствованные из «прыжковых» видов спорта (таких как акробатика, прыжки на батуте, спортивная гимнастика и т.д.).

Место прыжков в тренировочном занятии определяется его целями и задачами. Разучиваются и совершенствуются прыжки в основной части тренировочного занятия, это связано с тем, что они требуют наибольшего мышечного напряжения и концентрации внимания [2].

В процессе разучивания прыжков в эстетической гимнастике большое внимание уделяется правильному разбегу и толчку, он должен быть рациональным, легким, изящным, грациозным.

Чтобы должным образом обеспечить развитие прыжковой подготовленности у гимнасток, необходимо специальную подготовку выстроить в три этапа. На первом этапе обеспечивается развитие прыгучести, на втором этапе уделяется внимание развитию прыжковой выносливости, на третьем этапе – формирование умений реализовать прыжковый потенциал в спортивных упражнениях и устойчивости к вращательной нагрузке.

Следует отметить, что в эстетической гимнастике прыжки являются обязательными элементами программы. В обязательной части программы соревновательная композиция должна содержать 2 различных изолированных прыжка и 1 серию из 2 различных прыжков. Серия прыжков представляет собой два различных прыжка, которые выполняются толчком одной ноги с максимально возможными 3 точками опоры между ними. Форма, толчок и высота во время полета влияют на уровень трудности прыжка.

### **Литература:**

1. Правила соревнований по эстетической гимнастике, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 31 августа 2017 г. № 777.
2. Карпенко Л.А. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике / Л.А. Карпенко, О.Г. Румба. – М.: Советский спорт, 2014. – 235 с.

## ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКОЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОРЦОВ

А.Р. Мовсисян

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

**Аннотация.** В работе рассматриваются основы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов в греко-римской борьбе. Существующая система управления подготовкой борцов имеет несколько уровней, взаимосвязь которых направлена на повышение эффективности тренировочной и соревновательной деятельности.

**Ключевые слова:** управление, спортивная тренировка, греко-римская борьба.

В настоящее время актуальной проблемой является разработка научных основ управления спортивной тренировкой. С этой целью в последнее время проводятся комплексные научные исследования тренировочной и соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов греко-римского стиля [1, 2].

В видах спортивных единоборств разработана система управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов, которая имеет три уровня подчинения:

1 уровень – базовый уровень, отражающий модель соревновательной деятельности в спортивной борьбе;

2 уровень – информационный уровень, включающий характеристики всех сторон подготовленности высококвалифицированного борца;

3 уровень – функциональный уровень, демонстрирующий состояния всех систем организма [3].

Из описанной выше системы видно, что объект управления – спортсмен, который рассматривается на трех уровнях, содержащих оперативную информацию о состоянии системы управления подготовкой борца в текущий момент времени. При этом необходимо определять не только конечное состояние, к которому стремится управляемая система, но и ее текущее состояние в данный момент времени. Основной задачей организации управления спортивной тренировкой является разработка нормативных требований сторон подготовленности и модельных характеристик высококвалифицированного борца.

Таким образом, получение и анализ информации системы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов в греко-римской борьбе обусловлен определением характера и степени управляющих воздействий, а также критериями оценки их эффективности.

### Литература:

1. Игуменов В.М. Теоретико-методические основы системы многолетней подготовки борцов высшей квалификации и пути повышения эффективности их подготовки в институтах физической культуры: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В.М. Игуменов. – М., 1992. – 71 с.

2. Кузнецов А.С. Организационно-методические основы многолетней технико-тактической подготовки борцов греко-римского стиля: дис. ... д-ра пед. наук / А.С. Кузнецов. – Краснодар: КГАФК, 2002. – 481 с.

3. Маmiaшвили М.Г. Индивидуализация предсоревновательной подготовки высококвалифицированных борцов греко-римского стиля: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / М.Г. Маmiaшвили. – М., 1998. – 110 с.

## ПРОБЛЕМА ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

А.Р. Мовсисян

Научный руководитель профессор И.В.Тихонова

**Аннотация.** В работе рассматриваются методические вопросы спортивной тренировки с учетом индивидуализации в греко-римской борьбе. Учет индивидуальных особенностей борцов греко-римского стиля позволяет повысить эффективность спортивной подготовки.

**Ключевые слова:** индивидуализация, спортивная тренировка, греко-римская борьба.

Проблема индивидуализации в спортивной борьбе рассматривается сегодня достаточно часто. Специалисты спортивной борьбы утверждают, что повышение результативности и надежности соревновательной деятельности обусловлено индивидуальной подготовкой борца греко-римского стиля на каждом из этапов спортивной тренировки.

В настоящее время проведенные исследования освящают индивидуальный подход на основе учета физических, морфологических и психофизиологических борцов греко-римского стиля, а также его типологических особенностей нервной системы и выполнения технико-тактических действий [1, 3].

В подавляющем большинстве в вышеуказанных исследованиях авторы [2]. акцентируют внимание только на некоторых индивидуальных характеристиках подготовленности борца. Результаты этих исследований не дают достаточно полного представления о средствах, методах и способах реализации индивидуального подхода в греко-римской борьбе.

Особенно отчетливо индивидуализация прослеживается в манере ведения соревновательного поединка в греко-римской борьбе. На основе этого определены четыре группы:

- борцы, победа которых определена технико-тактическим обыгрыванием соперника («игровики»);
- борцы, имеющие силовое преимущество («силовики»);
- борцы, победа которых происходит за счет ведения схватки в высоком темпе («темповики»);
- борцы комбинационного стиля.

Таким образом, использование индивидуальных особенностей ведения соревновательного поединка позволяет высококвалифицированным борцам греко-римского стиля повысить надежность и результативность своего технико-тактического арсенала.

### Литература:

1. Латышев С.В. Теоретические основы индивидуализации подготовки в вольной борьбе / С.В. Латышев // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 3. – С. 45-48.
2. Маmiaшвили М.Г. Индивидуализация предсоревновательной подготовки высококвалифицированных борцов греко-римского стиля: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Михаил Геразиевич Маmiaшвили. – М., 1998. – 110 с.
3. Тихонова И.В. Особенности многолетней технико-тактической подготовки в российском дзюдо / И.В. Тихонова, Ю.М. Схалыхо, А.А. Близнюк // Педагогика и психология. Теория и практика. – Научное обозрение. – Волгоград, 2017. – №2 (10). – С. 62-64.



## ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СОВРЕМЕННОМ ТАНЦЕВАЛЬНОМ НАПРАВЛЕНИИ «ХИП-ХОП»

Д.А. Мозгина, А.А. Пастухов

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

**Аннотация.** Данная работа посвящена определению значимости общей физической подготовки для занятий танцами направления «хип-хоп».

**Ключевые слова:** общая физическая подготовка, танцевальный спорт, танцевальный стиль.

Для осуществления в танцевальном спорте основных видов движений (рисунок) необходим высокий уровень развития всех физических качеств [3].

«изоляция»	• движение, которое осуществляется одной частью тела в одном суставе, при неподвижном положении другой
«манипуляция»	• движение осуществляется посредством создания иллюзии движения одной части тела, при помощи реализации управления ею другой частью тела
«глайды»	• различные скользящие движения ногами
движения «popping»	• характеризуются резким сокращением мышечных волокон и последующим мгновенным их расслаблением

Рисунок – Основные виды движений направления танцевального спорта «хип-хоп»

В танцевальном направлении «хип-хоп» редко используется лирический стиль музыкального сопровождения. В основе базовых движений танцор выполняет мощные, сильные движения, поэтому высокий уровень силовой подготовленности позволит быстрее осваивать танцевальные движения в «партере». Прыжки – важный компонент этого стиля танца и выполнять их необходимо высоко и мощно [1]. Выносливость в тренировочном процессе необходима при выполнении танцевальных связок, постепенно увеличивая время и количество подходов, повторять танец в максимально быстром темпе несколько раз подряд [2, 3]. Гибкость и подвижность в суставах помогает спортсменам выполнять разнообразные танцевальные формы и фигуры, позволяет предотвращать травмы. Высокий уровень координационной подготовленности, позволяет танцору четко и точно ориентироваться в пространстве, сохранять динамику движений при танце вдвоем или в команде. Для изящного выполнения движений необходима согласованность различных движений между собой. Основными заданиями будут элементы малой акробатики: стойки, перекаты, равновесия на одной с захватом и без, повороты с наклоном [3]. Быстрота в данном стиле танца необходима для передвижений, соблюдения характерного высокого темпа и ритма, для срочного определения последующего движения в танцевальной «связке». Все эти характеристики входят в соревновательную оценку технической подготовленности [2].

Таким образом, для выполнения соревновательных композиций на высоком уровне в танцевальном спорте необходимо обязательно уделять внимание развитию и совершенствованию всех физических качеств на всех этапах спортивной подготовки.

### Литература:

1. Методические основы и практические рекомендации по преподаванию дисциплины «Физическая культура и спорт: спортивные бальные танцы»: учебно-методическое пособие / авт.-сост. И.Н. Ронь. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 128 с.
2. Монахова Е.Г. Спортивные танцы: учебное пособие для студентов по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» / Е.Г. Монахова. – Новокузнецк: НФИ КемГУ, 2016. – 232 с.
3. Теория и методика избранного вида спорта: курс лекций / Н.Н. Пиллюк, Г.М. Свистун, Л.В. Жигайлова и др. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – Часть 1. – 172 с.

## ПРОБЛЕМА ПОЛУЧЕНИЯ ТРЕТЬЕЙ СПОРТИВНОЙ КАТЕГОРИИ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ

А.М. Павлова, А.С. Сотников

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

**Аннотация.** В данной работе рассматриваются особенности и специфика получения третьей спортивной категории в танцевальном спорте.

**Ключевые слова:** судья, класс, квалификация, зачеты, категория.

В связи с увеличением количества непрофессиональных судей и попыткой приближения к участию спортсменов танцевального спорта в Олимпийских играх, Президиумом Федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла было принято решение усложнить требования для допуска к сдаче квалификационного зачета (экзамена) для присвоения (подтверждения) квалификационной категории спортивного судьи по виду спорта «Танцевальный спорт». Так, например, в пункте 2.1.2 указано, что Аттестационная комиссия РСФ допускает к сдаче квалификационного зачета на присвоение судейской категории «спортивный судья третьей категории» кандидата, который отвечает следующим требованиям:

– завершил танцевально-спортивную деятельность; имеет класс мастерства не ниже «А» по любой из программ (европейская программа, латиноамериканская программа, двоеборье) для кандидатов, закончивших танцевальную спортивную деятельность после 01.09.2018 г.; является членом РСФ или регионального отделения ФТСАРР; выполнил квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта «танцевальный спорт» (далее – КТСС); посетил квалификационный судейский семинар в субъекте Российской Федерации; воспитал 2-х спортсменов от «D» до «B» класса или 4-х спортсменов от «E» до «C» класса, или являлся полуфиналистом, финалистом чемпионата России в одной из дисциплин танцевального спорта, или призером чемпионата России в дисциплинах секвей – европейская и латиноамериканская программы, либо призером чемпионата Федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла среди профессионалов.

Согласно пункту 2.1.3. не допускается к сдаче квалификационного зачета на присвоение «спортивный судья третьей категории» кандидат, на которого наложены дисциплинарные санкции, или вопрос о наложении дисциплинарных санкций находится на рассмотрении в Дисциплинарном комитете ФТСАРР.

Таким образом, за прошедший год президиумом Федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла были приняты меры усложнения сдачи квалификационного зачета (экзамена) для повышения квалификации спортивных судей. Это рассчитано на помощь в судействе для российских судей на мировой арене, тем самым обратить на себя внимание Международного олимпийского комитета.

### Литература:

1. Требования для допуска к сдаче квалификационного зачета (экзамена) утверждены решением президиума ФТСАРР от 25.07.2019 [https://fdsarr.ru/upload/iblock/f48/TREBOVANIYA-DLYA-DOPUSKA-K-SDACHE-KVALIFIKATSIONNOGO-ZACHETA\\_25.07.2019.pdf](https://fdsarr.ru/upload/iblock/f48/TREBOVANIYA-DLYA-DOPUSKA-K-SDACHE-KVALIFIKATSIONNOGO-ZACHETA_25.07.2019.pdf)

2. Кодекс этики, принятый решением президиума Федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла от 26.12.2018 Москва 2018 [https://fdsarr.ru/upload/iblock/d93/Kodeks-Etiki\\_26.12.2018.pdf](https://fdsarr.ru/upload/iblock/d93/Kodeks-Etiki_26.12.2018.pdf)

## КОМПОНЕНТЫ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ РАЗМИНКИ СПОРТСМЕНОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ

А.С. Перехожева, П.Ю. Жигайлов

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

**Аннотация.** В работе представлены результаты анкетирования тренеров по вопросу эффективности применения в тренировочном процессе специализированной разминки в подготовке спортсменок, занимающихся эстетической гимнастикой.

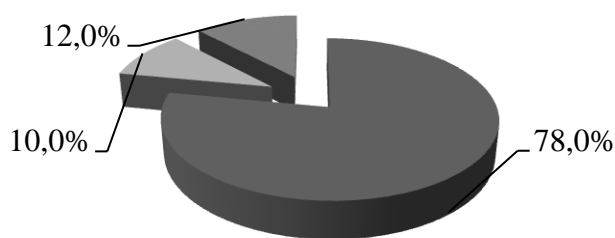
**Ключевые слова:** специализированная разминка, эстетическая гимнастика, соревновательная деятельность, техническая мастерство, подготовка.

Успешность соревновательной деятельности напрямую зависит от технической подготовленности спортсменок. Так как с каждым годом конкуренция между спортсменками возрастает, им необходимо постоянно совершенствовать свое мастерство. Появилась необходимость разработки новых средств подготовки занимающихся для выполнения соревновательных программ в тренировочных мероприятиях гимнасток-эстеток [1].

Для выявления эффективности применения в тренировочном процессе специализированной разминки был проведен опрос тренеров по эстетической гимнастике.

В результате опроса 18 респондентов, из них 2 заслуженных тренера России, 7 – высшей категории и 10 тренеров 1 категории, 90,0% считают, что необходимо увеличить количество подходов во время выполнения специализированной разминки в тренировочном процессе и 10,0% считают, что в разминку необходимо добавить специально-подводящие упражнения.

Мнения разошлись в вопросе частоты выполнения специализированной разминки в недельном цикле (рисунок).



■ на каждой тренировке ■ 2 раза в неделю ■ только перед соревнованиями

Рисунок – Выполнение специализированной разминки в недельном цикле спортсменок, занимающихся эстетической гимнастикой

Более половины опрошенных – 72,0% считают, что преобладающими элементами в разминке должны являться упражнения избранного вида спорта, 28,0% считают, что должны преобладать упражнения на развитие физических качеств.

Все тренеры, участвующие в анкетировании, ожидают от специальной разминки улучшения соревновательных показателей.

Таким образом, было определено, что специализированную разминку с элементами соревновательных программ рекомендовано применять в тренировочном процессе на всех этапах подготовки спортсменок.

### Литература:

1. Пиллюк Н.Н. 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.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ЭФФЕКТИВНОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ТРЕНЕРА И СПОРТСМЕНКИ

### В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

И.И. Петлина, Н.А. Манукян

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

**Аннотация.** В публикации представлен профиль «идеального» тренера по художественной гимнастике, составленный по результатам исследования представлений гимнасток высокой квалификации. Полученные результаты позволят вносить коррекцию в спортивно-педагогическую деятельность.

**Ключевые слова:** взаимодействие, тренер, художественная гимнастика, гимнастки.

Психологические аспекты деятельности тренера многообразны и сложны. Не обладая необходимыми механизмами психолого-педагогического взаимодействия и профессиональными достоинствами наставника, тренер не может рассчитывать на должный контакт со своими учениками и бесспорную роль лидера, диктующего «правила игры», жестко лимитируя тренировочно-соревновательную деятельность гимнастки и многие аспекты ее личной жизни [1]. С целью определения профиля межличностных отношений идеального тренера по художественной гимнастике на этапе совершенствования спортивного мастерства нами были проведены исследования представлений гимнасток высокой квалификации по опроснику Лири и составлен личностный профиль социальных ориентаций. Установлено, что «идеальный» тренер по художественной гимнастике спортсменок высокой квалификации должен быть профессионалом своего дела, хорошим руководителем, наставником и организатором (9,2 балла) при этом он уверен в себе и с развитым чувством соперничества (5,8 балла); он искренен и настойчив в достижении цели (6,4 балла); критично относится к окружающим (2,2 балла); эмоционально сдержан (4,8 балла); ему необходимо доверие со стороны окружающих (7,6 балла) и сотрудничество (8,6 баллов); он приносит в жертву свои интересы (9,0 баллов).

Задача дальнейшего исследования заключалась в расчете показателей по двум основным факторам – «доминирование» и «дружелюбие». Установлено, что полученный показатель по фактору «доминирование» (7,9 балла) несколько ниже показателя по фактору «дружелюбие» (8,22 балла). На наш взгляд, это связано с тем, что на рассматриваемом этапе многолетней подготовки первостепенным становится создание фундамента партнерства в дальнейшей совместной работе, направленной на достижение высоких спортивных результатов. Тренер, обучая сложным движениям, должен уметь поддерживать психологический контакт с учениками и быть для них авторитетом. Причем, чем выше квалификация гимнасток, тем острее эта проблема может себя проявить, и ее можно решить только сочетанием непререкаемого авторитета с плодотворным общением.

Таким образом, зная представления гимнасток о тренере, который был бы для них авторитетом, можно эффективно управлять взаимоотношениями, возникающими в процессе спортивной деятельности.

#### **Литература:**

1. Чернышева И.В. Педагогическая составляющая личности тренера как одно из основных условий успешного формирования спортсменов / И.В.Чернышева, В.М. Шлемова, М.К. Татарников // Современные трудоемкие технологии. – Пенза, 2010. – №4. – С. 103.

## ПРОБЛЕМЫ СУДЕЙСТВА ТАНЦЕВАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА «ИДЕЯ» В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ

В.Д. Подлесных

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

**Аннотация.** В работе рассматривается проблема субъективных взглядов судей на формирование оценки в компонентах «Композиция» при судействе дисциплин, где это предполагается.

**Ключевые слова:** акробатический рок-н-ролл, композиция, идея, постановка, представление, бонус.

В правилах по виду спорта «акробатический рок-н-ролл», утвержденных приказом Минспорта РФ от 07.03.2019 № 191, указаны три компонента, по которым производится судейство танцевальной части программы в акробатическом рок-н-ролле: «Основной ход», «Танцевальные фигуры», «Композиция». Методика судейства первого компонента конкретно и однозначно указывает на те ошибки, за которые спортсмен получает сбавки (неверные движения ног, рук, корпуса, танец не в ритм). С помощью второго компонента судьи обозначают сложность и чистоту исполнения различных танцевальных фигур. Они составляют четыре группы. Первая – смены на полном основном ходу, вторая – вариации основного хода в контакте, третья – смены без основного хода, четвертая – другие движения (прыжки, шпагаты, вращения).

Третий компонент, «Композиция», содержит пункты: «Постановка и представление программы», «Идея», «Бонус».

При подробном изучении данного компонента можно обнаружить актуальную проблему, от решения которой зависит эффективность и объективность судейства спортивных пар и команд. При оценивании компонента «Идея» судье необходимо, опираясь на собственный опыт и знания, определить тематику программы. Тема может быть взята из фильма, книги, мифологии, известных образов и др.

Важна роль понимания судьей задумки, которую тренер-хореограф внес в танцевальные движения и костюмы выступающих спортсменов. Возникает вопрос о субъективизме восприятия тех или иных идей. Судьи могут по-разному воспринимать представленные на площадке сюжеты, что значительно повлияет на итоговые оценки соревнующихся. Спортивный судья может не просмотреть идею и сюжет программы в связи с тем, что он не знаком с обыгранным произведением, книгой или фильмом.

Таким образом, судьям необходимо не только точно знать технические правила исполнения танца, уметь анализировать безопасность и правильность выполнения акробатических элементов и других танцевальных фигур,

но и следить за актуальной информацией, новыми событиями в мире кинематографа, литературы и музыки, а также постоянно изучать культовые сюжеты, вошедшие в историю культуры, чтобы суметь в нужный момент рассмотреть их на площадке.

### Литература:

1. [https://fdsarr.ru/upload/iblock/f98/Pravila-vida-sporta-\\_akrobaticheskiy-rok\\_n\\_roll\\_-Utverzhdeny-prikazom-Minsporta-RF-ot-07.03.2019-\\_-191.pdf](https://fdsarr.ru/upload/iblock/f98/Pravila-vida-sporta-_akrobaticheskiy-rok_n_roll_-Utverzhdeny-prikazom-Minsporta-RF-ot-07.03.2019-_-191.pdf)  
ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «АКРОБАТИЧЕСКИЙ РОК-Н-РОЛЛ» утверждены приказом Минспорта России от «07» марта 2019 г. № 191
2. [https://fdsarr.ru/upload/iblock/dfc/Metodika-sudeystva-tantsa\\_versiya-3\\_2019.pdf](https://fdsarr.ru/upload/iblock/dfc/Metodika-sudeystva-tantsa_versiya-3_2019.pdf)  
МЕТОДИКА судейства танца «акробатический рок-н-ролл», версия 3\_2019

## **ФАКТОРЫ УСПЕШНОСТИ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ВИДАХ ГИМНАСТИКИ**

**Е.А. Рыженко**

**Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо**

**Актуальность.** Данная публикация раскрывает роль возрастания вклада психологических факторов спортсменов в спортивную деятельность для достижения высоких спортивных результатов в видах гимнастики

**Ключевые слова:** мотивация, гимнастика, волевые усилия, психическая готовность.

Цель тренировочной и соревновательной деятельности в спорте – достижение спортсменом наиболее высокого спортивного результата. При достижении этой цели одной из главных составляющих является психологическое состояние спортсмена.

Факторами успешности спортивной деятельности в видах гимнастики являются психологические компоненты, такие как:

- психоэмоциональные состояния спортсмена;
- уровень волевых усилий;
- психическая готовность к спортивной деятельности;
- уровень мотивации к спортивной тренировке.

Совокупностью этих факторов можно определить степень активности спортсмена. Но ведущими могут выступать не все, а только несколько. Благодаря такой картине тренер может разобраться и подобрать каждому спортсмену свой вид управления. Только так можно узнать об активности одного спортсмена и пассивности другого [1].

Утомление, травмы, большие физические нагрузки, высокая скорость оценивания обстановки и принятие наиболее точного решения – это все то, что необходимо спортсмену преодолевать в период спортивной деятельности. Важным фактором для достижения высоких спортивных результатов является воля, психическое состояние спортсмена и психическая готовность, под которой подразумевается способность управлять своими мыслями, переживаниями, поступками и действиями для достижения поставленных задач.

Для достижения высокого спортивного результата необходимо создавать для спортсмена мотивационные условия.

Значимость мотивации в достижении результатов все чаще осознается тренерами и психологами, исследующими одаренных спортсменов, добившихся высоких результатов. Считается, что личностные и мотивационные факторы выступают как одни из главных детерминант высоких спортивных достижений [2].

Л. Термен выделил критерии успешности спортсменов высшей квалификации:

- настойчивость и упорство в достижении цели;
- свобода от переживаний от собственной неполноценности;
- уверенность в своих целях;
- целеустремленность.

Мотивация является движущей силой, необходимой для достижения поставленных целей.

### **Литература:**

1. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения / Т.О. Гордеева. – М.: Смысл, 2006. – 155 с.
2. Сафонов В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха / В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с.

## ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГРУППАХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

М.М. Саватеева

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

**Аннотация.** Данная работа посвящена проблеме привлечения к систематическим занятиям спортом детей, подростков и молодежи. Решением данной проблемы могут стать группы спортивно-оздоровительной направленности, которые являются фундаментом, на котором строится интерес к физическому воспитанию, спорту, здоровому образу жизни.

**Ключевые слова:** спортивно-оздоровительные группы, задачи, особенности, содержание, критерии.

Основная цель спортивно-оздоровительных групп – это укрепление здоровья ребенка, физическое развитие, воспитание личностных качеств. В группы спортивно-оздоровительной направленности зачисляются девочки, достигшие 5-6 лет, желающие заниматься спортом. Необходимо иметь справку от врача-педиатра или терапевта. Количество занимающихся в группах составляет 10-15 человек. Время одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах и не может составлять более двух часов. Объем тренировочной нагрузки составляет четыре часа в неделю. Более подготовленные занимающиеся могут принимать участие в соревнованиях.

Основные задачи подготовки в группах спортивно-оздоровительной направленности по художественной гимнастике:

- укрепление здоровья и формирование правильного образа жизни;
- развитие основных физических качеств;
- формирование творческих способностей;
- выявление талантливых и перспективных гимнасток.

Критериями деятельности в таких группах являются:

- динамика индивидуальных способностей гимнасток;
- стабильность состава занимающихся и посещаемость тренировочных занятий;
- укрепление знаний об избранном виде спорта и физической культуре.

В группах спортивно-оздоровительной направленности основное внимание уделяется общей физической подготовке юных гимнасток. Тренировочные занятия строятся с акцентом на развитие таких физических качеств, как: гибкость, быстрота, ловкость, координационные способности.

К основным средствам, используемым в тренировочных занятиях, относятся:

- общеразвивающие упражнения;
- разновидности ходьбы и бега, танцевальные упражнения;
- волны и волнообразные движения;
- равновесия и повороты;
- различные виды прыжков;
- элементы акробатики;
- подвижные игры и игровые задания.

Группы спортивно-оздоровительной направленности обеспечивают двигательную активность девочек, способствуют воспитанию не только здорового образа жизни, но и морально-волевых качеств.

### Литература:

1. Концепция физического образования детей и подростков //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – № 1. – 2003. – С. 5-10.
2. Никитушкин В.Г. Современная подготовка юных спортсменов. Методическое пособие / В.Г. Никитушкин. – М., 2009. – 348 с.

## ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Е.Д. Трифонова

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

**Аннотация.** Данная публикация раскрывает вопросы развития мелкой моторики рук в раннем возрасте средствами пальчиковой гимнастики, для создания благоприятных условий для дальнейшего освоения элементов с предметами художественной гимнастики.

**Ключевые слова:** пальчиковая гимнастика, начальная подготовка, юные гимнастки.

Художественная гимнастика – красивый и грациозный вид спорта, представляет из себя выполнение под музыку разнообразных гимнастических и танцевальных движений. Одна из целей занятий спортом в дошкольном возрасте – это укрепление здоровья, воспитание сильного и гармонично развитого подрастающего поколения.

Для поддержания интереса и разнообразия тренировочного процесса на начальном этапе обучения рекомендуется добавлять в тренировочный процесс пальчиковую гимнастику. Пальчиковая гимнастика помогает развить у ребенка мелкую моторику пальцев рук. Поможет сформировать у ребенка порядковый счет в пределах 5-10. Развить память, мышление, внимание и воображение. Во время выполнения пальчиковых игр дети учатся концентрировать свое внимание и правильно его распределять. Пальчиковая гимнастика поможет сделать занятие с ребенком увлекательным [1].

Можно использовать такие упражнения, как: «Ножнички» – большой, безымянный пальцы и мизинец поставить на ладонь. Указательный и средний пальцы протянуть прямо. Выводить их в стороны, делая положение ножниц, постепенно увеличивая темп, не сгибая пальцы.

Следующее упражнение называется «Петушок». Ладонь смотрит вверх. Указательный палец упирается на большой – это «клюв». Остальные пальцы расставить в стороны и направить вверх – это «гребешок». Во время выполнения этого упражнения дети могут проговаривать речитатив для развития речи ребенка – «Петя, Петя-петушок, красный чудо гребешок» [3].

Для укрепления свода стопы отлично подойдет упражнение с пластмассовыми крышками от бутылки. Необходимо, сидя на полу, поднять и опустить крышку от бутылки пальцами ног. Руками ребенок не должен трогать крышку, а работать исключительно ногами.

Пальчиковая гимнастика поможет маленьким гимнасткам овладеть техникой выполнения упражнений с предметом, развивая мелкую моторику пальцев рук, им будет легче справиться с обручем, скакалкой. Кисти рук и пальцы получают силу, неплохую подвижность и гибкость, пройдет напряженность движений [2].

### Литература:

1. Белая А.Е. Пальчиковые игры для развития речи дошкольников / А.Е. Белая. – М.: Астрель, 2009. – 143 с.
2. Нугаева Р.Р. Связь мелкой моторики с игровой деятельностью и ее влияние на развитие личности дошкольника / Р.Р. Нугаева // Молодой ученый. – №7. – 2013. – С. 401-404.
3. Крупенчук О.И. Система работы по развитию мелкой моторики у детей с речевой патологией / О.И. Крупенчук. – М.: Литера, 2008. – 218 с.



# **КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ, ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКИ И СТРЕЛКОВОГО СПОРТА**

УДК:799.3.012.81

## **КРИТЕРИИ ОТБОРА В ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ**

**В.А. Борисевич**

**Научный руководитель доцент А.А. Близнюк**

**Аннотация.** В данном материале представлены результаты опроса тренеров о степени важности тех или иных критериев отбора в группы начальной подготовки по пулевой стрельбе.

**Ключевые слова:** пулевая стрельба, начальный отбор, критерии отбора.

Стрелковый спорт является одним из видов спорта, который занимает ведущее место в системе физической культуры и физического воспитания.

Спортивная стрельба формирует выдержку, настойчивость, решительность, волю к победе. Для того чтобы достичь высокого результата в данном виде спорта, спортсмену необходимо совершенствовать не только свою технику стрельбы, но и в особенности необходимо учиться контролировать свои эмоции.

Пулевая стрельба – сложный вид спорта, требующий терпения, многократного повторения одних и тех же упражнений, долговременного нахождения в статической позе. Спортсмен должен обладать психологической устойчивостью в экстремальных ситуациях [1].

В связи с этим, практически у всех тренеров по стрелковому спорту возникает интерес не только к решению вопросов по совершенствованию процесса подготовки спортсменов, но и к процессу поиска, выявления и отбора талантливых людей, которые смогут в дальнейшем добиться высоких результатов.

Подобные поиски осложняются тем, что эти действия необходимо проводить на самом начальном этапе спортивной деятельности, притом что искомые способности могут проявиться значительно позже, по прошествии нескольких лет тренировок [2].

В связи с вышеизложенным целью нашего исследования явилось установление мнения тренеров по вопросам спортивного отбора в пулевой стрельбе.

Нами был проведен опрос тренеров высокой квалификации по вопросам организации и содержания первичного отбора в пулевой стрельбе.

Основанием для отбора детей в группы занятия стрельбой специалисты считают три основных критерия: 1 – состояние здоровья; 2 – умение сохранять статическое равновесие как с оружием, так и без него; 3 – способность концентрировать внимание и быстро реагировать на различные сигналы.

В пулевой стрельбе, как и в других видах спорта, на начальном этапе проводят тестирование детей на определение степени физической подготовленности. После прохождения данного тестирования проводятся мероприятия по отбору, которые соответствуют специфике стрелкового спорта.

В результате опроса нам удалось установить те критерии, которыми руководствуется большинство опрошенных тренеров при проведении первичного отбора в группы пулевой стрельбы. При этом на первое место тренеры ставят такой критерий, как «устойчивость внимания», вторым – «устойчивость тела» и только третьим критерием выступают «координационные способности». Последним в списке критериев отбора у опрошенных тренеров оказались «антропометрические показатели».

Несмотря на это, результаты наших педагогических наблюдений свидетельствуют о том, что на практике отбор у большинства тренеров ориентирован лишь на оценку состояния здоровья и уровня общей физической подготовленности. Все указанные выше критерии носят эпизодический характер.

### **Литература:**

1. Кочеткова С.В. Саморегуляция в структуре психической надежности и стрессоустойчивости спортсменов-стрелков // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 11 (57). – С. 39-45.
2. Устьян Р.Т. Психофизиологические факторы соревновательной надежности спортсменов-стрелков / Р.Т. Устьян, С.В. Кочеткова // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 155-157.

## ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ТХЭКВОНДИСТАМИ В СВЯЗИ С ИЗМЕНЕНИЕМ СИСТЕМЫ СУДЕЙСТВА

Н.И. Глышко

Научный руководитель доцент А.А. Близнюк

**Аннотация.** В данном материале на основе анализа научной литературы, а также педагогических наблюдений было установлено, что с введением электронных систем оценки поединков в тхэквондо значительно изменилось и содержание технической подготовки спортсменов, выразившееся в появлении новых технических приемов, отличных от классических корейских.

**Ключевые слова:** подготовка спортсменов, тхэквондо, электронная система, технические действия.

После появления электронной системы можно сказать, что тхэквондо вышло на новый уровень и стало наиболее популярным видом спорта во многих странах мира. Впервые электронная система судейства появилась в 80-х годах прошлого века, которая была направлена на облегчение работы судей, но и она не исключала ошибки судейства. На сегодняшний день путем совершенствования и применения новых технологий были разработаны две электронные системы: «DAEDO» и «KP&P», на которых проводятся все официальные соревнования [3].

С появлением электронной системы кардинально начала меняться технико-тактическая подготовка спортсменов. Для достижения высоких результатов необходимо совершенствовать технические элементы и применять их на практике [1].

Наши наблюдения за соревновательной деятельностью спортсменов высокого класса позволили установить, что наиболее эффективными техническими действиями в тхэквондо стали одиночные удары, на выполнение которых не требуется особых усилий. В связи с этим современная техника стала значительно отличаться от базовой классической техники тхэквондо. Спортсмены начали применять нестандартные, новые технические элементы, которые приносили им результативные баллы. Многие специалисты в области тхэквондо [2] считают, что современная техника противоречит основам корейского боевого искусства и часто сравнивают его с фехтованием [5].

Особенность выполнения технических элементов на соревнованиях для каждого тхэквондиста индивидуальна, в большей части это зависит от антропометрических данных, а также от квалификации и физической подготовленности спортсмена [4]. Из-за высокой конкуренции и борьбы за лидирующие позиции в мировом рейтинге, тхэквондистам необходимо иметь не только хорошую техническую подготовку, но и правильно подбирать тактику ведения боя. Для достижения высокого результата важно уметь подстраиваться под спортсменов разного уровня мастерства, а также уметь контролировать свое эмоциональное и психологическое состояние.

В целом можно сказать, что спортсмены высокой квалификации обладают достаточно богатым техническим арсеналом и могут легко адаптироваться под любую электронную систему.

### Литература:

1. Нагибин И.В. Современное состояние технико-тактической подготовки в тхэквондо // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма. – 2015. – № 1-2. – С. 210-213.
2. Никуленков Е.А. Современные изменения соревновательной техники тхэквондо / Е.А. Никуленков, А.Н. Никуленков // Дети, спорт, здоровье: Межрегиональный сборник научных трудов по проблемам интегративной и спортивной антропологии, посвященный памяти доктора медицинских наук, профессора Р.Н. Дорохова / Под общей редакцией О.М. Бубненко. – 2018. – С. 126-129.
3. Павленко А.В. Развитие современного олимпийского тхэквондо в контексте появления новых соревновательных форматов // Материалы итоговой научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, за 2017 г., посвященной Дню российской науки. – Национальный государственный

университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – 2018. – С. 79-80.

4. Попов В.А. Современные электронные технологии в спортивном судействе (на примере тхэквондо) // ТЕХНОЛОГИИ XXI ВЕКА: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ: сборник статей международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 184-187.

5. Рогожников М.А. Современные технологии в исследовании сложнокоординационных двигательных действий тхэквондо / М.А.

6. Рогожников, С.Е. Бакулев, А.В. Павленко, В.В. Кузьмин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 2 (120). – С. 133-139.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРЕНИРОВОК В ВОДЕ ПРИ ПОДГОТОВКЕ БОКСЕРОВ

А.А. Голыженков, Д.А. Стельмах

Научный руководитель доцент И.Г. Малазония

**Аннотация.** Проанализировав научно-методическую литературу, мы рассмотрели вопрос о возможности применения упражнений в воде как в процессе подготовки боксеров, так и при восстановлении после травм и в переходный период.

**Ключевые слова:** бокс, упражнения в воде, плавание, реабилитация.

Рост спортивных достижений требует поиска новых подходов к системе подготовки спортсменов различной квалификации [2]. Не является исключением из этого правила и бокс, который, несмотря на серьезные претензии со стороны Всемирного антидопингового агентства (ВАДА) и Международного олимпийского комитета (МОК), продолжает развиваться и набирать большую популярность.

Как зарубежные, так и отечественные тренеры в подготовку боксеров включают занятия в воде [3]. При этом местом проведения занятий могут быть как открытые водоемы, так и специализированные бассейны [4].

Ряд специалистов [1, 3] в своих работах отмечает, что подобные тренировки способствуют не только улучшению общего состояния организма спортсмена, но и повышению его физического развития.

Одна из классификаций упражнений, выполняемых в воде, предполагает деление упражнений на следующие группы: силовые, скоростно-силовые и упражнения на выносливость. Основываясь на ней, в практике бокса и применяют упражнения для развития или совершенствования тех, или иных физических качеств спортсменов. Особенность тренировки в воде заключается в том, что на тело, с одной стороны, действует выталкивающая сила воды, которая при нанесении ударов помогает расслабить двуглавую мышцу плеча, выступающую мышцей-антагонистом, а с другой стороны, действует сила сопротивления воды, создающая дополнительную нагрузку на трехглавую мышцу плеча, выполняющую в данном движении роль мышцы-синергиста.

Плавание под водой является высококачественным методом тренировки для боксеров. Так как часто в условиях поединка мышцы подвергаются сильному мышечному «закислению», тело спортсмена, занимающегося боксом, должно быть приспособлено к максимальному объему физической работы в условиях недостатка кислорода.

После травмы или болезни спортсмен очень слаб, и он может быстро утомляться от обычных движений, не говоря уже о специальных видах тренировок. Поэтому упражнения в воде будут способствовать восстановлению утраченных функций.

Таким образом, можно сделать следующий вывод, что использование тренировок в водной среде все чаще используется в тренировочном процессе боксеров и при восстановлении после травм.

### Литература:

1. Елькин Д.Ю. Особенности методики оздоровительной тренировки по плаванию / Д.Ю. Елькин // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2019. – 94 с.
2. Маряничева Е.Г. Интерактивные формы проведения учебных занятий по плаванию в высшей школе / Е.Г. Маряничева, К.С. Пигида, С.И. Борщ // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2018. – № 1. – С. 53-54.
3. Пигида К.С. Использование занятий плаванием для реабилитации детей с ДЦП / К.С. Пигида // Тезисы докладов XXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа, посвященной 35-летию Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2004. – С. 88-89.
4. Пигида К.С. Использование занятий аквааэробикой для коррекции форм тела у женщин в возрасте от 25 до 35 лет / К.С. Пигида, Т.В. Чижова // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2008. – Т. 10. – С. 72-74.

## СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СУДЕЙСТВА В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТХЭКВОНДИСТОВ

Р.С. Дерманский

Научный руководитель доцент И.А. Бушин

**Аннотация.** Обострившаяся конкуренция в тхэквондо предъявляет высокие требования к объективности судейства. Для снижения влияния человеческого фактора используются электронно-индикационные системы судейства. Учет алгоритма работы различных систем судейства позволяет спортсмену и тренеру объективно контролировать течение поединка и в оперативном режиме вносить изменения в тактику поединка.

**Ключевые слова:** тхэквондо, судейство, соревновательная деятельность, инновации в судействе.

В олимпийскую семью тхэквондо вошло в 2000 году. С этого момента в судействе неоднократно проводились реформы, направленные на уменьшение субъективности при оценке действий спортсменов. Все эти изменения проводятся при активном внедрении современных электронных технологий [1].

В настоящее время используется несколько систем судейства, имеющих как достоинства, так и недостатки. Система электронных датчиков, установленных в жилетах, предложенная фирмой «Adidas», имеет ряд недостатков. Система совершенно не учитывает то, чем именно был нанесен оцениваемый удар, таким образом может быть засчитан запрещенный удар, например локтем или коленом. Принципиально иную схему электронного судейства поединка предложили специалисты компании «LaJast», которая учитывает не только силу удара, но и точность. Главной проблемой, нарушающей объективную работу системы, оказались влага и подверженность электрическим помехам.

Систему, объединяющую достоинства предыдущих вариантов, сумела предложить компания «Daedo». Всемирная федерация тхэквондо в 2011 году аккредитовала ее и рекомендовала к использованию на Олимпийских играх. Параллельно была разработана и стала внедряться также учитывающая точность и силу удара корейская система «KR&P» [2].

Применение той или иной системы датчиков заставляет спортсменов адаптировать свой технико-тактический арсенал в соответствии с особенностями работы оборудования. Поэтому на данный момент перед разработчиками обеих систем поставлена задача максимального сближения принципов срабатывания датчиков и начисления баллов.

**Заключение.** Введение электронно-индикационных систем судейства снижает влияние человеческого фактора, что позволяет повысить объективность судейства. Кроме того, внедренные инновации оказывают влияние на технико-тактический рисунок поединка, вызывая необходимость внесения коррективов в методику подготовки спортсменов.

### Литература:

1. Ким Д.Г. Истоки возникновения тхэквондо / Д.Г. Ким, В.Ф. Ли // Вестник Балтийской академии. – СПб., 1997. – Вып.11. – С. 104-111.
2. Ключников Е.Ю. Тхэквон-до – перспективы сохранения и развития в свете прошедших Олимпийских игр / Е.Ю. Ключников // WTF Тхэквон-до: официальное издание тхэквон-до России. – 2004. – № 2-3 (3-4). – 29 с.

## ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПОДВИЖНЫХ И СПОРТИВНЫХ ИГР В ЕДИНОБОРСТВАХ

А.А. Карданов

Научный руководитель доцент П.Г. Омарова

**Аннотация.** В работе, на основе анализа специальной литературы, рассматриваются вопросы применения игровых методов обучения в тренировочном процессе единоборцев.

**Ключевые слова:** игры, единоборства, организационные ошибки.

Соревновательное противоборство в игре происходит по определенным правилам с использованием присущих ей соревновательных действий. Соревновательный характер игровой деятельности создает постоянно изменяющиеся условия, вызывает необходимость оценки возникающих ситуаций и выбора определенных двигательных действий в пространстве и во времени [1].

Существует огромное количество игр, как подвижных, так и спортивных. И те и другие могут быть использованы в подготовке единоборцев. Задача тренера заключается в подборе идентичных по условиям и правилам, схожим по решению двигательных задач и вопросов психологической подготовки и т.п. С учетом вышеизложенного подвижные и спортивные игры внедряют в тренировочный процесс. Однако возникают трудности, которые препятствуют реализации поставленных задач обучения. Очень часто они связаны с организационными ошибками [2], наиболее частыми из которых являются:

1. Неправильное дозирование нагрузки и ее регулирование. Это возможно за счет увеличения или снижения объема и интенсивности.

2. Некорректное руководство игрой. Это приводит к невозможности приобретения необходимого умения, либо неправильному освоению действий. Любая игра требует правильной организации, соблюдения структуры ее проведения, контроля соблюдения правил.

3. Отсутствие мотивации. Атмосфера в игре обеспечивается за счет положительных эмоций, и поэтому необходимо следить за настроением участников, своевременно реагируя и принимая меры.

4. Отсутствие обратной связи. Правильные методические указания могут существенно повлиять на решение поставленных задач, в то время как их отсутствие даст отрицательный эффект.

5. Необъективное судейство. Руководитель игры должен быть не только объективным, но и правильно выбирать позицию для наблюдения.

6. Опасные ситуации. Опасные ситуации в игре могут быть как физического характера, так и психического. Такие моменты желательно заранее продумывать и вовремя принимать меры по их предотвращению.

Таким образом, игра является эффективным методом тренировочного процесса, только в том случае если правильно организовывать и руководить ею.

### Литература:

1. Беликова Е.В. Эффективность применения игр на этапе начальной подготовки борцов: методическая разработка для тренера преподавателя / Е.В. Беликова, А.А. Ковалевский. – Котельники, 2014. – 25 с.

2. Тихонова И.В. Игровые комплексы в тактической подготовке юных борцов / И.В. Тихонова, Ю.М. Схалыхо, А.А. Карданов // Материалы науч. и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – Краснодар, 2019. – С. 61-6.

## РОЛЬ ТХЭКВОНДО В СТАНОВЛЕНИИ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНА

Д.А. Корицкая, Т.Н. Барковская

Научный руководитель доцент И.А. Коротких

**Аннотация.** Восточные традиционные единоборства, к которым несомненно относится и тхэквондо, в отличие от западных уделяют особое внимание становлению личности человека. Кроме того, в последнее время прослеживается тенденция привлечения к занятиям тхэквондо детей достаточно рано, с дошкольного возраста. Особое внимание в тхэквондо уделяется строгой дисциплине, уважительному отношению к старшим, соблюдению этикета [1].

На основе анализа специальной литературы можно проследить многогранность этого вида единоборств, который является средством не только физического развития, но и нравственного совершенствования и гармоничного развития личности.

**Ключевые слова:** единоборства, тхэквондо, становление личности, дисциплина, дух, личностные качества, мировоззрение, принципы.

Тхэквондо не только способствует развитию механических движений, но и в определенной степени развивает сознание. Этот вид спорта, в котором основополагающее значение придается развитию духа и моральных качеств, важных для достижения успеха.

В результате, занимающийся тхэквондо спортсмен имеет не только хорошую физическую подготовленность, но и обладает личностными качествами, такими как: уверенность в себе, концентрация, дисциплина, выдержка, сдержанность, чувство обязанности и чувство ответственности, коллективизм [3].

Соревнуясь в поединке с противником, важнее в тхэквондо не победа над противником, а победа над самим собой. Спортсмену необходимо преодолевать страх, физические недостатки, слабость. Это считается главными принципами и целями в тхэквондо, через которые происходит нравственное развитие.

При познании боевого искусства у человека обогащается внутренний мир, формируется определенное мировоззрение, гармоничное отношение к себе и к окружению.

Тхэквондо – это боевое искусство, основу которого составляет эффективная мощная техника и дух, формирующие у спортсменов целеустремленность, твердость характера, чувство справедливости. Все эти качества способствуют корректному добродетельному поведению [2].

### Литература:

1. Шулика Ю.А. Тхэквондо (Теория и методика) / Ю.А. Шулика, Е.Ю. Ключников. – Ростов н-Д: Феникс, 2007. – 800 с.
2. Энциклопедия тхэквондо. Перевод на русский язык АО «ТКД». 2013. – 769 с.
3. Описание тхэквондо. – Статья [Электронный ресурс] – Режим доступа // <http://kalugasport.ru/2012-03-09-14-11-43/razdelytel-tkhehkvondo-vs/opysanye-tkhehkvondo-vs>, 18.09.18.

## ОСОБЕННОСТИ ГРЭППЛИНГА КАК ВИДА СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ

А.М. Маринков

Научный руководитель доцент И.А. Коротких

**Аннотация.** Грэпплинг – это стиль боя, который не включает удары руками, ногами или любыми другими ударами. Существуют боевые искусства, которые используют технику грэпплинга – это бразильское джиу-джитсу, борьба, дзюдо и самбо. У каждого полноконтактного вида боевых искусств имеются свои технико-тактические особенности. На основе анализа специальной литературы можно выявить особенности грэпплинга как вида спортивных единоборств.

**Ключевые слова:** грэпплинг, контроль, борьба, боевые искусства, единоборство.

Поскольку большая часть борьбы проводится на земле или на матах, грэпплинг можно рассматривать как один из самых безопасных видов борьбы.

Об этом свидетельствует отсутствие каких-либо серьезных травм во время нескольких национальных и международных соревнований, которые проводились по всему миру.

Грэпплинг, благодаря его правилам безопасности, является видом спорта, которым занимаются люди всех возрастов, а также проводятся соревнования в нескольких возрастных категориях от детей до ветеранов.

Грэпплинг специализируется на бросках, переводах, контроле вашего оппонента, доминирующем позиционировании, свипах, на замках суставов и конечностей, удушье и других финиширующих приемах.

Грэпплинг продвигает концепцию, что маленький, более слабый человек может успешно защищаться от крупного, более сильного противника, используя рычаги воздействия и надлежащую технику, например перевод в партер – чтобы победить другого человека на матах, отключив силовые показатели противника. Тренировка по грэпплингу может использоваться для соревнований по спортивной борьбе и соревнований по смешанным единоборствам (ММА) или для самообороны.

Спарринг (обычно называемый «rolling») и дриллинг играют важную роль в обучении, так как во время этих процессов уделяется большое внимание технике выполнения приемов, а также развивается мышечная память спортсмена, плюс ко всему создается модель соревновательной схватки, которая помогает в дальнейшем успешно выступать на соревнованиях.

В настоящее время грэпплинг набирает огромную популярность в мире. Этому искусству обучают в академиях по всему миру. Грэпплинг используют в обучении правоохранительные органы и военнослужащие некоторых стран. На протяжении многих лет он оказался самым эффективным боевым искусством в целом. Постоянно растущая популярность UFC и смешанных единоборств в целом связана с бумом популярности грэпплинга. Каждый боец, который в настоящее время сражается на любом турнире по смешанным боевым искусствам, обладает определенными знаниями о грэпплинге, будь то для защиты или нападения.

### Литература:

1. Ренцо Г., Ройлер Г. Бразильское джиу-джитсу. Теория и техника / Г. Ренцо, Г. Ройлер. Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 280 с.
2. Грэпплинг. – Статья [Электронный ресурс] – Электрон. текстовые дан. – 17.10.2014. – Режим доступа: <http://www.grapplingrussia.ru/index.php/home/grappling>



## ДОМИНИРУЮЩИЕ ПОЗИЦИИ В ГРЭППЛИНГЕ

А.М. Маринков

Научный руководитель доцент И.А. Коротких

**Аннотация.** Доминирующая позиция – это положение, при котором борец занимает максимально выгодную позицию, отключая одну или несколько конечностей соперника при этом борец находится сверху или со спины. В этих положениях спортсмен использует вес своего тела и арсенал технических действий для досрочного завершения поединка. Из этих позиций можно совершить удушающий или болевой прием.

**Ключевые слова:** грэпплинг, доминирующие позиции, контроль, борьба по позициям, атакующие действия.

Грэпплинг является в своем роде молодым боевым искусством, но уже успел заслужить почетное место на мировой арене. Его применение универсально, он может быть использован как в смешанных единоборствах, так и в самозащите. Правильно отточенный навык перехода в доминирующую позицию может привести к победе над противником. В грэпплинге существуют такие доминирующие позиции, как фулл-маунт, бэк-маунт, сайд-контроль, аши-гарами.

Сайд-контроль – позиция, в которой грэпплеры находятся сверху на груди перпендикулярно к противнику. В этой позиции имеется возможность удержания противника и провести болевые и удушающие приемы.

Фулл-маунт – позиция, в которой борец расположен сверху противника в положении сидя на животе, где противник находится в проигрышном положении и ограничен в своих действиях.

Бэк-маунт – является самой выгодной позицией, в которой атакующий спортсмен находится за спиной противника, захватывая его поясницу ногами, а корпус руками. Наиболее часто выполняемым приемом является удушение руками.

Аши-гарами – одна из доминирующих позиций, ключевым фактором которой является захват в замок ноги противника.

Борец, владеющий всеми техниками доминирующих позиций, наиболее успешно проводит свои поединки на соревнованиях и с большей вероятностью сможет завершить схватку досрочно, применив болевой или удушающий прием, или набрав наибольшее количество очков, одержав победу по баллам. Из этого можно сделать вывод, что доминирующие позиции являются фундаментом проведения приемов, ведущих к сдаче противника.

### Литература:

1. Ренцо Г., Ройлер Г. Бразильское джиу-джитсу. Теория и техника / Г. Ренцо, Г. Ройлер. Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 280 с.
2. Грэпплинг. – Статья [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – 17.10.2014. – Режим доступа: <http://www.grapplingrussia.ru/index.php/home/grappling>

## ОСОБЕННОСТИ ОВЛАДЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМИ ДЕЙСТВИЯМИ НАЧИНАЮЩИМИ БОКСЕРАМИ

Ш.А. Минасян, Л.В. Юдина

Научный руководитель доцент А.А. Близинок

**Аннотация.** В данном материале, основываясь на данных научной литературы, нами были рассмотрены различные подходы, применяемые для освоения технико-тактических действий спортсменами-новичками, а также были выявлены наиболее оптимальные из них.

**Ключевые слова:** бокс, технико-тактические действия, начинающие боксеры, боксеры-новички.

Хорошо обученный боксер проводит соревновательный поединок в привычной ему индивидуальной манере, действуя изученными и привычными ему техническими и тактическими приемами.

Индивидуальные и присущие боксеру техники образуют комплекс его боевых навыков, освоенных посредством обучения боксу. В свой черед, скорость и качество освоения боксером нового технического действия будет обуславливаться:

1. Имеющимся у него фондом двигательных умений и навыков;
2. Обладанием или отсутствием вновь освоенных и усовершенствованных умений и навыков и положительной их взаимосвязи;
3. Применяемыми средствами и методами обучения, которые способствуют переносу двигательных умений и навыков в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.

Сегодня есть два основных подхода к овладению технико-тактическими действиями. Первый заключается в обучении боксера-новичка небольшому количеству изучаемых приемов с узким алгоритмом тактических действий, а вторые – изначально охватывают большой спектр тактических действий и приемов. Так, первые осваивают навыки более глубоко, но техника не имеет при этом широкого тактического применения. Вторые же обладают широким набором умений и навыков, но с недостаточной глубиной их освоения, для эффективного их применения в соревновательной деятельности [1, 3].

Таким образом, в соревновательной деятельности успешнее будут боксеры первой категории, нежели второй.

Но если говорить о дальнейшей подготовке боксеров-юниоров, приведя их к этапу спортивного совершенствования, то нужно заметить, что оба используемых варианта обучения имеют свои минусы. Так, в первом случае со временем может развиваться некая ограниченность технического арсенала, что сделает затруднительным обучение более сложным технико-тактическим действиям и замедлит темпы его спортивного совершенствования [2].

Второй же вариант, а именно изучение широкого круга приемов и движений, заведомо несет занижение возможных соревновательных результатов на этапе начальной подготовки, что в свою очередь будет снижать мотивацию и подвижки начинающего боксера к дальнейшему развитию, но уже к этапу спортивного совершенствования поспособствует отбору необходимого круга технических средств с учетом индивидуальных особенностей боксера [3].

Готовя начинающих боксеров к первым состязаниям, тренер должен снабдить их приемлемым объемом технических и тактических приемов и движений, включающим базу специальных умений и навыков, достаточных для успешных действий в ринге и получения начального соревновательного опыта, а также создавать условия для эффективного совершенствования, обучения новым боевым приемам, непрерывно и в течение всей спортивной карьеры [1].

### **Литература:**

1. Дмитриев Н.А. Методика формирования индивидуальной манеры ведения боя боксеров-юношей (15-16 лет) / Н.А. Дмитриев, А.Б. Сыроватский // Вестник Бурятского государственного университета. – 2010. – № 13. – С. 44-48.
2. Клещев В.Н. Манера ведения боя в боксе как форма реализации принципа индивидуального подхода / В.Н. Клещев, П.В. Галочкин // Рудиковские чтения: материалы IX международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта. – 2013. – С. 210-213.
3. Раевский Д.А. Дифференцировка средств учебно-тренировочного процесса в женском боксе / Д.А. Раевский, В.С. Домашенко, В.С. Харатов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 7 (101). – С. 118-121.

## ОЦЕНКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ

М.М. Органов

Научный руководитель доцент П.Г. Омарова

**Аннотация.** В работе, на основе анализа специальной литературы, рассматриваются критерии оценки технико-тактической деятельности борцов греко-римского стиля в условиях соревновательного поединка.

**Ключевые слова:** греко-римская борьба, оценка, соревнование.

В видах спорта с большим количеством технических действий и с различными вариантами их применения, к которым относится и греко-римская борьба, важным условием роста спортивного мастерства является умение оценивать результативность соревновательной деятельности спортсмена [2].

Учитывая специфику вида этого спорта, технико-тактический арсенал борцов принято оценивать по следующим показателям: рациональность, освоенность, эффективность, надежность выполнения двигательных действий в соревновательных поединках. Г.С. Туманян, Я.К. Коблев, В.Л. Деметьев (1998) предлагают унифицированные критерии, по которым можно оценивать такие показатели соревновательной деятельности, как активность и эффективность ведения схватки, разнообразие технической подготовленности. Так, активность спортсмена оценивается по количеству успешных атак и защит к общему количеству проведенных технико-тактических действий; эффективность оценивается по количественным и качественным параметрам техники защиты и атаки; результативность характеризуется успешно проведенными техническими действиями к общему количеству проведенных попыток в стойке и партере.

Ю.А. Шулика (1988) предлагает другую оценку соревновательной деятельности, используя такие критерии, как: количественный показатель эффективности, показатель технической разносторонности, показатель технической разнонаправленности, показатель выигрышности бросков по баллам и т.д. [1].

Предложенные критерии оценки показывают различный подход к оцениванию технико-тактической деятельности борцов, что еще раз доказывает ее разнообразие и сложность. Оценку технических действий необходимо проводить во взаимосвязи с действиями противника. Поэтому более совершенную картину сторон подготовленности борца возможно скомпилировать путем сравнения полученных данных с показателями его соперников. Сопоставляя полученные данные, можно выявить эффективные приемы защиты и атаки, типичные ошибки в технико-тактической подготовленности каждого спортсмена и тем самым скорректировать его индивидуальную подготовку.

Таким образом, вопрос оценки соревновательной деятельности борцов является довольно сложным обусловлен индивидуальными особенностями обоих борцов.

### Литература:

1. Дзюдо (система и борьба) Учебник / Под общ. ред. Ю.А. Шулики и Я.К. Коблева [Я.К. Коблев, В.М. Невзоров, Ю.М. Схалыхо, Ю.А. Шулика]. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 800 с.
2. Тихонова И.В. Структура и содержание технической подготовки борцов греко-римского стиля / И.В. Тихонова, С.М. Марьян // Тезисы докладов XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – Краснодар, 2015. – С. 148-149.

## РОЛЬ СУТОЧНОГО ХРОНОТИПА В ДИНАМИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

С.С. Погиба

Научный руководитель доцент С.В. Кочеткова

**Аннотация.** В работе представлены результаты исследования влияния суточного хронотипа на показатели физической подготовленности военнослужащих ракетных войск стратегического назначения.

**Ключевые слова:** военнослужащие, физическая подготовленность, суточный хронотип.

Хронотип – суточный функциональный ритм. Биоритм психической активности (БПА) – это периодическое чередование состояния напряжения и расслабления психической активности человека. За хронотип отвечает ген Per<sup>3</sup>, имеющий аллели: две доминантные длинные («жаворонки»), две рецессивные короткие («совы»), одна длинная и одна короткая гетерозигота («голуби») [2].

В данном исследовании приняли участие 38 военнослужащих ракетных войск стратегического назначения, проходящих срочную службу.

Анализ годичной динамики уровня физической подготовленности военнослужащих показал его достоверное повышение: показателя силовой выносливости ( $t=2,27$ ) на 5,6%; скоростно-силовой выносливости ( $t=2,12$ ) на 2,1% (везде  $p \leq 0,05$ ). Уровень общей выносливости тоже улучшился, но недостоверно ( $t=1,87$ ) на 2,67% [1].

Функциональный показатель суточного хронотипа определялся соотношением частоты пульса к частоте дыхания.

С исходным показателем частоты дыхания и соответственно суточного ритма оказались взаимосвязаны результаты бега на 100 метров, как в начале, так и в конце эксперимента.

Согласно полученным данным, оказалось, что 17 военнослужащих имеют высокий суточный ритм («жаворонки»). Что касается среднего и низкого уровня, то между ними не выявлены достоверные различия, поэтому показатели были объединены в одну подвыборку (23 военнослужащих).

В конце педагогического эксперимента установлено, что появились различия в показателе силовой выносливости при сохранности таких же различий в беге на 100 метров.

При высоком суточном ритме частота дыхания отрицательно взаимосвязана с быстротой бега на 100 метров (соответственно  $r = -0,523$  и  $r = -0,713$ ,  $p \leq 0,05$ ), а сам суточный ритм находится с этим показателем в прямой взаимосвязи (соответственно  $r = 0,550$  и  $r = 0,614$ ,  $p \leq 0,05$ ).

Иными словами, при статистически высоком суточном ритме, характерном для «жаворонков», хорошо выражена анаэробная выносливость. Поэтому «утренний» хронотип позволяет военнослужащим более эффективно решать сложные профессиональные задачи по сравнению с «вечерним» хронотипом, что необходимо учитывать при составлении графика боевых дежурств.

### Литература:

1. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации. – М.: Анкил, 2013. – 178 с.
2. Роль среды и наследственности в формировании индивидуальности человека / Под ред. И.В. Равич-Щербо. – М.: Педагогика, 1988. – С. 185-235.

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ДИНАМИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК ТОЛЧКА ШТАНГИ ОТ ГРУДИ С УРОВНЕМ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ**

**Д.С. Погорелов**

**Научные руководители: старший преподаватель Ю.В. Кузнецов,  
преподаватель Д.А. Лазько**

**Аннотация.** В результате проведенного нами исследования установлена средняя положительная и отрицательная степень связи высоты прыжка вверх с места с основными динамическими характеристиками толчка штанги от груди. У тяжелоатлетов с более высокими показателями взрывной силы выше рабочий эффект и экономичность движений в рассматриваемом нами упражнении.

**Ключевые слова:** уровень скоростно-силовой подготовленности, техническое мастерство, динамические характеристики толчка штанги от груди, высота подъема снаряда, коэффициенты корреляции.

Эффективность техники выполнения ведущих компонентов тяжелоатлетических упражнений во многом зависит от уровня скоростно-силовой подготовленности спортсменов [1]. Достижение необходимой вертикальной скорости и, соответственно, высоты подъема снаряда в толчке штанги от груди связано со способностью атлетов развивать максимальные усилия за минимальное время, то есть с высокими показателями взрывной силы.

Оценка технического мастерства тяжелоатлетов происходит на основе анализа как кинематических, так и динамических характеристик специальных и соревновательных упражнений [2]. Причем главенствующая роль принадлежит динамической структуре, определяющей пространственно-временные характеристики движений.

Исходя из вышеизложенного основной задачей нашего исследования явилось изучение корреляционных связей между уровнем скоростно-силовой подготовленности тяжелоатлетов и динамическими характеристиками толчка штанги от груди.

Высота прыжка вверх с места (с махом рук) имеет среднюю положительную степень связи с динамической частью импульса силы и средней силой со штангой весом 70, 80 и 90% от максимального. Коэффициенты корреляции равны соответственно 0,49 – 0,56, 0,37 – 0,39 и достоверны при  $P < 0,05$  и  $P < 0,01$ . Анализ корреляционных связей позволил установить, что повышение уровня скоростно-силовой подготовленности спортсменов приводит к увеличению рабочего эффекта движений в толчке штанги от груди за счет роста показателей средней силы.

С максимальным значением вертикальной составляющей опорной реакции установлена средняя отрицательная степень связи. Коэффициенты корреляции равны -0,51 – -0,53 [ $P < 0,05$  и  $P < 0,01$ ]. Полученные нами данные свидетельствуют о том, что с ростом высоты прыжка вверх с места максимальная величина опорной реакции при выполнении толчка штанги от груди снижается. Такой характер взаимосвязи можно объяснить тем, что повышение уровня скоростно – силовой подготовленности атлетов приводит к более экономичному выполнению толчка штанги от груди.

### **Литература:**

1. Новиков П.С. Техника толчка штанги от груди и ее совершенствование на основе развития специальных скоростно-силовых качеств у тяжелоатлетов высокой квалификации: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1986. – 22 с.
2. Сивохин И. Биомеханические критерии эффективности техники толчка штанги от груди у тяжелоатлетов высокой квалификации / И. Сивохин, В. Скотников, С. Мустифин // Олимп. – 2015. – № 2-3. – С. 56-58.

## ВЛИЯНИЕ ОВАРИАЛЬНО-МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА НА ЗАНЯТИЯ СИЛОВЫМИ ВИДАМИ СПОРТА

Е.С. Покровский

Научные руководители: преподаватель Д.А. Лазько,  
старший преподаватель Ю.В. Кузнецов

**Аннотация.** На основе анализа научно-методической литературы нам удалось установить влияние фазы менструального цикла на работоспособность женщин, занимающихся силовыми видами спорта, что в свою очередь дает возможность правильно планировать их тренировочный процесс.

**Ключевые слова:** тренировочный процесс, овариально-менструальный цикл.

В настоящее время все большую популярность набирают занятия силовыми видами спорта, ввиду простоты освоения техники соревновательных упражнений и многообразия методик тренировок, которые позволяют начать занятия силовыми видами спорта людям с любым уровнем физической подготовленности.

Согласно утверждению специалиста в области женского спорта Л.П. Федорова, основным способом для методичного увеличения спортивных показателей и мастерства- является спортивная тренировка, учитывающая следующие основные моменты: факторы, влияющие на состояние спортсменки; наиболее целесообразное воздействие педагогическими методами; своевременное и точное регулирование тренировочного плана в соответствии с состоянием спортсменки.

Для правильного построения тренировочного процесса у женщин, необходимо учитывать не только общие физиологические особенности строения женского организма, но также и циклические изменения, происходящие в связи с наличием у них овариально-менструального цикла (ОМЦ), и уровень спортсмена [1]. Если не принимать во внимание эти факторы, можно вызвать патологическое смещение физиологических механизмов адаптации, что ведет к гормональному дисбалансу и нарушению протекания фаз менструального цикла, что в свою очередь негативно отразится на детородной функции [3].

ОМЦ принято разделять на пять фаз различной продолжительности: 1) менструальная (3-5 дней); 2) постменструальная (7-9 дней); 3) овуляторная (2-3 дня); 4) постовуляторная (7-9 дней); 5) предменструальная (3-5 дней). Установлено, что работоспособность организма напрямую зависит от концентрации эстрогена и прогестерона. Пик концентрации первого гормона приходится на 5-7-сутки цикла, что соответствует постменструальной фазе и повышает силовые показатели в среднем на 6,8%, а пик прогестерона на 16-24 сутки цикла, это совпадает с постовуляторной фазой, в эту фазу отмечается наиболее высокий уровень скоростно-силовых значений. При этом самый низкий уровень работоспособности был зафиксирован на период с 25 по 28 сутки (предменструальная фаза) при этом все показатели снижаются в среднем на 5,3%. Стоит также отметить, что существует два соматотипа, по которым протекает ОМЦ. Фемининный тип – так называемый женственный тип, для него характерно постоянство ОМЦ и четкая фазность его протекания. Маскулинный тип – напротив, мужественный тип, для него характерны менее четкое протекание фаз и небольшие смещения ОМЦ, этот тип наиболее распространен среди женщин [4].

Учитывая эти особенности в физиологии женского организма, можно дать следующие рекомендации по построению тренировочного процесса: тренировки с использованием высокоинтенсивных нагрузок, следует проводить во время постменструальных и постовуляторных фаз, во время менструальной и овуляторной следует давать нагрузки средней интенсивности, а во время предменструальной и менструальной фазах нагрузки с отягощениями следует свести к минимуму или исключить вовсе [2].

### Литература:

1. Геселевич В. Физиологические особенности организма женщин-спортсменок // Олимп. – 1993. – №2. – С. 36-37.
2. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для вузов. М.: Владос, 1998. – 228 с.
3. Ниаури Д.А. Репродуктивное здоровье женщины в спорте: методическое пособие / Д.А. Ниаури, Т.А. Евдокимова, Е.И. Сазыкина и др. – СПб.: 000 «Издательство Н-Л», 2003. – 28 с.
4. Соха С. Половой деморфизм в теории и практике современного спорта // Теория и практика физической культуры. – 1999. – №6. – С. 4-7.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ПЛАВАНИЯ В ПОДГОТОВКЕ БОКСЕРОВ

М.С. Прокопьев, Д.С. Чистяков

Научный руководитель доцент А.А. Близинок

**Аннотация.** В данном материале рассматривается вопрос об эффективности использования средств плавания в подготовке начинающих боксеров.

**Ключевые слова:** плавание, боксеры, средства плавания, физическая подготовленность.

Известно, что занятия плаванием благотворно воздействуют на организм занимающихся и способствуют развитию таких качеств, как выносливость, гибкость, ловкость [1]. Однако работ, посвященных вопросу использования средств плавания в физической подготовке юных боксеров, крайне мало [2].

Вышеизложенное позволило предположить, что использование средств плавания в физической подготовке юных боксеров позволит повысить уровень физической подготовленности, что обеспечит более качественный уровень технического мастерства в дальнейшем. Это и послужило основанием для проведения настоящего исследования.

Эксперимент проводился на базе МБУ «Спортивная школа №9» МО г. Краснодар в период с сентября 2018 г. по июнь 2019 г., занятия по плаванию – в ВОЦ «Гармония» КГУФКСТ.

В исследовании приняли участие мальчики, обучающиеся в группах первого года подготовки по боксу, в количестве 42 человека в возрасте 10-12 лет. Тестирование в контрольной и экспериментальной группах проводилось в начале и в конце учебного года.

Предварительное тестирование показало, что в начале педагогического эксперимента между средними значениями результатов в тестах у мальчиков контрольной и экспериментальной групп достоверных различий не зафиксировано.

В течение первого тренировочного года дети экспериментальной группы занимались общей физической подготовкой, овладевали азами техники бокса и посещали бассейн два раза в неделю. На занятиях по плаванию юные спортсмены изучали спортивные способы плавания, играли в водное поло, проводились спаринги в воде и многие другие упражнения.

По окончании педагогического эксперимента мы провели повторное тестирование уровня физической подготовленности. Установлено, что спортсмены экспериментальной группы (ЭГ) значительно улучшили уровень общей физической подготовленности по сравнению с детьми контрольной группы (КГ). Так, прирост показателя в беге на 3000 метров у детей ЭГ составил 11% ( $p < 0,01$ ), в то время как в КГ – 4,2% ( $p > 0,05$ ), прыжок в длину с места в ЭГ – 4,4% ( $p < 0,05$ ), а в КГ – 1,1% ( $p > 0,05$ ), сгибание-разгибание рук в упоре лежа в ЭГ – 11,5% ( $p < 0,01$ ), в КГ – 7,8% ( $p < 0,01$ ), прыжки со скакалкой 11,8% ( $p < 0,05$ ) в ЭГ и 3,4% ( $p > 0,05$ ) в КГ, соответственно.

Вышеизложенное свидетельствует о том, что все юные спортсмены заметно повысили уровень физической подготовленности, но благодаря использованию средств плавания на этапе освоения техники бокса у занимающихся ЭГ мы наблюдали достоверное улучшение внутригрупповых и межгрупповых значений регистрируемых показателей, в отличие от таковых у детей КГ.

### Литература:

1. Булгакова Н.Ж. Плавание: учебник для вузов. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 400 с.
2. Лисейкина О.В. Динамика устойчивости ведущих функциональных систем у боксеров начального уровня подготовки / О.В. Лисейкина, И.В. Попов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 1 (35). – С. 61-65.



## ОСНОВЫ МЕТОДИКИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЛОВКОСТИ У ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ

М.В. Рядский

Научные руководители старший преподаватель Ю.В. Кузнецов,  
преподаватель Д.А. Лазько

**Аннотация.** В данном материале, проанализировав ряд научно-методических источников литературы, нами был рассмотрен вопрос о возможности целенаправленного совершенствования ловкости, являющейся одним из важнейших резервов повышения уровня специальной физической и технической подготовленности тяжелоатлетов.

В результате нами были определены наиболее оптимальные упражнения, применяемые тренерами для развития ловкости спортсменов.

**Ключевые слова:** координационные способности, моторная память, двигательный анализатор, двигательная задача и установка, мышечное чувство, средства подготовки.

Основу ловкости составляют координационные способности человека, которые позволяют ему правильно, быстро и рационально решать двигательные задачи, особенно, если они сложные и возникают неожиданно [1]. Они проявляются в двух основных формах: в умении атлета целесообразно координировать движения при разучивании техники упражнений и перестраивать свои действия в соответствии с требованиями меняющихся условий. Способность к двигательной координации в значительной степени связана с пониманием двигательной задачи, наличием конкретного способа и двигательной установки на ее решение, а также с разнообразием освоенных ранее навыков [двигательная память]. Координационные способности можно оценивать по времени, затрачиваемому на освоение новых навыков или на перестройку усвоенных ранее.

Важнейшим критерием при выборе тренировочных средств с целью развития ловкости является новизна и необычность их выполнения. Следует использовать упражнения для совершенствования двигательного анализатора как наиболее важного в тяжелой атлетике. Для этого выполняют подъемы штанги из различных исходных положений, которые могут изменяться как в очередных подходах к снаряду, так и в отдельных повторениях одного подхода. В тренировочном занятии необходимо поднимать штангу без предварительного статического напряжения мышц (с опоры), с предварительным статическим напряжением мышц (с остановкой в исходном положении), с предварительным резким растягиванием мышц (с ходу). Ограничение передвижения стоп в переднезаднем направлении, стоя на помосте и со штангой на высокой опоре (например, на прочной скамье) заставляет атлета более тонко координировать работу мышц, повысить точность подъема снаряда в рывке и толчке. Применение в тренировке различных захватов грифа, изменение ширины хвата, способа подседа под штангу помогает спортсменам совершенствовать координацию движений [2].

Ощутимый вклад в повышение уровня специальной физической и технической подготовленности атлетов может внести развитие мышечного чувства и способностей к тонкому анализу своих движений. После овладения координационными упражнениями в стандартной обстановке следует переходить к их применению в вариативных условиях, чтобы предупредить наступление «координационного барьера».

### Литература:

1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
2. Тяжелая атлетика: Учеб. для ВУЗов физ. культуры / Л.С. Дворкин; 1-я и 2-я главы – Л.С. Дворкин, А.П. Слободян. – М.: Советский спорт, 2005. – 600 с.

## **ВЛИЯНИЕ ОБЩЕЙ МАССЫ ТЕЛА НА КОЛИЧЕСТВО ПОВТОРЕНИЙ В ГИРЕВОМ СПОРТЕ**

**Р.И. Ряснянский**

**Научные руководители старший преподаватель Ю.В. Кузнецов,  
преподаватель Д.А. Лазько**

**Аннотация.** В данном материале на основе анализа научно-методической литературы, а также собственных исследований нами была установлена зависимость количества повторений в упражнении рывок от веса тела гиревика.

**Ключевые слова:** рывок, мышечная масса, жировая прослойка, весовая категория, количество повторений, коэффициенты.

Гиревой спорт, в отличие от многих других видов спорта, является исконно русским, так как зародился в России еще в конце семнадцатого века. Гири являются универсальным снарядом, который может заменить атлету десяток тренажеров благодаря своей конструкции. Первая гиря была сделана из пушечного ядра, к которому приделали ручку. С этого момента началось зарождение гиревого спорта в России. В наши дни современная гиря несколько отличается от тех гирь, которые поднимали такие известные атлеты, как Иван Поддубный, Иван Шимякин, Петр Крылов и др. Соревновательный снаряд в гиревом спорте имеет более широкую и толстую душку П-образной формы. Такая конструкция позволяет спортсменам более эффективно выполнять упражнение.

При выполнении рывка гиревик может выполнять подрыв двумя способами: за счет разгибания одной ноги с разгибанием стопы (если упражнение выполняется левой рукой, то подрыв должен осуществляться левой ногой) или за счет синхронного разгибания обеих ног [1]. Но несмотря на присутствие разных техник выполнения рывка в гиревом спорте, главным показателем лучшего количества повторений является вес спортсмена. Следует учесть, что во внимание берутся гиревики приблизительно равного уровня подготовки, имеющие относительно равный процент жира в организме. Практика показывает, что из двух спортсменов, обладающих одинаковой массой тела, лучший результат сможет показать спортсмен, толщина прослойки подкожного жира которого меньше, это связано с тем, что при меньшей жировой прослойке возможно развить большую мышечную мощь [2]. В справочнике Всероссийской федерации гиревого спорта есть данные рекордов спортсменов различных весовых категорий на 2012 г. Так, количество повторений, признанное на тот момент абсолютным рекордом, прямо пропорционально весу спортсменов высокой квалификации. Например, Хвостов Александр (весовая категория 68 кг) имеет результат 182. А Марков Иван (весовая категория свыше 85 кг) показал результат на чемпионате мира 225. Если разделить вес тела описанных выше спортсменов на их результат, то можно увидеть практически одинаковые коэффициенты: Хвостов Александр:  $68/182=0,373$ , Марков Иван:  $85/225=0,377$ . Примерное совпадение полученных значений говорит о достижении спортсменами максимальной соревновательной формы. И вполне вероятно: если бы они имели одну весовую категорию, то в абсолютных цифрах результат Александра Хвостова не сильно отличался от результата Ивана Маркова [3].

Из этого можно предположить, что относительный результат спортсменов-гиревиков высокой квалификации не имеет взаимосвязи с ростом, типом телосложения и весом спортсмена.

### **Литература:**

1. Тихонов В.Ф. Основы гиревого спорта. Обучение двигательным действиям и методы тренировки: учеб. Пособие / В.Ф. Тихонов, А.В. Суховой, Д.В. Леонов. – М.: Сов. спорт, 2009. – 132 с.

2. Чернявский Д.В. Развитие силы и силовой выносливости в гиревом спорте на примере секции гиревого спорта ПЕТРГУ: Научно-исследовательская работа обучающихся и

молодых ученых // Материалы 70-й Всероссийской (с международным участием) научной конференции обучающихся и молодых ученых. – Петрозаводск, 2018. – С. 374-377.

2. Электронный ресурс <http://www.vfgs.ru/>

## РОЛЬ КОМПЛЕКСНОГО ОСВОЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ

Б.З. Туаев

Научный руководитель доцент П.Г. Омарова

**Аннотация.** В публикации рассматривается вопрос необходимости комплексного освоения приемов спортивной борьбы с целью формирования базовых двигательных умений и навыков, реализуемых в соревновательных условиях.

**Ключевые слова:** спортивная борьба, технико-тактические комплексы, моделирование.

В видах спортивной борьбы освоение технических действий происходит в соответствии с его классификацией. Однако освоение связующих действий между основными приемами происходит в процессе тренировочного занятия с использованием словесных методов, либо вовсе не практикуется. В связи с этим спортсмены сталкиваются с различными проблемами реализации освоенных технических приемов непосредственно в соревновательном поединке. Следовательно, возникает необходимость комплексного освоения приемов спортивной борьбы.

Моделируя возможные варианты соревновательных ситуаций, можно добиться разнообразия двигательных умений и навыков, что благоприятно сказывается на скорости и точности ответной реакции [2].

Анализируя соревновательную деятельность борцов, мы выяснили, что наиболее частыми являются ситуации, при которых необходимо продолжить атаку в партере после выполнения технического действия из стойки [1]. Такими техническими приемами в партере оказались: перевороты накатом, перевороты скручиванием, накрывания, переводы.

Вышесказанное определило разработку и внедрение в программу подготовки борцов технико-тактических комплексов атакующих действий: проход в ногу – захват обеих ног – переворот накатом; проход в ногу – забегание назад с захватом другой ноги – переворот скрестным захватом; проход в ногу – сбивание скручиванием – захват дальней ноги соперника.

С целью контроля и оценки эффективности разработанных технико-тактических комплексов были проанализированы соревнования в начале и конце эксперимента. С достоверностью различий ( $P < 0,001$ ) в соревнованиях показатель «атака в стойке + атака в партере» дал прирост в 63%, что доказывает эффективность комплексного освоения приемов спортивной борьбы.

Таким образом, совершенствование приемов борьбы в стойке с последующим продолжением атаки в партере позволяет значительно повысить результативность проводимых атак.

### Литература:

1. Дзюдо (система и борьба) Учебник / Под общ. ред. Ю.А. Шулики и Я.К. Коблева (Я.К. Коблев, В.М. Невзоров, Ю.М. Схаляхо, Ю.А. Шулика). – Ростов н/Д.: «Феникс», 2006. – 800 с.
2. Тихонова И.В. Моделирование технико-тактических действий в спортивной борьбе / И.В. Тихонова, Е.А. Розевика // Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции «Связи с общественностью в спорте: образование, тенденции, международный опыт». – Краснодар, 2014. – С. 234-235.

## **БЛИЖНИЙ БОЙ В ПОЕДИНКАХ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ НА РАПИРАХ**

**А.И. Харитонов**

**Научный руководитель доцент Б.А. Десятериков**

**Аннотация.** В работе рассмотрены особенности ситуаций ближнего боя в поединках квалифицированных фехтовальщиков на рапирах.

**Ключевые слова:** фехтование на рапирах, боевая схватка, боевые действия, тактическая правота, фехтовальный темп, атаки, ответы, ремизы, контратаки.

Поединок в фехтовании на рапирах регламентируется положениями о тактической правоте, при одновременно наносимых уколах, и опережении по времени (выигрыш фехтовального темпа). При этом основными средствами ведения боя, применяемыми для реализации тактической правоты в поединках рапиристов, являются разнообразные атаки и ответы, направленные на нанесение укола сопернику, не находящемуся в атаке или в контратаке с выигрышем фехтовального темпа. Однако в боевых схватках рапиристов порой возникают моменты, когда соперники, не реализовав тактической правоты, переходят в положение ближнего боя, стараясь просто опередить друг друга уколом [1, 2].

Исследование 100 полуфинальных и финальных поединков квалифицированных фехтовальщиков на рапирах во всероссийских и международных соревнованиях показало, что объем ситуаций ближнего боя превышает объем использования контратакующих действий, а их результативность превышает аналогичные показатели в применяемых атаках и ответах.

Модифицирование спортивной экипировки и спортивного оружия рапиристов позволило расширить возможности применения в бою разнообразных уколов повышенной сложности, так необходимых для ведения ближнего боя [3]. Вместе с тем, результаты опроса квалифицированных фехтовальщиков на рапирах свидетельствуют о непреднамеренном характере возникновения этих ситуаций в большинстве случаев, что побуждает соперников к экспромтным действиям.

Можно предположить, что развитие умения преднамеренно создавать ситуации ближнего боя, предвосхищая взаиморасположения бойцов, и способы нанесения уколов, раньше своего соперника, будет способствовать совершенствованию технико-тактического мастерства фехтовальщика.

Следовательно, изучение особенностей техники ведения ближнего боя является актуальным вопросом для совершенствования методики обучения технике и тактике ведения ближнего боя в фехтовании на рапирах.

### **Литература:**

1. Мидлер М.П., Тышлер Д.А., Тренировка в фехтовании на рапирах / М.П. Мидлер, Д.А. Тышлер. – М.: Физкультура и спорт, 1966. – 74 с.
2. Тышлер Д.А. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1978.
3. Деев А.В. Обеспечение результативности фехтовального боя рапиристов высокой квалификации уколами повышенной сложности. – СПб., 2017.

## РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БОКСЕРОВ-ЮНИОРОВ

А.Л. Шевченко

Научный руководитель доцент А.А. Близнюк

**Аннотация.** В данном материале рассматривается вопрос развития координационных способностей боксеров-юниоров за счет применения упражнений, направленных на дифференциацию пространственно-силовых и пространственно-временных характеристик двигательных действий.

**Ключевые слова:** координационные способности, боксеры-юниоры, бокс.

Развитие двигательных координаций имеет одно из приоритетных мест в общей системе физической подготовки. Решение задач по их развитию у боксеров-юниоров опирается на присущие им индивидуальные способности, а также мотивированность к решению подобных задач [1, 3].

В материалы экспериментальных исследований включалась оценка исходных показателей общефизической подготовленности боксеров-юниоров и темпы прироста, согласно их основным разновидностям и проявлениям, что позволяло определить рациональность применения технологии стимулируемого развития ловкости и точности в процессе спортивной подготовки.

Работа с группой спортсменов состояла из тренировочных занятий и заданий для самостоятельной подготовки в домашних условиях. В рамках тренировочных занятий решались задачи по развитию ловкости в различных условиях ее применения (стандартных, нестандартных, прогнозируемых) и физические упражнения на дифференциацию пространственно-силовых и пространственно-временных характеристик двигательных действий.

Наравне с ловкостью уделялось внимание развитию показателей точности по таким ее показателям: точность атакующего удара в ответ на внешний раздражитель, точность дифференциации мышечных усилий, точность реагирования на движущийся предмет, точность воспроизведения двигательных действий по пространственно-временным и пространственно-силовым параметрам.

Наибольшее значение в деятельности боксеров имеет уровень развития ловкости в нестандартных условиях, когда в соревновательных условиях боксеры встречаются с малоизвестным соперником, где приходится учитывать специфику его технико-тактических действий, манеры ведения боя, а также условия внешней среды – климатические и временные условия, отличный от привычного ринг и место проведения поединка [2].

Так, анализ темпов прироста ловкости в нестандартных условиях показали: на I этапе в экспериментальной группе – рост на 40,5%, в контрольной группе – 25,9% и соответственно на II этапе 24,8% и 22,5%.

Анализ полученных результатов выявил снижение темпов прироста в экспериментальной группе на II этапе, по сравнению с первым, что обусловлено отличными от предыдущих условиями выполнения двигательных заданий, более высокой лабильности нервных процессов и реакций на действия соперников. Все это в рамках развития данного проявления ловкости требует больших временных периодов для развития ловкости в нестандартных условиях.

Наибольший прирост темпов развития показателей ловкости в ЭГ, с высокой вероятностью, оказало применение различных вспомогательных приспособлений и оборудования, что усложнило тренировочные нагрузки и дало положительный результат.

### Литература:

1. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2005. – 820 с.
2. Филимонов В.И. Бокс. Современная система подготовка боксеров. – М.: «ИНСАН», 2009. – 480 с.
3. Щитов, В.К. Бокс. Основы техники бокса / В.К. Щитов. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 234 с.

## РОЛЬ СВОЙСТВ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ В ПОВЫШЕНИИ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-СТРЕЛКОВ

Д.А. Якимова

Научный руководитель доцент С.В. Кочеткова

**Аннотация.** В работе представлены результаты исследования влияния свойств нервной системы на успешность выступлений спортсменов-стрелков.

**Ключевые слова:** спортсмены-стрелки, пулевая стрельба, свойства нервной системы, конкурентоспособность.

В спорте высших достижений идет борьба в зоне психобиологического предела, поэтому при учете индивидуальности спортсмена обращается внимание на поведенческие проявления свойств нервной системы для правильного планирования нагрузки и характер эмоционального реагирования в разных ситуациях для оптимизации психического состояния [1].

В данном исследовании приняли участие 30 спортсменов-стрелков квалификации «мастер спорта». Проявление их индивидуального стиля деятельности на тренировках и соревнованиях изучалось по опроснику А.Ц. Пуни, где определялись сила возбуждения, сила торможения, слабость нервных процессов и их баланс [2].

В мужской выборке для экспериментальной группы характерны неуравновешенность нервных процессов по торможению и предпочтение целостного метода обучения. В контрольной группе – оптимальный баланс нервных процессов и предпочтение расчлененного метода обучения. В результативности стрельбы контрольной группы проявилась роль неуравновешенности нервных процессов по торможению: во 2-м соревновании  $r=0,699$  и в 3-м соревновании  $r=0,849$ ,  $p \leq 0,05$ .

Кроме указанных взаимосвязей, если при подготовке к соревнованию отдается предпочтение статичным движениям с их многократным повторением и долгой «настройкой», то в психоэмоциональном состоянии – «боевая готовность» (соответственно  $r=0,901$  и  $r=0,868$ ,  $p \leq 0,05$ ).

В женской выборке выявлено единственное статистическое отличие поведенческих проявлений свойств нервной системы в показателе «стабильности соревновательных результатов». В экспериментальной группе они достаточно стабильны, но бывают непредвиденные срывы. В контрольной группе соревновательные результаты стабильны из-за избегания риска и недавно освоенных действий.

Указанные различия неизбежно отразились и на характере корреляций поведенческих проявлений свойств нервной системы. Сила нервных процессов значима в случае, если соревновательные результаты стабильны из-за избегания риска и недавно освоенных действий ( $r=0,765$ ), что возможно при предпочтении немногих статичных движений с их многократным повторением ( $r=0,787$ ) ( $p \leq 0,05$ ).

Таким образом, установлена роль неуравновешенности нервных процессов по торможению в результативности стрельбы мужчин и их стабильности у женщин, специализирующихся в стрельбе из винтовки.

### Литература:

1. Горская Г.Б. Психологический контроль в системе психологического сопровождения подготовки спортсменов: учеб. пособие для вузов / Г.Б. Горская. – М.: Краснодар, 2012. – 19 с.

2. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011. – 701 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).

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

УДК:796.61

## **РОЛЬ АБСОЛЮТНОЙ И ОТНОСИТЕЛЬНОЙ МОЩНОСТИ ПЕДАЛИРОВАНИЯ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ**

**В.А. Агасьян, В.А. Сучков**

**Научный руководитель доцент А.А. Капустин**

**Аннотация.** В работе рассматривается контроль мощности педалирования и ее значение в тренировочной и соревновательной деятельности велосипедиста-шоссейника.

**Ключевые слова:** велосипедный спорт, мощность педалирования, относительная мощность, абсолютная мощность.

Анализ научно-методической литературы показал, что развитие технического прогресса в велосипедном спорте продолжается и на протяжении последних лет создаются и модернизируются новые средства оперативного контроля нагрузки спортсменов. Одним из них являются датчики мощности педалирования, отражающие более точную информацию об усилиях спортсмена. Измеритель мощности является средством контроля, который регистрирует мощность велосипедиста, приложенную к педалям. Мощность является мерой работы велосипедиста, выполненной на велосипеде, она измеряется в ваттах. Велосипедный спорт в гонках на шоссе требует от спортсменов больших энергетических затрат на протяжении нескольких часов, таким образом максимальная выдаваемая мощность велосипедистом это не единственный фактор, который определяет эффективность велосипедиста, такую мощность принято называть абсолютной. Относительной мощностью называют соотношение мощности и веса, которая обычно измеряется в ваттах на килограмм веса. Она вычисляется путем деления максимальной мощности на массу спортсмена в килограммах. Этот показатель также имеет значение в велоспорте, так как количество ватт, выдаваемых велосипедистом на килограмм массы тела, является невероятно важным для успеха в соревнованиях, где преобладают холмистые и горные участки трассы. Из этого следует, что чем ровнее дорога, тем важнее становится абсолютный показатель мощности, выдаваемой велосипедистом. Чем холмистее дорога, тем большее значение приобретает показатель относительной мощности [1].

Из физики известно, что увеличение массы тела при движении вверх по направлению, противоположному силе притяжения земли, требует увеличенной мощности, следовательно, чем меньшую массу приходится перемещать, тем меньшая мощность для этого требуется. Из этого следует, правильно уменьшая массу тела спортсмена, мы повышаем относительную мощность, тем самым спортсмен прилагает меньше усилий для движения вверх по направлению трассы. Для повышения относительной мощности можно использовать два метода: первый метод заключается в увеличении относительной мощности при поддержании стабильного веса, путем повышения абсолютной выходной мощности велосипедиста; второй метод заключается в увеличении относительной мощности при снижении веса спортсмена. Так же, контролируя относительную мощность, мы можем наблюдать, когда нам стоит снизить вес, а когда это становится невозможно и требует повышения абсолютной мощности путем развития физических качеств велосипедиста [2].

### **Литература:**

1. Агасьян В.А. Сравнительные характеристики датчиков мощности педалирования / В.А. Агасьян, В.З. Яцык, В.А. Сучков // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Ч.1. – 300 с.
2. Агасьян В.А. Использование велотренажера WATTBIKE в тренировочном процессе велосипедистов-шоссейников / В.А. Агасьян, В.З. Яцык, В.А. Сучков // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – Краснодар: 2018. – Ч.2. – 3 с.



## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ГОТОВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ФАКУЛЬТЕТЕ СПОРТА К ОСВОЕНИЮ ОСНОВ ТЕХНИКИ ЛЫЖНЫХ ХОДОВ НА ЛЫЖЕРОЛЛЕРАХ

К.А. Акопян

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

**Аннотация.** На основе анализа литературы в работе рассматриваются способы определения готовности студентов к освоению техники лыжных ходов на лыжероллерах.

**Ключевые слова:** готовность, освоение, техника, лыжные ходы, лыжероллеры, теория, практика.

Чтобы выявить готовность у обучающегося к освоению основ техники на лыжероллерах, необходимо научить студента уверенно стоять на лыжах, начинать движение на лыжероллерах, проходить повороты и останавливаться. Все это требует высокой координации движений [1].

Для того чтобы подвести к освоению технических действий на лыжероллерах, следует [3]:

- изложить основу технических действий на лыжероллерах в теоретическом материале доступно и понятно для обучающегося новичка;
- теоретический материал представить в виде рисунков или видеофильма;
- после подробного изучения теоретического материала перейти непосредственно к практике, начиная с подводящих упражнений. Обязательно применяются упражнения на равновесие, координацию движений; имитационные упражнения применяют с использованием палок и лыжероллеров.

После уверенной и безошибочной отработки упражнений на имитацию лыжных ходов студента можно обучать техническим действиям непосредственно на самих лыжероллерах с использованием палок.

Некоторые авторы считают, что лучше сразу осваивать технические действия на лыжероллерах, полагая, что такая практика быстрее поможет студентам понять технику езды на лыжероллерах. Однако без должной подготовки и, главное, без имитационных упражнений студент может неправильно понять технику катания и, следовательно, будет затрачивать больше сил на езду. Поэтому перестроить его движения на безошибочное и энергоёмкое исполнение потом будет сложно, и это займет много времени. Также, чтобы потом не переучивать студента, технику следует упростить и разбить на отдельные элементы. В этом случае будет наиболее эффективным разучивание элементов техники посредством имитационных упражнений.

На основании всего вышесказанного можно сделать вывод, что осваивать основы технических действий следует с ознакомления теоретических аспектов, затем приступить непосредственно к практике [2].

### Литература:

1. Куц Г.А. Методика обучения технике лыжных ходов: Методические рекомендации. – Болотное, 2008. – 15 с.
2. Кондрашев А.В. Методика совершенствования техники лыжника гонщика / А.В. Кондрашев, В.Н. Манжосов. – М., 1998.
3. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям: Биомеханика. Методология. Дидактика / Ю.К. Гавердовский. – М.: ФиС, 2007. – 912 с.

## СИЛОВЫЕ И СКОРОСТНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ В ПОДГОТОВКЕ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОБСЛЕИСТОВ

И.Р. Атнабаев

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

**Аннотация.** На основе анализа литературы рассматривается применение силовых и скоростных упражнений в подготовке квалифицированных бобслеистов.

**Ключевые слова:** бобслеисты, легкоатлеты-спринтеры, бобслей, спортсмен, упражнения, тренировочные занятия, штанга, объем.

Обычно бобслеисты развивают и укрепляют мышцы, которые способствуют улучшению таких качеств, сила, быстрота, выносливость. Если спортсмен будет использовать большое количество беговых упражнений, это отрицательно скажется на скоростно-силовых качествах.

Для развития скоростно-силовых качеств разгоняющие бобслеисты используют упражнения: бег на короткие дистанции со старта, с хода; бег в усложненных условиях (в гору, по песчанному пляжу, с утяжелителями и отягощениями); бег с утяжеленным сопротивлением; прыжки; отягощенные упражнения; приседания в низкий сед со штангой на плечах, выжимание штанги, взятие штанги на грудь, выпрыгивание со штангой и другие [1].

Спортсменам надо применять тренировочные методы и подбирать правильные средства, которые могут улучшить скоростно-силовые показатели важных мышечных групп и выполнять эту нагрузку за короткое время. В главном упражнении позволяет прогрессировать использование средств с проявлением максимальных усилий для улучшения координационных связей.

Для увеличения длины бегового шага используются силовые упражнения со штангой. Это позволяет в беге с бобом проталкивать его мощно вперед, за счет чего сократится время стартового разгона. Если сравнивать бег профессиональных бобслеистов и профессиональных легкоатлетов-спринтеров, ширина шага будет различаться в пользу спортсменов зимнего вида спорта, но по частоте шага выигрывают спортсмены, бегающие 60-100 метров на международных соревнованиях. Также при сравнении собственного веса спортсменов двух специализаций, «зимники» имеют больший собственный вес и объем мышц. Это тренируется за счет упражнений с максимальным весом на штанге при минимальном количестве повторений. Для пилотов-бобслеистов необходимо, чтобы у разгоняющих был больший собственный вес – это позволяет быстрее преодолевать гоночную трассу [2].

Бобслеисты, входящие в состав сборной России, используют скоростные (бег на короткие дистанции) и силовые (тренировки со штангой в зале) упражнения в соотношении 50 на 50 процентов, зачастую разделяя на 2 тренировки в день.

### Литература:

1. Атнабаев И.Р. Скоростно-силовая подготовка бобслеистов 17-19 лет / И.Р. Атнабаев, В.З. Яцык // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 2. – 24 с.
2. Яцык В.З. Планирование спортивной тренировки высококвалифицированных бобслеистов в олимпийском цикле в условиях централизованной подготовки / В.З. Яцык, О.С. Васильченко, В.А. Головинов // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2018. – № 1. – С. 97-98.

**ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ  
К ВЫСТУПЛЕНИЮ НА МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ ПО ХОККЕЮ  
НА ТРАВЕ**

**В. Артемьева, О.С. Васильченко  
Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин**

**Аннотация.** В работе на основании анализа литературных источников рассмотрены проблемы подготовки хоккеистов на траве, которые не позволяют спортсменам добиваться высоких результатов на международных соревнованиях.

**Ключевые слова:** хоккей на траве, программа развития хоккея на траве в России.

Хоккей на траве – это летний вид спорта и один из самых известных видов хоккея, который появился на Олимпийских играх в 1908 году. Национальная сборная России по хоккею на траве включает в себя мужскую и женскую сборные, представляющие страну на чемпионатах Европы и мира. Однако национальная сборная ни единого раза не принимала участия в Олимпийских играх, а лучшее достижение мужской сборной случилось еще в 2011 году, когда команда заняла 7-е место на чемпионате Европы. Наивысшую строчку (4 место) женская сборная занимала в 1999 году на чемпионате Европы [1]. Единственный успех отечественных хоккеистов на траве на Олимпийских играх произошел в 1980 году в Москве. И мужская, и женская сборные заняли третье место, после которого была образована самостоятельная федерация хоккея на траве СССР. После мужская сборная СССР участвовала в Олимпийских играх в 1988 году и в 1992 году как сборная команда СНГ, но призовые места не были заняты [1]. Нельзя не отметить, что достичь успеха на Олимпийских играх невозможно без развития того или иного вида спорта на национальном уровне, включая хоккей на траве. В России имеется ряд нерешенных проблем, которые не позволяют нашим спортсменам добиваться стабильных и высоких результатов, в частности хоккей на траве не является массовым видом спорта; нет достаточного количества специализированных центров для организации занятий; имеется высокая конкуренция между видами спорта: тренировки и соревнования национальных сборных слабо спланированы; не хватает финансирования для региональных федераций хоккея на траве и спортивных клубов [3].

В 2017 году Президент Федерации подписал Программу развития хоккея на траве в России. Ее основной целью является создание условий для повышения эффективности развития данного вида спорта. Программа реализуется в два этапа и сейчас проходит второй этап: 2019-2020 гг. Ожидается, что численность занимающихся на разных ступенях спортивной карьеры к концу второго этапа составит 6985 чел., в том числе 5169 чел. – это юные спортсмены в возрасте 6-15 лет [2].

Анализ работы центров хоккея на траве в Московской области, Казани и Санкт-Петербурге позволяет надеяться, что хоккей на траве станет более популярным видом спорта, усилится финансирование и, как следствие, улучшится подготовка национальной сборной.

**Литература:**

1. Степанова А.Ю. К вопросу о развитии хоккея на траве в Краснодарском крае / А.Ю. Степанова, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – КГУФКСТ, 2019. – 65 с.
2. Кадулин Р.В. Проблема популяризации хоккея на траве в России / Р.В. Кадулин О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – КГУФКСТ, 2019. – №1. – С. 220-221.
3. Котенев М.А. Проблемы хоккея в Краснодарском крае на примере города Краснодара / М.А. Котенев, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – КГУФКСТ, 2018. – С. 25-26.

## **РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ**

**Д.Д. Бабич, А.О. Фугаев**

**Научный руководитель преподаватель О.С. Васильченко**

**Аннотация.** В результате проведенного анализа научно-методической литературы в работе выявлены основные средства развития скоростно-силовых качеств юных хоккеистов с шайбой.

**Ключевые слова:** хоккей, скоростно-силовые способности.

Хоккей представляет собой игровой вид спорта, в основе которого лежит работа высокой интенсивности и динамического характера. Важное значение в успешности выступления хоккеистов имеет уровень скоростно-силовой подготовленности [3]. В связи с этим интенсивное развитие скоростно-силовых способностей у юных хоккеистов становится первостепенной задачей при всесторонней физической подготовке спортсменов. Успешное выполнение различных игровых приемов – маневрирования на коньках, бросков и ударов шайбы, ведения и обводки, силовых единоборств – связано с максимальными силовыми проявлениями соответствующих мышечных групп. Поэтому, чтобы повысить эффективность игровой деятельности, юному хоккеисту необходимо в первую очередь поднять уровень специальных скоростно-силовых способностей.

Анализ научно-методической литературы позволил определить особенности развития скоростно-силовых качеств юных хоккеистов 10-12 лет [2]. Для развития быстроты в зале у юных хоккеистов используются такие упражнения, как бег на короткие дистанции, бег из различных исходных положений. Для развития силы в зале у юных хоккеистов используются такие упражнения, как подтягивание на перекладине, отжимание в упоре лежа, приседания на одной и двух ногах, упражнения с партнером, упражнения на снарядах (гимнастической стенке, лазание по канату). В соревновательном периоде у юных хоккеистов 10-12 лет, увеличивается объем подготовки на льду, по сравнению с подготовительным периодом. На каждой тренировке уделяется время для развития сразу нескольких физических качеств. Для развития специальных скоростно-силовых качеств на льду у юных хоккеистов используются такие упражнения, как бег на коньках на высокой скорости с резким торможением и стартом в обратном направлении, упражнения с партнером, все те же упражнения с шайбой. Для развития специальных скоростных качеств на льду у юных хоккеистов используются такие упражнения, как старты с места и в движении на коньках по зрительному и звуковому сигналу.

Построение педагогического процесса должно происходить с учетом возрастных особенностей контингента спортсменов, а сам процесс должен быть нацелен на совершенствование всех физических способностей спортсменов. При организации и планировании тренировочного процесса необходимо учитывать сенситивные периоды развития [1].

### **Литература:**

1. Черкашин А.А. Техническая подготовка хоккеистов на основе использования поточного метода / А.А. Черкашин, И.И. Горбиков / Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ. – Краснодар, 2016. – С. 55-56.
2. Горбиков И.И. Основные характеристики и виды конькового хода в лыжных гонках / И.И. Горбиков, В.З. Яцык, А.О. Фугаев // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 22 с.

3. Яцык В.З. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности в биатлоне / В.З. Яцык // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2016. – № 1. – С. 50-52

## МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К КОНТРОЛЮ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ

Д.В. Благодаров, О.С. Васильченко

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

**Аннотация.** В работе осуществлена попытка систематизировать содержание современных исследований в области физической подготовленности лыжников-гонщиков.

**Ключевые слова:** лыжники-гонщики, физическая подготовленность.

В настоящее время актуальной проблемой становится оценка физической подготовленности квалифицированных лыжников-гонщиков. Анализ современных научных статей показал, что большинство исследований основываются на общих методических подходах, однако имеют различные специфические особенности [1]. Цель настоящего исследования заключалась в определении основных тенденций и общих методических подходов к исследованию компонентов физической подготовленности квалифицированных спортсменов. В результате проведенного исследования было выявлено, что общей идеологией выступает необходимость применения современных средств и методов контроля, обеспечивающих выполнение таких тестовых заданий, которые максимально приближены к соревновательной и тренировочной деятельности.

Именно поэтому ведущими эргометрическими средствами тестирования принято использование устройства, которое предназначено для медико-биологических исследований, оценки физической работоспособности спортсменов – тредбан. Такое тестирование обеспечивает возможность передвижения на лыжероллерах как классическими, так и коньковыми стилями. При оценке физических качеств квалифицированных лыжников-гонщиков используются показатели силы рук и ног в условиях естественного передвижения на основе тензометрических измерений [2]. При исследовании показателей силы мышц рук также применяются упражнения общефизического характера – жим и тяга штанги, сгибания-разгибания рук в упоре лежа, подтягивания на перекладине, оценка силы мышц брюшного пресса при разных вариантах фиксирования ног. Для измерения антропометрических данных квалифицированных спортсменов проводится кистевая динамометрия, компонентный состава массы тела, оценка биологического возраста [3]. При обработке полученных данных применяется широкий спектр математико-статистических методов, что в дальнейшем позволяет подойти к решению вопросов оптимизации построения тренировочного процесса.

### Литература:

1. Горбиков И.И. Формирование двигательных умений навыков у начинающих лыжников-гонщиков в процессе учебного сбора в среднегорье / И.И. Горбиков, В.З. Яцык // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2012. – С. 51-53.
2. Яцык В.З. Методические основы освоения техники бега в лыжных гонках / В.З. Яцык, И.И. Горбиков, Р.С. Кошкарев // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 72 с.
3. Яцык В.З. Структура физических качеств лыжника-гонщика / В.З. Яцык // Материалы международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт. Олимпийское образование». – Краснодар, 2019. – С. 176-178.

## ТАКТИКА ГРУППОВЫХ ГОНОК НА ШОССЕ

Н.О. Букреева

Научный руководитель доцент А.А. Капустин

**Аннотация.** В работе представлена одна из самых популярных шоссейных велогонок – групповая гонка. Расписаны ее особенности, тактические действия и приемы.

**Ключевые слова:** групповая гонка, тактика, шоссе, скорость, пелотон.

В современном шоссейном велосипедном спорте наиболее популярной и протяженной является групповая гонка. В основном групповые гонки проводятся на дистанции от 50 до 200 км. Велосипедистам дается одновременный старт. Со стороны может показаться, что она представляет особой сложности для подготовленного спортсмена, но, на самом деле, есть определенные особенности, которые помогают гонщикам выигрывать не только за счет физических возможностей, но и тактических. Таким образом, проблема тактики в групповой гонке является довольно актуальной в наши дни, особенно для начинающих велосипедистов [1].

В групповых гонках спортсмены едут друг за другом, что позволяет уменьшить физическую нагрузку. Важной составляющей гонки является то, что при любом скоростном режиме велосипедисты могут прекратить педалирование на большой отрезок времени [2].

Поведение спортсменов в гонке чрезвычайно разнообразно. Гонщики, умеющие поддерживать высокую скорость на всей дистанции, стремятся уехать в отрыв от основной группы, в одиночку или с небольшой группой, для чего выполняют рывки, ускорения для распада основной группы. На финише из небольшой группы выиграть гонку легче. Если в отрыв отобрались финишеры, надо создать обстановку, чтобы они работали наравне со всеми остальными и приехали на финиш в утомленном состоянии. В таком случае шансы на победу всех гонщиков уравниваются.

Велосипедисты, которые имеют хорошую технику финиша, во время гонки стараются быть в начале группы. Финишеры обычно не пресекают атаки, но организуют преследование лидера. Их главной задачей является экономия сил на финишную прямую, чем больше пелотон, тем меньше гонщики тратят сил [1].

Для всех спортсменов тактика довольно разная, потому что немаловажную роль играет физическая подготовка спортсмена. Подводя итоги, можно сказать, что единой тактики не может быть, потому что каждый тренер и сам спортсмен по-разному готовятся к данному старту. Во всех случаях тактический план на гонку разрабатывается перед стартом, с учетом возможностей каждого гонщика команды и соперников.

### Литература:

1. Капустин А.А. Совершенствование тактики в велосипедных гонках на шоссе // Физическая культура, спорт – наука, практика. – 2009. – № 3. – С. 17-18.
2. Капустин А.А. Физическая подготовка велосипедиста: Уч.-метод. пособие / А.А. Капустин, В.В. Наруш. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 134 с.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕДРЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В ВАРИАТИВНУЮ ЧАСТЬ УРОКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

А.Н. Бурякова

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

**Аннотация.** В работе представлены результаты физической подготовленности в начале и конце учебного года. Учащиеся в экспериментальной группе занимались по программе, включающей спортивный туризм, а учащиеся контрольной группы занимались по программе, разработанной В.И. Ляхом и А.А. Зданевич.

**Ключевые слова:** спортивный туризм, физическая подготовленность, средства физического воспитания.

Проанализировав развитие детского туризма в стране, можно сделать вывод, что в российской школе средства туризма представляют эффективный социально-педагогический способ физического воспитания и оздоровления детей. На сегодняшний день одной из актуальных задач современного общества является увеличение эффективности физического воспитания детей школьного возраста.

Цель исследования заключалась в определении влияния средств спортивного туризма на физическую подготовленность обучающихся средних классов. Вариативный компонент разработанной нами учебной программы «Физическое воспитание учащихся 6-8 классов на основе спортивного туризма» представляет собой нормативное, содержательное, целевое и организационно-методическое оснащение процесса обучения предмета «Физическая культура», которое позволит осуществить подходы к физическому воспитанию обучающихся 6-8 классов. Полученные результаты исследования представлены в таблице.

Таблица – Показатели физической подготовленности обучающихся в МБОУ СОШ № 5 станции Тбилисской за период проведения эксперимента

Тестовые упражнения	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	в начале года $x \pm a$	в конце года $x \pm a$	в начале года $x \pm a$	в конце года $x \pm a$
Бег 1000 м, сек	264,8 ± 10,6	232,2 ± 9,2	252,5 ± 9,4	218,0 ± 7,16
Подтягивание из виса на перекладине, раз	10,75 ± 0,78	11,77 ± 1,48	11,86 ± 0,7	14,85 ± 0,85
Прыжок в длину с места, см	189,1 ± 3,0	209,4 ± 3,9	192,3 ± 6,04	219,4 ± 5,2
Наклон туловища вперед из и.п. сидя, см	10,9 ± 0,7	15,1 ± 0,69	11,1 ± 0,6	16,0 ± 0,80
Бег 30 м, с	4,75 ± 0,09	4,57 ± 0,08	4,73 ± 0,04	4,46 ± 0,05
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз	14,4 ± 1,2	19,1 ± 1,38	16,5 ± 1,48	23,0 ± 2,07

Представленные в таблице данные свидетельствуют о том, что учащиеся, занимающиеся по экспериментальной программе спортивно ориентированного физического воспитания, имеют достоверно лучшую динамику показателей силовых, скоростных, скоростно-силовых способностей и выносливости за учебный год. Это обусловлено тем, что часть упражнений спортивного туризма предъявляет высокие требования к уровню развития относительной силы, и тем, что специфическая деятельность в спортивном туризме предполагает выполнение упражнений в скоростном и скоростно-силовом режимах.

### Литература:

1. Яцык В.З. Проект многолетней подготовки юных спортсменов-туристов / В.З. Яцык, А.С. Чеснокова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – № 1. – С. 38-39.



**РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ  
ДИСЦИПЛИН «МАРШРУТ ПЕШЕХОДНЫЙ»**

**Л.С. Бушуева**

**Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов**

**Аннотация.** Данная работа содержит краткую информацию, основанную на анализе литературных источников, о путях развития выносливости спортсменов-туристов в группе дисциплин «Маршрут пешеходный».

**Ключевые слова:** выносливость, спортсмены-туристы, маршрут, спортивный туризм, методы.

Выносливость является одним из самых важных физических качеств спортсменов-туристов. Она характеризуется возможностью выполнять длительную работу без снижения ее эффективности. Развитие выносливости необходимо спортсменам для достижения высоких результатов в спорте, а также для комфортного самочувствия в соревновательной деятельности и обыденной жизни [3].

Спортсменам-туристам следует уделять особое внимание развитию выносливости в связи с тем, что им приходится преодолевать протяженные пешие походы с минимальными затратами сил, сталкиваясь с различными естественными препятствиями на пути [1].

В туристских маршрутах нужно правильно распределять нагрузку. Она, прежде всего, зависит от количества ходовых дней, сложности маршрута, веса рюкзака, а также от физической подготовленности спортсмена-туриста.

В походе спортсмены часто сталкиваются с препятствиями, на прохождение которых они затрачивают свои силы, выполняя различные физические действия. Обладая навыками выполнения технических приемов и решения тактических задач, туристы могут избежать ошибок при преодолении сложных участков маршрута, а значит, и снизить утомляемость.

Под специальной выносливостью спортсмена принято понимать способность организма переносить длительные нагрузки, оказывая сопротивление утомляемости.

Основным методом развития общей выносливости у спортсменов-туристов является бег. Темп бега лучше всего следует выбирать равномерный, с общей продолжительностью не менее 40 минут. Вместе с тем немаловажным для развития выносливости являются походы выходного дня [2]. Наиболее оптимальны для физической подготовки туристов условия, тесно связанные с длительными путешествиями.

**Литература:**

1. Долгополов Л.П. Подготовка спортсменов-туристов высокой квалификации в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» / Л.П. Долгополов, В.З. Яцык, А.А. Капустин, А.С. Подгорная // Материалы научной и научно-практической конференции ППС КГУФКСТ (21-25 мая 2018 года, г.Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2018 – С. 35-36.

2. Галко Е.В. Физическая подготовка спортсменов-туристов в дисциплине «Маршрут» / Е.В. Галко, Л.П. Долгополов // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2017. – С. 303-304.

3. Яцык В.З. Физическая подготовка спортсменов-туристов в дисциплине «Дистанция пешеходная» на этапе спортивного совершенствования / В.З. Яцык, А.С. Подгорная // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №2. – С. 41-47.

## ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОЦЕССА АККЛИМАТИЗАЦИИ И АДАПТАЦИИ ОБУЧАЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ЛЫЖНЫХ СБОРОВ В СРЕДНЕГОРЬЕ

О.С. Васильченко, А.С. Подгорная

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

**Аннотация.** На основании проведенного анализа научно-методической литературы в работе обосновывается проведение исследований по изучению процесса акклиматизации и адаптации обучаемых в процессе лыжных сборов в среднегорье.

**Ключевые слова:** лыжные сборы, среднегорье, акклиматизация, адаптация.

Анализ многолетней организации и проведения образовательного процесса в условиях лыжных сборов в среднегорье выявил необходимость изучения физической и умственной работоспособности обучаемых [2]. Основным направлением в учебной работе было расширение знаний и умений в организации лыжных сборов с обязательным соблюдением всех элементов распорядка дня, проведении практических занятий по лыжной подготовке и первоначальное обучение технике передвижения на лыжах. Методическая работа заключалась в формировании навыков у студентов в проведении отдельных частей занятия на лыжах, а также в разучивании и совершенствовании техники лыжных ходов и специальных упражнений. Большинство студентов прошли практику в организации, судействе и обеспечении соревнований, а также участвовали в многокилометровых пеших и лыжных туристических походах различной сложности.

Направленность исследовательской работы в основном заключалась в фиксации изменений показателей физического состояния в процессе сборов [1]. Методика развития физических качеств и функциональных систем не менялась и в основном была направлена на оздоровление и щадящее развитие общефизических качеств. Проблемой для разработки тренировочной программы с развивающей направленностью является отсутствие данных о периодах акклиматизации к среднегорью и адаптации студентов к физическим нагрузкам с различной степенью физического состояния и спортивной специализацией. Наиболее перспективным направлением исследовательской работы является определение сроков акклиматизации к среднегорью и адаптации к физическим нагрузкам участников для обоснования разработки содержания микроциклов. Определение длительности процесса акклиматизации позволит правильно спланировать распорядок дня с режимом учебного процесса и отдыха, а процесс адаптации к физическим нагрузкам позволит качественно спланировать нагрузку при проведении общефизической, специальной и технической подготовки [3]. Кроме этого, показатели акклиматизации к среднегорью и адаптации к физическим нагрузкам позволят заблаговременно проводить подготовку участников к сборам.

### Литература:

1. Болотин А.Э. Методы исследования физического состояния и резервных возможностей организма у биатлонистов в процессе развития выносливости / А.Э. Болотин, В.Б. Парамзин, В.З. Яцык // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы МНПК. – 2019. – С. 250-252.

2. Подгорная А.С. Признаки заинтересованности студентов в обучении / А.С. Подгорная, В.Б. Парамзин // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. Редколлегия: И.Н. Калинина [и др.]. – 2019. – 53 с.

3. Яцык В.З. Динамика функционального состояния начинающих лыжников-гонщиков в условиях краткосрочных сборов в среднегорье / В.З. Яцык, И.И. Горбиков, О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2016. – №2. – С. 7-13.

**МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СПОСОБНОСТИ ПРОТИВОСТОЯТЬ НЕДОСТАТКУ  
КИСЛОРОДА В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКОЙ  
В СРЕДНЕГОРЬЕ**

**О.С. Васильченко, А.С. Подгорная**

**Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин**

**Аннотация.** В работе рассматривалась эффективность использования тренировочной полумаски в развитии способности противостоять недостатку кислорода в процессе занятий лыжной подготовкой в среднегорье.

**Ключевые слова:** дыхательная система, студенты-лыжники, среднегорье, тренировочная полумаска.

Эффективным способом развития дыхательной системы спортсменов является дросселирование, которое подразумевает затруднение прохождения потока вдыхаемого и выдыхаемого воздуха через систему отверстий. Основной задачей нашего исследования была проверка эффективности использования тренировочной полумаски с низким сопротивлением потоку воздуха на вдохе (полумаска, фильтрующая У-2К FFP1 R поролон) в развитии способности противостоять недостатку кислорода в процессе занятий лыжной подготовкой в среднегорье. Тренировочное занятие с использованием приспособления проводилось после прохождения первоначальной адаптации студентов к среднегорью, через три дня после приезда на спортивную базу, в течение семнадцати дней.

Гипотезой исследования являлась возможность за счет использования полумаски в процессе занятий достичь увеличения времени противостояния недостатку кислорода, а также развития дыхательной системы спортсменов. Все вышеизложенное позволит повысить уровень развития выносливости и функциональных систем организма спортсменов, а также укрепит защитные функции.

Использовались следующие методы исследования – пробы Штанге и Генчи, которые были направлены на определение способности организма функционировать в условиях отсутствия поступления кислорода. Данные пробы также позволяют сделать вывод о степени тренированности человека. Количество времени, на которое спортсмен способен задержать дыхание, характеризует степень функционирования системы удаления углекислого газа из организма [1, 2].

В результате проведенного исследования были получены следующие данные: показатели пробы Штанге увеличились на 28% (от  $35,8 \pm 4,89$  с. до  $45,89 \pm 4,18$  с.); прирост результатов пробы Генчи составил 15,3% (от  $19,95 \pm 4,82$  с. и до  $23,00 \pm 5,03$  с.)

Способность студентов противостоять недостатку кислорода, по результатам исследования, улучшилась, даже с использованием непрофессионального тренажерного устройства – полумаски. Уровень физической выносливости по результатам лыжной (5 км) и тестовых гонок на 1,2 км повысился, как и достоверная ( $P < 0,5$ ) положительная динамика функционального состояния по приводимому степ-тесту.

**Литература:**

1. Болотин А.Э. Методы исследования физического состояния и резервных возможностей организма у биатлонистов в процессе развития выносливости / А.Э. Болотин, В.Б. Парамзин, В.З. Яцык // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 250-252.
2. Яцык В.З. Эффективность комплексного применения дыхательных упражнений в процессе развития выносливости у биатлонистов / В.З. Яцык, А.Э. Болотин, В.Б. Парамзин, С.А. Паеусов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 1. – С. 30-36.

## ЛЕТНЯЯ ПОДГОТОВКА ГОРНОЛЫЖНИКОВ

С.Р. Верина

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

**Аннотация.** В данной работе на основе анализа литературы рассматривается летняя подготовка горнолыжников к зимнему спортивному сезону.

**Ключевые слова:** горнолыжник, тренировки, упражнения, тренировочный процесс.

Горнолыжный спорт является исконно зимним видом спорта, поэтому в летнее время горнолыжникам необходимо поддерживать и совершенствовать спортивную форму для дальнейших положительных результатов в следующем спортивном сезоне.

После закрытия зимнего сезона горнолыжники не прекращают тренировки на снегу, добавляют упражнения, направленные на совершенствование техники. Например: упражнения, направленные на корректировку положения рук в повороте, на правильную загрузку лыж в повороте (поворачивать до прохождения флага) и др. [2].

В первый месяц лета упор делается на упражнения, направленные на постепенное включение в тренировочный процесс (длится около 2 недель). Постепенно количество подходов и сложность упражнений увеличивается. По окончании этого периода (период «вливания») проводят тестирование для оценки степени тренированности спортсмена и возможности дальнейшего прогрессирования. Далее по тренировочной программе развивают силовую выносливость, силовые показатели, занимаются атлетической подготовкой, в том числе на специальных снарядах.

В летней подготовке горнолыжников всегда присутствуют тренировки на снегу. В это время спортсмены «накатывают» километраж прохождения трасс. Упор делается на технические виды (слалом, слалом-гигант), но и не исключаются и скоростные виды (супер-гигант, скоростной спуск), однако в этом случае будет иметь место проведение сборов. Также на снегу спортсмены делают имитационные упражнения, для которых выделено отдельное время в тренировочном процессе. Пример: 4 часа тренировки, 1 час из которых выделяют для упражнений. Их могут проводить как произвольно (без ограничений в виде трассы), так и по трассе.

Контролируют состояние спортсменов, используя тесты: бег на 3 км, прыжки в шестиугольнике, присед, жим лежа, подтягивание, пресс и тумба (90 секунд), которые проводят в конце летних сборов. Полученные результаты тестирования помогут тренерам определить физическое состояние спортсменов, готовность к новому горнолыжному сезону и выявить имеющиеся недостатки в физической подготовке.

Следует помнить, что в современных горных лыжах физическая подготовка играет не меньшую роль, чем техника и оборудование, используемое для тренировок [3].

### Литература:

1. Лыжная подготовка. Лыжероллерный спорт: учебное пособие / В.З. Яцык, А.М. Рыльцов, И.И. Горбиков. – Краснодар КГУФКСТ, 2012. – 84 с.
2. Парамзин В.Б. Характеристика основных средств, используемых на учебно-тренировочных занятиях по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.Б. Парамзин, В.З. Яцык, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 249 с.
3. Яцык В.З. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности в биатлоне / В.З. Яцык // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2016. – № 1. – С. 50-52.

## **КОНСТРУКТИВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ КОНЬКОВ ПОЛЕВЫХ ИГРОКОВ И ВРАТАРЕЙ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ**

**В.А. Волнышев**

**Научный руководитель преподаватель О.С. Васильченко**

**Аннотация.** На основании проведенного анализа литературных источников в работе раскрываются отличия коньков полевых игроков и вратарей в хоккее с шайбой.

**Ключевые слова:** хоккей с шайбой, коньки, лезвия коньков, полевые игроки, вратари.

Хоккей с шайбой – это очень зрелищная спортивная командная игра, которая проходит на льду. Город, считающийся родиной современного хоккея с шайбой на льду, – Монреаль. Хоккей заключается в противоборстве между двумя командами на коньках, которые передают шайбу при помощи клюшек и стараются забить наибольшее количество раз в ворота соперника и не пропустить в свои. Победившей командой считается та, которая наберет наибольшее количество очков, то есть голов. Следует отметить, что вратарские коньки в хоккее с шайбой имеют ряд отличий от коньков полевого игрока. Вратарь – это стена, на пути шайбы к воротам, которая должна быть крепкой и неприступной. Коньки являются немаловажным элементом защиты, который должен быть крепким и прочным, чтобы достаточно защищать ноги, начиная от стопы и до голени.

Лезвия вратарских коньков отличаются своей плоскостью, несмотря на то, что оба типа коньков имеют одинаковое предназначение, а именно передвижение на льду, обеспечение защиты ног и устойчивости на льду, но ботинок вратарских коньков существенно уступает в длине, что позволяет лодыжке ноги вратаря свободно двигаться. Кроме того, вратарские коньки защищены дополнительно жестким пластиком, который служит защитой, препятствуя получению травм от шайбы [1].

Лезвия вратарских коньков очень плоские и с маленькой изогнутостью по длине, обеспечивая хороший баланс при резких движениях и нагрузках во время высокоскоростных перемещениях в разные стороны. Также лезвия имеют более меньший, угол заточки, нежели, у лезвий полевых игроков, что позволяет беспрепятственно и быстро выполнять боковые движения. Вратари после заточки лезвий коньков предпочитают затачивать лезвия по бокам с двух сторон специально, чтобы затупить, обеспечивая себе простоту боковых скольжений. Лоб, или переднюю часть ботинка вратарского конька, закрывает пластиковый жесткий корпус, зачастую белого цвета, который отсутствует на коньках полевых игроков. Это вполне логично, ведь вратарь, чаще всей команды, оказывается на пути несущейся к воротам шайбы и его стопы ног должны быть достаточно защищены, преимущественно в области пальцев [2].

Коньки полевых игроков значительно снижают двигательную деятельность лодыжки при торможениях и резких поворотах, во избежание, вывихов. У вратарей же все иначе, коньки вратарей дают полную свободу действиям лодыжки и никак не препятствуют. Это объяснимо, ведь вратарю необходимо очень точно и быстро маневрировать вдоль линии ворот, защищая их от попадания шайбы, для всего этого просто необходимо выполнять движения именно лодыжкой. Для вратарей очень важны короткие резкие перемещения из одной стороны в другую, в отличие от полевых игроков.

### **Литература:**

1. Капанадзе Н.Н. История развития хоккея на Кубани / Н.Н. Капанадзе, А.А. Черкашин, И.И. Горбиков // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа материалы конференции. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2013. – С. 46-47.

2. Погребняк А.С. Проблемы популяризации хоккея с шайбой в Краснодаре // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2019. – 52 с.

## ИГРОВОЙ МЕТОД В СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ НАЧИНАЮЩИХ ХОККЕИСТОВ

Н.А. Гайбель

Научный руководитель доцент И.И. Горбиков

**Аннотация.** На основании проведенного анализа научно-методической литературы в представленной публикации речь идет о рациональности использования в подготовке юных хоккеистов игрового метода.

**Ключевые слова:** игровой метод, контроль нагрузки, функциональное состояние.

Изучение научно-популярной литературы показало, что постоянный прогресс, как в мировом, так и в российском хоккее с шайбой, требует постоянной рационализации тренировочных средств [2]. На фоне постоянной конкуренции на спортивной арене, повсеместно наблюдается снижение возраста начала занятий физкультурно-спортивной деятельностью. Современному тренеру по хоккею с шайбой уже с 3-4-летнего возраста необходимо готовить базу, занимаясь с юными хоккеистами катанием без клюшки, отработкой торможений, поворотов и разворотов, прыжков и перебежек. Поскольку период подготовки от начального этапа до достижения спортивных высот составляет всего 7-9 лет, необходимо постепенное, грамотно организованное развитие физических качеств, совершенствование функций анализаторных систем и технико-тактического мастерства юных хоккеистов. Главная задача на этом этапе заключается в укреплении довольно хрупкого и ранимого детского организма, в подготовке его к дальнейшей напряженной тренировочной и соревновательной деятельности в более зрелом возрасте.

В этой связи, необходимо целенаправленное и грамотно дозированное воздействие на уровни развития скоростных способностей и ловкости [3]. Укрепление опорно-двигательного аппарата, мышечного корсета внутренних органов, дальнейшее совершенствование всех систем организма. В связи с этим, научное обоснование процесса начальной подготовкой резервов в хоккее с шайбой является, на наш взгляд, своевременным и актуальным. Большинство компетентных в этом вопросе научных работников утверждают [2], что наиболее подходящим для этого возрастного периода является выполнение тренировочных упражнений в игровой форме. Например, технических приемов в процессе подвижных игр и эстафет на коньках. Такой подход расширяет возможности в коррекции нагрузки посредством изменения числа участвующих в игре, а также количества двигательных упражнений. Кроме того, у педагога появляется возможность чередовать задания с различной моторной плотностью, периодически вставляя игровые задания с работой низкой интенсивности. Кроме того, снижать нагрузку можно устраивая небольшие перерывы. Мы рекомендуем продуктивно использовать эти перерывы для разбора ошибок, уточнения правил игры, коррекции техники выполняемых упражнений и подсчета очков. [1]. Игровой метод создает условия для проявления самостоятельности, инициативности и находчивости.

### Литература:

1. Бабич Д.Д. Сравнительная характеристика техники катания на коньках в зависимости от амплуа хоккеиста / О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых ВЮФО-2019. – КГУФКСТ (Краснодар). – 26 с.
2. Соловьев Н.М. Морфологические особенности как фактор выбора стиля игры хоккейного вратаря / Н.М. Соловьев, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – КГУФКСТ (Краснодар). – 47 с.
3. Яцык, В.З. Основы педагогической деятельности: физическое воспитание студентов средних специальных и высших учебных заведений: Учебное пособие / В.З. Яцык, Н.В. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – 228 с.

## **ЗАНЯТИЯ ГОНКАМИ НА РОЛИКОВЫХ КОНЬКАХ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЛОВКОСТИ И БЫСТРОТЫ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Т.Р. Гатиятуллин**

**Научный руководитель доцент И.И. Горбиков**

**Аннотация.** На основании проведенного анализа научно-методической литературы в публикации речь идет об особенностях занятий гонками на роликовых коньках с детьми младшего школьного возраста.

**Ключевые слова:** роликовые коньки, вестибулярный аппарат, физическая подготовка.

Анализ научной и методической литературы показал, что занятия гонками на роликовых коньках в форме подвижных игр и эстафет стимулируют двигательную активность детей младшего школьного возраста, укрепляют здоровье, повышают уровни общей и специальной физической подготовленности [3]. В связи с тем, что занятия на роликовых коньках как правило проводятся на свежем воздухе, они укрепляют иммунитет, закаливают организм детей и являются профилактикой многих заболеваний и гиподинамии. Занятия гонками на роликовых коньках способствуют развитию основных видов движений младших школьников. Например регулярные занятия на роликовых коньках с детьми младшего школьного возраста в течение полугода увеличивают скорость пробега 30 м у мальчиков на 21,3%, а у девочек – на 25,7%. Если до занятий мальчики преодолевали эту дистанцию за 7,43 секунды, а девочки – за 7,68 секунды, то после занятий результат мальчиков улучшился до 5,76 секунды, а у девочек до 6,22 секунд. Значительные изменения наблюдаются и в скоростно-силовых способностях, поскольку средняя дальность прыжка в длину с места у мальчиков возрастает на 12,8%, а у девочек на 16,5% [2].

Дети в этом возрасте легко приспосабливаются и легко обучаются, поэтому важно своевременно получить нужную и всестороннюю физическую подготовку [1]. Воспитание ловкости связано с умением быстро переходить от одного действия к другому, быстро менять движения. На тренировочных занятиях по гонкам на роликовых коньках зачастую повторные быстрые движения выполняются длительное время в одном ритме и становятся однотипными, монотонными. Такой подход к организации тренировочных занятий формирует определенный стереотип в коре головного мозга, который препятствует дальнейшему повышению скорости передвижения на роликовых коньках несмотря на то, что физические и волевые качества продолжают повышаться [3]. Мы рекомендуем давать детям младшего школьного возраста задания в форме подвижных игр и эстафет на роликовых коньках. Такой подход дает возможность ребенку выполнять задания на высоком эмоциональном фоне, с сильными для себя нагрузками, а также исключает монотонность в выполнении тренировочных занятий. В процессе игр и эстафет постоянно возникают активные и пассивные паузы в выполнении заданий, дети выполняют ускорения, торможения, маневрирование и повороты на роликовых коньках, что в свою очередь развивает быстроту и ловкость.

### **Литература:**

1. Учебно-тренировочный процесс в лыжероллерном спорте / О.И. Гунькина, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – Краснодар. – 2018. – 15 с.

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



3. Яцык В.З. Оперативный контроль на занятиях по лыжероллерной подготовке / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2015. – № 1. – С. 222-223.

**ПРОБЛЕМЫ РОСТА СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ  
СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН  
«ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»**

**К.Е. Голиков**

**Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов**

**Аннотация.** В работе на основании анализа литературных источников раскрываются проблемы повышения квалификации спортсменов-туристов группы дисциплин «Дистанция пешеходная».

**Ключевые слова:** спортивная классификация, квалификация спортсмена, класс дистанции, разряд, соревнования, судья.

Спортивная классификация определяет порядок присвоения и подтверждения спортивных званий и разрядов в Российской Федерации [1]. Определяет нормы, выполнение которых необходимо для присвоения званий и разрядов. В ней есть четкое разделение на звания и разряды.

В группе дисциплин «Дистанция пешеходная» есть разделение дистанций на классы. С повышением класса повышается сложность и количество этапов, находящихся на этой дистанции. Класс дистанции зависит от количества, сложности и разнообразия препятствий [2].

Основной проблемой повышения квалификации у спортсменов-туристов являются недостатки подготовки. Многие спортсмены при подготовке к соревнованиям уделяют внимание только физической подготовке, не обращая внимание на техническую, и наоборот.

Также стоит отметить недостаточное финансирование, которое проявляется в том, что не строятся оборудованные залы для тренировок по спортивному туризму, что не позволяет заниматься и выступать на соревнованиях [3]. Также не у всех есть возможность приобрести личное снаряжение, поэтому приходится пользоваться тем, что им дает клуб, в котором они занимаются. А такое снаряжение, обычно, не в самом лучшем состоянии. Это влияет и на возможность участников приезжать на соревнования высокого класса, где могут присваиваться высокие разряды.

Еще одной причиной проблемы повышения квалификации спортсменов является недостаточный уровень квалификации судей, что не позволяет им обслуживать соревнования высокого класса.

**Литература:**

1. <https://studopedia.ru/>
2. <https://ru.wikipedia.org>
3. Особенности подготовки спортсменов-туристов в группе дисциплин «дистанция пешеходная» / А.С. Подгорная, Л.П. Долгополов // 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. 317-318.

**СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИИ ТРЕНЕРА ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ**

А.А. Жданова

Научный руководитель доцент И.И. Горбиков

**Аннотация.** На основании проведенного анализа научной литературы в данной публикации речь идет о функциях и специфических особенностях тренера по фигурному катанию на коньках.

**Ключевые слова:** тренер, фигурное катание, спортсмен.

Тренер играет очень важную роль в успехе спортсменов и достижении ими поставленных целей [2]. Чем тренер профессиональней, тем больше у фигуриста шанс добиться высоких результатов. Некоторые российские тренеры по фигурному катанию, такие как Татьяна Анатольевна Тарасова, Алексей Николаевич Мишин, Этери Георгиевна Тутберидзе, знамениты на весь мир. Профессия тренера по фигурному катанию на коньках имеет свои специфические особенности. Кроме стандартных задач, заключающихся в обучении технике элементов, физической и психологической подготовке спортсмена, существуют и специфические, требующие индивидуального, творческого подхода к каждому спортсмену. Например подобрать такую последовательность технических элементов в программе, которая была бы максимально комфортна в выполнении и позволяла набрать наибольшее возможное количество баллов. Выбрать такое музыкальное сопровождение для программы, чтобы фигурист мог эмоционально передать характер и «задумку» произведения [3]. Также важно, чтобы композиция нравилась самому спортсмену и была достаточно интересна общественности. Тренер должен уметь морально настроить спортсмена на хорошее выступление, а также найти нужные слова после проката программы, даже если он был неудачным.

В настоящее время сложность технических элементов все возрастает и, следовательно, увеличивается вероятность получения травмы при неправильном их исполнении. И тренер должен максимально обезопасить своего подопечного, грамотно подготовить к выполнению каждого сложного элемента. Также причиной получения травмы может служить избыточный вес. Даже небольшие отклонения (в несколько килограммов) могут привести к тяжелым последствиям, поэтому тренер должен контролировать данный антропометрический параметр. Следить за диетой, контролировать режим питания, сна и бодрствования [1]. Нередко случается что с одним одаренным фигуристом могут работать несколько тренеров: один устанавливает последовательность элементов и связок, другой работает над хореографией в программе, а третий следит за правильностью выполнения технических элементов, исполнением программы в целом на тренировках, графиком чередования физических нагрузок и отдыха. Но в большинстве случаев эта работа выполняется одним тренером. Поэтому тренер-наставник по фигурному катанию должен быть всесторонне развитым и постоянно совершенствоваться во всех направлениях.

**Литература:**

1. Васильченко О.С. Фигурное катание на зимних олимпийских играх-2018 / О.С. Васильченко, В.З. Яцык, А.В. Гладкова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – С. 28-29.
2. Васильченко О.С. Формирование навыков передвижения на лыжероллерах у студентов по дисциплине «Лыжная подготовка» // О.С. Васильченко, В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – С. 26-27.
3. Яцык В.З. Психологические особенности, педагогические способы и мотивы выбора профессии учителя физической культуры / В.З. Яцык, И.И. Горбиков // Физическая культура, спорт, биомеханика: тезисы Международной электронной научной конференции. – Майкоп, 2007. – С. 267-270.

## ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ 10-11 ЛЕТ

А.В. Захарова

Научный руководитель доцент А.А. Капустин

**Аннотация.** В работе даны рекомендации по подготовке велосипедистов в возрасте 10-11 лет.

**Ключевые слова:** велоспорт, велосипедист, тренировка, физические качества.

Велоспорт – это спортивная дисциплина, где человек преодолевает трассу с помощью велосипеда, приводя велосипед в движение своей мускульной силой. Велоспорт включает в себя 4 вида: шоссе, трек, маунтинбайк, ВМХ. В настоящее время он является одним из наиболее доступных и распространенных видов спорта. Велосипедист должен быть выносливым, сильным, быстрым и обладать хорошей координацией. На начальном этапе тренировки должны быть направлены на развитие быстроты, выносливости и координации. Основными средствами подготовки, используемыми на этом этапе, являются общеразвивающие средства.

Анализ научно-методической литературы показал, что в ходе первого года занятий велосипедистам лучше проводить тренировку с нагрузкой на уровне, отражающем их физическую подготовленность. На тренировках необходимо сконцентрироваться на развитии у спортсмена быстроты, выносливости, а также на обучении технике велосипедного спорта. Это является важными составляющими велосипедного спорта.

Перед началом тренировок нужно правильно подобрать велосипед и выставить посадку для спортсмена. Тренировки рекомендуется проводить 3 раза в неделю по 2 часа. При проведении тренировок необходимо повышать заинтересованность этим видом спортом. Это повышает мотивацию у детей и помогает лучше им переносить физическую нагрузку. Совместные тренировки с опытными гонщиками помогут в большей мере развить физические качества и повысить уровень технической подготовленности у начинающих. В годичном цикле тренировки должны проходить в 3 этапа: подготовительный, соревновательный и переходный.

Тренировки для развития выносливости на велосипеде проводятся длительное время в одном темпе. Для начала это езда на велосипеде на протяжении 20-50 минут. Затем время езды на велосипеде постепенно увеличивается. Тренировки можно проводить на стадионе или на тренажере.

Для развития координации в пространстве на тренировках можно проводить дополнительные упражнения, такие как спортивные и подвижные игры, прыжки на скакалке с перемещением. На велосипеде можно выполнять развороты, змейки, остановки и т.д.

Таким образом, тренировка у начинающих велосипедистов заключается в том, чтобы воспитать у спортсмена выносливость и координацию. Тренировки не зависят, от каких-либо морфологических признаков человека. Не важно, какого он роста и веса, главное, чтобы он был заинтересован в тренировках и у него было желание заниматься этим видом спорта.

### Литература:

1. Фрил Д. Библия велосипедиста – М.: Манн, Иванов и Фарбер, 2011. – С. 299-303.
2. Капустин А.А. Физическая подготовка велосипедиста: Уч.-метод. пособие / А.А. Капустин, В.В. Наруш. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 134 с.

**ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ НАЧИНАЮЩЕГО ЛЫЖНИКА-ГОНЩИКА****Е.А. Иванов****Научный руководитель преподаватель О.С. Васильченко**

**Аннотация.** На основе анализа научной литературы в работе рассмотрены особенности подготовки начинающих лыжников-гонщиков на начальном этапе подготовки.

**Ключевые слова:** лыжный спорт, техника движения, начинающий лыжник-гонщик.

Лыжные гонки – это один из самых массовых зимних видов спорта, в котором спортсменам необходимо преодолевать соревновательную дистанцию на лыжах [2]. Процесс воспитания лыжника-гонщика состоит из различных видов подготовки: морально-волевой, психологической, технической, тактической и теоретической. Основные задачи начинающих лыжников-гонщиков заключаются в следующем: начинающие лыжники-гонщики должны овладеть техникой движения и основой теории; в начале занятия начинающие лыжники выполняют имитационные упражнения, где они учатся правильно выполнять движения, разбирают технические элементы; совершенствование техники в процессе передвижения по тренировочному кругу под наблюдением тренера и указанием ошибок; разбор правильного выполнения движения после занятия по наблюдениям тренера [1]. У юных лыжников-гонщиков на первых этапах тренировочного процесса сформированы навыки с неправильными движениями. В ходе тренировочных занятий удается получить меньший процент неправильного выполнения движений под наблюдением тренера за счет контроля на тренировочном занятии. Очень важен контроль тренера на первых этапах тренировочного процесса, когда происходит изучение основ техники передвижения на лыжах. Если вовремя не указать на неправильность выполнения двигательного действия, то при следующих занятиях появится стереотип неправильного движения, который в дальнейшем будет плохо сказываться на достижении высоких результатов. Слаборазвитая психическая подготовленность, малое развитие волевых качеств лыжника-гонщика могут оказывать влияние на овладение основ техники.

Главными задачами психологической подготовки являются воспитание морально-волевых качеств спортсмена и его спортивной направленности, развитие целеустремленности, настойчивости, терпеливости и упорства, выдержки и самообладания. Именно поэтому главная задача тренера помочь ученику создать представление о правильном выполнении техники и элементов [3]. Необходимо, чтобы юные лыжники-гонщики анализировали свои элементы движения не только за счет физического состояния, но и правильного выполнения движения. Возможно, что неправильное выполнение техники зависит от утомления спортсменов, которое неблагоприятно влияет на выполнение техники движений лыжника-гонщика, а следовательно, мешает достигнуть высокого спортивного результата.

**Литература:**

1. Парамзин В.Б. Характеристика основных средств, используемых на учебно-тренировочных занятиях по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.Б. Парамзин, В.З. Яцык, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 249 с.
2. Яцык В.З. Особенности первоначального обучения студентов передвижению на лыжероллерах / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2016. – № 1. – С. 262-264.
3. Горбиков И.И. Основные характеристики и виды конькового хода в лыжных гонках / И.И. Горбиков, В.З. Яцык, А.О. Фугаев // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 22 с.

## ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ СУДЕЙСТВА В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ В РОССИИ

**Р.В. Кадулин**

**Научный руководитель преподаватель О.С. Васильченко**

**Аннотация.** В работе рассматриваются особенности организации судейства и комплектования судейской коллегии в хоккее на траве в России.

**Ключевые слова:** хоккей на траве, спортивный судья, правила, Россия.

Немало важную роль в современном мире занимает спорт. Именно этот вид деятельности делает нашу жизнь содержательнее и богаче. Спортивные соревнования являются эффективным средством приобщения подрастающего поколения к регулярным занятиям физической культурой [3]. В настоящее время в России происходит активное развитие и популяризация хоккея на траве.

В связи с этим актуальной становится проблема качественной подготовки спортивных судей этого вида спорта. Федерация хоккея на траве России уделяет особое внимание созданию единой эффективной системы подготовки спортивных судей. Комплектования судейской коллегии соревнований по хоккею на траве осуществляется комиссией по назначению судей. Каждая кандидатура рассматривается президиумом коллегии судей.

В дальнейшем происходит утверждение назначенных судей федерацией хоккея, с последующим вызовом судей на соревнования через соответствующий спорткомитет. В начале каждого сезона происходит сбор всех рефери, на нем обсуждаются все изменения в правилах, проводят теоретические и практические занятия [1]. Перед каждым соревнованием всех назначенных судей собирают и проводят теоретическое занятие, в него включается: разбор моментов, которые могут произойти на той или иной игре; взаимосвязь, взаимопомощь судей во время матча; инструктаж по взаимодействию с игроками и тренерами.

Важнейшим условием эффективной деятельности спортивных судей является качественная практическая деятельность с применением теоретических знаний [2]. Спортивный судья – является не только надзирателем, но и воспитателем, творчески мыслящим и оперативно анализирующим сложные игровые ситуации, которые создаются в ходе матча.

### **Литература:**

1. Капанадзе Н.А. Психологическая подготовка хоккеистов / Н.А. Капанадзе, И.И. Горбиков // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ. – Краснодар, 2016. – 42 с.
2. Погребняк А.С. Проблемы популяризации хоккея с шайбой в Краснодаре // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – Краснодар, 2019. – 52 с.
3. Яцык В.З. Теория и технология профессионального отбора будущих специалистов по направлению «физическая культура»: Монография. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 142 с.

## ОСОБЕННОСТИ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ 4-Х ЛЕТ

В.Е. Казанцева

Научный руководитель доцент И.И. Горбиков

**Аннотация.** На основании анализа научно-методической литературы в работе рассматриваются особенности обучения фигурному катанию на коньках детей 4-х лет. Представлена последовательность специальных упражнений, даны рекомендации.

**Ключевые слова:** фигурное катание, тренировочный процесс, интервалы отдыха.

На сегодняшний день в фигурном катании на коньках, как и во многих других видах спорта, сложилась такая ситуация, при которой особые требования предъявляются к этапу начального обучения, в котором закладывается база для дальнейшего развития в спортивном плане спортсменов [2]. Квалифицированные тренеры по фигурному катанию на коньках, занимающиеся со своими воспитанниками на профессиональном уровне, стараются уделять внимание всем видам подготовки фигуристов. Наибольшее значение в 4-летнем возрасте, на наш взгляд, имеют общая и специальной физической подготовка, а также хореографическая, поскольку они являются базовыми. Однако в настоящее время, несмотря на столь ранний возраст, в подготовке юных фигуристов преобладает специальная техническая (ледовая) подготовка, которая, на наш взгляд, требует очень осторожного, осмысленного подхода.

Дети в столь раннем возрасте активно формируются, очень подвержены внешним воздействиям и ранимы. Основной формой проведения тренировочных занятий с начинающими спортсменами в фигурном катании на коньках являются групповые занятия, которые могут проводиться как в спортивном зале, так и на льду. Подготовка фигуристов начинается с хождения и непродолжительных скольжений по льду с удержанием различных статических положений без коньков. Далее дети выполняют имитационные упражнения на льду без коньков в игровой форме. Необходимым условием начала тренировочного процесса на льду у юных спортсменов является сформировавшаяся стойка фигуриста [1]. Следующий этап – переход к занятиям на коньках, он содержит изучение скольжения вперед двумя видами, а именно по дуге и по прямой линии. На начальном этапе целесообразно соблюдать принцип симметричного исполнения элементов. Фигурист должен выполнять элементы как на левой, так и правой ноге. Кроме того, необходимо включать интервалы отдыха между выполнением упражнений на коньках. Целесообразно заполнять эти паузы в катании исправлением ошибок, рекомендациями и конечно поощрениями ребенка [3].

Как и во всех видах спорта в фигурном катании важное значение играют личностные и профессиональные качества тренера, поскольку от них зависит успешность овладения техникой фигурного катания и становление спортсмена как личности.

### Литература:

1. Благодаров Д.В. Использование имитационных упражнений при обучении технике передвижения на лыжах / Д.В. Благодаров, Е.А. Иванов, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – Краснодар, 2018. – 9 с.
2. Васильченко О.С. Фигурное катание на зимних олимпийских играх-2018 / О.С. Васильченко, В.З. Яцык, А.В. Гладкова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ, 2018. – С. 28-29.
3. Яцык В.З. Основы педагогической деятельности: физическое воспитание студентов средних специальных и высших учебных заведений: Учебное пособие / В.З. Яцык, Н.В. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – 228 с.

## СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

Т.А. Карганова, О.С. Васильченко  
Научный руководитель В.З. Яцык

**Аннотация.** На основании проведенного анализа научно-методической литературы в работе рассматривается скоростно-силовая подготовка квалифицированных лыжников-гонщиков в подготовительном периоде.

**Ключевые слова:** подготовительный период, квалифицированные лыжники-гонщики, скоростно-силовая подготовка.

Актуальной проблемой подготовки квалифицированных лыжников-гонщиков становится скоростно-силовая подготовка [3]. Это стремление связано с постоянно возрастающим соперничеством между спортсменами на международных соревнованиях, а также с появлением более энергоемких коньковых лыжных ходов [2]. Уровень скоростно-силовой подготовленности квалифицированных спортсменов является главным фактором эффективности соревновательной деятельности. Однако в практической деятельности наблюдается акцент именно на развитии силовой и скоростно-силовой выносливости. Актуальной становится проблема скоростно-силовой подготовки квалифицированных лыжников-гонщиков в подготовительном периоде, так как она является важнейшей частью в практической деятельности спортсменов. В тренировочном процессе квалифицированных лыжников-гонщиков в подготовительном периоде для развития скоростно-силовых способностей наиболее часто используются круговой, комплексный методы и прыжковые упражнения. На тренировочном занятии лыжников-гонщиков в основном применяются упражнения без строгой дозировки, поэтому величину нагрузки нужно устанавливать в процентном отношении от максимального числа повторений данного упражнения [1].

В разработанной нами методике применения концентрированных нагрузок скоростно-силовой направленности в подготовительном периоде мы предлагаем использовать приемы изменения режимов циклической работы. На тренировочном занятии на лыжероллерах необходимо применять повторно-серийный метод. Также не менее важно строго устанавливать время отдыха и время выполнения упражнений. Это обуславливается направленностью тренировочного процесса именно на скоростно-силовую подготовку, а не на развитие силовой выносливости.

Анализ научной литературы показал, что наиболее эффективными средствами развития скоростно-силовых способностей являются именно специфические упражнения, которые по своей структуре движения максимально приближены к соревновательной деятельности квалифицированных лыжников-гонщиков. Например, имитационные упражнения в подъем различной крутизны с применением отягощений; прыжковые упражнения с палками; упражнения на лыжероллерах в усложненных условиях.

### Литература:

1. Яцык В.З. Сопоставление классической и коньковой техники передвижения в лыжных гонках / В.З. Яцык, И.И. Горбиков, Н.Н. Нихаенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1. – 74 с.
2. Горбиков И.И. Основные характеристики и виды конькового хода в лыжных гонках / И.И. Горбиков, В.З. Яцык, А.О. Фугаев // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1. – 22 с.
3. Яцык В.З. Силовая тренировка лыжника-гонщика высокой квалификации с учетом соревновательной специфики / В.З. Яцык, О.С. Васильченко, Т.А. Карганова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – С. 101-102.



## РАЦИОН ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ОДИНОЧНЫМ ФИГУРНЫМ КАТАНИЕМ НА КОНЬКАХ

М.П. Касьянова

Научный руководитель доцент И.И. Горбиков

**Аннотация.** На основании проведенного анализа научной литературы в представленной публикации рассматривается рацион питания спортсмена в одиночном фигурном катании на коньках.

**Ключевые слова:** фигурное катание, рацион, фигурист, калорийность, нагрузки.

Изо дня в день у фигуристов идет плодотворная работа над совершенствованием своего тела, его специальных навыков и умений. Спортсмен, занимающийся фигурным катанием на коньках профессионально, тренируется почти каждый день, и несмотря на тяжелые и продолжительные нагрузки он должен чувствовать себя очень хорошо, как психологически, так и физически, ведь от этого будет зависеть результат на тренировочном занятии, соревнованиях и продолжительность плодотворной спортивной карьеры в целом [3]. Психофизиологическое состояние действующего фигуриста зависит от многих факторов, в числе которых режим питания занимает далеко не последнее место.

Фигурное катание на коньках относится к зимним видам спорта, и нередко занятия проводятся на открытом катке, что также увеличивает энергетические затраты организма спортсмена [2]. Ежедневный рацион питания фигуристов может варьироваться в зависимости от этапа подготовки, самочувствия спортсмена, но все же имеет определенные пропорции белков, жиров и углеводов. Изучение научной литературы [2] показало, что он должен содержать 12-15% белков, 50-55% углеводов и 25-30% жиров от общего количества употребляемых продуктов. Для того чтобы сохранять спортивную форму и поддерживать ее в тонусе, фигуристам нежелательно употреблять такие продукты, как: кондитерские и хлебобулочные изделия, чрезмерно жирные блюда, колбасные продукты и сильногазированные напитки. В рационе фигуриста должны преобладать овощи, рыба, мясо, белый рис, виноград, изделия из белого хлеба, макароны и морковь в вареном виде. Вместо сладкой пищи в рацион фигуриста следует включить мед, а также спортсмен должен выпивать достаточное для него количество пресной и минерализованной воды. По мнению авторитетных специалистов, занимающихся подготовкой фигуристов, одной из типичных ошибок, является ограничение потребления пищи, связанное с боязнью набрать лишний вес, что приводит к снижению иммунитета, повышению заболеваемости, травмам, и как следствие снижению спортивных результатов [1]. В этой связи необходимо рационализировать рацион питания, чтобы при уменьшенной его калорийности, питание содержало адекватное количество всех незаменимых компонентов пищи, и фигурист оставался в хорошей спортивной форме.

Кроме того, прием пищи должен быть регламентирован строго по времени и разбит на 4-5 частей. Завтрак, обед, полдник, ужин и сонник. Особенно важное значение это приобретает в подготовке спортсменов высокого класса и наоборот начинающих фигуристов дошкольного и младшего школьного возраста.

### Литература:

1. Васильченко О.С. Фигурное катание на зимних Олимпийских играх-2018 / О.С. Васильченко, В.З. Яцык, А.В. Гладкова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – С. 28-29.
2. Парамзин В.Б. Различия в реакции дыхательной системы бегунов на средние и длинные дистанции и их влияние на скорость восстановления / В.Б. Парамзин, В.З. Яцык, А.Э. Болотин, С.В. Пунич, И.В. Нюняев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – № 4. – С. 51-57.

3. Яцык В.З. Основы педагогической деятельности: физическое воспитание студентов средних специальных и высших учебных заведений: Учебное пособие / В.З. Яцык, Н.В. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – 228 с.

**РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ 13-15 ЛЕТ В ГРУППЕ  
ДИСЦИПЛИН «МАРШРУТ ПЕШЕХОДНЫЙ»**

**А.С. Ким**

**Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов**

**Аннотация.** На основе анализа литературных источников предложены подходы к развитию выносливости спортсменов 13-15 лет в группе дисциплин «Маршрут пешеходный».

**Ключевые слова:** выносливости, возраст, тренировка, бег, группа дисциплин «Маршрут пешеходный».

Выносливость – это способность организма к продолжительному выполнению какой-либо работы без заметного снижения работоспособности. Для выхода на маршрут спортсмену нужно регулярно тренироваться и повышать свою выносливость, так как в походе его ожидают сильные нагрузки, и неподготовленность спортсмена может привести к различным травмам [1].

Для развития выносливости используют непрерывный метод, интервальный, круговой, игровой и соревновательный методы. При использовании всех средств и методов необходимо учитывать, что во время тренировки лучше всего применять циклические упражнения продолжительностью не менее 10-20 мин, выполняемые в аэробном режиме [2].

Упражнения, направленные на развитие выносливости:

1. Прыжки со скакалкой – необходимо поэтапно увеличивать количество прыжков за один подход.
2. Упражнение Берпи – чередование отжимания и прыжка. Необходимо принять упор лежа, отжаться, затем быстро встать и подпрыгнуть вверх.
3. Планка – принять правильное положение и держать его в течении 30 секунд, со временем увеличить удержания планки.
4. Прыжки на месте с высоко поднятыми коленями.
5. Скалолаз – в стойке на четвереньках, выставить левую ногу в перед, коленом коснуться груди, правую ногу выпрямить.
6. Приседания «пистолетом» – одна нога вытягивается в перед, приседания выполняются на одной ноге.

Самым доступным способом развитие выносливости является бег, для эффективности повышения выносливости необходимо менять условия бега, это может быть набор высоты или какие-либо препятствия, при которых необходимо выполнять различные физические действия (прыжок, перепрыгивание, бег змейкой, упоры), бег по лестнице, беговые упражнения на 100, 200 и 300 метров, выполнять с максимальной скоростью, осуществлять возврат трусцой, восстанавливая дыхание, и также в обратном порядке 300, 200 и 100 метров [3].

**Литература:**

1. Физическое развитие и физическая подготовленность учащихся МБОУ СОШ №78 г. Краснодара / А.С. Подгорная, С.П. Аршинник // XLV научная конференция студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 66 с.
2. Индивидуальный подход к подготовке спортсменов-туристов 12-14 лет / Л.П. Долгополов, А.С. Чеснокова // Физическая культура и спорт – основы здоровой нации: сборник статей III Международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 137-142.
3. Развитие скоростно-силовой выносливости в группе дисциплин «Дистанция – пешеходная» / Л.П. Долгополов, А.С. Чеснокова // Курорты. Сервис. Туризм. – 2014. – № 1. – 135 с.

## ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ

А.М. Коваленко

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

**Аннотация.** В работе на основании анализа литературных источников рассмотрены вопросы психологической подготовки спортсменов-туристов. Цель и задачи психологической подготовки заключаются в том, чтобы научить спортсмена-туриста управлять своим эмоциональным состоянием.

**Ключевые слова:** психологическая подготовка, спортивный туризм, спортсмен, личность, соревнования.

Одним из компонентов, входящих в список составляющих успеха спортсменов, является психологическая подготовка. Психологическая подготовка — это комплекс мероприятий по работе с психикой спортсменов [2, 3].

Такая подготовка помогает спортсмену противостоять неуверенности в своих силах, страху перед возможным поражением и т.д. Психологическая подготовка спортсмена влечет за собой как положительное, так и отрицательное влияние на ход соревнований, способствовать победам или быть причиной поражений.

Цель психологической подготовки заключается в эффективном использовании знаний, навыков, умений в процессе предстоящей деятельности [2]. Особенность психологической подготовки спортсменов-туристов состоит в том, что ее применяют с целью совершенствования и формирования у спортсменов свойств личности и психологических качеств необходимых, для благополучного выполнения тренировочной деятельности по подготовке к соревнованиям и выступлениям в них.

К важнейшим задачам психологической подготовки спортсменов, специализирующихся в спортивном туризме, можно отнести:

- 1) овладение способностью предельно мобилизоваться для достижения успеха;
- 2) обучение умению контролировать свое эмоциональное состояние;
- 3) создание благоприятных отношений к спортивному режиму, тренировочным нагрузкам и требованиям;
- 4) воспитание и совершенствование у себя волевых качеств, например целеустремленности, смелости, настойчивости и упорства.

Несомненно, психологическая подготовка осуществляется через воспитание волевых качеств спортсмена и развитие способностей проявлять эти качества в процессе тренировочных занятий и во время соревнований [1]. Особенности психологической подготовки заключаются в том, что она позволяет развивать в спортсмене комплекс психологических качеств, а также особенности личности спортсмена туриста, от которых зависят результаты на соревнованиях.

### Литература:

1. Веракса А.Н. Мысленная тренировка в психологической подготовке спортсмена, М.: Спорт, 2016. – 209 с.
2. Родионова В.А. Спортивная психология / В.А. Родионова, А.В. Родионова, В.Г. Сивицкого. – М.: Юрайт, 2016. – 368 с.
3. Попов А.Л. Спортивная психология. – М.: ФЛИНТА, 2013. – 159 с.

## **ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» К ОРИЕНТИРОВАНИЮ НА МЕСТНОСТИ**

**А.И. Коляда**

**Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов**

**Аннотация.** В работе на основе анализа литературных источников и личного опыта авторов представлены особенности подготовки спортсменов-туристов, специализирующихся в соревновательных пешеходных дистанциях и ориентировании на местности.

**Ключевые слова:** ориентирование на местности, спортивный туризм, спортивное ориентирование, спортсмен, особенности.

Ориентирование на местности – это определение своего местоположения относительно сторон горизонта и выделяющихся объектов местности, выдерживание заданного или выбранного направления движения к определенному объекту [1].

Главной особенностью спортсменов-туристов является комплексная подготовка: развитие умственных и физических качеств в балансе [3]. Бег, как у бегуна, сильные руки, как у боксера, думающая голова, как у шахматиста. Ориентирование на местности требует от спортсмена быстрого принятия решений, умения строить тактику, способности долгое время бежать по пересеченной местности в полном обмундировании, с веревками за спиной [2].

При подготовке первым делом необходимо выучить условные знаки, чтобы без труда понимать карту. Рельеф меняется в зависимости от места, в котором проходят соревнования, поэтому нужно уметь быстро настроиться на новую местность. Также от спортсмена требуется умение читать карту на бегу, чтобы не тратить время на остановки.

Важной составляющей подготовки является четкое выполнение всех действий. Скорость зависит от мелочей, которые, в свою очередь, должны быть отточены. Разумное распределение сил на дистанции определяет результат. В ориентировании часто говорят: «Голова должна думать быстрее, чем бегут ноги». Это означает, что лучше остановиться и подумать над своими будущими действиями, нежели бежать дальше и терять время на лишние движения. Любая ошибка может стоить секунды, а секунды перерастают в минуты, которые так дороги на дистанции [2].

Спортивное ориентирование – это индивидуальный вид спорта, а в спортивном туризме очень часто необходимо работать в команде. Исходя из этого, в подготовку входит командная работа. Взаимопомощь является основой слаженности в команде. Нужно думать не только о своих действиях, но и о том, что сейчас будут делать остальные, помочь, если у кого-то возникли сложности.

Особенности подготовки спортсменов-туристов ориентированию на местности – это равнозначное развитие умственных и физических качеств, умение понимать карту, четкое распределение своих сил, командная работа.

### **Литература:**

1. Загуменнов М.А. Техническая подготовка юных ориентировщиков на этапе начальной спортивной специализации.
2. Огородников Б.И. Подготовка спортсменов-ориентировщиков.
3. Яцык В.З. Физическая подготовка спортсменов-туристов в дисциплине «Дистанция-пешеходная» на этапе спортивного совершенствования / В.З. Яцык, А.С. Подгорная. – 2018. – №2. – С. 41-47.

## КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПРОГРАММ МАСТЕРОВ СПОРТА В ОДИНОЧНОМ ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ

Г.А. Коковкин

Научный руководитель доцент И.И. Горбиков

**Аннотация.** На основании проведенного анализа научной литературы в публикации речь рассматриваются и особенности оценки спортивных программ у мастеров спорта в одиночном фигурном катании на коньках.

**Ключевые слова:** оценка, критерии, судьи, элементы, техническая часть, компоненты, сбавки, надбавки.

Фигурное катание на коньках отличается высокой эмоциональностью и выразительностью движений, в связи с чем имеет специфические особенности оценки соревновательной деятельности [2]. Для оценки программ в современном фигурном катании на коньках используют две составляющие: техническую часть и компоненты программы. В первую входят: прыжки, вращения, дорожка шагов и хореографическая последовательность, имеющие свою базовую стоимость (GOE). Техническая часть оценивается судьями по шкале от -5 (Падение с элемента или очень плохое исполнение) до +5 (Идеальное исполнение с разного рода усложнениями). У разряда мастеров спорта нет четкого регламента по исполнению технической части, за исключением определенного количества вращений, прыжков и дорожек. Во вторую часть оценок входит 5 компонентов: уровень катания (оценивается уровень скольжения, крутизна дуг, ритмичное сгибание и разгибание коленей и пр.); переходы (оценивается разнообразие связок шагов и хореографии между элементами); представление (оценивается в целом представление программы судьям); композиция (оценивается целостность программы); интерпретация музыки (оценивается соответствие музыкального сопровождения к хореографии) [3].

Каждый компонент оценивается по шкале от 0 до 10, с делениями по 0,25 (Например, 7.00, 7.25, 7.50 и т.д.). При оценке каждой из частей в зачет не идет самая высокая и самая низкая оценки, для их усреднения. Помимо оценок от судейства спортсменов может получить сбавки или надбавки от технической бригады. Например, за неправильное ребро при отталкивании на прыжке технический контролер выставляет букву (e) – неправильное ребро при отталкивании. За эту ошибку спортсмен получит лишь половину от базовой стоимости прыжка. Надбавки же даются, например, за исполнение прыжков во второй половине программы в 10% от базовой стоимости. Судьи при оценке каждого отдельного элемента отталкиваются от единых критериев, которые предусмотрены Международным союзом конькобежцев (ISU), что предотвращает большой разрыв между самой высокой и самой низкой оценками [1].

### Литература:

1. Васильченко О.С. Фигурное катание на зимних Олимпийских играх-2018 / О.С. Васильченко, В.З. Яцык, А.В. Гладкова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – С. 28-29.
2. Васильченко О.С. Формирование навыков передвижения на лыжероллерах у студентов по дисциплине «Лыжная подготовка» / О.С. Васильченко, В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – С. 26-27.
3. Яцык В.З. Определение состава специальных упражнений для юных спортсменов в процессе начальной подготовки / В.Б. Парамзин, О.С.Васильченко, С.В.Разновская // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – № 1. – С. 95-96.

## ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ ЛЫЖНИКОВ-СПРИНТЕРОВ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

В.А. Коновалов, О.С. Васильченко

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

**Аннотация.** На основе проведенного анализа научно-методической литературы в работе раскрывается проблема питания лыжников-спринтеров в соревновательный период.

**Ключевые слова:** питание, лыжники-спринтеры, соревнования, подготовка.

Питание спортсменов и его особенность зависит от вида спорта. И ежедневный рацион лыжника-спринтера значительно отличается от стандартного меню обычного человека [3]. Квалифицированные лыжники-гонщики, как и все профессиональные спортсмены, нуждаются в правильном, качественном питании. Рациональная организация питания спортсменов эффективно воздействует на успешность соревновательной деятельности, а также способствует укреплению здоровья спортсменов [2]. Для лыжников-спринтеров в соревновательный период необходимо получать много белков и витаминов. Сбалансированный рацион питания начинается за 4 недели до выступления. В первые две недели лыжнику-спринтеру нужно употреблять пищу с высоким уровнем белков и низким уровнем углеводов. Под белковой пищей подразумевается: творог, яйца, орехи. Чтобы соблюдать такую норму, им требуется полноценное и сбалансированное питание, которое включает в себя несколько аспектов [1]:

- 1) качественный состав пищи;
- 2) количественный состав пищи;
- 3) режим приема пищи.

Качественный состав пищи должен подбираться индивидуально, в зависимости физических характеристик спортсмена, вида спорта и уровня физических нагрузок. Спортивное питание должно отвечать следующим требованиям:

1) Должно восполнять энергетические затраты, пополняя организм витаминами и полезными веществами. Для хорошего метаболизма и роста мышечной массы должно оставаться калорий в запасе.

2) Повышать спортивную работоспособность.

3) Быстро восстановление мышечных тканей и запасов гликогена в крови и печени, который является дополнительным источником энергии.

Регулярные интенсивные тренировки и соревнования требуют физической и психоэмоциональной выносливости, поэтому необходимо ввести в рацион сывороточный протеин. В отличие от яичного и соевого, он усваивается более качественно. Во время оставшихся двух недель полностью исключаются белковая пища и в ход идут продукты с высоким уровнем углеводов.

### Литература:

1. Горбиков И.И. Применение лыжероллеров в подготовке лыжников-гонщиков / И.И. Горбиков, А.Н. Зинченко // Тезисы докладов XXXVIII научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа 2010. – С. 42-43.

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

3. Яцык В.З. Лыжная подготовка в системе физического воспитания учащейся молодежи / В.З. Яцык, И.И. Горбиков, Д.С. Сидоренко // Материалы Международной научно-практической конференции «Современные аспекты подготовки кадров для Олимпийских и Паралимпийских игр: Ванкувер - Лондон – Сочи» 2010. – С. 393-396.

## СТРУКТУРА КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В ОДИНОЧНОМ ФИГУРНОМ КАТАНИИ

В.В. Кононенко

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

**Аннотация.** В работе на основе анализа литературы рассматривается структура координационных способностей у фигуристов-одиночников.

**Ключевые слова:** фигурное катание, координационные способности, структура, технические элементы, фигурист.

Фигурное катание считается одним из сложнокоординационных видов спорта, поскольку включает такие сложные технические элементы, как прыжки, вращения и комбинации шагов, которые выполняются под музыку. При этом фигурист катается на коньках, лезвия которых имеют очень малую площадь соприкосновения со льдом. Это предполагает, что спортсмен должен обладать высоким уровнем развития – координационных способностей.

Координационные способности – это умение человека наиболее точно и целесообразно выполнять сложные двигательные задачи. В структуре координационных способностей выделяют следующие компоненты [1]:

1. Способность к овладению новыми двигательными действиями. Например, спортсмен должен уметь выполнять различные прыжки на высокие баллы и вращения на максимальный уровень.

2. Умение импровизировать в процессе двигательной деятельности. Например, для того, чтобы получать максимальные баллы на соревнованиях, во время проката программы фигурист имеет право добавлять к основным техническим элементам движения, которые по правилам делать в программах не запрещено (это различные танцевальные движения, постановка рук и т.д).

3. Умение комбинировать различные двигательные действия между собой. Например, уметь выполнять различные комбинации шагов, поочередно вращаться с разных ног, выполнять каскады (связка из 2-х или 3-х прыжков).

Для того чтобы решительно двигаться на коньках, необходимо уметь держать и сохранять динамическое и статическое равновесие. Для этого спортсмены сначала развивают свою координацию в зале, выполняя упражнения с постепенным усложнением – ходьба на ограниченной опоре, удержание статических поз, повороты вокруг себя и прыжковые элементы [2, 3].

Недостаточный уровень развития координационных способностей у спортсмена может стать причиной низкого технического мастерства. Для того чтобы фигуристу удавались сложные элементы, спортсмен с ранних лет должен постоянно развивать свои координационные способности [1].

### Литература:

1. Каверза А.В. Развитие вестибулярной устойчивости и координационных способностей в процессе начального обучения фигуристов / А.В. Каверза, И.И. Горбиков, А.О. Фугаев // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – С. 17-18.

2. Максимов П.О. Развитие вестибулярной устойчивости и равновесия у спортсменов-фигуристов начального этапа подготовки / П.О. Максимов, И.И. Горбиков // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа. – 2018. – С. 34-35.

3. Яцык В.З. Теория и технология профессионального отбора будущих специалистов по направлению «физическая культура»: Монография. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 142 с.



## РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ХОККЕИСТОВ С ШАЙБОЙ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ

М.А. Котенев

Научный руководитель преподаватель О.С. Васильченко

**Аннотация.** На основании проведенного анализа научно-методической литературы выявлена проблема совершенствования и развития координационных способностей в хоккее с шайбой.

**Ключевые слова:** хоккей, координационные способности.

Хоккей с шайбой один из самых сложнокоординационных видов спорта, где для получения наивысших успехов необходим высокий класс подготовки спортсмена. Для достижения высших спортивных результатов в условиях постоянно растущей конкуренции нужно постоянно совершенствовать мастерство хоккеистов. На данный момент уровень спортивных успехов в таком виде спорта, как хоккей с шайбой, скорость выполнения действий игроков на льду зависит от их физической и персональной подготовки [1].

Анализ научно-методической литературы показывает, что на данный момент проблема совершенствования и развития координационных способностей в хоккее с шайбой раскрыта не полностью. Улучшение общей спортивной подготовки связано с выбором наиболее подходящей системы на начальных этапах координационных тренировок, способствующих развитию всех сторон способностей юного хоккеиста [2]. Правильная дозировка физической подготовки создает прочную основу. Умение правильно выстраивать движения и действия, правильно ориентироваться в очень сложном и динамическом процессе, уметь быстро принимать нужные решения, точно и правильно выполнять соответствующие действия для наилучшего результата – основа успешного ведения соревновательной активности и достижения высших спортивных достижений в хоккее [3]. Для улучшения координационных способностей нужно применять упражнения из различных видов спорта, так как это улучшит их понимание и работу в команде. Развитие координационных способностей спортсменов – это очень сложный, многосторонний и долгий процесс. Очень большое количество вопросов, связанных с координацией у хоккеистов на начальном этапе подготовки, мало изучены и требуют экспериментальных исследований в этой области. Исходя из вышеуказанного, можно подметить, что координационные способности, безусловно, необходимы спортсменам для игры в хоккей с шайбой.

### Литература:

1. Каверза А.В. Развитие вестибулярной устойчивости и координационных способностей в процессе начального обучения фигуристов / А.В. Каверза, И.И. Горбиков, А.О. Фугаев // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – С. 17-18.

2. Максимов П.О. Развитие вестибулярной устойчивости и равновесия у спортсменов-фигуристов начального этапа подготовки / П.О. Максимов, И.И. Горбиков // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – С. 34-35.

3. Яцык В.З. Построение подготовительной части учебно-тренировочного занятия по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1. – 284 с.

## ХАРАКТЕРИСТИКА И СОСТОЯНИЕ СПОРТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «МОГУЛЬ» В РОССИИ

А.К. Лыжин

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

**Аннотация.** В работе на основе анализа литературы дается краткая характеристика спортивной дисциплины «могуль» и история ее развития, представлена основная тренировочная база и главные соперники сборной команды России по фристайлу.

**Ключевые слова:** фристайл, могуль, зимние Олимпийские игры, спортсмены, спортивные объекты, межсезонье.

Могуль – это одна из дисциплин горнолыжного фристайла, которая представляет собой спуски на горных лыжах по склону из бугров, а также выполнение прыжков на специальных могульных трамплинах. На трассе обязательно присутствуют два могульных трамплина. Выступление оценивается по следующим критериям: техника могульных поворотов, сложность акробатических прыжков, качество и высота их исполнения, а также время спуска [2].

Впервые на Олимпийских играх могуль появился в 1988 году в Калгари (Канада). Он был включен в программу демонстрационного вида спорта и не был особо популярен в СССР. В наше время могуль стал популярен только в 2014 году, во время зимних Олимпийских игр в Сочи (Россия). Люди, видя зрелищность этого вида спорта, стали обращать на него больше внимания. В качестве олимпийского наследия осталась олимпийская трасса, отвечающая всем международным стандартам. Данная трасса является одной из самых сложных по прохождению трасс в мире, благодаря чему российские спортсмены по фристайлу имеют преимущество, тренируясь на ней, – это позволяет быстрее и легче приспособиться к сложным трассам на Кубках мира.

В 2019 году была проведена Всемирная зимняя Универсиада в г. Красноярске (Россия), для проведения которой был построен многофункциональный спортивный центр Кластер «Сопка». В спортивном центре можно тренироваться не только зимой, но и летом, там имеются все основные спортивные объекты – спортивные батуты, спортивные площадки и стадион, тренажерный зал и бассейн – это позволяет разнообразить тренировочный день спортсменов и лучше подготовить их в межсезонье [1].

Основными соперниками российской сборной являются Канада и Америка, могуль в этих странах начал популяризироваться еще в 60-е годы и эти страны имеют большой стаж и опыт по подготовке спортсменов. Также у Америки и Канады хорошо развита подготовка на круглогодичных ледниках – это позволяет им тренироваться на снегу и зимой, и летом [3].

### Литература:

1. Карганова Т.А. Структура спортивной деятельности в биатлоне и факторы, обеспечивающие ее эффективность / Т.А. Карганова, В.З. Яцык // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 44 с.
2. Лыжин А.К. Могуль на зимних Олимпийских играх / А.К. Лыжин, В.З. Яцык // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2019г., г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 2. – 46 с.
3. Яцык В.З. Теория и технология профессионального отбора будущих специалистов по направлению «физическая культура»: Монография. – Краснодар, КГУФКСТ, 2008. – 142 с.

## СТРУКТУРА ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ПОДГОТОВКИ БОБСЛЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Е.Э. Мамедова

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

**Аннотация.** На основе изучения литературы в работе анализируется распространенность бобслея в России, структура годичного цикла подготовки, содержание подготовки бобслеистов высокой квалификации в межсезонный период.

**Ключевые слова:** бобслей, подготовка, структура, тренировочный процесс.

Анализ специальной литературы показал, что олимпийский вид спорта «бобслей» как базовый вид культивируется всего в 7 регионах РФ. Причиной такой территориальной ограниченности является отсутствие необходимой для занятий материально технической базы. Полноценная санно-бобслейная трасса, пригодная для проведения международных соревнований, имеется только в г. Сочи. В других регионах тренировочные занятия и элементы соревнований могут проводиться только на эстакадах. Бобслей не является массовым видом спорта, но входит в ряд приоритетных видов спорта в России.

Подготовка бобслеистов высокой квалификации осуществляется по четырехлетним циклам, каждый из которых, в свою очередь, состоит из годичных макроциклов, содержащих повторяющиеся периоды и этапы, что позволяет использовать типовые алгоритмы при разработке планов и их исполнении с учетом различных ситуаций и в соответствии с конкретными обстоятельствами [1].

Независимо от места в четырехлетнем цикле, каждый годовой макроцикл в соответствии с фазами формирования спортивной формы охватывает 4 этапа – втягивающий, базовый этап специальной физической подготовки, предсоревновательный и соревновательный.

В теории спорта поиск путей оптимизации подготовки спортсменов высокой квалификации привел к появлению в структуре годичного цикла нового структурного образования – период межсезонья.

Межсезонье в подготовке высококвалифицированных бобслеистов – это период с апреля до середины мая. Завершается период проведением централизованного сбора, по окончании которого проводится комплексное тестирование бобслеистов, позволяющее оценить готовность спортсменов к освоению тренировочных нагрузок, запланированных на соответствующие этапы годичного цикла [3].

В период межсезонья тренировочный процесс бобслеистов высокой квалификации осуществляется в соответствии со специфическими принципами, с применением различных по сложности общеподготовительных, подготовительных, специальных физических и технических упражнений [2].

### Литература:

1. Головинов В.А. Тенденции и перспективы развития бобслея в олимпийском цикле 2014-2018 года / В.А. Головинов, В.Б. Парамзин // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2018 г., г. Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Часть 2. – 13 с.

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

3. Яцык В.З. Планирование спортивной тренировки высококвалифицированных бобслеистов в олимпийском цикле в условиях централизованной подготовки / В.З. Яцык, О.С. Васильченко, В.А. Головинов // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2018. – № 1. – С. 97-98.

## ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМА У СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»

А.Н. Махлычев

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

**Аннотация.** В работе на основе анализа литературных источников рассмотрен подход к профилактике травматизма у спортсменов-туристов.

**Ключевые слова:** травматизм, травма, тренировка, профилактика, спортсмены-туристы.

Травматизм – совокупность травм, полученных при определенных обстоятельствах [1].

Травмы, получаемые спортсменами-туристами во время тренировок и соревнований: растяжение мышц, вывих суставов, ушиб, перелом, повреждение целостности позвоночника, сотрясение мозга.

Профилактика травматизма – правила, несоблюдение которых значительно повышает риск получить травму [2].

Перечень правил, которые обезопасят спортсмена-туриста от получения травм:

1. Знание техники безопасности – самое главное правило, незнание техники может привести к серьезным травмам.

2. Хорошая разминка и разогрев мышц. Плохая разминка приводит к повреждению мышц и связок.

3. На тренировке необходимо быть сосредоточенным на своих действиях, выполнении правильной техники и не отвлекаться.

4. Выполнение нового технического этапа нужно начинать постепенно, это поможет более детально разобраться в технике выполнения этапа, а также избежать получения травм.

5. Правильная оценка ситуации и расчет сил. Из-за переоценки сил и возможностей организма может возникнуть перетренированность, которая может привести к ухудшению координационных способностей, что может повлечь за собой серьезные последствия.

6. Консультация с врачом. Каждый спортсмен, чтобы избежать травмы и несчастные случаи, должен проконсультироваться с врачом. При некоторых заболеваниях нужно исключить некоторые упражнения, снизить интенсивность тренировок.

7. Правильный подбор одежды и обуви. Спортсмены-туристы должны подбирать не сильно свободную одежду. Колени и локти должны быть закрыты. Обувь должна быть надежной и не доставлять дискомфорт [3].

### Литература:

1. <https://ru.wikipedia.org>

2. <https://studopedia.ru/>

3. <http://www.tssr.ru>

## ОСОБЕННОСТИ ПЕРВОНАЧАЛЬНОГО ОТБОРА В ОДИНОЧНОМ ФИГУРНОМ КАТАНИИ

Я.А. Милованова

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

**Аннотация.** В данной работе на основе анализа литературы рассматриваются ключевые моменты первоначального отбора в одиночном фигурном катании.

**Ключевые слова:** фигурное катание, вид спорта, первоначальный отбор, качества.

Отбор в фигурном катании занимает важную роль в системе многолетней спортивной подготовки фигуристов и является необходимым. Он заключается в выборе детей, наиболее предрасположенных к данному виду спорта [3].

При первоначальном отборе оцениваются следующие критерии: отсутствие серьезных проблем со здоровьем, телосложение, желание заниматься, настойчивость и терпеливость, прыгучесть, пластичность и наличие музыкального слуха.

С оценкой физиологических и физических особенностей ребенка помогает врач. Он устанавливает уровень здоровья, развитие гибкости и координации, а также пропорциональность телосложения, что является очень важным для фигурного катания.

Прыгучесть – качество, занимающее одно из важных мест в данном виде спорта. Способность выполнить хороший и правильный толчок в прыжке говорит о возможном росте в фигурном катании.

Чувство ритма. Так как музыкальное сопровождение является обязательным в фигурном катании, неспособность чувствовать музыкальный темп и ритм может стать преградой на пути к цели.

Самым сложным является оценка психологического фактора, особенно при оценивании желания ребенка заниматься фигурным катанием. Оценка желания заниматься фигурным катанием в большей степени касается мальчиков, так как по существующему стереотипу данным видом спорта занимаются только девочки.

Настойчивость и терпеливость относят к числу важнейших качеств, обеспечивающих достижение поставленной цели. Эти качества необходимы каждому фигуристу. Если у ребенка не получается с первого раза освоить какой-либо элемент и он сдается на полпути, то требуется проявление к нему повышенного внимания для выявления причин происходящего [1].

Безусловно, можно сказать, что присутствие у ребенка всех этих факторов – это успех. Однако всегда следует помнить, что успех в большей степени определяется реализацией имеющихся способностей, а не просто их наличием [2].

### Литература:

1. Васильченко О.С. Фигурное катание на зимних олимпийских играх-2018 / О.С. Васильченко, В.З. Яцык, А.В. Гладкова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – С. 28-29.

2. Максимов П.О. Влияние специально направленных упражнений на освоение контрольных тестов в фигурном катании на льду / П.О. Максимов, В.З. Яцык // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2018 г., г. Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Часть 2. – 36 с.

3. Яцык В.З. Теория и технология профессионального отбора будущих специалистов по направлению «Физическая культура»: Монография. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 142 с.

## ХОККЕЙ НА ТРАВЕ – СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ

И.В. Надутенко

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

**Аннотация.** На основе анализа литературы в работе рассматривается современное состояние хоккея на траве в России, перспективы и направления его дальнейшего развития.

**Ключевые слова:** хоккей на траве, развитие хоккея на траве, команда.

В настоящее время в России хоккей на траве менее популярен, чем хоккей на льду. Однако в большинстве стран с теплым климатом именно хоккей на траве – одна из популярнейших спортивных игр [2].

Хоккей на траве появился в 2000 году до нашей эры впервые в долине Нила. Родиной современного хоккея на траве принято считать Англию середины 19 века. Центром развития были школы и университеты. В 1861 был сформирован первый в мире хоккейный клуб – «Блэкхит» в Лондоне. С 1908 года получил статус олимпийского вида спорта. В настоящее время хоккей на траве культивируется в странах Европы, Азии и Африки [1].

По современным правилам одновременно на поле могут находиться 11 игроков, которые играют пластиковыми или деревянными клюшками и тяжелым мячом из каучука или пластика на площадке с травяным покрытием, иногда – с искусственным.

В нашей стране хоккей на траве получил распространение в 6 федеральных округах, в которых открыты спортивные школы и центры спортивной подготовки. Однако до настоящего времени в России не создана индустрия обеспечения инвентарем – клюшки поставляются из европейских стран, поэтому хоккей на траве является малодоступным и дорогостоящим видом спорта.

Недостаточное количество специализированных полей и площадок, не позволяет формировать у детей соответствующие базовые технические навыки, что впоследствии приводит к недостаточной технической подготовленности взрослых игроков.

Недостаток квалифицированных тренерских кадров не позволяет сформировать команды, которые были бы способны составить достойную конкуренцию бессменным лидерам российского хоккея – командам Москвы, Электростали, Казани [3].

Решение сложившейся проблемы видится нам в развитии данного олимпийского вида спорта. Это возможно двумя путями: подготовка квалифицированных тренеров и создание спортивных баз и комплексов в различных регионах страны. Эти решения позволят увеличить массовость занимающихся и повысят количество профессиональных команд, способных конкурировать с лидерами отечественного хоккея на траве.

### Литература:

1. Кадулин Р.В. Проблема популяризации хоккея на траве в России / Р.В. Кадулин, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – КГУФКСТ. – 2019. – №1. – С. 220-221.

2. Степанова А.Ю. К вопросу о развитии хоккея на траве в Краснодарском крае / А.Ю. Степанова, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного ф. о. – КГУФКСТ. – 2019. – 65 с.

3. Яцык В.З. Теория и технология профессионального отбора будущих специалистов по направлению «Физическая культура»: Монография. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 142 с.

**ЗНАЧИМОСТЬ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ  
ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»  
В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**П.П. Нижегородская**

**Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов**

**Аннотация.** В работе на основе анализа литературных источников рассматривается значимость различных физических качеств спортсменов-туристов группы дисциплин «Дистанция пешеходная» в соревновательной деятельности.

**Ключевые слова:** физические качества, мышечная сила, выносливость, скоростные способности, вестибулярная устойчивость.

Влияние физических качеств на результативность по видам спорта описано в Федеральных стандартах спортивной подготовки (ФССП). Такой стандарт разработан и по виду спорта «спортивный туризм» [2]. В приложении 4 к ФССП описано влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивный туризм:

	Физические качества и телосложение	Уровень влияния
1	Мышечная сила	2
2	Скоростные способности	2
3	Выносливость	3
4	Вестибулярная устойчивость	2
5	Гибкость	1
6	Координационные способности	2
7	Телосложение	1

Условные обозначения: 3 – значительное влияние; 2 – умеренное влияние; 1 – незначительное влияние.

Для спортсменов-туристов важнейшим качеством является выносливость, так как на соревнованиях длины дистанций могут достигать 5-8 км. Также значимым качеством является мышечная сила, так как спортсменам необходимо натягивать перила, поднимать и подтягивать собственный вес, выполнять технические приемы [1]. Вестибулярная устойчивость – необходимое физическое качество для спортсмена-туриста. Спортсменам свойственно находиться в нестандартных для организма условиях (движение по навесной переправе, вертикальный подъем по перилам). Гибкость не является важным качеством для туристов, так как применяется на дистанциях крайне редко. Координационные способности – умеренно важное качество для спортсменов-туристов, так как на дистанциях необходимо ориентироваться в пространстве, координировать свои движения. Телосложение – незначительно важно для туристов.

**Литература:**

1. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю.В. Верхошанский. – М: Физкультура и спорт, 1988.
2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм.

**ОСОБЕННОСТИ СУДЕЙСТВА СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОМУ ТУРИЗМУ  
ГРУППА ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» В ЗАКРЫТЫХ  
ПОМЕЩЕНИЯХ**

**Ю.П. Орлова**

**Научный руководитель аспирант А.С. Подгорная**

**Аннотация.** В работе на основе анализа литературных источников и отчетов о соревнованиях рассмотрены особенности судейства соревнований по спортивному туризму в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» в закрытых помещениях.

**Ключевые слова:** соревнования, спортивный туризм, «Дистанция пешеходная», закрытые помещения.

Группа дисциплин «Дистанция пешеходная» в закрытых помещениях является частью вида спорта – спортивного туризма, который имеет многолетние традиции [1, 2].

Судейская коллегия комплектуется оргкомитетом, уровень которой отвечает настоящим правилам. Главный судья назначается проводящей организацией по согласованию с федерацией соответствующего уровня. Для присвоения разрядов по спортивному туризму в группе дисциплин «Дистанция» требуются судьи соответствующей квалификации.

В связи с тем, что соревнования на искусственном рельефе проводятся в закрытых помещениях достаточно длительное время, чаще с раннего утра и до позднего вечера, от судей требуется высокая как физическая, так и психологическая подготовленность. Более того, в закрытых помещениях соревнования проводятся за 4-7 дней, включая день заезда, отъезда, тренировки, дистанций (личная, связка, группа). На постановку дистанций в несколько ниток (от 2 до 8) у судейской коллегии уходит несколько дней. На одной нитке судит от 3 до 6 человек, в зависимости от проводимой дисциплины [1].

Одним из требований к судьям является – объективность, которая основана на безукоризненном знании Правил соревнований и Регламента группы дисциплин «Дистанция пешеходная» и умении грамотно их применять. Высокая судейская квалификация позволяет в абсолютном большинстве случаев определять ошибку визуально.

Технические вопросы проведения соревнований по группам дисциплин оговариваются в отдельных регламентах, в нашем случае – регламент по группе дисциплин «Дистанция», а также Положение о соревнованиях – основной документ, утверждаемый проводящей организацией, которым наряду с Правилами руководствуется судейская коллегия и участники соревнований.

**Литература:**

1. Горелова Е.С. Специфические особенности соревновательной деятельности в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» в закрытых помещениях / Е.С. Горелова, Л.П. Долгополов, А.С. Подгорная // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль – март 2018 г., г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Часть 2. – 14 с.

2. Подгорная А.С. Структура физической подготовки в спортивном туризме (группа дисциплин «Дистанция пешеходная») // Курорты, сервис, туризм научно-методический и информационный журнал. – №3-4 (3637). – 2017. – С. 164-168.



## ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ В НАПАДЕНИИ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ

А.С. Погребняк

Научный руководитель доцент И.И. Горбиков

**Аннотация.** На основании проведенного анализа научно-методической литературы в представленной публикации речь идет о тактике игры в нападении в хоккее с шайбой. О высокой значимости технико-тактической подготовки хоккеистов.

**Ключевые слова:** хоккеисты, тактические комбинации, развитие, подготовленность.

Тактическая подготовка – обязательная сторона процесса подготовки хоккеистов профессионального уровня. Ее главная цель – научить хоккеистов эффективно использовать свои возможности в соревновательной деятельности [2].

На начальных этапах обучения тактике нападающих в хоккее с шайбой используются персональные, групповые и командные тактические упражнения. Персональные тактические упражнения основаны на физической подготовке и укреплении мышц, тактическом мышлении и технической подготовленности хоккеиста. Групповые прорабатываются в основных игровых ситуациях (вбрасывание, выход из зоны обороны и переход в атаку). Командные тактические действия – это отработка командных действий в обороне и нападении [1]. От правильности и слаженности выполнения технико-тактических действий во многом зависит результативность команды. С помощью специальных упражнений у игроков развиваются умения правильного выбора позиции перед воротами, рациональное время и траектория входа в зону нападения, а также выбора нужного угла и силы для выполнения броска шайбы по воротам.

Основой технико-тактической подготовленности нападающих является физическая подготовка. С помощью упражнений на льду и вне льда развиваются такие качества, как быстрота, ловкость, понимание игровой ситуации и скорость рационального мышления. Нападающему необходимо обладать хорошей техникой владения шайбой, чтобы правильно передавать шайбу и наносить броски из различных, порой очень неудобных положений. Уверенное фигурное и скоростное катание на коньках – это неотъемлемая часть технической подготовки каждого хоккеиста. При низком уровне коньковой подготовленности хоккеист не только будет тратить больше времени на занятие той или иной позиции, но и рискует получить серьезную травму. При игре в нападении стоит помнить, что при потере шайбы игрок подставляет свою команду, и ему стоит немедленно вернуться в зону обороны.

Существует множество тактических комбинаций при игре в нападении, которые позволят наиболее эффективно обыграть команду соперника. Необходимо совершенствовать технико-тактическую подготовленность на каждом тренировочном занятии.

### Литература:

1. Бабиц Д.Д. Сравнительная характеристика техники катания на коньках в зависимости от амплуа хоккеиста / О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – 2019. – Краснодар. – 26 с.
2. Котенев М.А. Проблемы хоккея в Краснодарском крае на примере города Краснодара / М.А. Котенев, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – КГУФКСТ (Краснодар). – С. 25-26.

## РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»

Ю.Ю. Предко

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

**Аннотация.** В группе дисциплин «Дистанция пешеходная», как и в большинстве других видов спорта, невозможно добиться высокого результата без такого физического качества, как ловкость. В работе на основе анализа литературных источников описаны значимость и способы ее развития у спортсменов-туристов.

**Ключевые слова:** ловкость, движение, подготовка, дистанция, спортивный туризм.

Ловкость – это способность спортсмена целесообразно и быстро выходить из любой непредвиденной или сложной двигательной ситуации с помощью движений [1]. В спортивном туризме она встречается как общая, так и специальная [2]. Под общей подразумеваются двигательные действия туриста в плане координации движений и их правильности выполнения. А специальная ловкость – это умение с помощью двигательных действий выйти из затруднительной ситуации, которая образовалась неожиданно, к которой спортсмен не был готов. Соответственно, и развивать нужно оба направления.

Формируя у спортсмена это качество, следует уделять внимание и физической, и технической подготовке. Физическая будет отвечать за ловкость во время выполнения изнурительной, тяжелой для организма работы, а тактическая – за точность и рациональность действий участника, чтобы участник не делал лишних движений и не тратил на них свои силы. При этом необходимо разрабатывать всевозможные условия и обстоятельства, которые могут неожиданно возникнуть на дистанции, требуется периодически включать в процесс тренировки элементы внезапности и новизны.

Существует множество упражнений на развитие и совершенствование ловкости. Это могут быть: перестежка карабинов, жонглирование, спортивные и подвижные игры, скалолазание, бег с препятствиями, кувырки, прыжки, различные упражнения на координацию движений, ходьба по бревну [1]. Также можно в процессе технической тренировки резко изменять тактику передвижения и условия прохождения технического этапа. При этом спортсмен должен выходить из всех этих неожиданных положений самостоятельно, без помощи тренера.

Благодаря упражнениям на ловкость и подготовке к непредвиденным ситуациям турист учится решать сложные двигательные задачи. Он привыкает приспосабливаться к изменяющимся условиям, не теряя при этом много времени и сил на достижение лучшего результата. А в соревнованиях по спортивному туризму эти составляющие играют большую роль для спортсмена-туриста.

### Литература:

1. Гущина К.В. Развитие ловкости в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» на этапе начальной подготовки // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2019. – 35 с.

2. <https://www.kazedu.kz/referat/99613/4>.

## ВЛИЯНИЕ ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА В ДИСЦИПЛИНЕ «МАРШРУТ» НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

Д.А. Ромме

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

**Аннотация.** На основе анализа литературных источников рассмотрено влияния спортивного туризма группы дисциплин «Маршрут пешеходный» на организм человека.

**Ключевые слова:** спортивный туризм, группа дисциплин «Маршрут пешеходный», гиподинамия, здоровье, отдых, походы, маршрут.

Под спортивным туризмом подразумевают вид спорта, который включает в себя две отдельные дисциплины:

– группа дисциплин «Маршрут» основана на преодолении участниками соревнований естественных препятствий и имеет 6 категорий сложности;

– группа дисциплин «Дистанция» основана на преодолении участниками соревнований дистанций в искусственной или в естественной, то есть природной, среде. Данная дисциплина имеет также 6 категорий сложности.

Одной из главных задач спортивного туризма является комплексное укрепление организма человека, которое достигается за счет развития таких физических качеств, как выносливость, сила, ловкость.

Многие люди в повседневной жизни сталкиваются с гиподинамией, так как ведут малоподвижный образ жизни, который напрямую связан с родом их деятельности. Поэтому большинство населения страдает от лишнего веса или даже ожирения [2]. В свою очередь, постоянное движение на маршруте позволяет человеку избежать нарушений работоспособности.

Так, путем выполнения физических нагрузок с утяжелением, которое выражается в постоянной ходьбе с походным рюкзаком, происходит улучшение функционального состояния кардиореспираторной системы, которое проявляется в увеличении мощности вдоха и выдоха, а также в нормальном функционировании сердечно-сосудистой системы.

Пешеходный туризм оказывает благотворное влияние на организм человека: улучшает иммунные функции, способствует физическому развитию, совершенствует дыхательную, сердечно-сосудистую и другие системы.

Спортивный туризм может быть эффективным средством борьбы с растущей гиподинамией у населения и оздоровительным отдыхом для человека [1]. Во время спортивных походов проходит обучение, воспитание и интеллектуальное развитие гражданина.

### **Литература:**

1. Обучение спортсменов-туристов, специализирующихся в группе дисциплин «Дистанция пешеходная», преодолению естественных и искусственных препятствий / А.В. Лузан, Л.П. Долгополов // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма: Материалы научной конференции. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – 49 с.

2. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие / Ю.П. Кобяков. Ростов н/Д.: Феникс, 2014. – 352 с.

**РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ  
СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН  
«ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»**

**М.С. Самойленко**

**Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов**

**Аннотация.** В работе на основе анализа литературных источников представлены средства развития специальной выносливости спортсменов, специализирующихся в соревновательных пешеходных дистанциях на естественном рельефе.

**Ключевые слова:** скоростно-силовая выносливость, спортсмен, тренировка, нагрузка, развитие выносливости.

Скоростно-силовая выносливость – это способность человека выполнять большую мышечную нагрузку в течение продолжительного времени, преодолевая утомление [2].

В группе дисциплин «Дистанция пешеходная» скорость проявляется в быстроте двигательной реакции на стартовый сигнал, перебежке от этапа к этапу, максимальной скорости преодоления этапов. Такие технические этапы, как «Подъем», «Наклонная навесная» вверх и вниз, требуют от спортсмена в большинстве случаев не только немалой силы, но и высокой скорости [1].

Для развития скоростно-силовой выносливости применяют специальные упражнения с преодолением собственного веса, такие как: преодоление вертикального подъема без помощи ног, движение по навесной переправе с бухтой веревки за плечом, лазание по скальной стенке.

Тренировки, направленные на развитие скоростно-силовых качеств, в первую очередь должны включать упражнения на преодоление внешнего сопротивления с максимально быстрым выполнением, такие как: горный бег или бег по склону с разным перепадом высот, беговая тренировка в лесопарковой зоне.

Наиболее усовершенствованным методом развития скоростно-силовой выносливости спортсмена является метод круговой тренировки. Метод круговой тренировки обеспечивает воздействие на все группы мышц. Тренировки должны быть регулярными, выполнение серии упражнений без отдыха. Одна серия может состоять из 3-7 упражнений, длительность тренировки от 1,5 до 2 часов [3].

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что при подборе упражнений следует учитывать то, что каждая серия упражнений должна включать в себя работу на каждую группу мышц. Это обеспечит большой прирост функциональных систем таких, как дыхания и кровообращения.

**Литература:**

1. Долгополов Л.П. Развитие скоростно-силовой выносливости в группе дисциплин пешеходная дистанция / Л.П. Долгополов, А.С. Чеснокова // Курорты, сервис, туризм научно-методический и информационный журнал. – 2014. – № 2 (23). – С. 135-137.
2. Платонов А.С. Подготовка квалифицированных спортсменов. – М.: ФиС, 1986. – 268 с.
3. Подгорная А.С. Структура и содержание физической подготовки в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» на этапе спортивного совершенствования // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – 44 с.

## КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ НАЧИНАЮЩИХ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ

А.Н. Свиридова

Научный руководитель В.З. Яцык

**Аннотация.** В работе на основе анализа литературы рассматривается структура координационных способностей и их значимость у начинающих лыжников-гонщиков.

**Ключевые слова.** Координационные способности, управление движениями, эффективность, равновесие, чувство пространства.

В теории физического воспитания и спорта в настоящий момент отсутствует однозначное определение понятия «координационные способности». Причиной этого, на наш взгляд, является многозначность трактовки специалистами сущности координационных способностей, так как изначально на протяжении длительного периода времени для характеристики координационных возможностей человека использовали термин «ловкость» [1].

В современной трактовке координационные способности отображают возможности человека, проявляющиеся в организации и управлении движениями. Исходя из этого под координационными способностями человека понимается, с одной стороны, способность овладевать новыми движениями, с другой – способность переучиваться в соответствии с требованиями быстро меняющихся условий.

Эффективность управления движениями определяется сформированностью координационных способностей – при их недостаточности человек облегчает выполнение движения, фиксируя подвижность в суставах и превращая их в одно жесткое звено. Итогом этого является координационная скованность, напряженность в выполнении движения [3].

В теории физического воспитания и спортивной тренировки выделяют десять основных координационных способностей. Для каждого вида спорта их значимость различна. Наиболее важными для лыжников-гонщиков являются следующие [2].

Способность сохранять равновесие. Как компонент координационных способностей, статокINETическая устойчивость в значительной степени определяет результативность как общего процесса обучения лыжника, так и эффективность преодоления различных сложных участков лыжной трассы.

Способность к ориентированию в пространстве. «Чувство пространства» – важнейшая составляющая этой способности, которая существенно влияет на способность управления движениями лыжника-гонщика в целом.

В процессе координационной подготовки лыжников-гонщиков необходимо учитывать чувствительные периоды их развития, функциональное состояние спортсменов, состояние сенсорных систем, наличие или отсутствие моторной памяти

### Литература:

1. Лыжная подготовка. Лыжероллерный спорт: учебное пособие / В.З. Яцык, А.М. Рыльцов, И.И. Горбиков. – Краснодар КГУФКСТ, 2012. – 84 с.
2. Парамзин В.Б. Характеристика основных средств, используемых на учебно-тренировочных занятиях по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.Б. Парамзин, В.З. Яцык, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ, 2017. – № 1. – 249 с.
3. Яцык В.З. Методика начального обучения студентов в лыжероллерном спорте / В.З. Яцык, И.И. Горбиков, О.С. Васильченко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2014. – № 1. – С. 226-227.

## **ПРОБЛЕМНЫЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОМ ГОРНОМ ТУРИЗМЕ**

**С.А. Слюсарь**

**Научный руководитель доцент В.З. Яцык**

**Аннотация.** На основании анализа литературы в работе определяются дисциплины спортивного туризма, их направленность, обосновывается необходимость совершенствования системы начальной туристской подготовки спортсменов.

**Ключевые слова:** спортивный туризм, горный туризм, маршруты, начальная подготовка, система подготовки.

В спортивном туризме как виде спорта выделяют две глобальные дисциплины – маршруты и дистанции. Они, в свою очередь, подразделяются на виды по способу передвижения. Наличие схожих технических приемов для преодоления локальных препятствий не только в этих дисциплинах, но и в таких видах спорта, как альпинизм, скалолазание, ледолазание, дает возможность конвертировать программно-методическое обеспечение в подготовку спортсменов в дисциплине «Маршрут горный».

С давних пор в спортивном туризме первоочередная роль отводилась краеведческой составляющей подготовки спортсмена. Современные тенденции в спортивном туризме в качестве первостепенной выделяют проблему спортивного совершенствования туристов [1].

Действующие нормы и требования Единой всероссийской спортивной классификации свидетельствуют о необходимости совершенствования системы начальной подготовки спортсменов-туристов с учетом современного специального снаряжения и появившихся на этой основе технических приемов. Без этого в дальнейшем невозможно обеспечить возможность безопасного успешного преодоления локальных препятствий в походах более высоких категорий сложности [2].

Для решения этой проблемы были разработаны специальные комплексы упражнений, дающие возможность прочно и за короткое время овладеть технико-тактическими умениями и навыками, которые оттачиваются на горных дистанциях.

Для естественных условий характерен следующий рельеф местности. Это участки снежного покрова различной толщины, ледовые различной плотности, скальные, травянистые, осыпные, водные препятствия, морены и курумника. Угол наклона также варьируется от пологого склона до отвесных участков. Большое влияние также играют погодные условия и климатические условия [3].

### **Литература:**

1. Долгополов Л.П. Спортивный туризм как средство физического воспитания студентов / Л.П. Долгополов, В.З. Яцык, А.С. Чеснокова // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Актуальные вопросы физического воспитания студентов» 10 марта 2015 г. – г. Санкт-Петербург. – С. 26-29.

2. Долгополов Л.П. Структура и объем тренировочного процесса спортсменов-туристов в дисциплине «Маршрут пешеходный» на этапе совершенствования спортивного мастерства / Л.П. Долгополов, Е.В. Галко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А.И. Погребного. Т. 21. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 13-16.

3. Яцык В.З. Физическая подготовка спортсменов-туристов в дисциплине «Дистанция пешеходная» на этапе спортивного совершенствования / В.З. Яцык, А.С. Подгорная // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – № 2. – С. 41-47.

**ФОРМИРОВАНИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ  
В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» НА ЭТАПЕ  
НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

**А.С. Солдатова**

**Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов**

**Аннотация.** Работа написана на основе анализа литературных источников и содержит краткую информацию о формировании волевых качеств спортсменов-туристов в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» на этапе начальной подготовки.

**Ключевые слова:** начальная подготовка, спортсмены-туристы, волевые качества, спортивный туризм.

Волевые качества, проявляемые спортсменами в пешеходной дистанции, являются предпосылкой для достижения не только технических и физических способностей, но и психологической подготовки на начальном этапе. Актуальность рассматриваемой темы заключается в том, что при правильном развитии волевых качеств спортсменов-туристов повышаются их образное мышление и сенсорика. Волевые качества проявляются у спортсмена в ситуациях преодоления трудностей и управлением поведением. В так называемой «борьбе» со сложностями у спортсменов формируются такие волевые качества, как сила воли, упорство, настойчивость, выдержка и самообладание [2].

Для достижения высоких и стабильных результатов спортсмену необходимо усердно тренироваться, поскольку практика совершения волевых действий в ходе многократных тренировок должна превратиться в привычное волевое поведение.

Начать формирование волевых качеств у спортсменов-туристов на этапе начальной подготовки можно подвижными играми, играми-эстафетами с различными движениями: лазанье, бег, прыжки, кувырки [1].

Важно дать почувствовать независимость совершаемого действия. Одновременно с этим необходимо научить спортсмена-туриста адекватной самооценке и самокритичности. Обучить методу разбора причины неудачи и составления плана дальнейших действий по ее устранению.

В спортивном туризме для развития волевых качеств спортсмена можно использовать имитированные ситуации, для преодоления которых спортсмену придется выйти из зоны комфорта и заставить свой организм справляться с новыми ранее не встречавшимися задачами.

Подводя итоги, следует отметить, что все вышеперечисленное говорит о необходимости развития волевых качеств у спортсменов-туристов методами имитирования и применения игр-эстафет, имеющих большие развивающие и воспитательные возможности, необходимые для выполнения разного вида деятельности.

**Литература:**

1. Абдулаева Р.М. Подвижные игры как средства физического и нравственного воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста / Р.М. Абдулаева, М.Н. Алиев // Физическая культура, спорт и туризм в XXI столетии. – Ставрополь, 2001. – С. 12-14.
2. Пуни А.Ц. Некоторые вопросы теории воли и волевая подготовка в спорте / А.Ц. Пуни // Хрестоматия по психологии: учебное пособие / сост. В.В. Мироненко; ред. А.В. Петровский. – Москва: Просвещение, 1977. – С. 311-315.

## МЕТОДЫ ИЗМЕРЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ У ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ

А.Ю. Степанова

Научный руководитель преподаватель О.С. Васильченко

**Аннотация.** В работе представлены эффективные методы измерения дыхательной системы у лыжников-гонщиков в процессе лыжных сборов, выявленные в результате проведенного анализа научно-методической литературы.

**Ключевые слова:** морфофункциональные методы, кардиореспираторная система, лыжники-гонщики, пробы.

Одним из необходимых условий достижения высоких результатов в спорте является наличие сложных теоретических и практических знаний, которые оказывают существенное влияние на решение проблем спортивной подготовки. Сведения о функциональном состоянии организма спортсмена способствуют оценке его здоровья, выявлению особенностей активности организма, что связано со спортивной тренировкой, а также определению уровня физической подготовки спортсмена [2]. Процесс построения учебного тренировочного процесса должен учитывать функциональные особенности спортсменов, а также должен быть направлен на поиск рациональных способов его улучшения и измерения.

Значительная интенсификация учебного процесса влечет за собой увеличение требований ко всем органам и системам организма занимающихся спортсменами, особое место отводится кардиореспираторной системе, обеспечивающей наивысшую физическую работоспособность. Легочные системы обеспечивают существенную поддержку для активных мышц в ответ на высокие метаболические потребности во время спортивных упражнений, особенно у видов спорта, требующих выносливости и большой аэробной энергии, таких как лыжные гонки [1]. В городе с развитой инфраструктурой исследование спортсменов проводится в лабораториях, которые оснащены специальными приборами, работающими за счет электричества, батареек. Если говорить о походных условиях или о сборах в среднегорье, в которых нет электричества или же оно присутствует с частичными перебоями (из-за высокого перенапряжения), следует подбирать методы исследования в соответствии с этими факторами [3]. Лыжные сборы являются естественной средой, в которой наиболее эффективно применять такие методы, как:

Спирометрия – метод определения жизненной емкости легких (ЖЕЛ), Спирометр ССП (спирометр сухой портативный), работающий без электричества и батареек.

Проба Штанге (задержка дыхания на вдохе) характеризует устойчивость организма к недостатку кислорода.

Проба Генчи (задержка дыхания на выдохе). Выполняется так же, как и проба Штанге, только задержка дыхания производится после полного выдоха.

Проба Серкина (трехфазная задержка дыхания).

Показатели, полученные данным методами, показывают кислородное обеспечение организма и уровень тренированности спортсменов.

### Литература:

1. Горбиков И.И. Формирование двигательных умений навыков у начинающих лыжников-гонщиков в процессе учебного сбора в среднегорье / И.И. Горбиков, В.З. Яцык // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2012. – С. 51-53.

2. Яцык В.З. Оперативный контроль на занятиях по лыжероллерной подготовке В.З.Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2015. – № 1. – С. 222-223.

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



## СТАТОДИНАМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ПОДГОТОВКЕ ВЕЛОСИПЕДИСТА-ШОССЕЙНИКА

В.А. Сучков, В.А. Агасьян

Научный руководитель доцент А.А. Капустин

**Аннотация.** В работе представлено исследование, посвященное разработке комплекса упражнений, выполняемых в статодинамическом режиме, для развития силы и выносливости мышц, участвующих в процессе педалирования.

**Ключевые слова:** статодинамические упражнения, подготовка велосипедиста-шоссейника.

Основным двигательным действием велосипедиста является педалирование. В велосипедном спорте самым эффективным способом педалирования считается круговой, основой которого является равномерное приложение усилий к педалям на протяжении всего цикла оборота педалей, для его осуществления используются мышцы нижних конечностей: бедер, голени и таза. Именно эти группы мышц должны быть в центре внимания во время тренировки в спортивном зале. Выбранные нами упражнения направлены на подготовку мышц для каждой конкретной фазы педалирования [1].

Комплекс адаптированных упражнений на основе материалов профессоров Мякинченко Е. Б., Селуянова В. Н (2009), а также труда Ш. Совндаль (2011) призван улучшить специальную выносливость за счет:

- повышения аэробных способностей;
- улучшения мощностных (силовых) показателей [3].

В состав комплекса упражнений, направленного на повышение специальной выносливости мышц, участвующих в процессе педалирования и пригодных для выполнения в статодинамическом режиме, были выбраны такие упражнения, как:

- приседания со штангой (применяются для развития прямой мышцы бедра, большой ягодичной мышцы, икроножной мышцы, камбаловидной мышцы, используемых для всех зон, кроме задней);
- станочная тяга на прямых ногах (применяется для мышц задней поверхности бедра, большой ягодичной мышцы, используемых в задней и передней зонах);
- подъем на носках в положении стоя (применяется для икроножной и камбаловидной мышц, используемых в передней и нижней зонах) [2].

Проведенные нами исследования позволяют говорить о том, что внедрение адаптированных статодинамических упражнений в классическую методику развития специальной выносливости велосипедистов шоссейников дало положительный эффект.

### Литература:

1. Совндаль Ш. Анатомия велосипедиста / Ш. Совндаль / перевод с английского С.Э. Борич. – Минск: Попурри, 2011. – 200 с.: ил.
2. Сучков В.А. Показатели эффективности применения упражнений в статодинамическом режиме для развития выносливости у велосипедистов-шоссейников: маг. дис. / В.А. Сучков. – Краснодар, 2019. – 70 с.
3. Сучков В.А. Использование статодинамических упражнений в велосипедном спорте на шоссе / В.А. Сучков, В.З. Яцык, В.А. Агасьян // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – Краснодар, 2018. – 48 с.

## СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА БОБСЛЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В МЕЖСЕЗОНЬЕ

С.В. Фомин

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

**Аннотация.** В работе на основании анализа литературы дается определение дефиниции «межсезонье», определены его сроки и содержание у бобслеистов высокой квалификации.

**Ключевые слова:** межсезонье, тренировочный процесс, структура, содержание.

В современной теории спорта спортивный сезон — это период года, наиболее благоприятный для проведения учебных и тренировочных занятий и соревнований по данному виду спорта.

В каждом виде спорта спортивный сезон имеет свои традиции и особенности. В связи с тем, что даты и сроки важных соревнований остаются неизменными, это позволяет спортсменам лучше подготовиться к ним [1].

В связи с широким диапазоном определения «сезон», в спорте нет единого подхода к пониманию и толкованию дефиниции «межсезонье».

В подготовке бобслеистов высокой квалификации под межсезоньем понимается временной период с момента окончания соревнований чемпионата России в середине марта и официальным началом подготовительного периода, т.е. до середины мая.

Основная цель тренировочного процесса в межсезонье – восстановить потраченные ресурсы и при этом сохранить уровень подготовки, наработанный за прошлые периоды [2].

Период межсезонья предшествует базовой целенаправленной работе на результат и продолжается от 4 до 6 недель и направлен на решение следующих задач:

- а) восстановление мышечной производительности;
- б) поддержание аэробной работоспособности.

В решении этих задач особую роль играет использование силовых упражнений, способствующих, с одной стороны, профилактике травматизма, с другой – положительно влияющих на формирование рациональной техники.

Следует определить необходимый и достаточный объем тренировочной работы, обеспечивающий и психологическую разгрузку, и сохранение соревновательных кондиций. Такой эффект могут обеспечить одноразовые тренировки в день [3].

В исследуемом годичном цикле бобслеисты приступили к тренировкам с начала апреля после двухнедельного отпуска. Завершился период межсезонья проведением централизованного тренировочного сбора с 28 апреля по 10 мая в г. Кисловодске. В указанный период тренировочный процесс осуществлялся с преимущественной направленностью на совершенствование общей физической подготовленности, развитие силовой выносливости, силовых показателей, увеличение массы тела.

### Литература:

1. Головинов В.А. Тенденции и перспективы развития бобслея в олимпийском цикле 2014-2018 года / В.А. Головинов, В.Б. Парамзин // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2018 г., г. Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Часть 2. – 13 с.
2. Парамзин В.Б. Характеристика основных средств, используемых на учебно-тренировочных занятиях по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.Б. Парамзин, В.З. Яцык, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 249 с.
3. Яцык В.З. Планирование спортивной тренировки высококвалифицированных бобслеистов в олимпийском цикле в условиях централизованной подготовки / В.З. Яцык, О.С. Васильченко, В.А. Головинов // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2018. – № 1. – С. 97-98.

## ПРОБЛЕМА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»

И.С. Чубенко

Научный руководитель Л.П. Долгополов

**Аннотация.** В работе на основе литературных источников представлен анализ причин недостаточной физической подготовки спортсменов-туристов группы дисциплин «Дистанция пешеходная».

**Ключевые слова:** физическая подготовка, физические качества, спортсмен-турист, недостаток.

Физической подготовленностью спортсмена принято называть развитие физических качеств, проявляющихся в двигательных способностях, необходимых при выполнении спортивных упражнений [1].

Физическая подготовленность связана с развитием двигательных способностей и дает спортсмену возможность выполнять движения с необходимой быстротой, силой, а также способствует разностороннему физическому развитию индивида [2].

Главной проблемой в спортивном туризме является недостаточная физическая подготовленность. Связано это с неправильным построением тренировочного процесса. То есть когда тренировка представляет собой работу с большим акцентом на технику, а не на развитие физических качеств.

Недостаток физических качеств сильно заметен, когда спортсмен-турист переходит с одного класса дистанции на другой (более высокий). На соревнованиях можно заметить, что спортсмен не проигрывает в технике, но сильно проигрывает в скорости и выносливости, что пагубно сказывается на прохождении дистанции, а также на итоговом результате [3].

Одной из причин возникновения недостатка физической подготовки является отсутствие необходимого инвентаря, а также нехватка полигонов для проведения тренировок и поддержания физической формы.

Важную роль в процессе воспитания физических качеств спортсмена играет тренер и его программа подготовки. В наше время спортивный туризм существует больше как хобби или внеурочные занятия для школьников, нежели как отдельный вид спорта. С этим связана малая заинтересованность тренеров в достижении высоких результатов своих спортсменов, сами педагоги не имеют достаточных знаний, чтобы грамотно построить тренировочный процесс. Из-за такого подхода к тренировкам, спортсмены-туристы не видят мотивации своего продвижения в данном виде спорта

### **Литература:**

1. <https://ru.m.wikipedia.org>
2. <https://dic.academic.ru>
3. Горелова Е.С. Специфические особенности соревновательной деятельности в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» в закрытых помещениях / Е.С. Горелова, Л.П. Долгополов, А.С. Подгорная // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – 14 с.

**РАЗВИТИЕ ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ  
НА ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ**

Л.Д. Чуханова

Научный руководитель доцент И.И. Горбиков

**Аннотация:** На основании проведенного анализа научно-методической литературы в статье описаны часто встречающиеся травмы лыжников-гонщиков на предсоревновательном этапе подготовки, связанные с недостаточным уровнем развития вестибулярного аппарата, а также пути решения данной проблемы.

**Ключевые слова:** психофизиологическая нагрузка, равновесие, стабильность, динамическая устойчивость, вестибулярное сопротивление.

Психофизиологическая нагрузка лыжника требует большого расхода энергии и приводит к значительному переутомлению нервно-мышечного аппарата спортсмена. Во время тренировочных занятий и соревнований мышцы пояса верхних и нижних конечностей, а также поясничного отдела испытывают существенную нагрузку [2]. Длительность статического положения с умеренным изгибом приводит к переутомлению мышечного аппарата позвоночника, что отрицательно влияет на состояние межпозвоночных дисков [2]. Постоянная тенденция усложнения конфигурации лыжной трассы требует от лыжников специальной координации движений при спусках, поворотах, обгонах, преодолении подъемов. Острые повреждения миоэнтезического аппарата у лыжников встречаются довольно часто и составляют 53,34%. Среди острых травм опорно-двигательного аппарата лыжников превалируют травмы менисков коленного сустава, крестовидной и боковых связок, а также комбинированные повреждения капсулы-связочного аппарата. Острые травмы на сегодняшний день составляют 32,62% от всех патологии опорно-двигательного аппарата [1]. Синяки с обширным разрушением тканей и переломами длинных трубчатых костей относятся к числу наиболее тяжелых травм. К наиболее серьезным травмам также относятся вывихи в плечевом суставе, которые также могут появляться при падениях на дистанции.

В процессе лыжной гонки спортсмены должны четко ориентироваться в пространстве и времени, несмотря на возрастающее утомление, быстро и точно выполнять сложные движения в неустойчивой области в постоянно изменяющихся условиях. Специалисты советуют лыжникам-гонщикам выполнять упражнения специфической 15-минутной тренировочной программы по предупреждению травм опорно-двигательного аппарата. Цель программы – научить спортсменов стратегии избегания травмы путем избегания уязвимых позиций, повышения специальной гибкости и силы, а также повышения проприоцепции (восприятия положения тела в пространстве). Она подразумевает включение в подготовительную и заключительную части тренировочного занятия плайометрических упражнений. Упражнения из этой программы могут дополнить или заменить традиционную разминку.

**Литература:**

1. Подгорная А.С. Развитие скоростно-силовых качеств студентов средствами лыжной подготовки на учебно- оздоровительных сборах в среднегорье / А.С. Подгорная, В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2018. – КГУФКСТ (Краснодар). – С. 85-90.
2. Яцык В.З. Методика начального обучения студентов в лыжероллерном спорте / В.З. Яцык, И.И. Горбиков, О.С.Васильченко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2014. – № 1. – С. 226-227.

## **ВОССТАНОВЛЕНИЕ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНА ПОСЛЕ ГОНОК В ВЕЛОСИПЕДНОМ СПОРТЕ**

**В.Г. Шарахматова**

**Научный руководитель доцент А.А. Капустин**

**Аннотация.** В данной работе проведен анализ научно-методической литературы по применению средств восстановления велосипедистов-шоссейников.

**Ключевые слова:** восстановление, утомление, физическая подготовленность, велоспорт.

Основой для разработки системы восстановления в спорте являются представления о механизме утомления и восстановления.

Процесс восстановления является предметом изучения спортивной науки, это свидетельствует о важности этого вопроса. Часто молодые гонщики не успевают полностью восстановиться и у них падают результаты, они принимают решение увеличить интенсивность тренировок, что еще больше вредит и это становится замкнутым кругом. Неспособность восстановиться может вызвать или усугубить травму.

Высокие нагрузки, переносимые спортсменами, требуют усиленного поиска средств восстановления их работоспособности. Преодоление утомления, возникающего в процессе соревновательной деятельности, порождает высокую результативность в спорте [1].

Восстановление организма после работы является важнейшим этапом подготовки спортсмена, ведь чем лучше спортсмен отдохнет, тем продуктивнее он будет работать. Хорошо подготовленный и уставший спортсмен менее работоспособен, чем не подготовленный и отдохнувший спортсмен. На равной соревновательной дистанции у второго результат будет лучше. Восстановление спортсмена чуть ли не важнее его подготовки, поэтому нужно грамотно сочетать работу с восстановлением. Выбор способов восстановления зависит от возраста, квалификации, подготовительного этапа, индивидуальных особенностей и т.д. Но от правильного выбора зависит продуктивность всей работы.

Многочисленные эксперименты показывают, что спортивные нагрузки тесно связаны с восстановлением организма спортсмена.

Восстановление – неотъемлемая часть тренировочного процесса, не менее важная, чем сама тренировка [2]. Наиболее рациональное применение восстановительных средств может стать верным толчком для совершенствования спортивного мастерства.

Таким образом, в современном спорте с его огромными нагрузками и короткими периодами отдыха полноценное восстановление невозможно без использования комплекса восстановительных средств (педагогических, медико-биологических, психологических).

### **Литература:**

1. Восстановление работоспособности спортсменов при занятиях гребным спортом: учебное пособие / С.А. Лебедева, Е.В. Тяглова, Ю.П. Корнилов, Т.А. Кошель, Т.М. Бундикова. – Волгоград: ФГОУВПО «ВГАФК», 2011. – 115 с.

2. Средства восстановления и повышения работоспособности в спорте (Лекция) Доцент кафедры ЛФК и СМ к.м.н. заслуженный врач России Чудимов В.Ф.

## РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ДИСЦИПЛИНЫ «МАРШРУТ ГОРНЫЙ» В ВОЗРАСТЕ 14-16 ЛЕТ

Д.С. Шилов

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

**Аннотация.** В работе на основе анализа литературных источников представлены средства и методы развития выносливости у спортсменов-туристов в возрасте 14-16 лет.

**Ключевые слова:** выносливость, спортсмены-туристы, маршрут горный, работоспособность.

Выносливость – это способность индивида преодолевать утомление. Развитие именно этого физического качества является одним из самых важных условий сохранения нормального двигательного образа жизни. Выносливость играет решающую роль в определении работоспособности. Данное качество есть у каждого человека, но уровень развития разный. Выносливость передается на генетическом уровне, поэтому она может быть как врожденная, так и приобретенная [1].

В группе дисциплин «Маршрут горный» спортсменам нужно на протяжении длительного времени преодолевать физические нагрузки, что утомительно воздействует на организм, истощая его.

Чтобы турист мог в течение всего дня проходить большие расстояния и чувствовать себя физически комфортно, следует уделить особое внимание тренировочному процессу. В подростковом возрасте вся подготовка направлена именно на выполнение этой задачи.

Для развития выносливости тренер должен подбирать физические упражнения с собственным весом и с дополнительными отягощениями. Примером этого могут служить такие способы тренировок, как: длительная ходьба на возвышенность с изменением темпа. Бег по пересеченной местности, как с собственным весом, так и с различными утяжелителями. Также не стоит забывать об упражнениях на ноги, которые выполняются с высокой амплитудой. Это позволяет хорошо проработать нужные группы мышц.

Еще важно акцентировать внимание на мышцы спины, так как подростку нужно нести на своих плечах в среднем 15 кг. Стоит добавить в тренировочный процесс следующие упражнения: сгибание-разгибание туловища, упражнения на перекладине с собственным весом.

Наиболее продуктивным считается такой процесс тренировок, который позволяет не только улучшать результаты спортсмена, но и ускорять адаптацию организма к изменяющимся условиям окружающей среды [2].

Спортсмен-турист должен быть готов к серьезным нагрузкам, которые могут быть на маршруте, ведь иногда приходится нагонять километры из-за упущенного времени, либо не благоприятных погодных условий.

### Литература:

1. Долгополов Л.П. Выносливость спортсменов туристов как способность их конкурентоспособности // Курорты. Сервис. Спортивный туризм. – 2015. – № 3-4 (28-29). – С. 31-34.

2. Чеснокова А.С. Развитие скоростно-силовой выносливости в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» / А.С. Чеснокова, Л.П. Долгополов // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2014. – С. 164-166.

**СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ПОДГОТОВКЕ БЕГОВЫХ ЛЫЖ****Г.В. Эрднигоряева****Научный руководитель доцент И.И. Горбиков**

**Аннотация.** На основании проведенного анализа научно-методической литературы в работе рассматривается история совершенствования беговых лыж, а также современные тенденции в их подготовке.

**Ключевые слова:** скользящая поверхность, парафин, беговые лыжи, фторуглерод.

На протяжении многих лет лыжная экипировка, в том числе и спортивно-беговые лыжи, постоянно совершенствовалась [2]. Если раньше для изготовления лыж использовалось дерево, то сейчас его почти полностью заменили синтетические материалы. Эти изменения способствовали существенному улучшению характеристик беговых лыж. Синтетические материалы позволили сохранить необходимую жесткость лыж, существенно снизив их вес. Современные лыжи стали не только легче, но и красивее, а самое главное – улучшились их скользящие свойства. Некоторое время производителями лыж применялся легко стираемый и плохо держащий смазку АБС пластик, который практически полностью вытеснен из рынка изготовления лыж полиэтиленом сверхвысокой молекулярной массы. Синтетическая структура скользящей поверхности современных лыж изготавливается в соответствии с предполагаемым стилем катания, для конкретного температурного диапазона. Особенно это касается моделей лыж, используемых в спортивных целях, где производители используют амфорный полиэтилен. Следует отметить, что это снижает прочность, общее время эксплуатации лыж, а также усложняет процедуру ремонта скользящей поверхности. Например, в лыжах обычных моделей используется пластик без добавок, он дешевле и легко реставрируется, но качество скольжения хуже, чем у пластика, содержащего определенные добавки [3]. На колодку скользящей поверхности лыж для начинающих, и иногда в лыжах среднего уровня наносится специальная клиновидная структура, которая не мешает лыже скользить вперед, но предотвращает отдачу. Такие лыжи не требуют нанесения мази держания, но на обледенелой лыжне будут слегка проскальзывать при отталкивании, тормозить при спусках и на ровной поверхности. Структура может быть различной конфигурации и адаптирует лыжи к строго определенным условиям использования. Она улучшает скольжение за счет уменьшения площади контакта поверхности лыжи со снегом и снижения эффекта подсасывания в результате разрыва водяной пленки, образующейся при скольжении [1].

Процесс совершенствования способов передвижения на беговых лыжах и увеличения соревновательных скоростей не стоит на месте, стимулируя производителей постоянно искать прогрессивные материалы и конструкции в подготовке лыжного инвентаря.

**Литература:**

1. Васильченко О.С. Лыжные гонки как средство популяризации здорового образа жизни студентов / О.С. Васильченко, А.О. Фугаев, М. Го, Н.Н. Нихаенко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт: материалы конференции. – Краснодар. – Том 1. – 2019. – С. 67-71.
2. Полховский А.В. Современные конструкции и материалы для лыж / Труды БГТУ. Серия 1: Лесное хозяйство, природопользование и переработка возобновляемых ресурсов. – 2019. – С. 163-168.
3. Яцык В.З. Развитие лыжного спорта в Краснодарском крае / В.З. Яцык, О.С. Васильченко: Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2015. – № 1. – С. 220-221.

# **КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ**

УДК:796.034.2

## **К ВОПРОСУ О РАЗРАБОТКЕ РЕГИОНАЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО**

**Д.Р. Алдушина**

**Научный руководитель доцент С.П. Аршинник**

**Аннотация.** В работе обосновывается алгоритм разработки региональных испытаний и нормативов ВФСК ГТО.

**Ключевые слова:** методика разработки, региональные тесты (испытания), нормативы, комплекс ГТО.

Известно, что одним из основополагающих принципов современного Комплекса ГТО является принцип учета региональных особенностей и национальных традиций [1]. Однако если другие принципы ГТО еще относительно реализуются, то указанный принцип в настоящее время практически не выполняется.

В этой связи нами выдвинуто предположение, что разработка региональных (для Краснодарского края) испытаний (тестов) и нормативов Комплекса ГТО позволит повысить процентное соотношение граждан, способных выполнить нормативы ВФСК ГТО.

Объектом данного исследования послужил процесс физической подготовки населения Краснодарского края. Предметом исследования явились региональные испытания (тесты) и нормативы ВФСК ГТО.

Цель работы состояла в разработке региональных (для территории Краснодарского края) испытаний и нормативов Комплекса ГТО.

Для достижения поставленной цели были определены следующие задачи исследования:

1. Разработать технологию региональных испытаний и нормативов ГТО.
2. Обосновать целесообразность использования разработанных тестов и нормативов.
3. Определить эффективность предложенной технологии.

Алгоритм решения указанной проблемы, по нашему мнению, может быть следующим:

- 1) провести анкетный опрос заинтересованных лиц (специалистов), направленный на выявление наиболее популярных у населения края тестов (испытаний);
- 2) осуществить статистическую обработку полученной информации с определением наиболее приоритетных испытаний, которые также могут являться стандартизированными пробами для оценки физической подготовленности населения региона;
- 3) посредством использования стандартных методик разработать нормативы (для бронзового, серебряного и золотого знаков отличия) наиболее популярных видов испытаний;
- 4) апробировать разработанные региональные тесты и нормативы;
- 5) согласовать разработанные тесты и нормативы с Министерством спорта РФ и внедрить их в практику реализации комплекса ГТО.

### **Литература:**

1. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 года № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) // Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы / Н.В. Паршикова, В.В. Бабкин, П.А. Виноградов, В.А. Уваров. – М.: Сов. спорт, 2014. – С. 5-10.



**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ГИМНАЗИИ № 36 г. КРАСНОДАРА  
ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ГОТОВНОСТИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО**

**Н.А. Атаманов**

**Научный руководитель доцент С.П. Аршинник**

**Аннотация.** В данной работе показатели физической подготовленности учащихся МАОУ СОШ № 36 г. Краснодара сопоставляются с нормами комплекса ГТО. Полученные результаты свидетельствуют о недостаточном уровне физической подготовленности современных школьников.

**Ключевые слова:** мониторинг, физическая подготовленность, комплекс ГТО, модельные значения.

Известно, что мониторинг физического состояния, проводимый ежегодно в г. Краснодаре, позволяет выявить проблемы, связанные с физической подготовленностью школьников.

В октябре 2019-2020 учебного года проводился мониторинг физической подготовленности учащихся гимназии № 36 г. Краснодара, в котором также приняли участие 113 обучающихся 5-6 классов (59 мальчиков и 54 девочек). Для определения уровня физической подготовленности были использованы такие испытания, как бег на 60 м, челночный бег 3x10 м, бег на 1500 м, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, подтягивание на высокой и низкой перекладине и поднимание туловища из положения лежа за 1 мин [1]. Данные тесты также соответствуют испытаниям III ступени ВФСК «ГТО» (возрастная категория 11-12 лет). Полученные данные мониторинга и сравнение их с нормами ГТО представлены в таблице.

Таблица – Степень готовности учащихся гимназии № 36 г. Краснодара выполнить нормативы ВФСК ГТО

Пол \ Знак	Золотой	Серебряный	Бронзовый	Не выполнили
Мальчики	-	10,2±3,9%	5,1±2,9%	84,8±4,7%
Девочки	-	7,4±3,6%	3,7±2,6%	88,9±4,7%

Анализ полученных в ходе исследования данных свидетельствует, что уровень готовности выполнить нормативные требования Комплекса ГТО исследуемых подростков крайне низкий и составляет у мальчиков всего 15,3%, а у девочек – 11,1%. Столь низкий уровень готовности к испытаниям ГТО у представителей обоих полов обусловлен, прежде всего, недостаточным развитием выносливости: у мальчиков тест «бег на 1500 м» способны выполнить лишь 33,9% испытуемых, а у девочек – 35,2%. Кроме того, у подростков мужского пола наблюдается низкое развитие силовых способностей (тест «подтягивание на высокой перекладине» успешно выполнили 38,9%) и гибкости (тест «наклон вперед из положения стоя» выполнили на норматив 40,7%).

В то же время успешно выполненными можно считать такие испытания, как «поднимание туловища из положения лежа за 1 мин» (успешно выполнили 81,4% мальчиков и 100% девочек); «челночный бег 3x10 м» (83,1% мальчиков и 88,1% девочек); «прыжок в длину с места» (71,2% мальчиков и 74,6% девочек).

**Литература:**

1. Мониторинг физического состояния: учебное пособие / С.П. Аршинник. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 76 с.

**АНАЛИЗ ВЫСТУПЛЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
В ПРЫЖКЕ В ДЛИНУ И В ТРОЙНОМ ПРЫЖКЕ В ТЕЧЕНИЕ ЛЕТНИХ  
И ЗИМНИХ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ СЕЗОНОВ 2017-2019 ГГ.**

**М.С. Белевская**

**Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина**

**Аннотация.** В данной работе приведен анализ результатов прыгунов в длину и в тройном прыжке, показанных в различные соревновательные периоды.

**Ключевые слова:** легкая атлетика, зимний сезон, летний сезон, анализ, прыжок в длину, тройной прыжок.

Известно, что в планировании тренировочного процесса в легкой атлетике существуют два соревновательных периода – летний и зимний. Первый проводится на открытом воздухе (стадион) с апреля по октябрь, второй – в закрытых помещениях (легкоатлетический манеж) с декабря по март. Легкая атлетика – летний вид спорта, поэтому спортсмены готовятся преимущественно к соревнованиям летнего сезона. Соревнования в закрытых помещениях начали проводить в рамках истории не так давно, а точнее – с середины XX века, и по сей день они имеют второстепенное значение [1].

Целью нашего исследования являлся анализ результатов лучших прыгунов в длину и в тройном прыжке Краснодарского края, показанных на главных стартах (чемпионат России в помещении и чемпионат России), что позволило сделать заключение о подготовке к соревнованиям представителей данных легкоатлетических дисциплин (таблица 1).

Таблица 1 – Результаты ведущих прыгунов команды Краснодарского края в прыжке в длину и в тройном прыжке с 2017 по 2019 год на чемпионатах России

№	Фамилия, имя, год рождения	Дисциплина	Зимний сезон результат (м) / место			Летний сезон результат (м) / место		
			2017	2018	2019	2017	2018	2019
1.	П-к А., 1993	Прыжок в длину	8,21 1	8.02 2	7.76 3	8.22 1	7.64 5	8.01 1
2.	П-й С., 1989	Прыжок в длину	7.54 8	—	7.12 15	8.13 2	—	7.56 8
3.	Р-в А., 1997	Прыжок в длину	7.69 5	7.87 3	7,90 2	7,39 12	7.57 7	7.85 4
4.	С-н Д., 1992	Тройной прыжок	—	16.65 3	16.83 2	16.95 2	16.76 3	17.31 1

На первый взгляд не видно особых различий в результатах зимнего и летнего соревновательных сезонов, но все же на открытом воздухе спортсмены показали более далекие прыжки. Равномерное распределение соревновательных результатов объясняется несколькими причинами: 1) в закрытых помещениях нет влияний окружающей среды (ветер, дождь т.д.), которые вызывают большие затруднения при выполнении данных сложных координационных упражнений; 2) от результатов, показанных в главных соревнованиях сезона, зависит заработная плата спортсменов, что мотивирует их к показу высокого спортивного результата.

**Литература:**

1. Шубина Н.Г. Повышение профессионального мастерства; легкая атлетика: курс лекций / Н.Г. Шубина, М.С. Шубин. – Краснодар, КГУФКСТ, 2017. – 140 с.

## ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

С.А. Гзогян

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации, подготовленной на основе анализа литературы, представлена классификация тренировочных мероприятий для спортсменов, специализирующихся в легкой атлетике.

**Ключевые слова:** спортсмен, тренировочное мероприятие, этап подготовки.

Тренировочные сборы в подготовке спортсменов имеют глобальное значение, а заключается это в следующем: спортсмен и тренер полностью погружаются в тренировочный процесс, отвлекаясь от внешних факторов; тренировки способствуют более качественному повышению уровня общей физической и специальной подготовленности, укреплению нервно-мышечного аппарата, активизации всех систем и органов, повышению мотивации к достижению высокого спортивного результата [2].

Целью исследования являлось выявление особенностей организации и проведения тренировочных мероприятий в легкой атлетике. В Федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика» (далее Стандарт), утвержденном Минспорта России в 2019 году, тренировочные мероприятия (ранее они именовались «тренировочные сборы») классифицируются по двум направлениям. Первое направление предполагает организацию и проведение тренировочных мероприятий, направленных на подготовку к соревнованиям. В зависимости от ранга спортивного соревнования, данные мероприятия проводятся с целью подготовки к международным соревнованиям; чемпионатам, кубкам и первенствам страны; всероссийским соревнованиям, соревнованиям субъектов Российской Федерации. Состав участников определяется организацией, проводящей спортивную подготовку, а количество тренировочных дней в период мероприятия регламентируется Стандартом и увеличивается от тренировочного этапа до этапа высшего спортивного мастерства. На этапе начальной подготовки такие мероприятия не планируются. Второе направление объединяет специальные тренировочные мероприятия для групп: спортивной специализации, совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства по следующим направлениям подготовки: по общей или специальной физической (с участием не менее 70% от состава группы), восстановительные тренировочные сроком до 14 дней (как правило, после соревновательного сезона или после определенного соревнования); комплексного медицинского обследования (в соответствии с планом медицинского обследования). Предполагается проведение тренировочных мероприятий на этапах начальной подготовки и спортивной специализации в каникулярный период сроком до 21 дня, но не более двух мероприятий год (с количеством участников не менее 60% от состава группы). Также для спортсменов на этапе спортивной специализации, поступающих в училища Олимпийского резерва, возможно проведение просмотровых тренировочных мероприятий сроком до 60 дней (в соответствии с правилами приема в учебное заведение) [1].

Таким образом, тренировочные мероприятия в легкой атлетике решают задачи, направленные как на оздоровление лиц, специализирующихся в легкоатлетическом спорте, так и на совершенствование спортивного мастерства на различных этапах подготовки.

### Литература:

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика» / приказ Минспорта России № 673 от 20.08.19 г). – Доступ из справ.-правовой системы Гарант. – Текст: электронный.
2. Шубина Н.Г. Повышение профессионального мастерства: легкая атлетика: курс лекций / Н.Г. Шубина, М.С. Шубин. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 71-78.

## ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА «САМБО В ШКОЛУ»

А.М. Гришаева

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

**Аннотация.** В представленной публикации на основе анализа научной литературы рассматриваются особенности реализации всероссийского проекта «Самбо в школу». Установлено, что из трех основных направлений реализации данного проекта наибольшие трудности вызывает «урочное» направление его реализации.

**Ключевые слова:** проект «Самбо в школу», урок физической культуры.

В настоящее время в нашем крае активно реализуется проект, именуемый «Самбо в школу». Известно, что данный проект реализуется с 2015 года. При этом Краснодарский край являлся «пилотным» регионом по внедрению данной инновации [1].

На сегодняшний день главной задачей по его реализации является увеличение числа занимающихся данным видом единоборств.

Содержание программы «Самбо в школу» представлено модульной формой обучения, которая позволяет реализовывать проект в любом хронологическом порядке, а также адаптировать его под любые условия образовательного процесса.

Проект реализуется по трем самостоятельным направлениям:

1. В рамках третьего урока физической культуры.
2. В процессе внеурочной деятельности в рамках внеклассных занятий по физической культуре.
3. В рамках дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Рассматривая каждое из указанных направлений, стоит отметить, что по 2-му, а также 3-му направлениям уже сформированы и достаточно активно реализуются соответствующие программы [2].

Вместе с тем, по первому направлению (реализация уроков самбо в рамках третьего часа физической культуры) имеются определенные проблемные моменты, связанные с организацией подобных уроков.

Таким образом, необходимо проведение исследования, направленного на проектирование уроков физической культуры, основным компонентом которых является самбо.

### Литература:

1. Гришаева А.М. Состояние вопроса внедрения всероссийского проекта «Самбо в школу» в Краснодарском крае / А.М. Гришаева, Л.А. Якимова // Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации» (29-30 ноября 2019 г., г. Краснодар) / ред. коллегия: С.М. Ахметов, Г.Д. Алексанянц, Г.Б. Горская, Е.М. Бердичевская, Е.А. Пархоменко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 103 с.
2. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по самбо / Авт.-сост. С.Е. Табаков, Е.В. Ломакина; под общ. ред. В.Ш. Каганова. – М., 2016. – 56 с.

## **ИНТЕНСИФИКАЦИЯ В ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ БАРЬЕРИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

**Д.В. Ежов, Е.А. Травкина**

**Научный руководитель доцент М.С. Шубин**

**Аннотация.** В данной работе обозначена важность интенсификации в технической подготовке барьеристов высокой квалификации. Автор предлагает использовать интенсификацию в построении тренировочного процесса спортсменов-барьеристов высокой квалификации.

**Ключевые слова:** интенсификация, тренировочный процесс, барьеристы высокой квалификации, техническая подготовка, специальная барьерная работа.

По наблюдениям А.П. Бондарчук [3], спортсмены в возрасте от 22-28 лет обладают обширной зоной оптимальных возможностей для показа максимальных спортивных результатов. При этом объем тренировок и специальных упражнений барьериста достигает максимума именно в этот промежуток времени. В этих условиях следует более тщательно подходить к построению тренировочного процесса, но одного этого условия недостаточно.

Следует также обратить внимание на интенсификацию, как возможность сохранения и увеличения объема тренировочных нагрузок барьеристов высокой квалификации без снижения качества тренировок [2].

Интенсификация в годичном цикле подготовки должна быть обеспечена за счет усложнения тренировочной программы от подготовительного этапа до соревновательного этапа, и на основе периодического контроля динамики специальных, физических и технических возможностей спортсменов высокой квалификации [1].

Интенсификация тренировочного процесса барьеристов высокой квалификации в годичном цикле подготовки и на всем пути спортивного совершенствования должна проводиться с соблюдением следующих условий [3].

- увеличения суммарного объема тренировочной работы, выполняемой на этапе высшего спортивного мастерства;
- глубокой мобилизации функциональных возможностей организма спортсменов-барьеристов;
- включение дополнительных эффективных средств восстановления после напряженных нагрузок.

Основные направления интенсификации тренировочного процесса барьеристов высокой квалификации позволяют следующее: расширить набор средств и методов в годичном цикле тренировки, что помогает не ограничивать спортсмена в использовании скоростно-силовых упражнений, выполняемых на высоком уровне интенсивности; специальных упражнений, выполняемых в тяжелых и нестандартных условиях; изменения в наборе силовых упражнений (бега в гору, бега с тягой, специальных упражнений со штангой и на специальном оборудовании) и другое [4].

Таким образом, по нашему мнению, интенсификация тренировочного процесса спортсменов-барьеристов высокой квалификации позволяет применять инновационные подходы и корректировать тренировочный процесс.

### **Литература:**

1. Анисимова Е.А. Новые подходы к разработке критериев оценки ритмичности бегового шага в легкой атлетике / Е.А. Анисимова, А.П. Чернышева // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 4. – С. 69-71.
2. Балобанов А. Тренироваться по системе / А. Балобанов // Легкая атлетика. – 2016. – № 7-8. – С. 16-20.
3. Бондарчук А.П. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса / А.П. Бондарчук. – М.: Олимпия Пресс, 2007. – 272 с.
4. Зеленцова Т. Барьерные упражнения и тренировка легкоатлетов / Т. Зеленцова // Легкая атлетика. – 2009. – № 12. – С. 19-20.

## ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ДЮСШ

Е.А. Карпунина

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации рассматривается вопрос применения скоростно-силовых упражнений в тренировке юных легкоатлетов.

**Ключевые слова:** скоростно-силовые упражнения, начальный этап подготовки, прыжки в глубину, прыжковые упражнения.

В теории и практике легкой атлетики одно из важных мест занимает проблема скоростно-силовой подготовки, особое значение она имеет для скоростно-силовых дисциплин. Правильный подбор скоростно-силовых упражнений на этапах начальной подготовки и начальной специализации имеет особую актуальность [1].

В рамках педагогического эксперимента продолжительностью пять недель была апробирована методика, в которой в каждое тренировочное занятие экспериментальной группы (группы начальной подготовки детско-юношеской спортивной школы, далее ДЮСШ) были системно включены скоростно-силовые упражнения различной направленности, включая «острые» тренировочные средства.

Занятия в экспериментальной группе строились по методу круговой тренировки, упражнения прыжкового характера чередовались с силовыми локальными упражнениями. Так называемые острые упражнения выполнялись в виде: прыжков в глубину с высоты 30-40 сантиметров; выпрыгивания вверх из положения полуприседа с отягощением (мешочек с песком весом 5 килограммов). Также применялись такие упражнения, как бег с ускорением на 20 и 30 метров с хода, разнообразные прыжковые упражнения – «высокие» и «длинные», прыжки в длину с короткого и среднего разбега, метание набивного мяча из различных исходных положений.

В качестве контрольных упражнений для определения эффективности предложенной методики были использованы: бег на 60 метров, прыжок в длину с места, тройной прыжок с места. По окончании педагогического эксперимента установлено достоверное улучшение средних результатов испытуемых экспериментальной группы в контрольных упражнениях: в беге на 60 метров результат изменился от 8,01 с до 7,96 с ( $r=0,671$ ); в тройном прыжке с места от 630,2 см до 644,5 см ( $r=0,669$ ); в прыжке в длину с места от 222,4 см до 227,9 см ( $r=0,674$ ).

В контрольной группе тренировочная нагрузка распределялась в соответствии с рабочей программой ДЮСШ для данной возрастной группы. При тестировании по окончании срока исследования средние результаты в контрольных упражнениях, хотя и достоверно улучшены ( $P < 0,05$ ), но незначительно: в беге на 60 метров на 0,01 с; в прыжке в длину с места на 1,2 см; в тройном прыжке с места на 1,4 см.

Несмотря на то, что достоверность различий первичных и конечных результатов контрольных упражнений была невысокой, но небольшой прирост показателей развития скоростно-силовых качеств у испытуемых экспериментальной группы все-таки дает основание утверждать, что комплексная тренировка на начальном этапе подготовки позволяет улучшать скоростно-силовые показатели юных легкоатлетов.

### Литература:

1. Аликин А.А. Повышение уровня скоростно-силовой подготовленности учащихся ДЮСШ первого года обучения методом круговой тренировки / А.А. Аликин, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин // Тезисы докладов XXXX научной конференции студентов и молодых ученых ВУЗов Южного федерального округа: материалы конференции. – Ч.1. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 11 с.

## СРЕДСТВА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В БАРЬЕРНОМ БЕГЕ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

А.А. Клещенок

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации на основе анализа литературы представлены основные средства тренировки, направленные на совершенствование уровня специальной подготовленности спортсменов, специализирующихся в барьерном беге.

**Ключевые слова:** барьерный бег, специальная подготовка, спортивный результат, специальные упражнения.

В специальной литературе, посвященной женскому барьерному бегу, вопросы общей и разносторонней физической подготовки освещены достаточно и в большом объеме, но так как именно уровень специальной подготовленности влияет на результат в основном соревновательном упражнении, появилась необходимость в определении средств и методов развития специальной подготовленности барьеристок [1].

В тренировочном процессе на этапе совершенствования спортивного мастерства решаются в основном задачи технической направленности, такие как: оптимизация техники в условиях максимального проявления физических и психических возможностей; предотвращение появления скоростного барьера или его преодоление. Важным является процесс совершенствования психологической и морально-волевой подготовки. На данном этапе подготовки в планы тренировочных занятий будут включены следующие упражнения: специальные барьерные упражнения и барьерный бег с преодолением различного количества барьеров; короткий и длинный спринт; средства ОФП и СФП; упражнения для преодоления скоростного барьера; прыжковые упражнения, плиометрические упражнения; упражнения с отягощениями и резиновыми амортизаторами; бег в затрудненных условиях; участие в соревнованиях на спринтерских дистанциях гладкого бега [2].

С целью совершенствования технического мастерства следует применять такие средства специальной подготовки, как барьерный бег: в соревновательных условиях; с одновременным стартом спортсмена на соседней дорожке, выполняющего бег с ускорением; с увеличенным стартовым разбегом; по наклонной дорожке вверх или вниз; в сочетании с бегом без барьеров; с расстановкой барьеров разной высоты; с утяжелителем весом от 0,5 до 2 кг (на поясе или на голеностопных суставах). Рекомендуется использование специальных упражнений с различными установками: на пробегание отрезка дистанции с максимальной скоростью; на преодоление стартового разбега и 1-го барьера быстро, а остальной части дистанции без наращивания скорости; на свободное начало бега от старта и постепенное наращивание скорости по дистанции; на быстрое преодоление барьеров и свободный, равномерный бег между ними; на бег с активным движением маховой ноги на сходе с барьера; на равномерное преодоление полной дистанции с небольшим запасом скорости, а также возможно использование средств интегрального воздействия на технику бега: бег с преодолением межбарьерного расстояния в 5 или 7 беговых шагов; бег с укороченного до 6-ти метров стартового разбега с последующим преодолением одного или двух барьеров; преодоление полной дистанции с сокращенным отрезком до линии финиша [1].

### Литература:

1. Задорожня В.Э. Динамика длины барьерного шага в беге на 400 метров с барьерами у женщин / В.Э. Задорожня, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых ВУЗов Южного федерального округа (декабрь 2013 – март 2014 года) г. Краснодар: материалы конференции. – Ч. II. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – С. 55-56.
2. Щенников Б.Ф. Барьерный бег для женщин (100 м с барьерами) / Б.Ф. Щенников. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 80 с.

## АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ УРОВНЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БЕГУНИЙ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БАРЬЕРНОМ БЕГЕ

А.А. Клещенок

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации представлены результаты исследования применения контрольных упражнений в тренировочном процессе барьеристок высокой квалификации.

**Ключевые слова:** барьерный бег, контрольные упражнения, техническая подготовленность, межбарьерное расстояние, временной интервал.

Планирование многолетней спортивной подготовки спортсменов, специализирующихся в беге на 100 метров с барьерами, предполагает круглогодичный и систематический процесс, решающий задачи совершенствования физических и технических способностей спортсмена, а также повышение функциональных возможностей организма. На каждом из этапов спортивной подготовки планирование тренировочного процесса должно осуществляться с учетом индивидуальных особенностей спортсменки, при этом в основе планирования необходимо учитывать следующие показатели: уровень результата в основном соревновательном упражнении и возможности для реализации двигательного потенциала; стиль и особенности техники барьерного бега; временная структура спортивного результата; уровень функциональной подготовленности, возрастные особенности; уровень объема тренировочных средств и их динамика на различных этапах годичного цикла; материально-техническое обеспечение тренировочных занятий и возможности осуществления процесса восстановления и реабилитации [1].

Целью исследования являлось определение основных контрольных упражнений, применяемых в тренировочном процессе ведущими отечественными и зарубежными спортсменками, специализирующимися в барьерном беге на 100 метров.

Стоит заметить, что все контрольные упражнения отражают практически каждую из сторон подготовленности спортсменки, специализирующейся в барьерном беге. Для контроля качества быстроты большинство бегуний применяют следующие контрольные упражнения: бег на 30 или 60 метров с хода; бег на 30 и 60 метров с низкого старта; бег на 150 или 200 метров (регистрация результата – «по движению»).

Такие упражнения, как прыжок в длину с места, тройной прыжок в длину с места, бросок ядра весом 3 кг через голову назад, приседание со штангой на плечах, применяются с целью контроля уровня скоростно-силовой подготовленности, в частности развития взрывной силы.

Наиболее обширны контрольные упражнения, анализирующие уровень технической подготовленности: лучший временной результат пробегания одного межбарьерного расстояния (от момента постановки маховой ноги на опору после преодоления барьера до момента отрыва ноги от опоры перед преодолением следующего барьера); время преодоления каждого из десяти барьеров дистанции (от момента отрыва ноги от опоры в момент отталкивания до момента постановки стопы на опору после преодоления барьера).

Результат в беге на 100 м с барьерами в условиях соревнований является обязательным в процессе контроля на данном этапе спортивного мастерства.

### Литература:

1. Щенников Б.Ф. Барьерный бег для женщин (100 м с барьерами) / Б.Ф. Щенников. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 80 с.



## СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ГОТОВНОСТИ К ИСПЫТАНИЯМ ВФСК ГТО I СТУПЕНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ГОРОДСКОЙ И СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ

К.С. Лихобабенко

Научные руководители доценты: С.П. Аршинник, В.Л. Соколов

**Аннотация.** В работе представлены результаты проведенного сравнения доли школьников, проживающих в сельской и городской местности, способных выполнить нормы ГТО первой ступени.

**Ключевые слова:** эффективность процесса физического воспитания, школьники, нормативы ВФСК ГТО.

В последнее время становится актуальным подход, в соответствии с которым эффективность процесса физического воспитания конкретного образовательного учреждения оценивается с учетом возможности его воспитанников выполнить нормативы ВФСК ГТО [1].

В этой связи целесообразно провести исследование, направленное на определение возможности выполнить нормативы ГТО детьми, проживающими в городской и сельской местности. Для проведения исследования нами были задействованы школьники 7-8 лет, отнесенных к I ступени ГТО.

Исследование включало тестирование школьников по программе испытаний ВФСК ГТО, а также сравнение полученных результатов по методу Стьюдента. Полученные в ходе исследования данные представлены в таблице.

Таблица – Сравнение количества школьников, обучающихся в сельской и городской школе, способных выполнить нормативы I ступени ГТО

Доля учащихся сельской школы, способных выполнить нормативы ГТО I ступени	Доля учащихся городской школы, способных выполнить нормативы ГТО I ступени	t; p
64,1± 6,78%	33,7±6,68 %	3,19; <0,01

Полученные в ходе исследования результаты свидетельствуют о том, что общая доля учащихся, проживающих в сельской местности, достоверно лучше справляется с испытаниями ГТО. Полученные результаты подтверждают аналогичные исследования, проведенные ранее [2]. Данный факт свидетельствует о более качественном процессе построения физического воспитания в сельской школе по сравнению с городской.

### Литература:

1. Аршинник С.П. Готовность школьников города Краснодара к выполнению «обновленных» нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, Г.Н. Дудка [и др.] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 9 (151). – С. 13-19.
2. Аршинник С.П. Сравнительная характеристика готовности к выполнению нормативов испытаний ВФСК ГТО I ступени городских и сельских школьников / С. П. Аршинник, В.Г. Леонтьева, И.А. Таратута // Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» и массовый спорт в системе здорового образа жизни населения: сб. материалов II Междунар. науч.-практ. конф. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2019. – С. 18-21.

## СРЕДСТВА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В МЕТАНИИ КОПЬЯ

Э.С. Маилова

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации представлены результаты анализа дневников тренировки метательниц копья, членов сборной команды страны на предмет определения основных тренировочных средств.

**Ключевые слова:** метание копья, тренировочные средства, этапы ОФП и СФП.

Современный этап развития отечественной и мировой легкой атлетики характеризуется обострением конкуренции на крупнейших соревнованиях. Объем и интенсивность нагрузок в подготовке спортсменов достигли критических величин, в последующем рост которых ограничивается возможностями организма человека. В этих условиях, когда дальнейший рост спортивных результатов в метании копья у женщин все меньше связывается с наращиванием объема тренировочной нагрузки, появляется необходимость систематизации средств специальной подготовки [1].

Целью исследования являлось определение основных тренировочных средств, применяемых в подготовке метательниц копья высокой спортивной квалификации.

Был проведен анализ дневников тренировки десяти высококвалифицированных спортсменок, специализирующихся в метании копья, членов сборной команды страны, который позволил нам выявить основные средства подготовки метательниц в различные периоды годичного цикла подготовки.

Для совершенствования скоростных способностей метательницы копья высокой квалификации применяют на этапе СФП в подготовительном периоде многочисленные беговые упражнения и в качестве контрольных – бег на 30 метров с низкого старта и с ходу.

В связи с тем, что метание копья является скоростно-силовым упражнением, применяется большое количество упражнений с отягощениями. В подготовительном периоде на этапе ОФП преобладают следующие упражнения, как правило, с большим количеством повторений и малой интенсивностью: тяга веса в положении лежа на гимнастическом коне; жим и рывок штанги в положении стоя; жим штанги в положении лежа; приседания и полуприседания со штангой на плечах. На этапе СФП значительно повышается интенсивность выполнения вышеназванных упражнений и добавляются: толчок штанги вверх из положения «штанга на груди»; взятие штанги на грудь; метание набивного мяча (вес 3 кг) с разбега.

Прыжковые упражнения – прыжок в длину с места и тройной прыжок с места включаются в тренировочные планы на всех этапах подготовки.

С целью совершенствования техники соревновательного упражнения кроме метания снаряда стандартного веса применяется метание утяжеленного (этап СФП) и облегченного копья (соревновательный этап), в условиях контрольных соревнований или прикидок выполняется метание снаряда весом 420 граммов, изготовленного из бамбука.

Таким образом, в тренировочном процессе женщин, специализирующихся в метании копья, имеет место значительный арсенал тренировочных средств, требующий дальнейшего совершенствования и использования в различных модификациях.

### Литература:

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

## К ВОПРОСУ ОБ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА МЕТАТЕЛЬНИЦ КОПЬЯ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Э.С. Маилова

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации на основе анализа многолетней динамики тренировочной нагрузки показано преимущество индивидуализации построения тренировочного процесса женщин, специализирующихся в метании копья.

**Ключевые слова:** метание копья, тренировка, индивидуализация, нагрузка, средства силовой, технической и скоростно-силовой направленности.

Вопрос построения и организации тренировочного процесса в легкоатлетических метаниях неоднократно обсуждался многими спортивными учеными и тренерами, но лишь немногие из них рассматривали соответствие тренировочных нагрузок как индивидуальным возможностям метателя, так и уровню развития физических качеств [1].

Целью исследования являлся анализ многолетней динамики тренировочных нагрузок спортсменок, специализирующихся в метании копья, и обоснование экспериментальной методики индивидуализации подготовки автора работы.

Анкетирование тренеров, работающих с метателями копья высокой спортивной квалификации, и анализ дневников тренировки ведущих спортсменок-копьеметательниц позволили составить перечень средств специальной подготовки и рассчитать объемы тренировочных нагрузок в различные периоды годичного цикла подготовки.

На основе данных анализа динамики тренировочных нагрузок определена эффективность построения тренировочного процесса копьеметательниц высокой квалификации. Выявлено, что для оценки уровня специальной физической подготовленности квалифицированных метательниц копья к наиболее информативным контрольным упражнениям можно отнести: метание копья стандартного веса с полного разбега и с бросковых шагов ( $r=0,90$ ), метание утяжеленного копья ( $r=0,91$ ), метание облегченного копья ( $r=0,85$ ), прыжок в длину с места ( $r=0,79$ ), бег с ускорением на 30 метров с ходу ( $r=0,73$ ), полуприседания со штангой на плечах ( $r=0,74$ ), рывок штанги ( $r=0,82$ ).

Анализ динамики нагрузки автора работы показал превышение объемов применения (по сравнению со спортсменками высокого класса) средств силовой подготовки и отставание в применении средств технической и скоростно-силовой направленности. Выявленные различия позволили разработать экспериментальную методику индивидуализации построения тренировочного процесса в годичном цикле подготовки, в которой предполагалось снижение на 15% количества тренировочных занятий и на 40% упражнений силовой направленности, и в то же время повышение общего объема упражнений технической направленности (на 30%) и на 25% скоростно-силовых упражнений.

По результатам применения индивидуальной методики построения тренировочного процесса в годичном цикле подготовки у автора работы, мастера спорта РФ, достоверно ( $P < 0,05$ ) повысился на 3 м 14 см спортивный результат в метании копья.

Таким образом, мы с уверенностью можем говорить о том, что анализ многолетней динамики параметров тренировочной нагрузки дает основание на внесение коррективов в тренировочный процесс метательниц копья высокой квалификации и способствует разработке индивидуальной методики тренировки.

### Литература:

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

## АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ МАЛЬЧИКОВ, УЧАЩИХСЯ МБОУ СОШ №78 г. КРАСНОДАРА

Ю.Г. Мартыненко

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

**Аннотация.** В работе представлены результаты исследования показателей физической подготовленности учащихся мужского пола МБОУ №78 г. Краснодара.

**Ключевые слова:** школьники, физическая подготовленность, тестирование, мониторинг.

Известно, что мониторинг – есть процесс наблюдения за каким-либо объектом, оценка его состояния, осуществление контроля и прогнозирования его результатов [2]. Также известно, что в г. Краснодаре мониторинг физической подготовленности школьников проводится два раза в год. Это мероприятие позволяет отслеживать изменение физического состояния школьников в течение учебного года.

В осеннем этапе мониторинга 2019-2020 учебного года приняли участие обучающиеся МБОУ СОШ № 78 г. Краснодара. Всего в исследовании были задействованы 305 учащихся мужского пола. Программа обследования включала контрольные двигательные задания, которые соответствовали испытаниям действующего комплекса ГТО [1]. Результаты, полученные школьниками, сопоставлялись с модельными значениями, соответствовавшими нормативам ВФСК ГТО [3]. Полученные сопоставительные данные представлены в таблице.

Таблица – Соответствие модельным значениям показателей физической подготовленности обучающихся мужского пола МБОУ СОШ № 78 (в %)

Бег на 30 м, 60м	Челночный бег 3x10м	Бег на 1000,1500 2000 м	Прыжок в длину с места	Наклон вперед, стоя	Подтягивание на перекладине	Поднимание туловища	Средн. %
98,8	101,0	96,4	100,8	17,9	123,0	118,9	93,8

Анализ полученных в ходе исследования данных свидетельствует, что общий уровень физической подготовленности мальчиков – учащихся 78-й школы не достигает модельных значений и составляет лишь 93,8% от должного. При этом установлено, что данный недостаток, прежде всего, обусловлен очень низкими показателями гибкости мальчиков, которые у них сформированы всего на 17,9% от нормы.

Таким образом, процесс коррекции уровня физической подготовленности учащихся мужского пола МБОУ СОШ № 78 следует начинать с повышения уровня гибкости.

### Литература:

1. Диагностика и особенности физического состояния школьников. I часть: учебно-методическое пособие / С.П. Аршинник, В.И. Тхорев, В.В. Кутепова, Н.Д. Фролова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 69 с.
2. Мониторинг физического состояния: учебное пособие / С.П. Аршинник. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 76 с.
3. Оценка физической подготовленности обучающихся в соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, Г.Н. Дудка, К.В. Малашенко, В.И. Тхорев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 8 (174). – С. 21-27.

## ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ ИНТЕРНАЦИОНАЛЬНОЙ АССОЦИАЦИИ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ФЕДЕРАЦИЙ (ИААФ)

А.О. Мельникова

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации представлены материалы исследования организационного строения высшего органа управления мировой легкой атлетики, основанные на анализе источников литературы.

**Ключевые слова:** ИААФ, Конгресс, Совет, континентальные ассоциации.

Целью исследования являлось определение основных направлений работы руководящего органа мировой легкой атлетики.

Сформирована ИААФ в 1912 году, членами ее являются национальные государственные федерации (по состоянию на 01.11.2019 – 217 федераций). ИААФ имеет следующие цели: распространять и совершенствовать легкую атлетику по всему миру; быть мировым управляющим органом легкой атлетики; корректировать вид спорта, разрабатывая правила, регламенты, а также судебную систему, которая обеспечит выполнение всех функциональных обязанностей; оказывать поддержку развитию, организации и распространению вида спорта в мировом масштабе через континентальные ассоциации и национальные федерации; полностью отвечать за организацию, контроль и арбитраж состязаний по легкой атлетике в программе Олимпийских игр. Основопологающим документом ИААФ является Конституция. В соответствии с Конституцией, ИААФ подразделяется на шесть мировых географических регионов: Азия; Африка; Европа; Северная, Центральная Америка и страны Карибского бассейна; Южная Америка; Океания [3].

Высшим органом ИААФ является Конгресс, который созывается не реже одного раза в два года. Полномочия Конгресса обозначены в Конституции, основными из них являются: принимать, отстранять, восстанавливать национальные федерации; изменять Конституцию; выбирать и смещать членов Президиума и Совета; утверждать и корректировать Всемирный легкоатлетический план; устанавливать размер членского взноса и др. Главой ИААФ является избранный Конгрессом Президент. В состав Совета ИААФ входят: четыре вице-президента (в том числе один старший); шесть президентов континентальных ассоциаций; тринадцать индивидуальных членов. Обязательным является гендерное соотношение членов Совета: не менее семи членов женского пола в 2019 году, десяти – в 2023 и тринадцати – в 2027. Срок полномочий для всех членов Совета составляет четыре года [1].

Для оперативного решения вопросов между заседаниями Совета избирается Исполнительный комитет ИААФ, в состав которого входят президент, вице-президенты, три члена и исполнительный директор, а для организации работы по различным направлениям деятельности, в ИААФ созданы комиссии: техническая (решает вопросы правил соревнований), спортсменов, по допингу, по кроссам и пробегам, дисциплинарная комиссия [2].

В настоящее время легкая атлетика испытывает определенные трудности, связанные с тем, что в ее состав входят традиционные дисциплины, которые неизменны уже многие десятилетия, и требуются кардинальные изменения программы вида спорта, которые должны быть решены органами управления мировой легкой атлетики.

### Литература:

1. Конституция ИААФ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pusathletics-info> – Федерация – Документы – Документы ИААФ и ЕАА – Конституция ИААФ 2019. – 69 с.
2. Филиппов С.С. Спортивная федерация: управление, информация: монография / С.С. Филиппов, В.В. Ермилова. – СПб.: Изд-во Политех, ун-та, 2008. – 172 с.

3. Шубина Н.Г. Повышение профессионального мастерства: легкая атлетика: курс лекций / Н.Г. Шубина, М.С. Шубин. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 4-23.

## МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕХНИКИ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ГОРИЗОНТАЛЬНЫХ ПРЫЖКОВ

А.О. Мельникова

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации представлены материалы исследования технической подготовленности прыгунов в длину и в тройном прыжке с применением модельных характеристик.

**Ключевые слова:** модельные характеристики, горизонтальные прыжки, техника, углы отталкивания и постановки ноги на опору.

В настоящее время вопрос технической подготовленности прыгунов является одним из актуальных в процессе спортивной подготовки. Техника прыжка во многом зависит от того, как и в каком объеме спортсмен и тренер применяют в спортивной тренировке различные показатели модельных характеристик, что и обуславливает актуальность нашей работы.

В процессе выполнения горизонтальных прыжков спортсмен достигает высоких показателей в скорости разбега, которые чередуются со значительными динамическими нагрузками в момент отталкивания, что требует от прыгуна высокого уровня технической подготовленности, именно этим и объясняется необходимость моделирования не только процесса подготовки легкоатлета, но и обязательность моделирования уровня овладения техническими элементами прыжка [1].

В тройном прыжке в качестве модельных характеристик применяются следующие кинематические и динамические параметры прыжка: скорость движения перед отталкиванием; время отталкивания; углы: постановки ноги на отталкивание, отталкивания, наибольшего сгибания толчковой ноги в коленном суставе, между бедрами при постановке ноги на опору, между бедрами при отрыве ноги от опоры; вылета и снижения и изменения направления движения ОЦМТ; амплитуда отталкивания (от угла постановки до отталкивания) и маха ног; средние вертикальные усилия; длина и высота полетной фазы.

В прыжке в длину с разбега модельные характеристики несколько другой направленности: скорость и темп бега на 3-м, 4-м и 5-м шагах от бруска отталкивания; время отталкивания; углы: постановки ноги на отталкивание, между бедрами при постановке ноги на отталкивание и в момент отрыва ноги от опоры, снижения таза в момент приземления; положение туловища в момент отталкивания.

В процессе совершенствования техники любого из горизонтальных прыжков необходимо ориентироваться на такие показатели, как угол вылета спортсмена после отталкивания и начальную скорость вылета. В среднем угол вылета спортсмена в пределах от 20 до 22°, если угол вылета выше среднего показателя, компенсируется этот недостаток за счет наращивания начальной скорости вылета и скорости разбега, а при угле вылета ниже средних величин, спортсмену требуются дополнительные усилия в момент отталкивания.

Модельные характеристики легкоатлетических прыжков позволяют оценить уровень индивидуальной технической подготовленности спортсмена, определить отстающие технические показатели и разработать средства коррекции технического мастерства.

### Литература:

1. Шубин М.С. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных прыгунов в высоту способом «фосбери-флоп» // Материалы Всесоюзной научно-практической конференции: Научно-методическое обеспечение системы подготовки высококвалифицированных спортсменов и спортивных резервов. – М., 1990. – С. 363-364.

## СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ПО МЕДИЦИНСКИМ ГРУППАМ ШКОЛЬНИКОВ, ОБУЧАВШИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ В 2015 И 2019 ГГ.

А.С. Овчарова

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

**Аннотация.** В публикации представлена 4-летняя динамика количества учащихся г. Краснодара, отнесенных по состоянию здоровья к основной, подготовительной и специальной медицинским группам. Полученная информация свидетельствует о снижении учащихся основной группы и, наоборот, повышении лиц, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе.

**Ключевые слова:** обучающиеся, медицинские группы, динамика.

Известно, что важнейшей задачей физического воспитания в общеобразовательной школе является сохранение и укрепление здоровья обучающихся. Также известно, что в настоящее время уровень здоровья детей вследствие разных причин стремительно ухудшается. При этом одним из возможных путей отслеживания данной ситуации является мониторинг количества учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к медицинским группам: основной, подготовительной, специальной.

В 2018-2019 учебном году был проведен анализ процентного соотношения (доли) обучающихся пяти общеобразовательных организаций (школ и гимназий), отнесенных по состоянию здоровья к основной, подготовительной и специальной группам. При этом полученные результаты сопоставлялись с аналогичным, ранее (в 2015 г.) проведенным обследованием [1]. Полученные в процессе обследования результаты представлены в таблице.

Таблица – Динамика доли обучающихся общеобразовательных организаций, отнесенных по состоянию здоровья к разным медицинским группам

Медицинские группы	Основная	Подготовительная	Специальная
2015 г. n=3952	74,5±0,69%	19,7±0,63%	6,8±0,40%
2019 г. n=4855	71,3±0,65%	22,6±0,60%	6,1±0,34%
t; p	3,11; <0,01	2,18; <0,05	1,32; >0,05

Анализ полученных данных свидетельствует, что с 2015 года статистически значимо снижается доля обучающихся, отнесенных к основной группе. Одновременно достоверно повышается доля школьников, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе. При этом количество детей, отнесенных к специальной медицинской группе, статистически значимо не изменилось.

Данный факт свидетельствует о том, что снижение числа «здоровых» учащихся обусловлено повышением доли школьников, имеющих отклонения в физическом развитии и недостаточную физическую подготовленность. Полученные результаты указывают на необходимость разработки специальных программ и технологий физического воспитания для работы с указанным контингентом занимающихся.

### Литература:

1. Алиев Р.Н. Анализ распределения учащихся образовательных организаций города Краснодара по медицинским группам / Р.Н. Алиев, С.П. Аршинник // Тезисы докл. XXXXII науч. конф. студентов и молодых ученых вузов КГУФКСТ: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – С. 4-5.



## ПРОТИВОРЕЧИЯ МЕЖДУ СИСТЕМОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ И СОВРЕМЕННЫМ КОМПЛЕКСОМ ГТО

М.В. Павленко

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

**Аннотация.** В данной публикации на основе анализа научной литературы выявляются проблемы, препятствующие интеграции систем физической подготовки военнослужащих и действующего в настоящее время Комплекса ГТО

**Ключевые слова:** военнослужащие, комплекс ГТО, противоречия, оценка физической подготовленности.

В настоящее время внедрение Комплекса ГТО, в первую очередь, связывают с обеспечением выполнения нормативов обучающимися (учащимися общеобразовательных организаций и студентами высших и средних профессиональных образовательных организаций), совершенно забывая о том, что значительное число граждан России являются военнослужащими Вооруженных Сил. При этом указывается, что без военнослужащих достижение целевых показателей Стратегии развития физической культуры до 2020 года просто невыполнимо [1].

В связи с вышеизложенным, нами был проведен анализ литературных источников [1-3], а также сопоставление должных показателей физической подготовленности военнослужащих и норм Комплекса ГТО с целью определения возможности интеграции системы физической подготовки военнослужащих и ВФСК ГТО.

Данный анализ позволил выявить ряд противоречий, которые в настоящее время являются препятствием для выполнения военнослужащими нормативов ВФСК ГТО. Данные противоречия, прежде всего, заключаются в следующем:

– во-первых, у военнослужащих процесс физической подготовки более специализирован, чем в Комплексе ГТО, в котором он разносторонен;

– во-вторых, оценка уровня физической подготовленности военнослужащих осуществляется на основе 5-ти контрольных двигательных заданий, тогда как в ГТО – как минимум 6-ти (для военнослужащих 18-39 лет);

– в-третьих, оценка уровня физической подготовленности военнослужащих может осуществляться по значительно большему количеству выборочных альтернативных испытаний, чем в Комплексе ГТО;

– в-четвертых, уровень оценок за физическую подготовленность военнослужащих («удовлетворительно», «хорошо» и «отлично») не соответствует нормативным требованиям на знаки отличия ВФСК ГТО («бронзовому», «серебряному» и «золотому»);

– в-пятых, у военнослужащих отсутствуют тесты для определения уровня развития физического качества гибкости, испытание по которому в Комплексе ГТО является обязательным.

Таким образом, становится очевидным тот факт, что при значительных временных рамках специальной двигательной активности военнослужащих выполнение ими норм Комплекса ГТО может быть проблематичным в силу более узкой направленности процесса их физической подготовки.

В связи с вышеизложенным, следует предложить пути оптимизации подготовки военнослужащих с целью выполнения норм и требований Комплекса ГТО.

### Литература:

1. Астафьев Н.В. Интеграция Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в квалификационную систему по физической подготовленности сотрудников Органов внутренних дел Российской Федерации // Н.В. Астафьев, В.А. Глубокий // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2018. – № 1. – С. 3-11.

2. Боцман О.С. О системе физической подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации / О.С. Боцман, А.В. Зыков, С.Р. Багреев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 2. – С. 3-10.

3. Степкин М.А. Анализ нормативно-правовой базы реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в МО РФ / М.А. Степкин, С.А. Антрофиков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 9 (163). – С. 274-279.

## СТЕПЕНЬ ГОТОВНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, ПРОХОДЯЩИХ СЛУЖБУ ПО КОНТРАКТУ, К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО

М.В. Павленко

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

**Аннотация.** В публикации представлена информация о готовности военнослужащих, проходящих службу по контракту, выполнить нормативы Комплекса ГТО VI ступени.

**Ключевые слова:** военнослужащие, комплекс ГТО, испытания, нормативы.

В настоящее время Комплекс ГТО является основой системы физического воспитания (физической подготовки) граждан РФ [1]. Данное определение в первую очередь относится к военнослужащим [2, 3]. В связи с этим целью настоящего исследования явилось выявление степени готовности военнослужащих, проходящих службу по контракту, выполнить нормы ГТО VI ступени.

В исследовании приняли участие 19 военнослужащих 1 Гаубичного самоходно-артиллерийского дивизиона, 68-го Гвардейского танкового Житомирско-Берлинского полка. Испытуемым предлагалось выполнить 7 тестов, соответствующим испытаниям ГТО. Недостающие 2 испытания оценивались нами как выполненные на золотой знак.

Анализ полученных результатов свидетельствует, что степень подготовленности к испытаниям ГТО современных военнослужащих-контрактников недостаточна, поскольку с нормативами ГТО могут справиться лишь немногим более 20-ти процентов военнослужащих. При этом на золотой знак отличия ГТО нормативы не выполнил ни один военнослужащий, принявший участие в тестировании. Данный факт свидетельствует, во-первых, о недостаточной физической подготовленности данной категории военнослужащих, во-вторых, о необходимости поиска путей оптимизации физической подготовки военнослужащих-контрактников для их подготовки к выполнению норм ГТО.

Вместе с тем, анализ данных, оценивающих уровень подготовленности тестируемых военнослужащих по отдельным тестам, свидетельствует о том, что со многими испытаниями данные военнослужащие справляются достаточно успешно, особенно по таким видам испытаний, как поднимание туловища из положения лежа за 1 мин и бег на 3000 м (табл.).

Таблица – Процентное соотношение военнослужащих по контракту, способных выполнить нормативы по отдельным испытаниям ГТО VI ступени

Виды испытания	Количество способных выполнить нормативы ГТО
Бег на 100 м	89,5±7,03 %
Бег на 3000 м	94,7±5,14 %
Подтягивание на высокой перекладине	89,5±7,03 %
Поднимание туловища из положения лежа за 1 мин	94,7±5,14 %
Прыжок в длину с места	47,4±11,46 %
Челночный бег 3x10 м	89,5±7,03 %
Наклон вперед из положения стоя на скамье	21,1±9,39 %

В то же время по таким испытаниям, как прыжок в длину с места и наклон вперед из положения стоя, степень готовности – низкая. А поскольку последний тест является обязательным испытанием, то это обуславливает общее невыполнение нормативов ГТО на знак отличия. Таким образом, представленная информация позволила выявить слабые стороны физической подготовленности и наметить пути коррекции процесса физической подготовки военнослужащих-контрактников.

### Литература:

1. Аршинник С.П. Комплекс «Готов к труду и обороне» как стандарт физической подготовленности граждан Российской Федерации / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, В.И. Тхорев // В Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» и массовый спорт в системе здорового образа жизни населения: мат-лы междунар. науч.-практ. конф. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2016. – С. 42-45.

2. Боброва Г.В. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» в структуре построения физической подготовки кадет / Г.В. Боброва, И.В.

Корчагин // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – № 3. – С. 51-58.

3. Степкин М.А. Анализ нормативно-правовой базы реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в МО РФ / М.А. Степкин, С.А. Антрофиков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 9 (163). – С. 274-279.

## СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

Ю.В. Павлова

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации на основе анализа литературы отражены основные тренировочные средства и методы, применяемые в подготовке легкоатлетов с целью развития физического качества выносливости.

**Ключевые слова:** средства, методы, пульс, кроссовый бег, объем, интенсивность.

Основой совершенствования специальной выносливости, обуславливающей спортивный результат в дисциплинах легкой атлетики, является общая и специальная выносливость. Повышение уровня специальной выносливости осуществляется путем применения в тренировочном процессе легкоатлета широкого круга средств и методов, обеспечивающих развитие способности справляться с нагрузкой высокой интенсивности в условиях утомления. Выбор средств и методов развития специальной выносливости зависит от направленности их воздействия. Между средствами и методами развития выносливости существуют определенная связь, которая, в первую очередь при непрерывной работе, проявляется между скоростью и продолжительностью движения: чем больше по времени выполняется упражнение, тем ниже скорость движений и наоборот, время выполнения упражнения должно быть сокращено при увеличении скорости его выполнения [2].

Для скоростно-силовых дисциплин легкой атлетики (бег на короткие дистанции, прыжки, метания) наиболее характерна силовая выносливость, вырабатываемая путем повторения специальных силовых упражнений с высокими силовыми напряжениями (от 75 до 80% от показателей максимальных значений в каждом конкретном упражнении). Чаще остальных методов с целью развития специальной выносливости применяют повторный метод, но с обязательным условием восстановления пульса до 120-130 ударов в минуту в период отдыха между сериями упражнений. Посредством чередования беговых и прыжковых упражнений, направленных на развитие различных групп мышц, развивают дополнительную выносливость [1].

В дисциплинах легкой атлетики, имеющих прямую направленность на развитие выносливости (бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба), применяют непрерывный, интервальный, соревновательный методы развития специальной выносливости. Для данной группы дисциплин основным средством тренировки является бег по пересеченной местности (по дорожкам, песку или снегу): медленный кроссовый бег при пульсе от 130 до 140 уд/мин.; длительный кроссовый бег с равномерной скоростью при пульсе от 150 до 170 уд/мин.; темповый кроссовый бег при пульсе от 170 до 175 уд/мин.; длительный кроссовый бег с ускорениями на отрезках от 800 до 3000 м при величине пульса в ускорениях от 175 до 185 уд/мин. [1].

Значение уровня специальной выносливости в достижении высокого спортивного результата в легкоатлетическом спорте велико и требует постоянного и систематического развития.

### Литература:

1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена / В.М. Зациорский. – М.: Физическая культура и спорт, 2011. – 148 с.
2. Шубин М.С. Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта: легкая атлетика / М.С. Шубин, Н.Г. Шубина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 227 с.

## К ВОПРОСУ ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ЗАНЯТИЙ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО

А.А. Пархоменко

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

**Аннотация.** В публикации на основе анализа научной литературы определена целесообразность применения различных видов спорта для подготовки к испытаниям действующего комплекса ГТО. В результате анализа делается заключение о приоритете для этого «многоборных» видов спорта и необходимости использования упражнений из раздела «Общая физическая подготовка».

**Ключевые слова:** виды спорта, ВФСК ГТО, испытания, нормативы.

В настоящее время набирает популярность подход, в соответствии с которым подготовку к выполнению нормативов испытаний ВФСК ГТО можно осуществлять в процессе занятий спортом [2]. В этой связи нами был проведен анализ таких подходов с целью определения целесообразности подготовки к испытаниям ГТО на занятиях различными видами спорта.

Полученная в процессе анализа научной литературы информация свидетельствует о том, что занятия различными видами спорта позволяют подготовиться к испытаниям комплекса ГТО, но только к тем испытаниям, которые в силу своей направленности сходны с соответствующими тестами ВФСК ГТО.

Действительно, использование относительно узкоспециализированных спортивных средств, несомненно, может помочь в подготовке к испытаниям ГТО в том случае, если необходимо улучшить всего одно-два «проблемных» физических качества, а занятия видом спорта к этому располагают. Например, совершенно очевидно, что занятия легкой атлетикой, в частности прыжками в длину с разбега, позволят подготовиться и достаточно непринужденно выполнить норматив ГТО в аналогичном тесте; занятия плаванием – выполнить тест «плавание на 50 м» и т.п.

В то же время воспитание абсолютно всех физических качеств недоступно для большинства видов спорта. В этой связи приоритет для подготовки к испытаниям ГТО на занятиях спортом принадлежит так называемым «многоборным» видам спорта. Наиболее целесообразны для этого: легкая атлетика, спортивная гимнастика, служебные (профессионально-прикладные) многоборья и, особенно, полиатлон, поскольку последний, по сути, был преобразован из комплекса «ГТО СССР».

Что же делать, если возникла необходимость подготовки к испытаниям ВФСК ГТО на занятиях другими видами спорта, не связанными с Комплексом и не напоминающими виды испытаний ГТО? По всей видимости, это можно осуществить только посредством использования в данных видах спорта многообразных и разнонаправленных упражнений из раздела «Общая физическая подготовка». При этом реализация данного раздела в обязательном порядке предписывается действующими Федеральными стандартами спортивной подготовки по всем видам спорта [1].

### Литература:

1. Федеральные стандарты спортивной подготовки. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/27833/>. – Дата обращения 11.11.2019.

2. Аршинник С.П. Использование тестов и нормативов ВФСК ГТО для оценки уровня общей физической подготовленности юных спортсменов на этапе начальной подготовки / С.П. Аршинник, В.И. Тхорев // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 1. – С. 22-24.

## К ВОПРОСУ О ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ К ИСПЫТАНИЯМ СОВРЕМЕННОГО КОМПЛЕКСА ГТО

А.А. Пархоменко

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

**Аннотация.** В публикации на основе анализа научной литературы выявлены особенности подготовки юных спортсменов к выполнению нормативов действующего комплекса ГТО.

**Ключевые слова:** юные спортсмены, ВФСК ГТО, испытания, нормативы.

В исследованиях разных специалистов указывается, что участниками ВФСК ГТО в первую очередь, должны выступать спортсмены и, прежде всего, юные спортсмены. И это неслучайно, ведь согласно п. 4 действующего Положения о ВФСК ГТО «... лица, имеющие... спортивные разряды... выполнившие нормативы, соответствующие серебряному знаку отличия, награждаются золотым знаком ВФСК ГТО...» [1].

Однако имеющиеся в настоящее время научные данные о соответствии уровня физической подготовленности юных спортсменов требованиям комплекса ГТО достаточно фрагментарны и, в определенной степени, противоречивы.

Вместе с тем, в последние годы некоторыми специалистами реализуется идея повышения уровня физической подготовленности юных спортсменов на основе выполнения положений ВФСК ГТО. В этой связи исследование вопросов, связанных с поиском наиболее целесообразной технологии физической подготовки юных спортсменов, основанной на подготовке и выполнении нормативов современного Комплекса ГТО, является актуальным и практически значимым.

Проведенный нами анализ научной литературы свидетельствует, что сами занятия спортом, хоть и содержат раздел «Физическая подготовка», преимущественно направлены на достижение узконаправленной цели, которая часто достигается не физической, а преимущественно посредством технико-тактической подготовки. При этом требования федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта, в которых указывается необходимость обеспечить «... всестороннее гармоничное развитие физических качеств...» спортсменов, по сути, игнорируется вследствие того, что обеспечение данного «разностороннего уровня» часто на ранних стадиях подготовки спортсменов влечет отставание в уровне спортивной подготовленности от тех, кто «включается» в специальную подготовку раньше [2]. В то же время стоит отметить, что те спортсмены, которые раньше начинают специальную подготовку, – раньше и прерывают [заканчивают] занятия спортом.

Проведенный анализ также свидетельствует, что занятия спортом не гарантируют автоматического получения знака отличия ВФСК ГТО. Для этого необходима специальная (а точнее, специфическая разносторонняя) физическая подготовка, которая не во всех видах спорта прослеживается.

### Литература:

1. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» // URL: <https://gto.ru/files/uploads/documents/5c8f51aa0c54f.pdf>.
2. Аршинник С.П. Комплекс «Готов к труду и обороне» 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: мат-лы междунар. науч.-практ. конф. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2016. – С. 42-45

## АНАЛИЗ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПРИНТЕРАМИ I-II СПОРТИВНЫХ РАЗЯДОВ

Е.С. Плохой

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** Публикация посвящена проблеме выбора рациональных средств развития силовых качеств бегунов-спринтеров.

**Ключевые слова:** спринтер, спортивный разряд, силовая подготовленность.

В системе спортивной тренировки спринтера важное место принадлежит средствам специальной силовой подготовки. Однако в научной и научно-методической литературе вопрос о влиянии специальных силовых упражнений на уровень подготовленности бегуна на короткие дистанции освещен неоднозначно, что доказывает актуальность наших исследований [1].

Результаты корреляционного анализа позволили определить у испытуемых взаимосвязь между результатом в беге на 100 метров и комплексом контрольных упражнений, оценивающим двигательные способности спортсменов, а также изменение структуры силовой подготовленности по мере роста квалификации.

У спринтеров второго спортивного разряда наблюдается наиболее высокая достоверная корреляционная взаимосвязь спортивного результата ( $P < 0,05$ ) с результатом в беге на 30 метров с ходу ( $r = 0,873$ ) и с результатом в тройном прыжке с места ( $r = 0,904$ ). Коэффициент корреляции, несмотря на высокий показатель взаимосвязи, недостоверен с показателями в таких упражнениях, как рывок штанги и бросок ядра весом 5 кг снизу-вперед ( $P > 0,05$ ).

У спортсменов первого спортивного разряда наблюдается высокая достоверная взаимосвязь ( $P < 0,05$ ) спортивного результата со всеми показателями контрольных упражнений, что может свидетельствовать о необходимости включения данных контрольных упражнений в качестве средств силовой подготовки на различных этапах тренировочного процесса бегунов-спринтеров.

Низкий показатель взаимосвязи результата на соревновательной дистанции и показателей в таких контрольных упражнениях, как рывок штанги и бросок ядра двумя руками снизу-вперед, для спринтеров второго спортивного разрядов можно объяснить их координационной сложностью, и рекомендовать обращать внимание на технику их выполнения уже на ранней стадии спортивной специализации.

В результате проведенного исследования выявлены информативные контрольные упражнения для оценки уровня силовой подготовленности бегунов на короткие дистанции II и I спортивных разрядов: тройной прыжок с места, рывок штанги, бросок ядра вперед двумя руками снизу. Применение названных упражнений в спортивной тренировке бегунов на короткие дистанции данной спортивной квалификации будет способствовать повышению эффективности тренировочного процесса.

### Литература:

1. Шубина Н.Г. Оптимизация процессов «срочного» восстановления у квалифицированных спринтеров / Н.Г. Шубина, Е.Ю. Барабанкина // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2015. – № 2. – С. 3-8.

## ПРИМЕНЕНИЕ УПРУГИХ АМОРТИЗАТОРОВ В ПРОЦЕССЕ СКОРОСТНОЙ ПОДГОТОВКИ БЕГУНИЙ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ В ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

К.А. Плохотников

Научный руководитель доцент М.С. Шубин

**Аннотация.** В публикации представлены результаты применения методики использования тренажерного устройства, создающего вертикальные упругие связи, в процессе подготовки женщин-спринтеров к выступлению в соревнованиях.

**Ключевые слова:** упругие связи, бег на короткие дистанции, беговые упражнения, улучшение спортивного результата.

Высокая конкуренция и значительный уровень современных спортивных результатов в спринтерском беге требуют постоянного поиска новых, более эффективных путей спортивного совершенствования. Перспективным направлением решения данной проблемы является рационализация системы подготовки спортсменов с использованием технических средств и тренажерных устройств [1].

Педагогический эксперимент проводился для определения эффективности использования вертикальных упругих связей в процессе скоростной подготовки в период, предшествующий выступлению в соревнованиях. В исследованиях приняли участие 12 спортсменок, специализирующихся в беге на короткие дистанции.

С целью оценки краткосрочного эффекта использования вертикальных упругих связей в спринтерском беге, спортсменки после стандартной разминки выполняли 3 серии бега на дистанции 60 метров с низкого старта (в естественных условиях → с применением вертикальных упругих связей → в естественных условиях), по 2 пробежки в каждой серии, с установкой на показ максимального спортивного результата. Установлено, что после выполнения бега с ускорением с применением упругих амортизаторов, результат бега в естественных условиях значительно улучшился (на 0,37с) по сравнению с первоначальным тестированием ( $P < 0,05$ ). Это позволило сделать предположение о том, что использование вертикальных упругих связей в более длительном промежутке времени в предсоревновательном периоде подготовки, будет способствовать существенному улучшению спортивного результата.

С целью проверки сделанного предположения в период подготовки к участию в соревнованиях в течение трех недель проводился педагогический эксперимент, в ходе которого спортсменки экспериментальной группы при выполнении беговых упражнений и бега с ускорением использовали тренажерное устройство, создающее вертикальные упругие связи. В контрольной группе упражнения применялись по стандартной методике.

За период проведения педагогического эксперимента в контрольной и экспериментальной группах произошло достоверное ( $P < 0,05$ ) улучшение спортивных результатов в беге на 60 метров: в контрольной группе по усредненным данным улучшение спортивных результатов составило 0,14 с, а в экспериментальной группе более значительно – на 0,37 с.

Таким образом, на основе полученных экспериментальных данных, можно сделать заключение о том, что использование в процессе подготовки квалифицированных спортсменок к выступлению в соревнованиях в беге на короткие дистанции вертикальных упругих связей способствует достоверному улучшению спортивной результативности.

### Литература:

1. Мартынова В.А. Тренажеры в спорте: легкая атлетика: учебное пособие / В.А. Мартынова, И.А. Синковец, М.С. Шубин. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 63 с.



## КЛАССИФИКАЦИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

А.С. Поповенко

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации представлены материалы исследования организации и проведения соревнований по легкой атлетике на основании изучения нормативных документов, лимитирующих деятельность участников, представителей команд и судей.

**Ключевые слова:** соревнования, классификация, структура соревнования, уровни и признаки соревнований.

Актуальность исследования обусловлена способностью классификации спортивных соревнований по легкой атлетике помогать разбираться с тем, что представляет собой каждая структура соревнований, как они взаимосвязаны между собой, что должен учитывать тренер для написания действительно эффективных программ тренировочного процесса, или же на какой класс соревнований ему следует ориентироваться для решения требуемых задач.

Спортивное соревнование в легкой атлетике основывается на общепринятых правилах соревнований и во многом определяется целями, задачами, формами организации, количеством участников, особенностями спортивного сооружения и многими другими факторами.

Легкоатлетическое соревнование может иметь различные формы, в одном случае они могут быть представлены как текущие соревнования, когда спортсмены отрабатывают навык выполнения соревновательных действий, и основные соревнования, задачей которых является показ легкоатлетом высокого спортивного результата [1].

Соревнования принято разделять по уровням участия в них спортсменов различной квалификации: высший уровень (Олимпийские игры, чемпионаты, кубки мира и континента); первый (соревнования по федеральному календарю, календарю всероссийской федерации легкой атлетики и матчевые встречи международного масштаба); второй (соревнования по календарю регионов Российской Федерации и спортивных ведомств всероссийского масштаба); третьего (соревнования по календарю муниципальных образований, спортивных клубов и коллективов физической культуры) [2].

Распределение спортивных соревнований может быть произведено и по следующим признакам: по формам организации (открытые и внутренние); по правилам розыгрыша (территориальные или ведомственные); по поставленной цели (спортивные, тренировочные, массовые, показательные).

По характеру организации соревнования по легкой атлетике подразделяются на личные, командные или лично-командные. В последнее время в легкой атлетике стали проводить показательные соревнования (например, на площадях городов, в торговых центрах и т.п.). Такие соревнования зрелищны, привлекают внимание не только специалистов легкой атлетики, но и обычных граждан.

Спортивные соревнования – неотъемлемая часть подготовки легкоатлета. Каждая спортивная организация, осуществляющая работу в области легкоатлетического спорта, имеет право на проведение определенных соревнований. Все соревнования проводятся по двум принципам: возрастному и территориальному.

### Литература:

1. Шубина Н.Г. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике: учебное пособие / Н.Г. Шубина. – Краснодар: КГАФК, 1998. – 80 с.
2. Шубина Н.Г. Судейство соревнований по избранному виду спорта: легкая атлетика: учебное пособие / Н.Г. Шубина, М.С. Шубин. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 86 с.

## ПОСТРОЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ В ДЮСШ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

А.С. Поповенко

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации представлены материалы исследования планирования тренировочного процесса юных легкоатлетов в группах начальной подготовки.

**Ключевые слова:** этап, начальная подготовка, средства тренировки, объем нагрузки, эмоциональность занятий.

У юных спортсменов, специализирующихся в легкой атлетике, возможно отставание в спортивном развитии, снижение темпов прироста спортивных результатов из-за нерационального планирования тренировочных занятий.

Целью данного исследования является определение основных направлений построения тренировочных занятий и путей рационального применения средств тренировки в группах начальной подготовки детско-юношеской спортивной школы (ДЮСШ).

В спортивной карьере будущего легкоатлета этап начальной подготовки является первым этапом, но играет одну из главнейших ролей в профессиональной деятельности спортсмена. Наиболее успешным начальным этапом многолетней спортивной подготовки будет лишь в том случае, если уже с первых занятий тренером будут учтены возрастные особенности развития юного легкоатлета, уровень его физических и психических качеств, способности к формированию двигательных умений и навыков [1].

Начинается подготовка в группах начальной подготовки в возрасте 9 лет, именно в этот период юные спортсмены постигают основы техники различных упражнений и происходит формирование личности будущего легкоатлета. Отсев занимающихся в этом возрасте неизбежен в силу ряда причин, но очень часто такой причиной является монотонность тренировочных занятий и применение тренером однообразных упражнений. Тренировочные занятия в группах начальной подготовки должны проходить эмоционально, большей частью в виде игр, эстафет, простейших соревнований, в процессе которых тренер будет решать вопросы повышения уровня физической подготовленности ребенка. На данном этапе подготовки рекомендуется отводить на освоение техники легкоатлетических упражнений до 20% от общего объема тренировочной нагрузки, на повышение уровня общей физической подготовленности до 60%, а оставшиеся 20% нагрузки равномерно распределять на средства специальной физической подготовки, выполнение контрольных нормативов и участие в простейших соревнованиях [2].

На этапе начальной подготовки основными средствами тренировочного процесса будут являться легкоатлетические упражнения, упражнения из других видов спорта (акробатики, гимнастики, спортивных игр и др.), которые будут способствовать решению задач разносторонней физической подготовки, развивать волевые качества, и в то же время повышать эмоциональность тренировочных занятий. Соревновательные упражнения в этом возрасте следует проводить преимущественно по программе многоборья. Неотъемлемой частью тренировочного процесса на данном этапе подготовки является теоретическая подготовка.

### Литература:

1. Шубин М.С. Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта: легкая атлетика: курс лекций / М.С. Шубин, Н.Г. Шубина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 4-16.
2. Шубина Н.Г. Повышение профессионального мастерства: легкая атлетика: курс лекций / Н.Г. Шубина, М.С. Шубин. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 53-65.

## АНАЛИЗ ВЫСТУПЛЕНИЯ СБОРНОЙ КОМАНДЫ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ В ЧЕМПИОНАТАХ РОССИИ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ В 2018-19 ГГ.

А.С. Поповенко, А.О. Мельникова

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации представлен анализ выступления спортсменов в составе сборной команды Краснодарского края на чемпионатах страны в течение последних двух лет.

**Ключевые слова:** сборная команда, регион, задачи сборной команды, итоги выступления.

Сборная команда Краснодарского края по виду спорта формируется на основании предложений региональной федерации и утверждается органом управления физической культурой и спортом края. Региональная федерация определяет в каждой дисциплине легкой атлетики нормативы для зачисления в состав сборной команды, которые разрабатываются на основе анализа результатов всероссийских соревнований в предыдущем календарном году. Главными задачами сборной команды являются: подготовка и удачное участие во всероссийских соревнованиях; обобщение опыта спортивной деятельности и передача его последующему поколению легкоатлетов региона; привлечение детей и молодежи к регулярным занятиям легкой атлетикой [1].

Целью нашего исследования являлся анализ выступления членов сборной команды Краснодарского края по легкой атлетике в чемпионатах России в 2018 и 2019 годах. В последние два года сборная команда края принимает участие в главном летнем старте в полном составе, квалифицируется по суперлиге и по сумме очков командного первенства прочно занимает третье место, уступая только командам города Москва и Московской области.

В соответствии с положением о чемпионате России численный состав сборной края составляет 25 спортсменов независимо от пола. В 2018 году среди мужчин из 366 очков командного первенства 231 очко (63,12%) набрали спортсмены, выступающие за сборную команду края по принципу параллельного зачета, а коренные жители края – всего 135 очков (36,88%). В 2019 году очки командного первенства (392 очка) распределились следующим образом: коренные жители края – 170 очков (43,36%), спортсмены с параллельным зачетом – 222 (56,64%). Из 237 очков командного первенства в 2018 году коренные спортсменки края набрали 72 очка (30,38%), а спортсменки с параллельным зачетом – 165 очков (69,62%). В 2019 году вклад женской части команды в копилку командного первенства составил: коренные жители – 94 очка (63,51%), параллельный зачет – 54 очка (36,49%). Необходимо отметить, что в соревнованиях не приняли участие три ведущие спортсменки с параллельным зачетом, которые могли бы принести команде более 70 очков.

Команда легкоатлетов Краснодарского края завоевала в 2018 году в дисциплинах женской программы четыре медали, три из которых спортсменками с параллельным зачетом. Мужчинами завоевано 10 медалей, из них только одна коренным жителем края.

Анализ выступления спортсменов Краснодарского края в чемпионатах России в течение последних двух лет показал, что львиную долю очков в копилку командного первенства приносят спортсмены, выступающие за команду региона с параллельным зачетом. Это говорит о том, что стратегия развития легкоатлетического спорта среди взрослых спортсменов на Кубани строится на приглашении в состав команды уже подготовленных иногородних атлетов, что в дальнейшем может затормозить развитие юношеского спорта в регионе.

### Литература:

1. Положение об общих принципах и критериях формирования списков кандидатов в спортивные сборные команды Российской Федерации / Приказ Минспорта России № 339 от 13.04.18 г). – Доступ из справ.-правовой системы Гарант. – Текст: электронный.

## ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЫГУНИЙ В ВЫСОТУ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Е.А. Травкина, Д.В. Ежов

Научный руководитель доцент М.С. Шубин

**Аннотация.** В данной работе представлен анализ соревновательной деятельности ведущих прыгуний Южного федерального округа. Были выявлены различия в технике прыжков в высоту в условиях соревнований в удачных и неудачных попытках.

**Ключевые слова:** прыжки в высоту, техника, соревнования, удачные и неудачные попытки, угловые характеристики.

В анализе соревновательной деятельности особый интерес представляют различия в технике выполнения прыжков в ходе соревнований, а именно как изменяется техника прыжка в начале и в конце соревнований, а также какие изменения наблюдаются в удачных и неудачных прыжках.

В ходе чемпионата Южного федерального округа проводилась видеозапись. Последующий анализ видеозаписи проводился по следующим кинематическим характеристикам: угол наклона туловища за два шага до отталкивания, угол наклона туловища за один шаг до отталкивания, угол при постановке толчковой ноги, угол сгибания маховой ноги в прокате, амплитуда постановки толчковой ноги на отталкивание, величина угла амортизационного сгибания толчковой ноги в отталкивании [1]

Всего в соревновании приняли участие 15 спортсменок, из них четыре мастера спорта, семь прыгуний имели уровень кандидата в мастера спорта и четыре 1 разряда. Согласно регламенту соревнований начальная высота составила 160 сантиметров. На этой высоте начали прыгать шесть спортсменок. Все они, кроме одной, преодолели эту высоту с первой попытки. На высоте 170 сантиметров все прыгунии начали соревнования. В ходе соревнований всеми участницами была выполнена 121 попытка, из которых 50 оказались удачными и 71 неудачная. Установлено, что прыгунии более низкой квалификации имеют большее число неудачных прыжков.

Анализ полученных кинематических характеристик показал, что положение туловища относительно вертикали изменяется в ходе соревнований. В удачных попытках угол наклона туловища за два шага до отталкивания колеблется от 74 градусов до 89 градусов, а в неудачных попытках от 65 до 87 градусов. Колебания постановки толчковой ноги в удачных прыжках находятся в диапазоне от 53 до 63 градусов, а в неудачных попытках от 47 до 58 градусов. Величина амортизационного сгибания толчковой ноги в отталкивании так же изменяется у прыгуний в ходе соревнований. Наименьший угол составляет 135 градусов, а наибольший 131 градус. Амплитуда маха в отталкивании в удачных попытках колеблется от 112 до 131 градуса, а в неудачных от 100 до 122.

Таким образом, в результате анализа соревновательной деятельности удалось определить, что в отличие от удачных попыток, в неудачных попытках прыгунии менее активно проходят вперед через ногу и не успевают отвести туловище и плечи назад, а угол амортизационного сгибания толчковой ноги в отталкивании больше.

### Литература:

1. Шубин М.С. Вариативность кинематической структуры последних шагов разбега и отталкивания квалифицированных прыгунов в высоту в условиях соревнований / М.С. Шубин // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 3. – С. 41-43.

## **К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ СООТВЕТСТВИЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНЫХ ПРОГРАММ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ТРЕБОВАНИЯМ КОМПЛЕКСА ГТО**

**А.Д. Фадеева**

**Научный руководитель доцент С.П. Аршинник**

**Аннотация.** В работе на основе анализа литературных источников обосновывается необходимость разработки нормативов программ по физической культуре с учетом норм ВФСК ГТО.

**Ключевые слова:** физическая подготовленность, программа по физической культуре, нормативы ГТО.

Ни для кого не секрет, что в настоящее время Комплекс «Готов к труду и обороне» является программной и нормативной основой системы физического воспитания граждан нашей страны. Поскольку показатели процесса физического воспитания (прежде всего, уровень физической подготовленности) отражены в программах по физической культуре, то, следовательно, данные показатели должны основываться на составляющих комплекса ГТО. Данными составляющими, как известно, выступают нормы и требования ВФСК ГТО. Другими словами, нормативы программ по физической культуре должны основываться на нормах комплекса ГТО.

Однако в связи с этим возникает вопрос: какие нормативы ГТО должны быть представлены в программах по физической культуре? Как известно, нормы ГТО представлены тремя уровнями трудности, соответствующими бронзовому, серебряному и золотому знакам отличия.

По всей видимости, именно к уровням данных знаков должны быть «прикреплены» шкалы оценки уровня физической подготовленности обучающихся. При этом у специалистов, преимущественно, имеются следующие мнения: оценка «3» должна быть эквивалентна уровню бронзового знака ГТО, а оценка «4» – серебряному [1]. При этом относительно оценки «5» мнения разделились. Так, одни специалисты высказываются за то, что данная оценка должна быть эквивалентна уровню золотого знака отличия ГТО [2]. Другие же указывают, что это пока преждевременно [1]. Аргументируя это, данные специалисты приводят следующий пример: в настоящее время степень готовности к испытаниям ГТО такова, что уровень золотого знака ГТО могут достичь лишь от 0,5 до 10% граждан. Поэтому получение отметки «5» за физическую подготовленность сейчас по силам очень ограниченному контингенту обучающихся.

В этой связи предлагается применить методы педагогического тестирования и математико-статистической обработки результатов для научного обоснования современных нормативов физической подготовленности, учитывающих требования ВФСК ГТО.

### **Литература:**

1. Аршинник С.П. Оценка физической подготовленности обучающихся в соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, Г.Н. Дудка [и др.] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 8 (174). – С. 21-27.
2. Кудинов С.И. О проекте ВФСК / С.И. Кудинов // Физическая культура в школе. – 2014. – №3. – С. 53-55.

## РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ ОТНОСИТЕЛЬНО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РЕГИОНАЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

А.Д. Фадеева

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

**Аннотация.** В работе представлены данные анкетного опроса учителей физической культуры. Данный анкетный опрос позволил установить необходимость разработки региональных нормативов физической подготовленности.

**Ключевые слова:** физическая подготовленность, программы по физической культуре, нормативы.

В настоящее время в нашей стране действуют рабочие программы по физической культуре, которые, с одной стороны, включают задачи, направленные на развитие (воспитание) физических качеств (способностей), т.е. повышение физической подготовленности обучающихся, с другой – не содержат соответствующих нормативов по физической подготовленности. Таким образом, у учителей физической культуры отсутствуют соответствующие ориентиры для планирования и оценивания соответствующих показателей.

С целью уточнения данных ориентиров, т.е. разработки необходимых шкал оценки уровня физической подготовленности нами был проведен анкетный опрос 30 учителей физической культуры Краснодарского края, стаж работы по профессии которых составил в среднем  $11,3 \pm 2,19$  года.

Полученные в процессе опроса результаты свидетельствуют, что, несмотря на отсутствие нормативов физической подготовленности программ, подавляющее большинство ( $96,7 \pm 3,26\%$ ) педагогов на своих уроках оценивают уровень развития физических качеств своих учеников. При этом они, как правило, используют пятибалльную шкалу оценивания.

На вопрос: «Какими нормативами Вы пользуетесь в отсутствие их в действующих программах?», подавляющее число респондентов ( $83,3 \pm 6,81\%$ ) отметило, что пользуются нормативами «старых» программ, основной из которых является Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов [1]. При этом стоит отметить, что определенная часть педагогов ( $13,3 \pm 6,20\%$ ) для этого использует нормы ГТО, а часть ( $10,0 \pm 5,48\%$ ) – нормативы, представленные в сети Интернет, что, с нашей точки зрения, является совершенно недопустимым.

Также было установлено, что никто из участников опроса самостоятельно не разрабатывает нормативы физической подготовленности. В то же время на вопрос: «Считаете ли вы целесообразным разработку и введение региональных нормативов физической подготовленности?» - абсолютно все эксперты ответили утвердительно.

Таким образом, полученная в процессе анкетного опроса информация свидетельствует о необходимости научного обоснования и разработки региональных (для образовательных организаций Краснодарского края) нормативов физической подготовленности.

### Литература:

1. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов: программы общеобразовательных учреждений: учеб. изд. / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2011. – 128 с.

## СПЕЦИАЛЬНО-ПОДВОДЯЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ В ПОДГОТОВКЕ БЕГУНОВ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ

И.А. Целещева

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации рассматривается возможность применения в тренировочном процессе бегунов на короткие дистанции комплексов специально-подводящих упражнений, направленных на совершенствование ключевых элементов техники спринтерского бега.

**Ключевые слова:** техника бега, совершенствование техники бега, специально-подготовительные упражнения, комплексы упражнений.

В каждой из дисциплин легкой атлетики, будь то бег, прыжки или метания, существует органическая связь между уровнем технической подготовленности и развитием физических качеств. Анализ научной и научно-методической литературы показал, что специально-подготовительные упражнения не только позволяют освоить и совершенствовать технику основного соревновательного упражнения, но и способствуют осуществлению избирательного влияния на отдельные физические качества легкоатлета-бегуна, которые впоследствии окажут эффективное воздействие на спортивный результат в избранном виде спорта [1].

С целью определения эффективности применения специально-подготовительных упражнений в подготовке бегунов-спринтеров был проведен педагогический эксперимент с участием двух групп спортсменов квалификации от 1-го спортивного разряда до мастера спорта. Испытуемым экспериментальной группы на каждом тренировочном занятии в течение трех месяцев были рекомендованы к применению пять комплексов специально-подводящих упражнений: выполняемых на месте (без продвижения вперед), с продвижением бегуна вперед, для корректировки длины и частоты бегового шага, для совершенствования техники старта, стартового разбега, бега по дистанции и финиширования, а также были определены основные требования к их выполнению.

В процессе совершенствования техники бега с использованием специально-подводящих упражнений в экспериментальной группе средний результат в соревновательном упражнении (беге на 60 метров с низкого старта) достоверно улучшился на 0,16 секунды (2,24%) ( $P < 0,05$ ); в беге на 20 метров с хода на 0,06 секунды (4,61%) ( $P < 0,01$ ); значительно увеличился среднегрупповой показатель длины бегового шага (на 22,68 сантиметра – 10,23%) ( $P < 0,001$ ); скорость бега возросла в среднем на 4,08% (0,34 м/с) ( $P < 0,001$ ); показатель улучшения времени стартовой реакции снизился в среднем по группе и составил 0,045 секунды (3,15%) ( $P < 0,01$ ).

В контрольной группе, испытуемые которой выполняли тренировочную работу в соответствии с утвержденной ДЮСШ программой подготовки, также имеет место улучшение показателей, как в соревновательном упражнении, так и в контрольных упражнениях, но значительно ниже результатов экспериментальной группы.

Результаты исследования доказали эффективность применения в тренировочном процессе мужчин-спринтеров экспериментальной методики применения специально-подводящих упражнений.

### Литература:

1. Ширяева В.А. Динамика средств скоростно-силовой подготовки бегунов-спринтеров в подготовительном периоде годового цикла тренировки / В.А. Ширяева, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2018 г. г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар, КГУФКСТ, 2018. – Часть 2. – 76 с.

## ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЖЕНЩИН, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

Е.А. Шевченко

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации на основе анализа литературы отражены особенности телосложения и различия функциональных показателей у женщин, специализирующихся в легкой атлетике, и характеристика работоспособности в период менструального цикла.

**Ключевые слова:** женщины, легкая атлетика, фазы менструального цикла, физические нагрузки, работоспособность.

На процесс развития физических качеств у спортсменок, занимающихся спринтерским бегом, влияют различные факторы, в том числе особенности телосложения и функциональные возможности органов и систем [1].

Для женщин-спринтеров характерны такие морфологические показатели, как отлично развитая мускулатура рук, ног и туловища, средние показатели массы и длины тела. У бегуний на длинные дистанции другие приоритеты: средние показатели массы и длины тела, узкие плечи и таз, длинные конечности, небольшая длина тела. В прыжках в высоту и длину чаще всего встречаются спортсменки высокого роста с малой массой тела. Отличаются высоким ростом, значительной массой тела и рельефной мускулатурой толкательницы ядра и метательницы диска, имеют менее выраженную массу тела метательницы молота и копья. В ряде физиологических показателей у легкоатлеток существуют различия, и они также зависят от спортивной специализации: например, в спринтерском беге женщины выполняют тренировочную нагрузку большой мощности на фоне значительного увеличения кислородного долга, а в беге на средние и длинные дистанции нагрузка сопряжена с максимальным повышением потребления кислорода [2].

Существенное влияние на женский организм оказывает менструальная функция, определяющая особенности проявления работоспособности спортсменки в различные периоды менструального цикла (далее МЦ). Очень важно для тренера знать период наступления МЦ у спортсменки, что позволит определить период полового созревания и скорректировать тренировочные нагрузки. Учет фаз МЦ дает дополнительную возможность распределить физические нагрузки как в больших, так и в малых циклах подготовки. Особенно важно соблюдать правила учета тренировочной нагрузки у девочек в период начала функционирования яичников. Игнорирование этих положений в легкоатлетическом спорте может вызвать задержку полового созревания юной спортсменки или нарушение функций яичников, что может привести к снижению работоспособности или к патологии репродуктивных органов. Главной задачей тренера, на ранней стадии спортивной специализации девочки-легкоатлетки, является бережное отношение к растущему организму подростка для сохранения детородной функции будущей женщины [3].

В практической работе с легкоатлетками женского пола тренеру необходимо учитывать снижение работоспособности и психофизиологических функций организма в следующие фазы МЦ: предменструальную, менструальную и овуляторную. В период пониженной работоспособности необходимо избегать интенсивных и больших по объему физических нагрузок и увеличивать интервалы отдыха.

### Литература:

1. Соха Т.П. Женский спорт (новые знания - новые методы тренировки) / Т.П. Соха. – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 203 с.
2. Иванов А.И. Особенности построения тренировочного процесса квалифицированных спортсменок, специализирующихся в беге на длинные дистанции с учетом ОМЦ / А.И. Иванов, А.П. Уларов, П.И. Яковлев и др. // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 7 (161). – С. 105-109.
3. Шубин М.С. Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта: легкая атлетика: курс лекций / М.С. Шубин, Н.Г. Шубина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 47-61.



## К ВОПРОСУ О СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКЕ БЕГУНИЙ-СПРИНТЕРОВ В ПЕРИОД МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА

Е.А. Шевченко

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

**Аннотация.** В публикации представлены результаты исследования скоростно-силовой подготовленности бегуний-спринтеров в различные периоды менструального цикла.

**Ключевые слова:** менструальный цикл, объем и интенсивность нагрузки.

В настоящее время, несмотря на высокие спортивные результаты, нет единства взглядов на построение тренировочного процесса и планирование тренировочной нагрузки женщин, специализирующихся в легкоатлетических дисциплинах, в период менструального цикла (далее МЦ) [1].

В результате проведенного исследования получены данные, позволяющие проанализировать состояние спортсменок, бегуний на короткие дистанции, в период МЦ и сравнить эти показатели с данными, в период наилучшей работоспособности. Срок проведения исследования весенне-летний подготовительный период, объем тренировочной нагрузки большой, интенсивность выше среднего уровня.

Педагогическое тестирование проводилось по следующим показателям: бег на 30 метров с низкого старта; бег на 30 метров с ходу; прыжок в длину с места; частота сердечных сокращений в состоянии покоя (далее ЧСС) в положении лежа и в положении стоя; кистевая динамометрия правой и левой руки. В связи с тем, что начало МЦ по срокам не совпадало ни у одной из спортсменок, исследование с каждой спортсменкой было проведено индивидуально. Первичное исследование проведено за 7 дней до начала менструации в период постовуляторной фазы, являющейся фазой наивысшей работоспособности. Повторное тестирование проводилось в третий день от начала МЦ.

В беге на 30 метров с низкого старта в период МЦ у всех бегуний произошло ухудшение результатов в среднем на 0,31 с. Аналогичная картина наблюдается и в беге на 30 метров с ходу (ухудшение результата на 0,29 с). В результатах прыжка в длину с места произошли незначительные изменения, в среднем по группе результат снизился на 0,07 см. Анализ данных ручной динамометрии показывает, что менструальный цикл существенно не влияет на функциональное состояние нервно-мышечного аппарата испытуемых, однако отмечены некоторые различия в результатах показаний левой и правой руки: в период МЦ наблюдается повышение силы мышц кисти правой руки и снижение силы мышц левой кисти. Среднее значение результатов измерения ЧСС в период МЦ, как в состоянии лежа, так и в состоянии стоя, снизилось на 4,4 удара в минуту, что объясняется преобладанием процессов торможения в менструальной фазе. При обработке результатов по W-критерию Вилкоксона все исследуемые показатели (в период наивысшей работоспособности и в период менструации) имеют достоверные различия по первому порогу доверительной вероятности  $\beta=95\%$ .

Результаты исследования показали, что спортсменки высокого класса, специализирующиеся в беге на короткие дистанции, не испытывают значительных затруднений при выполнении специальной тренировочной нагрузки, что позволяет рекомендовать в период МЦ проводить обычные тренировочные занятия.

### Литература:

1. Похолечук Ю.Т. Современный женский спорт / Ю.Т. Похолечук. – Киев: Здоров'я, 1987. – 192 с.

*Научное издание*

**ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ  
XLVII НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ  
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ  
ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА  
(февраль - март 2020 г.)**

**ЧАСТЬ 2**

Ответственный редактор	О.О. Айвазян
Технический редактор	Г.А. Ярошенко
Корректор	С.А. Савенко
Оригинал-макет	Л.И. Просоедова

Подписано в печать 04.05.2020.  
Формат 60×90/16. Бумага для офисной техники.  
Усл. печ. л. 16,6. Тираж 242 экз. Заказ №69.  
Отпечатано на множительной технике.

Редакционно-издательский отдел  
Кубанского государственного университета  
физической культуры, спорта и туризма  
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

