

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 3

**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 3. – 258 с.

УДК 796 (06)
ББК 75.1

© КГУФКСТ, 2020.

ОГЛАВЛЕНИЕ

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ПЛАВАНИЯ, ПАРУСНОГО И ГРЕБНОГО СПОРТА.....	21
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ УДАРНЫХ МИКРОЦИКЛОВ ТРЕНИРОВКИ ГРЕБЦОВ-АКАДЕМИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	21
Д.В. Андриенко, И.Н. Очерedyкo, К.С. Пигида.....	21
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ ТРЕНЕРА НА СПОРТСМЕНА НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	22
О.Г. Букреева, К.С. Пигида	22
ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИННОВАЦИОННЫХ ПОДХОДОВ В СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПЛАВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПЛОВЦОВ-ПОДРОСТКОВ.....	23
М.А. Воловодова, О.О. Васильева, А.В. Аришин	23
ОСОБЕННОСТИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПЛАВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПЛОВЦОВ-ПОДРОСТКОВ	25
М.А. Воловодова, А.В. Аришин	25
ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ТЕСТЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ В ПЛАВАНИИ.....	26
Д.В. Гладкова, Д.С. Чистяков, К.С. Пигида	26
ОЦЕНКА ПАРАМЕТРОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ РЕГБИСТОВ.....	27
К.В. Губин, М.Ю. Коробов, К.С. Пигида.....	27
ВЛИЯНИЕ ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНЫХ ГИДРОКОСТЮМОВ НА ПЛАВАТЕЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ	28
В.А. Зайцев, А.В. Погожев, К.С. Пигида	28
КРИТЕРИИ, ОБУСЛАВЛИВАЮЩИЕ КАЧЕСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ ДЛИННЫХ ДИСТАНЦИЙ В ПЛАВАНИИ	29
Н.Р. Караджич, Д.В. Гладков, К.С. Пигида	29
К ВОПРОСУ О КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЯХ И ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ЯХТСМЕНОВ	30
Л.А. Коваленко, Ю.И. Костюк	30
КЛЮЧЕВЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА-МЕНЕДЖЕРА В СПОРТЕ.....	31
И.П. Котковец, Н.Г. Пигида, К.С. Пигида	31
СПОРТИВНАЯ МОТИВАЦИЯ И ДОПИНГ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ.....	32
А.Г. Макаренко, А.В. Погожев, К.С. Пигида.....	32
МЕТОДИКИ ОЦЕНКИ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ИЗБРАННЫМ ВИДОМ СПОРТА (ПЛАВАНИЕ)	33
К.Д. Молчанов, Н.Г. Скрынникова, К.С. Пигида	33

ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ЖЕНЩИН В ГРЕБНОМ СПОРТЕ.....	34
Е.С. Орябинская, И.Н. Очередыко, К.С. Пигида	34
ТЕСТИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПОЛИАТЛОНИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП	35
А.В. Погожев, Ю.Д. Сидоров, К.С. Пигида.....	35
ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ КАЧЕСТВЕННОЙ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ БОКСЕРОВ	36
Л.В. Юдина, М.С. Прокопьев, К.С. Пигида.....	36
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНЫХ ИГР	37
ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ БРОСКОВ МЯЧА БАСКЕТБОЛИСТОВ И БАСКЕТБОЛИСТОК 17-18 ЛЕТ	37
Р.Р. Батталов, Е.А. Колесникова	37
УРОВЕНЬ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ 3-4 КЛАССОВ ПРИ ЗАНЯТИЯХ В СЕКЦИИ ВОЛЕЙБОЛА.....	38
Г.В. Бузан, Т.А. Мосол	38
ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИГРОКА ЛИБЕРО В КОМАНДАХ ВОЛЕЙБОЛИСТОК РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	39
Н.Д. Волкова, С.С. Даценко	39
ОЦЕНКА УРОВНЯ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ФУТБОЛИСТОВ (НА ПРИМЕРЕ ФК «КУБАНЬ ХОЛДИНГ»).....	40
К.С. Воронин, А.Р. Путинцева, Е.А. Колесникова	40
ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ.....	41
К.В. Демченко, А.В. Проскура.....	41
ИССЛЕДОВАНИЕ ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА У УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ МБОУ ГИМНАЗИИ №54	42
О.С. Дудка, Г.Н. Дудка.....	42
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ СТУДЕНЧЕСКОЙ КОМАНДЫ КГУФКСТ С НОРМАТИВАМИ ИСПЫТАНИЙ ВФСК ГТО	43
К.Р. Егоров, Г.Н. Дудка	43
ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКОВ В ДВИЖЕНИИ В БАСКЕТБОЛЕ СТУДЕНТАМИ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ.....	44
М.А. Екамасов, А.Р. Путинцева, Е.А. Колесникова	44
ПРОФЕССИОНАЛИЗМ СУДЕЙ ПО ПЛЯЖНОМУ ВОЛЕЙБОЛУ	45
Н.В. Жигунова, В.В. Костюков	45
ХАРАКТЕРИСТИКА АТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В БАСКЕТБОЛЕ 3x3	46
Е.К. Малый, Д.Е. Поздеева, Е.А. Колесникова	46

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ТЕННИСИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП	47
Е.А. Павлов, Л.А. Дмитренко	47
ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ МОЛОДЕЖНЫХ КОМАНД	48
Д.Е. Поздеева, Е.К. Малый, Е.А. Колесникова	48
ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРОВЫХ ДЕЙСТВИЙ ТЕННИСИСТОВ 1-2 РАЗРЯДОВ	49
И.Д. Полонский, Л.А. Дмитренко	49
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БАДМИНТОНИСТОВ 13-15 ЛЕТ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ	50
А.А. Пузаков, Е.А. Колесникова	50
ХАРАКТЕРИСТИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БАДМИНТОНИСТОВ 13-15 ЛЕТ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ	51
А.А. Пузаков, Е.А. Колесникова	51
АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ БРОСКОВ МЯЧА У ДЕВОЧЕК 10-11 ЛЕТ В МИНИ-БАСКЕТБОЛЕ	52
А.Ю. Пыхтина, Е.А. Колесникова	52
ХАРАКТЕРИСТИКА ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОК	53
Е.С. Сапилкина, А.В. Проскура	53
ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ КОНТРАТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫМИ ИГРОКАМИ В НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС	54
В.В. Серебренникова, Л.А. Дмитренко	54
ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ 10-12 ЛЕТ	55
Р.С. Скворцов, Д.Р. Алдушина, Е.А. Колесникова	55
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НАВЫКОВ УПРАВЛЕНИЯ МЯЧОМ У ТЕННИСИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП	56
Я. Шварц, Л.А. Дмитренко	56
АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ БРОСКОВ СО СРЕДНЕЙ И ДАЛЬНОЙ ДИСТАНЦИИ У БАСКЕТБОЛИСТОВ 13-14 ЛЕТ	57
Н.О. Юшков, А.М. Глазин	57
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ.	58
В.А. Якунина, Г.Н. Дудка	58
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФУТБОЛА И РЕГБИ	59
ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ ПРИ ОБУЧЕНИИ СТУДЕНТОВ ОСНОВАМ МЕТОДИКИ СУДЕЙСТВА СОРЕВНОВАНИЙ ПО МИНИ-ФУТБОЛУ	59
В.С. Арбинин, А.П. Золотарев	59

ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ОБОРОНИТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ С МЯЧОМ ФУТБОЛИСТОВ ЛИНИИ ОБОРОНЫ	60
В.В. Ахмед-Оглы, М.М. Шестаков	60
ОСОБЕННОСТИ СОДЕРЖАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 8-9 ЛЕТ В РАЗНЫХ УСЛОВИЯХ ПОДГОТОВКИ.....	61
Н.Ш. Баязов, М.М. Шестаков	61
РЕАЛИЗАЦИОННАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТЕХНИКИ ВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ ФУТБОЛИСТОВ СТУДЕНЧЕСКОЙ КОМАНДЫ.....	62
М.М. Бербеков, А.П. Золотарев	62
АНАЛИЗ ВЫПОЛНЕНИЯ ОБМАННЫХ ДВИЖЕНИЙ ФУТБОЛИСТАМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ	63
С.А. Бородин, Р.З. Гакаме	63
КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ И КАЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ФУТБОЛИСТОВ ГРУППЫ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДЮСШ И СТУДЕНЧЕСКОЙ КОМАНДЫ	64
М.А. Бурцев, А.П. Золотарев	64
РАЦИОНАЛИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА НАЧАЛЬНОГО РАЗУЧИВАНИЯ ЮНЫМИ ГАНДБОЛИСТКАМИ ТЕХНИКИ БРОСКОВ МЯЧА	65
К.В. Бурчуладзе, М.М. Шестаков	65
ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ	66
Л.Ф. Валиулина, М.М. Шестаков.....	66
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНСКОГО ФУТБОЛА В РОССИИ СРЕДИ КОМАНД ВЫСШЕГО ДИВИЗИОНА.....	67
Н.Б. Гасанова, Т.В. Зайцева, А.П. Золотарев	67
КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ И КАЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ РОЗЫГРЫША СТАНДАРТНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ ФУТБОЛИСТАМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ И ЛЮБИТЕЛЬСКИХ КОМАНД	68
Э.А. Глебов, А.П. Золотарев.....	68
ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛИСТОВ С РАЗНЫМ МОРФОЛОГИЧЕСКИМ СТАТУСОМ	69
А.А. Данилов, М.М. Шестаков	69
АНАЛИЗ СТРУКТУРЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ В НАПАДЕНИИ.....	70
В.И. Дейнеко, Р.З. Гакаме	70
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МУЖЧИН СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА ПОД ВЛИЯНИЕМ СИСТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ФУТБОЛОМ	71
В.В. Еремкин, А.П. Золотарев	71
КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ И КАЧЕСТВЕННЫЕ ПАРАМЕТРЫ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 13-14 ЛЕТ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	72
В.А. Ждан, Р.З. Гакаме.....	72

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЕТОДА КРУГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ	73
И.А. Игнатъев, Р.З. Гакаме	73
РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ ФУТБОЛА	74
А.Г. Искандарян, Р.З. Гакаме.....	74
ОЦЕНКА ВАРИАТИВНОСТИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СКОРОСТНЫХ И СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ФУТБОЛИСТОВ 14-15 ЛЕТ	75
Ю.В. Клочков, А.П. Золотарев.....	75
НАДЕЖНОСТЬ И ИНФОРМАТИВНОСТЬ ТЕСТОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ ШЕСТЫХ КЛАССОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ В УРОЧНОЙ ФОРМЕ.....	76
З.А. Колесникова, А.П. Золотарев	76
ДИНАМИКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ И СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ В ПЕРИОД С 11 ДО 14 ЛЕТ	77
А.А. Котенко, Р.З. Гакаме	77
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТОЧНОСТИ ПЕРЕДАЧ МЯЧА НОГАЙ, ВЫПОЛНЯЕМЫХ ФУТБОЛИСТАМИ 17-18 ЛЕТ РАЗНЫХ ИГРОВЫХ АМПЛУА, С ПРИМЕНЕНИЕМ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПОВЫШЕННОЙ КООРДИНАЦИОННОЙ СЛОЖНОСТИ	78
С.Ю. Лайпанов, А.П. Золотарев	78
ДЕЙСТВИЯ С МЯЧОМ В УСЛОВИЯХ ТРЕНИРОВКИ ФУТБОЛИСТОВ С РАЗНЫМИ МОРФОЛОГИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ.....	79
А.А. Лебединский, М.М. Шестаков.....	79
ОСОБЕННОСТИ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФУТБОЛИСТОВ РАЗНЫХ ПОКОЛЕНИЙ	80
В.Г. Левшаков, М.М. Шестаков	80
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И СОДЕРЖАНИЯ ПОДГОТОВКИ СИРИЙСКИХ И РОССИЙСКИХ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ	81
Масри Мохамад Деб, М.М. Шестаков	81
ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ МИНИ-ФУТБОЛОМ НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЮНОШЕЙ 15-17 ЛЕТ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА	82
Масри Мохамад Деб, М.М. Шестаков	82
ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА ПО ФУТБОЛУ В УСЛОВИЯХ ШКОЛЬНОЙ СЕКЦИИ И ДЮСШ	83
К.К. Мокаев, М.М. Шестаков.....	83
ИЕРАРХИЯ МОТИВОВ К НАЧАЛУ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ У ЖЕНЩИН 30-40 ЛЕТ .	84
Е.А. Перевалина, М.М. Шестаков	84
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И НЕКОТОРЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗРАБОТКИ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В РЕГБИ-7.....	85
М.С. Полумеева, М.Ю. Коробов, А.П. Золотарев	85

ОСОБЕННОСТИ ОБОРОНИТЕЛЬНЫХ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В РЕГБИ-7	86
М.С. Полумеева, М.Ю. Коробов, А.П. Золотарев	86
К ПРОБЛЕМЕ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ФУТБОЛА ДЕТЕЙ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ	87
Е.Г. Попов, М.М. Шестаков.....	87
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФУТБОЛОМ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕТЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЬНОЙ СЕКЦИИ	88
Д.С. Ржавин, М.М. Шестаков.....	88
ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ НАУЧНОЙ РАЗРАБОТКИ ПРОБЛЕМЫ ТРЕНИРОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ С УЧЕТОМ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ.....	89
М.А. Руденко, А.П. Золотарев	89
ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЛЕТЧИКАМИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ ПРИ УПРАВЛЕНИИ ВЫСОКОМАНЕВРЕННЫМ САМОЛЕТОМ	90
О.В. Сакиркин, М.М. Шестаков	90
ИССЛЕДОВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ФУТБОЛЕ С ПОЗИЦИИ МОТОРНОЙ АСИММЕТРИИ НОГ	91
А.Г. Татаев, А.А. Семенюков, Р.З. Гакаме.....	91
ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ АТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ С МЯЧОМ ФУТБОЛИСТОВ ЛИНИИ НАПАДЕНИЯ.....	92
И.Д. Тахмазов, М.М. Шестаков	92
ЭФФЕКТИВНОСТЬ РАЗНЫХ ПОДХОДОВ В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ	93
И.А. Тес, М.М. Шестаков	93
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 10 ЛЕТ В ТРЕНИРОВОЧНОМ МАКРОЦИКЛЕ.....	94
Д.В. Шаронов, А.П. Золотарев	94
СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА ИНТЕГРАЦИИ СРЕДСТВ ТЕХНИЧЕСКОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ (ПО РЕЗУЛЬТАТАМ АНКЕТНОГО ОПРОСА СПЕЦИАЛИСТОВ)	95
Д.В. Шаронов, А.П. Золотарев	95
СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ФУТБОЛИСТОВ МОЛОДЕЖНОЙ КОМАНДЫ В МАТЧАХ ЧЕМПИОНАТА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ.....	96
А.В. Шишкин, Р.З. Гакаме	96
ПОТЕНЦИАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ РАЗЛИЧНОГО КЛАССА ПРИ ПОДГОТОВКЕ БОДИБИЛДЕРОВ	97
Юсефа Амро, М.М. Шестаков.....	97

КАФЕДРА ТЕОРИИ, ИСТОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ 98

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ МБОУ СОШ № 78 г. КРАСНОДАРА ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ГОТОВНОСТИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО, ОТНЕСЕННЫХ КО ВТОРОЙ ВОЗРАСТНОЙ СТУПЕНИ 98
А.З. Асцатурян, Т.Х. Емтыль 98

ДИАГНОСТИКА МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ УЧАЩИХСЯ 5-Х КЛАССОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 99
А.М. Гришаева, Л.А. Якимова 99

КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ 100
С.А. Дорошенко, В.А. Чернышов 100

ОЦЕНКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ МАГИСТРАНТОВ ПО ШКАЛЕ ДЕПРЕССИИ 101
В.В. Ермак, Л.А. Якимова 101

СТРУКТУРА И КОМПОНЕНТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЛОНТЕРОВ, БСЛУЖИВАЮЩИХ СПОРТИВНЫЕ И ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ 102
И.В. Захаров, Л.А. Якимова 102

СОВРЕМЕННЫЙ МЕТОДИЧЕСКИЙ ПОДХОД К СПОРТИВНОМУ ОТБОРУ В СЕКЦИЮ СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКИ 103
О.О. Захарова, Л.А. Якимова 103

МЕТОДЫ ПСИХИЧЕСКОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ 104
С.А. Исмаилов, Ю.А. Прокопчук 104

УЧЕТ ВОЗРАСТНЫХ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОДРОСТКОВ 12-14 ЛЕТ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКОЙ 105
И.Н. Лустина, Ю.А. Прокопчук 105

ЧЕЛОВЕК-ЛЕГЕНДА – ГОРДОСТЬ НАШЕГО ВУЗА 106
В.Д. Максименко, Ю.Г. Бич 106

СПАРТАКИАДЫ НАРОДОВ СССР И ИХ РОЛЬ В РАЗВИТИИ МАССОВОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ДВИЖЕНИЯ 107
В.С. Малеев, Ю.Г. Бич 107

СКАУТИЗМ И ЕГО РОЛЬ В МАССОВОМ СПОРТИВНОМ ДВИЖЕНИИ 108
А.В. Пащенко, Ю.Г. Бич 108

ВОЗМОЖНЫЕ СПОСОБЫ БОРЬБЫ С ПРОБЛЕМОЙ ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО ОЛИМПЕЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ 109
Г.М. Саакян, Н.Н. Пешков 109

НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ НАРУШЕНИЙ ЗРЕНИЯ У ДЕТЕЙ 110
Г.М. Саакян, Л.А. Якимова 110

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БАСКЕТБОЛИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ	111
Б.В. Слободянюк, Ю.А. Прокопчук	111
ВНЕШНИЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА УРОВЕНЬ ДОСТИЖЕНИЙ СПОРТСМЕНА-КОННИКА В КОННОМ СПОРТЕ	112
А.Ю. Стойлов, Д.В. Белинский	112
ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-КОННИКОВ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ	113
А.Ю. Стойлов, Д.В. Белинский	113
КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ	114
ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ РЕГБИ	114
А.В. Бабичева, А.С. Гронская	114
ВЛИЯНИЕ СПЕЦИФИКИ ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ПРИ ЗАНЯТИИ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.....	115
Ю.В. Баратян, Л.В. Катрич	115
СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ВЕРТИКАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ КАК ПРОЯВЛЕНИИ АДАПТАЦИИ В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА	116
К.А. Булимов, К. Акуабу, Е.М. Бердичевская	116
ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СТРЕЛЬБОЙ ИЗ ЛУКА.....	117
Е.М. Игнатенко, М.В. Малука	117
ВЛИЯНИЕ ВЫСОКОИНТЕНСИВНЫХ ИНТЕРВАЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОК НА ИНТЕРЛЕЙКИН-6	118
Н.А. Князев, И.Н. Швыдченко	118
ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ БОКСЕРОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ТРЕНИРОВКИ.....	119
Р.Р. Констанян, А.С. Гронская	119
ХАРАКТЕРИСТИКА ТИПОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ БАСКЕТБОЛИСТОВ РАЗНОГО ИГРОВОГО АМПЛУА	120
П.В. Лаврухина, Л.В. Катрич	120
СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФИГУРИСТОК ПЕРИОДА ВТОРОГО ДЕТСТВА	121
П.О. Максимов, А.С. Гронская	121
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ТРЕБОВАНИЙ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫХ К ТЕХНИКЕ ВЫПОЛНЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ С ПОЗИЦИИ АСИММЕТРИИ, В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ И ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ.....	122
Д.Э. Мокова, Т.В. Крайнова, Е.М. Бердичевская	122

УЧЕТ МОТОРНОЙ АСИММЕТРИИ ПРИ ВЫБОРЕ СПОСОБА ПЛАВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ СПОРТИВНОГО ОТБОРА	123
Г.М. Саакян, А.С. Гронская	123
РОЛЬ ПОСТУРАЛЬНОГО БАЛАНСА И ОРИЕНТАЦИИ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	124
Д.С. Седнев, А.С. Ипатов, Т.А. Трембач, Е.С. Тришин	124
ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА ЦИГУН КАК СРЕДСТВО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА	125
А.А. Сенюгин, Я.Е. Бугаец	125
ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ СТАТУС ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ МАЛЬЧИКОВ 10-11 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПЛАВАНИЕМ	126
В.А. Серебряков, Л.В. Катрич	126
ОБОСНОВАНИЕ ИЗУЧЕНИЯ ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ФУТБОЛИСТОВ	127
А.П. Шикло, Я.Е. Бугаец	127
РОЛЬ ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫХ СВОЙСТВ ЧЕЛОВЕКА В СПОРТИВНОЙ ПРАКТИКЕ	128
В.Ю. Яновский, Т.А. Трембач, Э.И. Чуйкова, Е.С. Тришин	128
КАФЕДРА УПРАВЛЕНИЯ В СПОРТЕ И ОБРАЗОВАНИИ	129
СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОГО КЛУБА	129
К.Я. Айдаев, Л.А. Гремина	129
ФОРМИРОВАНИЕ ФУТБОЛЬНОГО ПРАВА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ	130
О.А. Акулов, С.С. Воеводина	130
ЛЬГОТЫ МАЛОМУ БИЗНЕСУ КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ИХ РАЗВИТИЯ	131
Л.Ю. Бескова, Е.П. Гетман	131
УПРАВЛЕНИЕ СИСТЕМОЙ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ	132
Д.В. Бугаев, С.В. Кардашян, Е.П. Гетман	132
ОСОБЕННОСТИ ЯПОНСКОЙ МОДЕЛИ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТОМ	133
Н.О. Букреева, Е.П. Гетман	133
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ УСЛУГА КАК ЭКОНОМИЧЕСКОЕ БЛАГО	134
Д.И. Бушуева, Е.П. Гетман	134
К ВОПРОСУ О ФИНАНСИРОВАНИИ РОССИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ	135
Р.А. Верещагин, А.В. Облизов, Е.П. Гетман	135
УПРАВЛЕНИЕ СИСТЕМОЙ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ	136
А.И. Галустян, Л.А. Гремина	136

ПРОБЛЕМА СИСТЕМНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТЕ.....	137
Д.В. Жданова, Е.П. Гетман	137
ТЕХНИКА СПОСОБА СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ «БРАСС».....	138
А.С. Зайцев, А.А. Ругина	138
ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ЭКОНОМИКИ СПОРТА В РОССИИ.....	139
Ю.М. Занина, Л.А. Гремина	139
СИСТЕМА МОТИВАЦИИ В СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ООО «ADIDAS».....	140
К.А. Исупова, С.С. Воеводина	140
ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ЭФФЕКТИВНОЙ КОМАНДЫ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.....	141
Д.Г. Кочарян, К.В. Туманян	141
УПРАВЛЕНИЕ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬЮ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ..	142
А.Е. Лисицын, Е.П. Гетман.....	142
СОЗДАНИЕ И ПРОДВИЖЕНИЕ СПОРТИВНОГО СОБЫТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	143
Д. Лях, М.Г. Напалкова	143
МУНИЦИПАЛЬНО-ЧАСТНОЕ ПАРТНЕРСТВО В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.....	144
Г.В. Мацнева, С.С. Воеводина.....	144
ИННОВАЦИОННАЯ МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....	145
Е.А. Меговорян, А.В. Ащеулов.....	145
ПРИНЯТИЕ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ В СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ..	146
Н.Э. Назарова, Л.А. Гремина.....	146
РИСКИ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ БИЗНЕС-ПЛАНА СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	147
В.Р. Орунжева, Е.П. Гетман.....	147
ОСОБЕННОСТИ БИЗНЕС-ПЛАНИРОВАНИЯ МАЛОГО ПРЕДПРИЯТИЯ В СФЕРЕ СПОРТА	148
В.Р. Орунжева, Е.П. Гетман.....	148
ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖМЕНТА В РОССИИ	149
М.П. Парамонов, С.С. Воеводина.....	149
ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ НА ОСНОВЕ НОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ	150
К.Д. Питель, Е.П. Гетман	150
ПОКОЛЕНИЕ Z ПРОТИВ МАРКЕТИНГОВЫХ МЕТОДОВ	151
М.В. Свириденко, Е.П. Гетман	151

СРАВНЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ ВЕРТИКАЛЬНОГО ПРЫЖКА У БАСКЕТБОЛИСТОВ СБОРНЫХ КОМАНД КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ	152
И.В. Скорых, А.А. Курнос, А.А. Ругина	152
РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СПОРТСМЕНОВ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ – УЧАСТНИКОВ IX ЛЕТНЕЙ СПАРТАКИАДЫ УЧАЩИХСЯ РОССИИ.....	153
И.В. Скорых, А.А. Курнос, А.А. Ругина	153
БИЗНЕС-ПЛАН В УПРАВЛЕНИИ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ.....	154
А.А. Сокол, Е.П. Гетман	154
ПРЕЗЕНТАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ УСЛУГ КАК МЕТОД ПОВЫШЕНИЯ ПРОДАЖ.....	155
Е.В. Ставило, К.В. Туманян.....	155
НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ АДАПТИВНОГО СПОРТА	156
А.А. Таловский, С.С. Воеводина.....	156
ИНТЕРНЕТ МАРКЕТИНГ И ЕГО ОСОБЕННОСТИ.....	157
А.И. Тихонова, Е.П. Гетман.....	157
ФОРМЫ ГОСУДАРСТВЕННО-ОБЩЕСТВЕННОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ	158
Б.Г. Шиянов, С.С. Воеводина.....	158
УПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ..	159
Б.Г. Шиянов, С.С. Воеводина.....	159
КАФЕДРА ФИЛОСОФИИ, КУЛЬТУРОВЕДЕНИЯ И СОЦИАЛЬНЫХ КОММУНИКАЦИЙ.....	160
ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ СОЗНАНИЕ ГРАЖДАН И РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПО РАЗДЕЛЬНОМУ СБОРУ МУСОРА В КРАСНОДАРЕ.....	160
Ю.Д. Арничева, А.В. Тонковидова	160
СОЦИАЛЬНАЯ КОНСОЛИДАЦИЯ КАК ХУДОЖЕСТВЕННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ ТИП ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	161
А.М. Артемьева, А.В. Плотников	161
ОСОБЕННОСТИ СООТНОШЕНИЯ РИТУАЛА И ИГРЫ В ПРАЗДНИЧНОМ ДЕЙСТВЕ.....	162
Н. Бояринева, Г.Г. Плотникова	162
ПРЕИМУЩЕСТВА И НЕДОСТАТКИ ПЕЧАТНОЙ РЕКЛАМЫ В ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА	163
Е.М. Бреус, А.В. Тонковидова	163
ЭТИЧЕСКИЕ ВОЗЗРЕНИЯ Н.О. ЛОССКОГО	164
Д.Ю. Бухвалова, Е.А. Найденко	164

ОРГАНИЗАЦИОННО-УПРАВЛЕНЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ПОСТАНОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ РЕЖИССЕРА	165
С.С. Галинских, А.В. Плотников	165
ПЕНСИОННАЯ РЕФОРМА: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ	166
М.М. Гармашова, А.В. Тонковидова	166
ДИАЛЕКТИКА «КРАСИВОГО» И «ПРЕКРАСНОГО» В ЭСТЕТИЧЕСКОМ ВОСПРИЯТИИ.....	167
А.Д. Головизнина, Ю.Г. Бич	167
ХАЙП КАК СОЦИОКУЛЬТУРНОЕ ЯВЛЕНИЕ	168
В.А. Григорьева, Е.А. Найденко	168
ДОСУГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ «ПОСВЯЩЕНИЕ В СТУДЕНТЫ» КАК АСПЕКТ СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ	169
Е.С. Долженкова, Т.В. Мишина	169
ПАМЯТНИКИ ИСТОРИИ АРМЕНИИ.....	170
В.М. Дубовик, Ю.Г. Бич	170
ПАЛЕОНТОЛОГИЧЕСКИЕ ПАМЯТНИКИ КУБАНИ	171
Е.И. Затворницкая, Ю.Г. Бич	171
РОЛЬ ИСКУССТВА В ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА	172
А.В. Карпушина, Ю.Г. Бич	172
ТЕЛЕСНОСТЬ СПОРТСМЕНА В КОНТЕКСТЕ КУЛЬТУРНОЙ ИНДУСТРИИ	173
Д.А. Кашкарова, Г.Г. Плотникова	173
«ПЕРСИДСКИЙ БУНТ» НА КУБАНИ	174
В.С. Куликова, Ю.Г. Бич	174
ПЕДАГОГИКА ТВОРЧЕСТВА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ.....	175
В.Д. Лепетюха, А.В. Плотников	175
ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ РЕЖИССЕРСКОГО ЗАМЫСЛА В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНОГО ЗАКАЗА	176
В.А. Липодат, А.В. Плотников	176
В.И. ВЕРНАДСКИЙ – УЧЕНЫЙ И ФИЛОСОФ	177
В.К. Марченко, Е.А. Найденко	177
ТАНЕЦ КАК СПОСОБ САМОВЫРАЖЕНИЯ И ДУХОВНОГО РАЗВИТИЯ.....	178
Д.А. Масленко, Т.В. Мишина	178
К ПРОБЛЕМЕ ВЫБОРА ЭМПИРИЧЕСКИХ МЕТОДОВ ИССЛЕДОВАНИЯ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБОЙ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН ПРЕДПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА	179
Я.А. Никитина, Т.А. Самсоненко	179

МОДЕЛИРОВАНИЕ КОММУНИКАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТУРИСТИЧЕСКОЙ КОМПАНИИ	180
В.Ю. Пивоварова, А.В. Тонковидова.....	180
ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ИНТЕРНЕТ-РЕКЛАМЫ В СФЕРЕ ТУРИЗМА	181
А.Р. Рассоха, А.В. Тонковидова.....	181
РАЗРАБОТКА РЕКЛАМНЫХ КАМПАНИЙ НА БАЗЕ АВТОМАТИЗИРОВАННОГО УПРАВЛЕНИЯ РАБОТОЙ ОТДЕЛА ПРОДАЖ В СФЕРЕ ТУРИЗМА.....	182
А.А. Ростовцева, А.В. Тонковидова	182
ЭТИКА СВОБОДЫ В ВОЗЗРЕНИЯХ Ф.М. ДОСТОЕВСКОГО	183
М.В. Свириденко, Е.А. Найденко	183
ПОДДЕРЖКА МАЛОГО И СРЕДНЕГО ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ: ПРОГРАММЫ ПРОДВИЖЕНИЯ	184
В.С. Семенова, А.В. Тонковидова.....	184
ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ КАК СТРУКТУРНЫЙ ЭЛЕМЕНТ ЗАМЫСЛА СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНЫХ ЗРЕЛИЩ.....	185
А.А. Струц, А.В. Плотников	185
ТРЕТЬЯКОВ – МЕЦЕНАТ ЗЕМЛИ РУССКОЙ	186
П.А. Урбезова, Ю.Г. Бич	186
ТРУДНАЯ СУДЬБА АРХИТЕКТУРНЫХ ШЕДЕВРОВ БАЖЕНОВА.....	187
В.А. Хорошко, Ю.Г. Бич.....	187
ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРНОЙ СРЕДЫ В ГИАГИНСКОМ РАЙОНЕ РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕЯ	188
К.В. Шидловская, А.В. Тонковидова	188
КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ	189
ВЛИЯНИЕ ВАРИАТИВНЫХ АЭРОБНЫХ НАГРУЗОК НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ.....	189
Д.Г. Аллахвердян, Н.И. Дворкина.....	189
ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА	191
А.А. Белый, О.Г. Лызарь.....	191
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СТЕП-АЭРОБИКОЙ С ЖЕНЩИНАМИ 30-35-ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА	192
Т.О. Бондаревская, О.С. Трофимова	192
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕТЕЙ 7-8 ЛЕТ НА ОСНОВЕ ИСПЫТАНИЙ I СТУПЕНИ КОМПЛЕКСА ГТО.....	193
П.В. Головкин, Н.И. Дворкина	193
АНАЛИЗ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ.....	194
С.К. Гранкин, Н.И. Романенко	194

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО В ПРОЦЕССЕ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ.....	195
Н.Д. Дзюба, О.Г. Лызарь	195
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА МАЛЬЧИКОВ 8-10 ЛЕТ С НАРУШЕНИЕМ ОСАНКИ СРЕДСТВАМИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПЛАВАНИЯ	196
К.О. Захарчук, В.И. Осик	196
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ФИТНЕС-ЙОГИ В ЗАНЯТИЯХ С ЖЕНЩИНАМИ 35-40 ЛЕТ, ИМЕЮЩИМИ ИЗБЫТОЧНУЮ МАССУ ТЕЛА	197
О.В. Коновалова, О.Г. Лызарь	197
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ВОДНЫМ ФИТНЕСОМ НА ПСИХОФИЗИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	198
В.А. Королёв, Е.И. Ончукова.....	198
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СИСТЕМЕ ПИЛАТЕС НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА.....	199
М.А. Маринович, О.С. Трофимова	199
ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ В ГРУППАХ ЗДОРОВЬЯ С ЖЕНЩИНАМИ ПРЕДПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА	200
Я.А. Никитина, С.А. Хазова.....	200
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДЕТСКОГО ТАНЦЕВАЛЬНОГО ФИТНЕСА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИЦ.....	201
И.К. Никоненко, О.С. Трофимова	201
МОТИВАЦИЯ ЖЕНЩИН 45-55 ЛЕТ К ЗАНЯТИЯМ ХАТХА-ЙОГОЙ.....	202
Е.В. Олейник, Н.И. Романенко.....	202
МЕТОД МУЗЫКАЛЬНОЙ ИНТЕРПРЕТАЦИИ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ СПОСОБ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ ПО БАЗОВОЙ АЭРОБИКЕ.....	203
В.А. Распопова, Н.И. Романенко.....	203
ВЛИЯНИЕ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ НА РАЗВИТИЕ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ШКОЛЬНИКОВ 13-14 ЛЕТ	204
Я.М. Рудинская, Л.С. Дворкин	204
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ПЛАВАНИЕМ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	206
А.И. Семениди, В.В. Сударь.....	206
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПИЛАТЕС-КИДС С ДЕВОЧКАМИ 10-13 ЛЕТ	207
Д.А. Серба, О.С. Трофимова	207
ОТНОШЕНИЕ ПОДРОСТКОВ К ЗАНЯТИЯМ ВОСТОЧНЫМИ ВИДАМИ ЕДИНОБОРСТВ.....	208
И.М. Сиенко, Н.И. Дворкина.....	208

СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИКИ КОМПЛЕКСНЫХ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ	210
А.В. Соловьева, Е.И. Ончукова	210
ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ИНТЕРВАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ	211
Д.Ю. Степаненко, Л.С. Дворкин	211
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЗАНЯТИЙ ZUMBA НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ	213
А.Е. Стомба, Н.И. Дворкина	213
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКОЙ НА ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ДЕВУШЕК 16-17 ЛЕТ	215
А.Б. Токавов, В.В. Сударь	215
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ УЧИТЕЛЕЙ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА.....	216
Н.Ф. Тронева, В.И. Осик	216
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ.....	217
В.В. Фоменко, О.С. Трофимова	217
МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ПЛАВАНИЕМ С ДЕТЬМИ ГРУДНОГО ВОЗРАСТА	218
У.Р. Хабиева, В.В. Сударь	218
ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА	219
М.В. Харитоновна, О.Г. Лызарь	219
СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИКИ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛИСТОВ 13-15 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ФИТНЕСА.....	220
А.С. Хвостова, Е.И. Ончукова	220
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВОСТОЧНЫХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СИСТЕМ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ С ЖЕНЩИНАМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА.....	221
Г. Шапошников, О.С. Трофимова	221
ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ЖЕНЩИН 20-35 ЛЕТ С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА	222
Е.Д. Юркина, Н.И. Романенко	222
ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ	223
ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА СОЦИАЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ	223
М.А. Батракова, Т.А. Андреевко	223
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.....	224
М.О. Григорьева, Т.А. Андреевко	224

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ	225
А.А. Истомина, Е.П. Павленко	225
СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ 12-13 ЛЕТ	226
Т.А. Лимачева, Л.И. Чуфарова	226
ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА г. ВОЛГОГРАДА	227
М.В. Макарова, Е.В. Хомутова	227
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СТУДЕНТОВ С ВЕГЕТОСОСУДИСТОЙ ДИСТОНИЕЙ.....	228
Е.В. Макеева, И.Ф. Нагайцева	228
ИСТОРИЯ И ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.....	229
Е.А. Миронова, Е.В. Хомутова	229
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ ВОЛГОГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА	230
В.А. Плужникова, И.В. Половодов	230
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СПОСОБ БОРЬБЫ СО СТРЕССОМ	231
Т.А. Польская, Е.П. Павленко	231
ФИТНЕС КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	232
Т.А. Польская, Е.П. Павленко	232
КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ: БАЛАНС БЕЛКОВ, ЖИРОВ И УГЛЕВОДОВ	233
Е.Ю. Селезнева, М.Ю. Савельев	233
СОВРЕМЕННЫЕ СПОСОБЫ ПОДСЧЕТА КАЛОРИЙ.....	235
П.И. Фисенко, М.Ю. Савельев	235
ВЗАИМОЗАВИСИМОСТЬ ФИЗИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И УСПЕВАЕМОСТИ У СТУДЕНТОВ	237
А.А. Шмакова, М.Ю. Савельев	237
АКАДЕМИЯ МАРКЕТИНГА И СОЦИАЛЬНО-ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ (ИМСИТ)	238
К ВОПРОСУ О ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	238
М.С. Аршинник, А.Г. Харьковская	238
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ	239
М.С. Аршинник, А.Г. Харьковская	239

КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ	240
СИНДРОМ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО РАССТРОЙСТВА ЗРЕНИЯ У ПАЦИЕНОВ ПСИХИАТРИЧЕСКОГО СТАЦИОНАРА	240
Ю.В. Шагинян	240
СИНДРОМ СУХОГО ГЛАЗА НА ФОНЕ ТЕРАПИИ ТРИЦИКЛИЧЕСКИМИ АНТИДЕПРЕССАНТАМИ	241
Ю.В. Шагинян	241
КЛИНИЧЕСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ СЛУЧАЕВ АБСЦЕССА ВЕРХНЕГО ВЕКА В УСЛОВИЯХ ПСИХИАТРИЧЕСКОГО СТАЦИОНАРА	242
Ю.В. Шагинян	242
КРАСНОДАРСКОЕ ВЫСШЕЕ ВОЕННОЕ АВИАЦИОННОЕ УЧИЛИЩЕ ЛЕТЧИКОВ.....	243
РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ У КУРСАНТОВ В ПРОЦЕССЕ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ	243
П.П. Авдеев, А.В. Бочков	243
УКАЧИВАНИЕ КАК НЕГАТИВНЫЙ ФАКТОР ЛЕТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	244
Д.И. Давыдьков, П.И. Вах	244
ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ, ПОСТУПАЮЩИХ В ВОЕННЫЕ УЧИЛИЩА.....	245
А.А. Дерезкий, В.Б. Парамзин	245
ТЕРПЕНИЕ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ЕГО РАЗВИТИЯ	246
А.О. Киселев, В.Б. Парамзин.....	246
ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ РАЗМИНКИ ПЕРЕД ПРЕДСТОЯЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКОЙ	247
Н.В. Перебейнос, О.В. Машенко	247
ВЛИЯНИЕ ЗНАНИЙ О САМОКОНТРОЛЕ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОГО И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ НА ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМАТИВОВ	248
Д.А. Петрунин, А.В. Бочков.....	248
САМОКОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ.....	249
М.Д. Сунатов, А.В. Мацибурский.....	249
ТАВРИЧЕСКАЯ АКАДЕМИЯ КРЫМСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМ. В.И. ВЕРНАДСКОГО.....	250
КОММУНИКАТИВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ИНТЕРНЕТ-РАДИО «ИРФАН» В ПРОСВЕЩЕНИИ МУСУЛЬМАНСКОЙ УММЫ КРЫМА.....	250
М.А. Мамадиева, З.З. Хайрединова.....	250

КРАСНОДАРСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ ВЫСШЕГО СЕСТРИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ	251
ОСОБЕННОСТИ ПЕРИОДИЧЕСКОЙ МОТОРНО-СЕКРЕТОРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЖЕЛУДКА У БОЛЬНЫХ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ	251
Ю.Ю. Борисов, И.Г. Щербинина	251
РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ (РИНХ)	252
АНАЛИЗ РИСКОВ МАЛОГО И СРЕДНЕГО БИЗНЕСА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ	252
А.С. Бормотко, К.Н. Самойлова	252
РАЗВИТИЕ НАЛОГОВОГО КОНТРОЛЯ В РФ	253
И.И. Денисенко, О.И. Карепина	253
ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ СТРАХОВОГО РЫНКА В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ЭКОНОМИКИ РОССИИ	254
Е.Д. Салгунова, К.Н. Самойлова	254
РАЗВИТИЕ ВНУТРЕННЕГО ФИНАНСОВОГО АУДИТА	255
О.В. Смольянинов, О.И. Карепина	255
РОЛЬ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СТРАХОВАНИИ КАК НОВОГО НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ	256
А.С. Халатян, К.Н. Самойлова	256
РАЗВИТИЕ ЦИФРОВОЙ ЭКОНОМИКИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ	257
А.Ю. Шадрина, О.И. Карепина	257

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ПЛАВАНИЯ, ПАРУСНОГО И ГРЕБНОГО СПОРТА

УДК: 797.123.1

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ УДАРНЫХ МИКРОЦИКЛОВ ТРЕНИРОВКИ ГРЕБЦОВ-АКАДЕМИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Д.В. Андриенко, И.Н. Очередыко

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В представленном материале раскрывается вопрос, касающийся комплектования команды, участвующей в заездах гребцов-академистов. В подготовке спортсменов высокого класса, и в частности в академической гребле, большую роль играет уровень командных и индивидуальных характеристики спортсменов, которые в свою очередь лимитируют результативность выступления на соревнованиях [1]. Однородность команды достигается вследствие рационального построения тренировочного процесс посредством использования тренировочных программ [2].

Ключевые слова: академическая гребля, микроциклы, система спортивной подготовки.

В проводимом нами исследовании принимали участие экипажи сборной России по академической гребле. Анализ программы подготовки гребцов-академистов показал, что основу микроциклов составляют задания, которые выполняются на лодках разных размеров, работа на гребном тренажере, моделирование соревновательных действий. Программы, по которым проходили подготовку спортсмены в предолимпийский год, сочетали в себе традиционный подход с использованием работы в аэробной зоне сразу всей командой и с использованием микроциклов, впервые которые применил в практике подготовки гребцов Майк Спраклин. Он рекомендовал начинать работу с микроциклов в двойках распашных и одиночках, уделяя внимание технике, силе гребка, чувству лодки у каждого члена экипажа отдельно, и только после стабилизации показателей начиналась работа в команде. Такой подход позволил спортсменам одинаково хорошо работать и в парном, и в распашном весле, что в свою очередь давало возможность тренеру формировать команды в каждом виде гребли с учетом перспективности выступления на соревнованиях. Такой подход позволил сформировать парную четверку, которая завоевала лицензию на олимпийские игры в Рио-де-Жанейро.

Таким образом, можно с уверенностью утверждать, что смоделированные микроциклы, по рекомендации Спраклина используемые в годичном цикле подготовки гребцов-академистов высокой квалификации, являются более эффективными. При использовании предложенных микроциклов появляется возможность формировать у гребцов навыки работы на парных распашных судах, делая их универсальными. Выведение на первое место в системе отбора не функциональные показатели, а мотивационные позволяет выделить лидеров и в будущем формировать сильный экипаж. Также ударные микроциклы позволяют значительно повысить специальные способности каждого гребца индивидуально и результативность выступления всего экипажа в целом.

Литература:

1. Погребной А.И. Новое в системе подготовки спортсменов в парусном и гребных видах спорта (по материалам зарубежной печати) / А.И. Погребной, И.О. Комлев // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2016. – № 2. – С. 73-78.
2. Поливкин И.А. Индивидуализация подготовки спортсменов высокой квалификации в академической гребле /Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма (Материалы VII Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов с международным участием). – Казань. – 2019. – С. 783-784.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ ТРЕНЕРА НА СПОРТСМЕНА НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

О.Г. Букреева

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В представленной работе, на основе анализа данных научно-методической литературы, раскрывается вопрос подбора методик, позволяющих провести оценку роли тренера в процессе подготовки спортсменов. Именно от нее может зависеть результат, который спортсмен покажет на соревнованиях, выполнение им задач, поставленных во время тренировок, а также его психологическое состояние перед, во время и после соревнований [2]. Как показывает практика, взаимоотношения «тренер-спортсмен» не всегда оказывают положительное влияние на самого спортсмена, в результате чего негативным воздействиям подвергаются все составляющие спортивной подготовки [1].

Ключевые слова: тренер, спортсмены, психология, этапы спортивной подготовки.

По мнению Ю.А. Коломейцева, успешность деятельности отдельного спортсмена или команды, особенно на начальном этапе подготовки, на 60-70% зависит от деятельности тренера. И с этим высказыванием невозможно не согласиться. Действительно, роль тренера на всех этапах спортивной подготовки играет колоссальную роль [1].

На начальном этапе спортивной подготовки тренеру необходимо создать правильное впечатление о себе во время общения с детьми, а также поддерживать связь с их родителями и учителями в школе. На тренировочном этапе (спортивной специализации), когда происходит становление спортсменов, тренер становится для них другом. Его задачей является создание оптимальных условий для того, чтобы ученики смогли удовлетворить свои потребности в спорте. На этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства задачей тренера является выбор наиболее оптимизированных путей подготовки к соревнованиям и целевых установок. Помимо всего прочего, тренер должен следить за психологической обстановкой как внутри спортивной группы, так и за ее пределами. Установив взаимопонимание с учениками, тренер сможет добиться от них достижения поставленных целей и задач в процессе совместной работы.

Для того чтобы выявить положительное и отрицательное психологическое воздействие тренера на спортсмена, Д.В Поповым был предложен опрос, в котором спортсменам предлагается оценить поведение тренера перед соревнованиями, а также опросник «Индивидуальный стиль педагогической деятельности тренера» разработанный А.М. Марковой, А.Я. Никоновой, который учитывает содержательные и динамические характеристики стиля, а также результативность самого тренера. Пройдя вышеуказанные опросники, тренер может не только увидеть свои ошибки, но еще проанализировать их и сделать выводы [1, 2].

Литература:

1. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб.: Питер, 2016. – С. 21-24.
2. Мельник Е.В. Психология личности и деятельности тренера: учебно-методическое пособие / Е.В. Мельник, Ж.К. Шемет, Е.В. Силич; под ред. Е.В. Мельник. – Минск: БГУФК, 2014. – 240 с.

ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИННОВАЦИОННЫХ ПОДХОДОВ В СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПЛАВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПЛОВЦОВ-ПОДРОСТКОВ

М.А. Воловодова, О.О. Васильева

Научный руководитель доцент А.В. Аришин

Аннотация. В работе представлен анализ применяемых инновационных подходов, описанных в научно-методической литературе в части совершенствования специальной подготовленности пловцов-подростков 14-15 лет.

Ключевые слова: подростковый возраст, специальная плавательная подготовленность, инновационные подходы.

На современном этапе развития спортивного плавания необходима оптимизация организационных и методических подходов и планирования тренировочного процесса. В настоящее время объем и интенсивность рассматриваются многими специалистами как средство управления тренировочной нагрузкой спортсмена. Особое внимание уделено специальной плавательной подготовке, где определяются наибольшие резервы повышения спортивного мастерства пловца за счет внедрения инновационных подходов и планирования тренировочного процесса.

Проблеме подготовки в плавании детей и подростков на различных этапах подготовки посвящены работы А.С. Бокатова, Н.Ж. Булгаковой [1], Т.Ю. Котова [3], Л.П. Макаренко [4, 6], А.И. Корнеева [5] и других.

В работе доказана прямая связь между уровнем показателей специальной плавательной подготовленности и спортивным результатом. По мнению Б.А. Дышко, А.Б. Кочергина, А.И. Головачева [2], к средствам специальной плавательной подготовки в спортивном плавании относят специальные упражнения, сходные по двигательной структуре и характеру нервно-мышечных усилий с движениями, совершаемыми пловцами. Такие движения направлены на специализированное развитие и совершенствование основных групп мышц и ведущих функциональных систем организма спортсмена.

Специальная физическая подготовка является важнейшим звеном в системе общего тренировочного процесса. Обеспечивая локальное избирательное развитие специфической силы и специальной силовой выносливости, она способствует закреплению динамического стереотипа плавательной координации, развивает способность в течение значительно длительного времени поддерживать необходимый темп движений, сохраняя при этом усилие в гребке.

Для развития специальной силы пловца используются упражнения, выполняемые в воде с различными сопротивлениями и отягощениями. Для развития специальной выносливости – многократное преодоление дистанций в различных условиях. Для развития специфических координационных способностей – плавание с чередованием различных стилей и упражнения на координацию в воде и на суше.

Следует отметить, что квалифицированные спортсмены достигли столь высокого уровня специальной физической подготовки, что дальнейшее его повышение становится весьма сложной задачей.

По мнению С.А. Пертова, А.Д. Чичерина [7], предлагаемые средства специальной плавательной подготовки пловца не создают в достаточной мере условий, позволяющих спортсмену преодолевать сопротивления, которые значительно больше или равны соревновательным. В связи с этим затрудняется решение проблемы вариативности тренировочного процесса.

Выявлено, что исследований по внедрению инновационных подходов в тренировочный процесс пловцов-подростков 14-15 лет недостаточно, в основном такие инновационные подходы включаются в процесс обучения плавания детей дошкольного и

младшего школьного возраста. Для подростков исследуемого возрастного периода в настоящее время предлагаются стандартные подходы совершенствования специальной плавательной подготовленности, не отличающиеся особой новизной.

Таким образом, доказана целесообразность включения в программы подготовки пловцов-подростков специальных средств развития физических качеств в воде, таких как специальные тренажеры, расширяющие возможности дыхательной системы, комплекс йоги, аквааэробики с сопротивлением и другое.

Проведенное исследование подтверждает необходимость поиска резервов, которые направлены на повышение эффективности специальной физической подготовки в плавании пловцов-подростков 14-15 лет за счет внедрения в тренировочный процесс инновационных подходов, подкрепленных научно-исследовательскими данными.

Литература:

1. Бокатов А.С. Плавание. Учебник для институтов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: Физкультура и спорт, 2011. – 311 с.
2. Дышко Б.А. Инновационные технологии тренировки дыхательной системы / Б.А. Дышко, А.Б. Кочергин, А.И. Головачев. – М.: Теория и практика физической культуры и спорта, 2012. – 122 с.
3. Котова Т.Ю. Программа «Плавание» для учащихся 1-11-х классов / Т.Ю. Котова. – 2015. – 22 с.
4. Комплексная программа Физического воспитания учащихся 1-11 классов / Под ред. Л.П. Макаренко. – Москва: «Просвещение», 2008. – 52 с.
5. Корнеев А.И. Методика развития специальной физической подготовки в плавании: автореф. выпускной квалификационной бакалаврской работы / А.И. Корнеев. – Саратов: СНИГУ им. Н.Г. Чернышевского, 2017. – 67 с.
6. Макаренко Л.П. Юный пловец: учебное пособие для тренеров ДЮСШ и студентов тренерского факультета институтов физической культуры / Л.П. Макаренко. – М.: ФиС, 2013. – 288 с.
7. Пертов С.А. Инновационные технологии в подготовке пловцов-студентов в условиях Самарского государственного университета путей сообщения / С.А. Пертов, А.Д. Чичерин // Самарский ГУПС. – 2017. – С. 13-15.

ОСОБЕННОСТИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПЛАВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПЛОВЦОВ-ПОДРОСТКОВ

М.А. Воловодова

Научный руководитель доцент А.В. Аришин

Аннотация. В работе представлены особенности специальной плавательной подготовленности пловцов-подростков 14-15 лет, описанные в научно-методической литературе.

Ключевые слова: специальная плавательная подготовленность, подростки 14-15 лет, методы подготовки, этапы подготовки.

В работах таких исследователей, как Б.А. Дышко, А.Б. Кочергина, А.И. Головачева [1], доказана прямая связь между уровнем показателей специальной плавательной подготовленности и спортивным результатом. Авторы к средствам специальной плавательной подготовки отнесли ряд специальных упражнений, воздействующих на основные группы мышц и ведущие функциональные системы организма спортсмена. Другая группа упражнений формирует у пловца динамический стереотип плавательной координации в сочетании с требуемым усилием в гребке. Все они в комплексе развивают специальную силу, специальную выносливость и специфическую координацию.

Л.П. Макаренко [3] в программу подготовки пловцов предложил включить не только упражнения, выполняемые подростками на суше и в воде, но и упражнения, выполняемые юными спортсменами на специальном тренажере, формирующем требуемую мощность гребка, его темп и скорость, в зависимости от дистанции и поставленной цели.

С.А. Пертов, А.Д. Чичерин [4] уделили внимание разработке инновационных подходов в специальной подготовленности пловцов, но экспериментальное подтверждение касалось только пловцов студенческого возраста, что еще раз подтвердило недостаточную степень разработанности средств и методов специальной подготовки спортсменов подросткового возраста. Именно в подростковом возрасте важными являются моменты новизны, эмоционального настроя, мотивации на дальнейшие тренировки и участие в соревнованиях. Известно, что в этом возрастном периоде продолжается формирование центральной нервной системы, за счет чего процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Это следует учитывать при выборе средств и методов специальной подготовки на этапе углубленной подготовки [2]. В таких условиях эффективными может быть использование комплексов аквааэробики, например с утяжелителями и резиновыми жгутами, элементов синхронного плавания, игры в водное поло и другое. Эти средства воспринимаются подростками с энтузиазмом и потому имеют высокую эффективность в повышении уровня специальной подготовленности.

Таким образом, тренер должен учитывать особенности подросткового возраста в выборе наиболее оптимальных средств и методов, направленных на повышение уровня специальной подготовленности пловцов. Проведение периодического педагогического контроля позволит корректировать объем нагрузки и времени, необходимого для развития и закрепления уровня того или иного специального качества пловца.

Литература:

1. Дышко Б.А. Инновационные технологии тренировки дыхательной системы / Б.А. Дышко, А.Б. Кочергин, А.И. Головачев. – М.: Теория и практика физической культуры и спорта, 2012. – 122 с.
2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / Под ред. Л.П. Макаренко. – Москва: «Просвещение», 2008. – 52 с.
3. Макаренко Л.П. Юный пловец: учебное пособие для тренеров ДЮСШ и студентов тренерского факультета институтов физической культуры / Л.П. Макаренко. – М.: ФиС, 2013. – 288.
4. Пертов С.А. Инновационные технологии в подготовке пловцов-студентов в условиях Самарского государственного университета путей сообщения / С.А. Пертов, А.Д. Чичерин // Самарский ГУПС. – 2017. – С.13-15.

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ТЕСТЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ В ПЛАВАНИИ

Д.В. Гладкова, Д.С. Чистяков

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. Представленная работа направлена на определение интегрального тестового задания для оценки уровня функциональной подготовленности пловцов на разных этапах подготовки [1]. Специальная выносливость в плавании складывается из нескольких производных: силовая выносливость, скоростная выносливость, скоростно-силовая выносливость. Только возможность получить информацию по всем производным позволит тренеру индивидуализировать систему подготовки конкретного спортсмена или группы спортсменов [2]. Ценным является подбор таких тестовых заданий, которые будут просты в использовании и достаточно информативны.

Ключевые слова: плавание, специальная выносливость пловцов, функциональная подготовка.

Выбранное нами тестовое задание 8x50 метров вольным стилем позволяет оценить скоростно-силовую выносливость с позиции функциональной и технической подготовленности. Выполнив одно тестовое задание и повергнув анализу среднюю скорость на отрезках и динамику восстановления можно с уверенностью охарактеризовать функциональный уровень спортсмена в конкретном периоде подготовки. Тестовое задание 100 метров вольным стилем полностью моделирует соревновательную дистанцию и позволяет оценить скоростную выносливость спортсменов с учетом периода подготовки. Данная дистанция является удобной в использовании и в сочетании с остальными тестами расширяет информацию о функциональной подготовленности спортсмена. Использование для контроля упражнений на определение силы и КИСВ показало, что использование тренерами в программах подготовки серии силовых упражнений на суше и в воде улучшает как показатели абсолютной силы: на суше на 2,04 кг, в воде – на 0,73 кг, так и КИСВ от 0,32 кг до 0,41 кг, что позволяет спортсмену, качественно прикладывать силу в ходе плавания, улучшает результат на соревновательной дистанции.

Практическое значение проведенного исследования заключается в рекомендациях, данных тренерам по применению предложенных тестов: 8x50 м вольным стилем в режиме 60 сек, 100 метров вольным стилем с соревновательной скоростью, определение коэффициента использования силовых возможностей. Данные тесты не требуют большого времени для их проведения и могут использоваться во всех периодах годичного цикла подготовки. В комплексе позволяют получить информацию об уровне всех компонентов специальной выносливости.

Литература:

1. Новое в системе спортивной подготовки пловцов: Учеб. пособие / Сост. А.И. Погребной, А.В. Аришин. – Краснодар, 2012. – 152 с.
2. Погребной А.И. Тестирование физических кондиций и энергетических возможностей организма спортсменов: отечественный и зарубежный опыт: / сост. А.И. Погребной, С.А. Локтев, Г.А. Макарова. – Краснодар: Экоинвест, 2011. – 116 с.

ОЦЕНКА ПАРАМЕТРОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ РЕГБИСТОВ

К.В. Губин, М.Ю. Коробов

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В работе представлены материалы использования функциональных тестов для коррекции и индивидуализации программ спортивной подготовки игроков регбийных команд. Функциональная подготовка регбистов включает в себя ряд компонентов, направленных на развитие всех составляющих тренированности игроков [2, 3]. Высокие требования вида спорта к функциональным показателям подразумевает начало специализированной подготовки практически с первых лет тренировки [1,2,3].

Ключевые слова: регби, подготовка регбистов, физическая подготовка.

Подбор информативных тестовых заданий для оценки уровня развития специальных способностей регбистов может быть перспективным и позволит тренерам-практикам дифференцированно подходить к планированию спортивной подготовки в регби. В практике подготовки регбистов часто используют комплекс тестовых заданий «Yo-Yo-тест». В программу тестирования входят беговые отрезки по 15-30 метров на оценку уровня стартовой скорости, дистанционной скорости, максимальной скорости, заданий на выносливость. Все показатели оцениваются по нормативной шкале. Предложенная программа тестирования использовалась при подготовке команды регби-7 Краснодарского края.

Тестовые срезы проводились в подготовительном периоде в начале тренировочных сборов и по их завершению. Результаты, полученные при анализе цифрового материала, выявили положительную динамику улучшения всех специальных способностей регбистов. Только показатели тестов на оценку скоростных способностей не выявили тенденции к улучшению, возможно, это обусловлено индивидуальными и возрастными особенностями спортсменов. Общая положительная динамика опосредовано свидетельствует о правильном построении программы спортивной подготовки в период сборов. В ходе анализа также было выявлено влияние амплуа игрока на показатели развития специальных способностей игроков команды регбистов. По исследуемому направлению ведется научная работа коллективом кафедры теории и методики футбола и регби Кубанского государственного университета физической культуры спорта и туризма в рамках научного плана кафедры.

Литература:

1. Золотарев А.П. Оценка уровня физической подготовленности высококвалифицированных спортсменов, занимающихся футболом / А.П. Золотарев, Т.В. Зайцева, Н.В. Сазонова, Н.Б. Гасанова // Актуальные проблемы развития современного футбола: теория и методики спортивных тренировок, менеджмент и маркетинг (Материалы совместной конференции кафедры «Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина» и кафедры Теории и методики футбола). – М., 2019. – С. 89-96.

2. Коробов М.Ю. Актуальные проблемы научно-методического обеспечения регби-7 / М.Ю. Коробов, Ф.В. Мусатов, Г.П. Шиянов // Тезисы докладов XXXVIII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – Краснодар, 2010. – С. 84-85.

3. Погребной А.И. Современные мировые тенденции спортивной подготовки в регби (обзор зарубежной литературы) / А.И. Погребной, И.О. Комлев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – Краснодар, 2019. – № 3. – С. 84-91.

ВЛИЯНИЕ ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНЫХ ГИДРОКОСТЮМОВ НА ПЛАВАТЕЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ

В.А. Зайцев, А.В. Погожев

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. Данное исследование было призвано оценить влияние высокотехнологичных гидрокостюмов (HTS) на плавательные показатели высококвалифицированных пловцов в 50-метровом бассейне [1, 3]. Особое внимание было уделено оценке эффектов HTS, связанных с ударами низкого сопротивления (LRS: вольный стиль и кроль на спине) и ударами высокого сопротивления (HRS: брасс и баттерфляй) [2].

Ключевые слова: плавание, гидрокостюм, высококвалифицированные пловцы, чемпионат мира.

Массовое применение высокотехнологичных костюмов нового поколения в водных видах спорта заставил Международную федерацию водных видов спорта (FINA) ввести дополнительные ограничения на их использование [1]. С 2010 года было принято решение запретить использование высокотехнологичных костюмов из полиуретана (HTS), спортсменам пришлось вернуться к тканевым купальникам [2, 3].

Методы: данные были собраны из базы данных двух последующих чемпионатов мира по плаванию в 2009 и 2011 годах. На чемпионате мира по плаванию 2009 года в Риме все спортсмены использовали HTS, в то время как в 2011 году в Шанхае после нового регламента Международной федерации плавания HTS были исключены и все участники использовали только стандартные купальники. Эта база данных исследования была создана с использованием результатов шести ведущих женщин и мужчин, участвующих в заплывах в 50-метровых бассейнах. Всего 46 участников в 2017 году и 45 участников в 2019 году. Результаты предварительных, полуфинальных и финальных заплывов тестировали с использованием непарного t-критерия с коррекцией Бонферрони-Холма. Точный тест Фишера (2x2) использовали для определения ассоциации между значительными/незначительными изменениями в итоговых результатах спортсменов и использования костюмов LRS/HRS.

Результаты: точный тест 2x2 Фишера демонстрирует разницу между ударами LRS и HRS для женщин и мужчин с использованием и без использования HTS, что является статистически значимым: $P = 0,021$. Для женщин только $P = 0,015$, а для мужчин только $P = 0,3863$.

Вывод: полученные результаты показывают, что отказ от HTS привел к значительному снижению спортивных результатов. Было установлено, что HTS дает более выраженный эффект облегчения для мужчин по сравнению с женщинами и при низком сопротивлении по сравнению с ударами высокой устойчивости при плавании.

Литература:

1. Новое в системе спортивной подготовки пловцов: учеб. пособие / сост. А.И. Погребной, А.В. Аришин. – Краснодар, 2012. – 52 с.
2. Haljand R., Tamp T. Perfect Swimming - Technique and Tactics, 2007. 244 p.
3. Whitten P. Straight Talk: A Chat With Coach Paul Bergen // Swimming Technique. 2004. July-September. P. 4-5.

КРИТЕРИИ, ОБУСЛАВЛИВАЮЩИЕ КАЧЕСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ ДЛИННЫХ ДИСТАНЦИЙ В ПЛАВАНИИ

Н.Р. Караджич, Д.В. Гладков

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В представленной работе рассматривается тактическая подготовка пловцов. Раскрываются требования к программам тактической подготовки пловцов на разных этапах спортивной подготовки. Планомерное развитие индивидуальной тактики в плавании находится в прямой зависимости от уровня квалификации спортсменов [1, 2]. Одним из перспективных направлений в программе подготовки квалифицированных спортсменов является разработка программ тактической подготовки [2]. Особенность таких программ заключается в том, что их можно органично включать в тренировочный процесс, не выделяя отдельных занятий.

Ключевые слова: плавание, тактика в плавании, тактика плавания на длинные дистанции.

В нормативной документации, в частности в федеральном стандарте по виду спорта плавание, прописано, что отдельно тактической подготовкой следует начинать заниматься только к концу тренировочного этапа. На наш взгляд, такое качество, как «чувство воды», влияющее на формирование техники и как следствие тактики, необходимо начинать формировать гораздо раньше. И когда пловец начинает тренироваться, уже следует включать в тренировочный процесс задания тактического характера. Направленные на дифференциацию скорости, расстояния, темпа, направления движения и работу в изменяющихся условиях [1, 2].

Анализируя тактику прохождения дистанций 400 метров вольный стиль, мы еще раз получили подтверждение предположению, что индивидуальные технические и функциональные способности, физическая готовность к соревнованиям определяют тактику прохождения дистанций в плавании. Преимущественно спортсмены быстро проплыли первый отрезок, затем выходили на «плато», то есть удерживали время преодоления дистанции на одном уровне, затем выполняли ускорение на финише. На дистанции 1500 метров тактика прохождения дистанции была очень индивидуальной. Отмечались варианты нескольких ускорений по ходу дистанции, с выходом на «плато». Причем после ускорения спортсмены старались не снижать время прохождения дистанции. Другой вариант тактики это высокая скорость на старте, сохранение скорости и времени преодоления отрезков на всей дистанции и ускорение на финише. Эта дистанция в очередной раз подтвердила, что тактика неразрывно связана с функциональными возможностями спортсмена, его физической формой, чувством воды и системой энергообеспечения организма.

Литература:

1. Аришин А.В. Новое в системе подготовки пловцов: отечественный и зарубежный опыт. Выпуск 2 / А.В. Аришин, А.И. Погребной, переводчик: Е.В. Литвишко. – Краснодар: Экоинвест, 2011. – 188 с.
2. Аришин А.В. Планирование тренировочного процесса у квалифицированных пловцов на средние дистанции в предсоревновательном периоде / Физическая культура и спорт. Олимпийское образование (Материалы международной научно-практической конференции 11 февраля 2019 г.) – Краснодар, 2019. – С. 19-21.

К ВОПРОСУ О КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЯХ И ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ЯХТСМЕНОВ

Л.А. Коваленко

Научный руководитель доцент Ю.И. Костюк

Аннотация. В данной работе рассматриваются некоторые индивидуальные вестибулярные реакции яхтсмена-гонщика, влияющие на спортивный результат, описанные в научно-методической литературе.

Ключевые слова: парусный спорт, вид спорта, координационные способности, вестибулярная устойчивость, тренировочная деятельность.

В последнее время проводимые исследования отмечают, что техническое совершенствование яхтсменов во многом зависит от их координационных возможностей. В парусном спорте волнение на воде воспринимается вестибулярным аппаратом в виде горизонтальных и вертикальных ускорений, длительное воздействие которых вызывает раздражение вестибулярного аппарата. Вследствие этого может возникать расстройство координации движений, ориентации в пространстве, вегетативных функций организма, что приводит к ухудшению общего состояния спортсмена. В результате снижается работоспособность, координация движений и восприятие окружающей среды [3].

Было установлено, что в повышении возможностей вестибулярного анализатора скрыт значительный потенциал роста результатов в подготовке яхтсменов [1]. Во время движения яхты спортсмен должен противостоять вестибулярным раздражителям, так как потеря равновесия может привести не только к снижению скорости движения, но и к опрокидыванию судна. Особенно вестибулярная устойчивость требуется при сильном порывистом ветре, попутных курсах относительно ветра и при нерегулярной битой волне. Влияние режима движения яхты на сигналы вестибулярного анализатора позволяет яхтсмену контролировать крен, дифферент и скорость движения как яхты, так и самого спортсмена, что положительно сказывается на его спортивных результатах [2].

Эффект от тренировок вестибулярного аппарата сохраняется некоторое время (2-3 месяца), в дальнейшем его состояние возвращается к исходному уровню. Для поддержания вестибулярного аппарата в высоком функциональном состоянии необходимо проводить тренировки вестибулярной системы круглогодично.

Литература:

1. Зуева М.В. Педагогические аспекты отбора и начальной подготовки яхтсменов-гонщиков 10-12 лет на парусной доске: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Ростов-на-Дону, 2003.
2. Зуева М.В. Педагогические аспекты отбора и начальной подготовки юных яхтсменов-гонщиков на парусной доске. – Таганрог: ТРТУ, 2005. – 162 с.
3. Зуева М.В. Роль сенсорных систем в парусном спорте. Сборник научных трудов Sworld. – 2008. – Т.24. – № 1. – С. 15-16.

КЛЮЧЕВЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА-МЕНЕДЖЕРА В СПОРТЕ

И.П. Котковец, Н.Г. Пигида

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В представленной работе проведен анализ данных литературных источников по вопросу обязанностей тренера-менеджера в спортивной подготовке. Направление подготовки спортивных менеджеров в нашей стране довольно молодое. В международной практике спортивной подготовки объем трудовых действий менеджера достаточно широк, причем имеет узкую направленность. Разделы, которыми управляет специалист-менеджер очень четко очерчены [2]. В нашей стране на сегодняшний день отдельно профессиональным стандартом выделен только руководитель, хотя в трудовых функциях и действиях профессиональных стандартов есть управленческие задачи отдельно для тренера и методиста.

Ключевые слова: спортивный менеджмент, тренер-менеджер, спортивная подготовка.

По данным зарубежной научной литературы тренерский штаб, работающий со спортивной командой, включает в себя тренера-специалиста и тренера-менеджера [1]. В обязанности тренера-специалиста входит разработка программ спортивной подготовки и тренировочных занятий, тренер менеджер отвечает за комплектование команды, стратегию построения подготовки. Деятельность тренера-менеджера отождествляется с главным тренером или начальником команды. Для эффективной работы бригады тренеров мировая практика рекомендует использовать штат тренер-менеджеров, обязанности которых включают следующие зоны ответственности: формирование стартового состава для конкретных соревнований; анализ готовности спортсменов по материалам, представленным тренером-специалистом; привлечение ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели (дополнительный персонал, финансы, место и условия проведения спортивных мероприятий) [1, 2].

Следовательно, на данном этапе можно сделать следующее заключение.

Роль менеджера требует гораздо более широкого набора навыков, овладение большим объемом компетенций, чем у тренера. Тренер будет ориентирован на то, чтобы получить максимум от людей, тогда как менеджер изыскивает возможности, чтобы получить максимум от всех имеющихся у них ресурсов, чтобы достичь тех или иных целей, согласованных с другими. И давайте не будем забывать, что менеджерам может понадобиться дисциплинировать или даже увольнять лиц – как правило, это не рассматривается как тренерская деятельность. Менеджер может формировать штат работников с учетом подбора необходимых специалистов для организации тренировочного процесса и достижения качественного результата в виде спорта [2].

Литература:

1. Еншин М.М. Управленческая компетенция тренеров резервного спорта, модель деятельности тренера как менеджера // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. – М.: Юнность России, 2012. – С. 97-110.
2. Паевский В.В. Роль тренера-менеджера и организационных форм в управлении подготовкой спортсменов в новых социально-экономических условиях // Слабожаньский науково-спортивный вестник. – Харьков, Харьковская ГАФК, 2014. – С. 59-64.

СПОРТИВНАЯ МОТИВАЦИЯ И ДОПИНГ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ

А.Г. Макаренко, А.В. Погожев

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В данной работе мы исследуем проблему допинга среди высококвалифицированных спортсменов различных видов спорта с точки зрения мотивации. Рассматриваем вопросы, раскрывающие мотивационные переменные, такие как ориентации на достижение целей и мнимое самоопределение спортивной деятельности, могут быть связаны с моральным отношением, допинговыми намерениями и допинговым поведением у спортсменов, которые участвуют в соревновательных видах спорта.

Ключевые слова: допинг, анкетирование, высококвалифицированные спортсмены, мотивация.

Допинг – это проблема общественного здравоохранения, а не просто проблема внутри профессионального спортивного сообщества [1]. Это сложное и древнее явление, учитывающее огромное разнообразие веществ, поставляемых как через легальные, так и нелегальные торговые пути [2]. В исследовании приняли участие 35 высококвалифицированных спортсменов города Краснодара квалификации КМС, МС и МСМК (средний возраст = 24,3 года). Респонденты заполнили ряд анкет, оценивая их целевые ориентации, достижения, спортивную мотивацию на различных уровнях самоопределения (внутренняя мотивация), моральное отношение к спортивной конкуренции (принятие обмана, отношение к допингу), допинговые намерения и допинговое поведение.

Анализ полученных данных показал хорошее соответствие предлагаемой модели, которая объясняла 59% расхождений в допинговых намерениях и 17,6% расхождений в допинговом поведении. Модель ориентация задачи была положительно связана с внутренней мотивацией и более низкой мотивацией, в то время как ориентация эго была положительно связана с внешней регуляцией и мотивацией. Кроме того, внутренняя мотивация была положительно связана с сохранением пропорциональности выигрыша и негативно связана с признанием обмана и отношением к допингу. Менее самоопределяющиеся формы мотивации показали противоположные отношения. Однако только принятие обмана и отношение к допингу были связаны с допинговыми намерениями, которые впоследствии предсказывали допинговое поведение.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что спортивная мотивация представляет собой психологическую переменную, которая должна учитываться в антидопинговой политике, программах и мерах, направленных на спортсменов, поскольку мотивация была связана с переменными отношениями к допингу, а также частично опосредовала эффект ориентации на достижение целей в этом отношении. На основе этих результатов мы можем утверждать, что собственные критерии успеха и самосовершенствование могут быть связаны с более негативным отношением к допингу и обману, более низкими допинговыми намерениями и менее частым допинговым поведением, в то время как акцент на конкуренцию, сравнение с другими и внешняя мотивация, как представляется, связаны с противоположными результатами.

Литература:

1. Абзалов А.В. Тема года: спорт и допинг // Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 3. – 54 с.
2. Захарова С.А. Допинг в спорте: средство или противостояние // Актуальные проблемы спортивных правоотношений: Материалы Всерос. науч.-практич. конф. – Челябинск: УГУФЗ, 2010.

МЕТОДИКИ ОЦЕНКИ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ИЗБРАННЫМ ВИДОМ СПОРТА (ПЛАВАНИЕ)

К.Д. Молчанов, Н.Г. Скрынникова
Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В представленном исследовании проведен анализ методик определения мотиваций к занятиям физической культурой и спортом, из данных литературы выбраны наиболее информативные методики. На сегодняшний день в плавании большое внимание уделяется физической подготовке спортсмена, развитию его функциональных показателей. Многие специалисты в сфере физической культуры и спорта не уделяют должного внимания психологической подготовке спортсмена, а конкретно уровню его мотивации и заинтересованности, совершенно забывая, что существуют различные методики оценки мотивации к занятиям избранным видом спорта [1].

Ключевые слова: плавание, мотивация, методики оценки.

Одной из главных проблем в психологическом обеспечении спортивной деятельности является мотивация, а также методики, применяемые для ее анализа.

Такие методики должны быть надежны, точны, валидны, так как спортивная деятельность имеет весьма весомые отличия от трудовой деятельности. А именно высокий уровень конкуренции, высокий уровень спортивных достижений, постоянный рост физических возможностей человека.

Мотивация является неотъемлемой частью тренировочного процесса наравне с физическими упражнениями [3]. Ее вклад в результат спортсмена нельзя недооценивать, так как высокий уровень мотивации позволяет полноценно раскрыть весь потенциал организма занимающегося. Учитывая такую важность мотивации в результативности спортсмена, был выделен необходимый минимум методик, которыми должен владеть тренер для успешной оценки уровня мотивации:

- методика Лускановой Н. Г. – начальная стадия занятия спортом;
- методика Шаболтас А.В. – стадия специализации в ИВС;
- методика Тропикова В.И – стадия спортивного мастерства.

Для углубленного анализа рекомендуется использовать:

- тест «Определение потребности в активности» Ильина Е.П.;
- экспресс-методика «Мотивы спортивной деятельности» Лозовой Г.В.;
- анкета «Мотивации посещения спортивных занятий учащихся школы» Орловой Ю.М.;
- методика «Почему ты занимаешься спортом?» Хвацкой Е.Е.

Данные методики весьма просты в использовании, точны и информативны, а также разработаны для всех этапов спортивного совершенствования [2]. Поэтому тренер, ознакомившись с ними и включив в тренировочный процесс, с большой долей вероятности сможет воспитать спортсмена высокого уровня, избегая все конфликтные ситуации на всем нелегком пути его становления.

Литература:

1. Ильин Е.П. Психология спорта [Текст] / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2018. – 352 с.
2. Николаев А.Н. Методика оценки мотивов спортивной деятельности [Текст] / Николаев А.Н. – СПб.: СПб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, 2003. – 55 с.
3. Пилоян Р.А. Мотивация спортивной деятельности [Текст] / Пилоян Р.А. – М.: Наука, 1984. – 104 с.

ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ЖЕНЩИН В ГРЕБНОМ СПОРТЕ

Е.С. Орябинская, И.Н. Очердько

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В работе представлены результаты исследования, посвященного особенностям планирования программ подготовки женских команд в академической гребле. Вопросы подготовки женщин в спорте в целом и гребном спорте в частности остро интересуют специалистов с середины прошлого века, с тех пор, когда женщины стали осваивать мужские виды спорта [1]. В исследовании сделан акцент на физиологические особенности женского организма, как считают многие специалисты, они требуют индивидуального подхода к планированию спортивной подготовки и рекомендуют учитывать особенности протекания овариально-менструального цикла (ОМЦ) [2]. Особенно остро этот вопрос возникает при подготовке в командной гребле, что создает определенные трудности при реализации программы спортивной подготовки гребчих.

Ключевые слова: спортивная подготовка, гребной спорт, академическая гребля.

В нашем исследовании мы опирались на данные, размещенные в открытом доступе, анализировали предложенные программы подготовки спортсменок высокой квалификации, дневники спортсменов (15 человек) и анкетирование тренеров (10 человек). В результате проведенного исследования было отмечено неравномерное проявление работоспособности с учетом ОМЦ: у некоторых спортсменок физиологическая особенность не оказывает значительного влияния на проявления работоспособности, у других наблюдалось значительное снижение или повышение компонентов работоспособности. Данное наблюдение позволило выделить три группы особенностей проявления работоспособности с учетом протекания ОМЦ: «стабильные спортсменки»- специальная работоспособность и физические качества остаются без серьезных скачков – 64,5%; «повышение показателей» – улучшение специальной работоспособности и координации движений – 9,8%; «снижение показателей» – снижение специальной работоспособности, выносливости, специальных способностей – 35,7%. Анализ анкет тренеров показал, что с ростом квалификации и соревновательного опыта количество девушек в третьей группе снижается, что позволяет оптимизировать программы подготовки спортсменок.

Таким образом, можно говорить о направлении построения программ спортивной подготовки с учетом ОМЦ. Так, для спортсменок, специализирующихся в одиночных видах, корректировать необходимо конкретные тренировочные занятия. В ходе подготовки экипажей командных лодок необходимо учитывать степень влияния ОМЦ на проявление работоспособности. Наиболее перспективными являются команды, в которые входят спортсменки, отнесенные к первой и второй группе. Это позволяет не вносить серьезных изменений в тренировочные программы и успешнее выступать на соревнованиях.

Литература:

1. Погребной А.И. Новое в системе подготовки спортсменов в парусном и гребных видах спорта (по материалам зарубежной печати) / А.И. Погребной, И.О. Комлев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2016. – № 2. – С. 73-78.
2. Рахманов Р.С. Оценка гендерных особенностей метаболизма макронутриентов у спортсменов при различных по степени тяжести физических нагрузках / Р.С. Рахманов, М.А. Сапожникова, С.А. Разгулин // Медицина экстремальных ситуаций. – 2019. – Т. 21. – № 3. – С. 436-443.

ТЕСТИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПОЛИАТЛОНИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП

А.В. Погожев, Ю.Д. Сидоров

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В работе представлены результаты тестирования полиатлонистов тренировочных групп на основе упражнений нормативов из федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта полиатлон.

Ключевые слова: полиатлон, тренировочные группы, физическая подготовка, федеральный стандарт.

Полиатлон является видом спорта, требующим высокого развития всех физических качеств [1]. Для достижения результата на соревнованиях спортсмен должен показать хороший результат во всех дисциплинах, входящих в комплекс многоборья. Для этого тренеру необходимо определить «сильные» и «слабые» стороны спортсмена и в ходе планирования различных циклов подготовки учесть индивидуальные способности спортсменов [2]. Для этого целесообразно проводить тестирование общей физической подготовки на основе контрольных упражнений переходных нормативов из стандарта спортивной подготовки по виду спорта полиатлон.

Цель: провести тестирование общей физической подготовки полиатлонистов тренировочных групп.

На данном этапе исследования для определения уровня общей физической подготовленности использовались следующие тестовые упражнения: 60 метров (норматив не более 10,8 с); челночный бег 3 по 10 метров (норматив не более 9,3 с); подтягивание из виса на перекладине (норматив не менее 4 раз); прыжок в длину с места (норматив не менее 160 см); бег 1500 метров (норматив не более 7 мин 55 с); плавание 50 метров (норматив не более 1 мин 10 с); наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, коснуться пола пальцами рук (норматив не менее 3 раз). Тестирование проводилось с участием 55 спортсменов тренировочных групп города Краснодара.

Результаты тестирования показали, что индивидуально среди спортсменов, участвующих в эксперименте, не выполнили норматив тренировочного этапа: в подтягивании – 2,1%; челночный бег 3×10 метров – 4,2%; бег 60 метров и прыжок в длину – 6,3%; бег 1500 метров – 8,4%; плавание 50 метров – все спортсмены-полиатлонисты выполнили норматив, а в наклоне на скамье норматив выполнения определялся только касанием кончиков пальцев пола, который смогли выполнить все спортсмены участвующие в исследовании.

Таким образом, результаты проведенного тестирования среди спортсменов-полиатлонистов тренировочных групп показали, что средний балл оценки общей физической подготовленности соответствует минимальным требованиям нормативов для зачисления на тренировочный этап подготовки, в соответствии со стандартом по виду спорта «полиатлон».

Литература:

1. Гильмутдинов Т.С. Особенности построения тренировочного процесса в полиатлоне. – Тамбов: Вестник Тамбова, 2012. – 54 с.
2. Садилкин А.Ф. Структура построения годичного тренировочного цикла полиатлонистов. – Тамбов: Вестник Тамбова, 2017. – 63 с.

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ КАЧЕСТВЕННОЙ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ БОКСЕРОВ

Л.В. Юдина, М.С. Прокопьев

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В работе представлены результаты определения базовых ударов, обеспечивающих соревновательные действия боксера. Также в ходе исследования выделены ведущие группы мышц, способствующие проведению ударов с использованием индексов качества ударов.

Ключевые слова: бокс, централизованная подготовка боксеров, техника в боксе.

Изменения в законе о физической культуре и спорте на сегодняшний день требуют кардинального изменения системы организации спортивной подготовки [2]. Введение федеральных стандартов по виду спорта регламентирует общие требования к этапам подготовки, но позволяет программы подготовки в содержательной части формировать с учетом индивидуальных особенностей спортсменов. На данный момент недостаточно материала в научной и методической литературе о системе формирования программ предпрофессиональной и профессиональной спортивной подготовки [1]. В связи с вышеизложенным, направление, выбранное нами для исследования, является актуальным.

На первом этапе исследования нами проводилось определение ведущих групп мышц тела, участвующих в обеспечении соревновательных действий, и базовый набор ударов. Данный показатель оказывает значительное влияние на реализацию технико-тактических действий боксера. Также проводился анализ соревновательной деятельности юных спортсменов в годичном цикле подготовки. Для исследования мы выделили группу из 15 боксеров в возрасте 15-16 лет, имеющих квалификацию кандидатов и мастеров спорта в весовой категории от 52 до 57 кг.

Результаты исследования позволили определить группа мышц, которые позволяют качественно выполнять соревновательные действия (все мышцы передней и задней поверхности туловища, конечностей верхних и нижних). В основном они выполняют взрывную работу [3]. Причем при первичном срезе нами было отмечено низкое качество индекса базовой ударной техники по сравнению с модельной (22,5% ($p > 0,05$)). В ходе соревнований отклонение от модели приводило и к снижению уровня плотности эффективной атаки ($ПлА = 0,57-1,1$ уд/мин). Анализ соревновательной деятельности показал, что спортсмены данного уровня подготовленности, формирующие основной состав юношеской сборной края, в ходе годичного цикла подготовки принимают участие в 8-9 соревнованиях разного уровня. Следовательно, система подготовки должна учитывать возраст занимающихся, функциональные возможности и специфику выполнения соревновательных действий. На наш взгляд, перспективным может оказаться разработка комплексов тренировок с акцентом на повышение качества соревновательных действий.

Литература:

1. Шулика Ю.А. Бокс. Теория и методика. Учебное пособие / А.А. Лавров, С.М. Ахметов, В.А. Таймазов, В.А. Макаров, В.Г. Киркоров, И.Г. Малазonia, Ю.М. Схалыхо, Л.М. Ширин, А.А. Близнюк, Н.В. Павлов, М.В. Антонюк, С.А. Быков. – Краснодар: ООО «Неоглория», 2018. (2-е издание). – 771 с.
2. Близнюк А.А. Влияние содержание программ по видам ударных единоборств на формирование технического мастерства // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование (Материалы международной научно-практической конференции 11 февраля 2019 г.). – Краснодар, 2019. – С. 29-30.
3. Гронская А.С., Близнюк А.А., Малазonia И.Г. Психофизиологические критерии тактического мышления квалифицированных боксеров с разным профилем моторной асимметрии / А.С. Гронская, А.А. Близнюк, И.Г. Малазonia // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – Майкоп, 2018. – № 4 (228). – С. 137-141.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНЫХ ИГР

УДК: 796.323.2

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ БРОСКОВ МЯЧА БАСКЕТБОЛИСТОВ И БАСКЕТБОЛИСТОК 17-18 ЛЕТ

Р.Р. Батталов

Научный руководитель доцент Е.А. Колесникова

Аннотация. В работе представлен сравнительный анализ показателей соревновательной деятельности баскетболистов и баскетболисток 17-18 лет. Приводится оценка результативности бросков, совершаемых спортсменами в игре.

Ключевые слова: соревновательная деятельность, баскетболисты 17-18 лет, статистический отчет, результативность бросков.

Регулярное проведение анализа соревновательной деятельности является одним из важных разделов работы тренерского штаба команды [2]. Результатом такой работы может быть не только непосредственный разбор игры конкретного соперника, но и выбор основных направлений в построении и использовании моделей для оптимизации процесса спортивной подготовки и участия в соревнованиях [1].

Цель исследования – выявить отличительные особенности в показателях соревновательной деятельности баскетболистов и баскетболисток 17-18 лет.

Были рассмотрены средние значения статистических показателей предварительного и полуфинального этапов баскетболистов и баскетболисток 17-18 лет, участвующих в Первенстве России Детско-юношеской баскетбольной лиги сезон 2019-2020 года.

В среднем за матч команды юношей набирают $69,0 \pm 1,50$ очка, в командах девушек данный показатель равен $67,1 \pm 3,51$ очка ($P > 0,05$). При этом у юношей-баскетболистов результативность бросков из двухочковой зоны на 3,9% выше, чем у девушек ($t = 2,19$, $P < 0,05$), а из трехочковой зоны – на 2,7% ($t = 2,42$, $P < 0,05$). В то же время реализация штрафных бросков лучше у баскетболисток на 4,3% ($t = 3,09$, $P < 0,01$). Кроме того, оказалось, что из показателей команд, занявших 1 места в своих подгруппах в рамках полуфинального раунда Первенства России, у юношей только броски из двухочковой зоны на 4,6% достоверно результативнее по сравнению с остальными участниками соревнований ($t = 2,87$, $P < 0,05$). У баскетболисток достоверное преимущество команд-лидеров было зафиксировано в количестве набранных очков за игру (в среднем 27,8 очка) ($t = 6,44$, $P < 0,001$), а также в результативности ближних и средних бросков на 13,1% ($t = 6,03$, $P < 0,001$) и штрафных бросков на 6,3% ($t = 3,33$, $P < 0,01$).

Таким образом, для повышения конкурентоспособности команд юношей и девушек 17-18 лет следует обращать внимание на процент реализации бросков мяча с игры (особенно из двухочковой зоны) и штрафных бросков.

Литература:

1. Дудка Г.Н. Динамика статистических показателей соревновательной деятельности мужской сборной команды по баскетболу КГУФКСТ в сезоне 2018-2019 / Г.Н. Дудка // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (18-20 сентября 2019 года, г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 35-37.

2. Колесникова Е.А. Анализ защитных действий баскетболистов студенческих команд разных игровых амплуа в условиях соревновательной деятельности / Е.А. Колесникова, Г.К. Георбелидзе // Материалы научной и научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (23-30 мая 2017 года, г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – С. 36-38.

УРОВЕНЬ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ 3-4 КЛАССОВ ПРИ ЗАНЯТИЯХ В СЕКЦИИ ВОЛЕЙБОЛА

Г.В. Бузан

Научный руководитель старший преподаватель Т.А. Мосол

Аннотация. В работе представлен анализ данных проведенного педагогического исследования учащихся 3-4 классов, занимающихся волейболом в школьной секции.

Ключевые слова: физическая подготовленность, волейбол, кистевая динамометрия, длина тела, масса тела, антропометрические параметры.

Известно, какое большое значение имеет хорошо организованная подготовленность для укрепления здоровья детей, гармоничного физического развития, повышения работоспособности их организма, расширения функциональных возможностей [2]. Уроков физической культуры в школе недостаточно, чтобы удовлетворить всю потребность в двигательной активности детей младшего школьного возраста, поэтому целесообразно организовать занятия в специальных спортивных секциях [1].

Для определения воздействия тренировочного процесса на занимающихся было осуществлено педагогическое тестирование, которое дало нам возможность обладать показаниями физической подготовленности детей. Показатели длины тела экспериментальной группы определялись в интервале от 125 до 150 см, масса тела – от 23 до 54 кг. Параметр кистевой динамометрии ведущей руки варьируется от 1 до 12 кг, усредненный показатель составляет 4,8 кг, что оценивается как результат ниже среднего, при норме 9,8-17,1 кг для возраста 8-11 лет, что дает нам право говорить о слабом развитии мышц-сгибателей кисти.

Во взятой для контроля группе подходящих по возрасту девочек антропометрические параметры длины тела испытуемых варьировались в диапазоне от 113,5 до 146 см, а масса тела – от 22 до 41 кг. Сила сгибателей кисти колеблется от 1 до 12 кг, усредненный показатель составляет 4,86 кг, что так же выявляет результат ниже среднего, как и в экспериментальной группе.

Тесты, проведенные с целью обозначения уровня общей физической подготовленности экспериментальной группы, оказались ниже минимального значения в четырех из шести: среднее значение показателей испытания челночного бега 5×6 м равно 13 с, пробегание отрезка 30 метров составило в среднем 6,68 с., бросок мяча двумя руками из-за головы из положения сидя – 4,1 м, прыжок вверх со взмахом руками – 24,2 см, бег 92 м «елочка» – 42,4 с. Только результат прыжка в длину с места – 132,6 см. и бег 30 метров в среднем 5,95 с. оказались выше минимального значения.

Тогда как показатели контрольной группы: челночный бег 5×6 м – 13,67 с, бег 30 метров – 7,02 с., бросок мяча двумя руками из-за головы из положения сидя – 3,8 м, прыжок вверх со взмахом руками – 22,7 см, бег 92 м «елочка» – 45,0 с. и прыжок в длину с места – 128 см являются показателями ниже минимального значения.

Литература:

1. Волейбол. Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Ю.Д. Железняк, А.В. Чачин, Ю.П. Сыромятников. – М.: Советский спорт, 2003. – 112 с.
2. Волейбол: учебник для ин-тов и акад. физ. культуры / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. – М.: ФОН, 2000. – 368 с.

ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИГРОКА ЛИБЕРО В КОМАНДАХ ВОЛЕЙБОЛИСТОК РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Н.Д. Волкова

Научный руководитель доцент С.С. Даценко

Аннотация. В работе представлены результаты сравнительного анализа эффективности соревновательной деятельности игрока либеро в командах волейболисток разной квалификации.

Ключевые слова: волейбол, либеро, соревновательная деятельность, эффективность приема.

Развитие современного волейбола невозможно без повышения атакующего потенциала команд. Игроки все чаще берут на вооружение острокомбинационное нападение, которое отличается разнообразием взаимодействий, быстротой передач и мощными завершающими ударами.

Эффективным способом нейтрализации атак соперника является четко организованная игра в защите, которая во многом зависит от успешных технико-тактических действий либеро при приеме подач, нападающих ударов и страховке [1].

Поиск более эффективных средств и методов подготовки игрока либеро возможен только с учетом особенностей его соревновательной деятельности. Сравнительный анализ показателей эффективности игровых действий свободного защитника выявил существенные различия в некоторых из них у волейболисток команд разной квалификации.

Отмечается достаточно высокая эффективность приема подач игроками либеро в командах высокой квалификации (90%) как в правой, так и в левой половинах площадки. Более низкие показатели эффективности этого технико-тактического действия у волейболисток тренировочных групп. Прием в правой половине площадки выполняется с эффективностью 80%, в первой зоне эффективность приема подач составляет всего 70% и требует особого внимания тренеров при подготовке волейболисток данного амплуа.

Существенные отличия у волейболисток разного уровня спортивной подготовленности выявлены в показателях эффективности приема атакующих ударов в 5 зоне ($t=3,00$; $P<0,05$). Более квалифицированные либеро эффективнее выполняют прием подачи в левой половине площадки ($t=3,21$; $P<0,05$) страховку своего нападающего ($t=2,75$; $P<0,05$), и страховку блокирующих игроков ($t=4,98$; $P<0,05$).

Литература:

1. Даценко С.С. Особенности содержания тактической подготовки волейболисток тренировочных групп в подготовительном периоде годового цикла / С.С. Даценко, Л.А. Дмитренко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта». – 2018. – №9 (163). – С. 76-81.

ОЦЕНКА УРОВНЯ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ФУТБОЛИСТОВ (НА ПРИМЕРЕ ФК «КУБАНЬ ХОЛДИНГ»)

К.С. Воронин, А.Р. Путинцева

Научный руководитель доцент Е.А. Колесникова

Аннотация. В работе представлена оценка общей и специальной выносливости футболистов ФК «Кубань Холдинг». Выявлены достоверные отличия в показателях, характеризующих уровень анаэробно-гликолитических возможностей спортсменов.

Ключевые слова: футболисты, общая выносливость, специальная выносливость

В современных спортивных играх технико-тактическая подготовка спортсменов требует качественной физической подготовленности. Особые требования предъявляются и к проявлению общей и специальной выносливости, формирование которой должно происходить в круглогодичном тренировочном процессе и последовательно обеспечивать адаптацию организма к смешанным нагрузкам [1, 3]. В свою очередь, точная и своевременная оценка показателей физической подготовленности может служить не только надежным критерием эффективности осуществляемого тренировочного процесса, но и позволяет прогнозировать будущие достижения спортсменов [2].

Цель исследования – оценить уровень общей и специальной выносливости футболистов ФК «Кубань Холдинг».

В исследовании приняли участие 16 футболистов первого разряда, тренирующихся в ФК «Кубань Холдинг» ст. Павловской. Оценка уровня выносливости проводилась по 4 тестам: бег на 400 м, тест Купера, челночный бег 7х50 м, УО-УО-тест.

Анализ результатов педагогического тестирования футболистов выявил, что показатели бега на 400 м и УО-УО теста соответствуют модельным значениям. Отличия от нормативных требований были зафиксированы только в тесте Купера и челночном беге 7х50 м. Так, показатель исследуемых футболистов на 1,8% ниже в тесте Купера ($t=2,18$, $P<0,05$) и на 5,7% – в тесте «Челночный бег 7х50 м» ($t=8,14$, $P<0,001$).

Таким образом, для повышения уровня физической подготовленности в тренировочный процесс футболистов ФК «Кубань Холдинг» необходимо включать упражнения анаэробно-гликолитической направленности. Кроме того, получение большего эффекта возможно при осуществлении целенаправленного контроля аэробных способностей, поддержание высокого уровня которых и будет способствовать развитию анаэробно-гликолитических возможностей спортсменов.

Литература:

1. Дмитренко Л.А. Особенности проявления и развития выносливости у игроков в настольном теннисе / Л.А. Дмитренко, С.С. Даценко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2019. – Т. 48. – С. 32-34.
2. Ермаков В.В. Статистическая оценка эффективности педагогического тестирования отдельных параметров физической подготовленности юных футболистов 15-17 лет / В.В. Ермаков, А.П. Золотарев, В.В. Лавриченко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – №11 (129). – С. 83-88.
3. Колесникова Е.А. Особенности использования специализированных легкоатлетических упражнений в тренировке юных баскетболистов / Е.А. Колесникова, М.А. Колесников, А.М. Глазин, Т.М. Алавлани, К.Д. Хайдер // Актуальные проблемы и современные технологии подготовки баскетболистов: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – М: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2013. – С. 72-74.

УДК: 796.322.2

ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ

К.В. Демченко

Научный руководитель старший преподаватель А.В. Проскура

Аннотация. В работе представлен анализ данных физической и технической подготовленности юных гандболисток.

Ключевые слова: гандбол, физическая подготовленность, техническая подготовленность.

Современное решение задач спорта высших достижений постоянно диктует необходимость изучения и развития детского и юношеского спорта [1, 3].

Очень важно в процессе управления подготовкой спортсменов, особенно на начальных его этапах, уделять внимание контролю развиваемых качеств, сравнению рассматриваемых параметров с модельными значениями, для каждого возрастного этапа отдельно.

В ходе контроля выявляются слабые стороны процесса подготовки, которые требуют дальнейшей корректировки. В большинстве случаев параметры различных видов подготовки гандболисток взаимосвязаны между собой, в том числе и показатели физической и технической подготовленности.

В ходе тренировочного периода мы регистрировали параметры физической и технической подготовленности гандболисток 12-13 лет. Были рассчитаны степень развития каждого качества и степень освоения технического действия путем сравнения полученных данных с модельными значениями.

Для определения уровня физической и технической подготовки мы использовали следующие контрольные задания, представленные в «Примерной программе спортивной подготовки по виду спорта «Гандбол» [2].

Сравнение показателей гандболисток с модельными значениями выявило значительное отставание от необходимого уровня развития практически во всех случаях в ходе первичного тестирования. Повторное тестирование, проведенное через три месяца подготовки гандболисток, выявило, что практически половина гандболисток по своим показателям физической и технической подготовленности стали соответствовать модельному уровню. Корреляционный анализ параметров физической и технической подготовленностью показал, что к концу рассматриваемого периода улучшение показателей физической подготовленности девочек положительно повлияло на улучшение их технической подготовленности ($K_x=0,548$ при $K_t=0,514$). Влияние это статистически достоверно ($p<0,05$).

Все персональные и общегрупповые данные подробно изложены в работе.

Литература:

1. Игнатьева В.Я. Гандбол. Подготовка игроков в спортивных школах / В.Я. Игнатьева. – М.: Советский спорт, 2013. – 288 с.
2. Игнатьева В.Я. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Гандбол» / В.Я. Игнатьева, В.И. Тхорев, А.Я. Овчинникова, М.А. Петрова; под общ. ред. В.Я. Игнатьевой. – М.: 2016. – 152 с.
3. Игнатьева В.Я. Теория и методика гандбола / В.Я. Игнатьева // Учебник. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.

ИССЛЕДОВАНИЕ ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА У УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ МБОУ ГИМНАЗИИ №54

О.С. Дудка

Научный руководитель доцент Г.Н. Дудка

Аннотация. В работе представлены результаты исследования индекса массы тела у школьников 3-4 классов.

Ключевые слова: школьники, физическое развитие, индекс массы тела.

Целью исследования явилось изучение индекса массы тела у школьников 3-4 классов.

Одним из факторов риска хронических неинфекционных заболеваний школьников начальных классов является избыточный вес, который со временем может привести к ожирению, что может стать причиной развития соматических заболеваний [2].

В течение учебного года нами было проведено исследование физического развития учащихся младшего школьного возраста, а именно измерение массы и длины тела, после чего рассчитывался индекс массы тела (ИМТ).

Следует заметить что в показателях индекса массы тела у школьниц 9-10 лет в течение учебного года достоверных изменений не наблюдается ($t=0,15-1,09$, $P > 0,05$). У школьников 4 классов достоверные изменения наблюдаются в результатах длины тела ($t=2,64$, $P < 0,05$), однако в показателях индекса массы тела результаты без изменений ($t=0,31$, $P > 0,05$) [2].

Согласно рекомендациям ВОЗ от 2007 года, ИМТ имеет следующие степени градации для мальчиков и девочек каждого года жизни: недостаточное питание, пониженное питание, повышенное питание, ожирение. Особого внимания требуют школьники, у которых результаты индекса массы тела попадают под градацию повышенное питание и ожирение. Данный критерий не отражает качество и количество питания детей этого возраста, а лишь свидетельствует об избыточном весе или низком росте. Показатели ИМТ свидетельствуют об отклонении весоростового соотношения от нормы, требующего корректировки совместно с врачами, учителями и другими специалистами. Следует отметить, что под градацию ожирение в начале года попадали 9 школьников, а в конце года – 5, количество девочек, попадающих под градацию ожирение, в течение года не изменилось.

Таким образом, постоянный контроль со стороны родителей, медицинских работников, учителей физической культуры за ИМТ может предотвратить ожирение у детей с раннего возраста.

Литература:

1. Аршинник С.П. К вопросу о разработке современных стандартов физического развития детей 7-11 лет Краснодарского края / С.П. Аршинник, Г.Н. Дудка, С.О. Литвиненко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2015. – Т. 17. – С. 12-15.
2. Бондина В.М. Исследование нарушений массы тела - как корригируемого фактора риска развития заболеваний у школьников для разработки стратегий реализации профилактических программ по соблюдению элементов здорового образа жизни / В.М. Бондина, О.С. Дудка, Г.Н. Дудка // Новые направления в формировании здорового образа жизни: материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 105-110.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ СТУДЕНЧЕСКОЙ КОМАНДЫ КГУФКСТ С НОРМАТИВАМИ ИСПЫТАНИЙ ВФСК ГТО

К.Р. Егоров

Научный руководитель доцент Г.Н. Дудка

Аннотация. В работе представлен сравнительный результат тестирования физической подготовленности баскетболистов студенческой команды КГУФКСТ в начале игрового сезона 2019-2020 гг. с нормативами испытаний (тестов) ВФСК ГТО.

Ключевые слова: баскетбол, физическая подготовленность, ВФСК ГТО.

Физическая подготовленность в современном баскетболе является неотъемлемой частью тренировочного процесса. Цель исследования – сравнительный анализ физической подготовленности баскетболистов 18-20 лет с нормами ГТО.

Нами было проведено тестирование физической подготовленности баскетболистов студенческой команды по баскетболу КГУФКСТ, в дальнейшем был проведен сравнительный анализ полученных результатов с нормами ГТО [1]. Тестирование проводилось в начале игрового сезона 2019-2020 гг. по следующим контрольным упражнениям: характеризующим скоростные способности – бег 100 м, скоростно-силовые способности – прыжок в длину с места, силовые способности – подтягивание на высокой перекладине, и координационные способности – челночный бег 3x10 м.

Контрольное упражнение бег 100 м, который характеризует проявление скоростных способностей, баскетболисты выполнили в среднем за 13,1 с. Скоростно-силовые показатели были оценены с помощью контрольного упражнения прыжок в длину с места, результаты составили 254,6 см. После проведенного сравнительного анализа результатов тестирования скоростных и скоростно-силовых способностей с нормативами испытаний (тестов) ВФСК ГТО можно говорить о том, что результаты соответствуют золотому знаку.

Силовые способности у баскетболистов оценивались с помощью теста подтягивание на высокой перекладине. Средний показатель у баскетболистов составил 13,6 раза. Координационные способности баскетболистов оценивались в тесте челночный бег 3x10 м, результаты составили 7,7 с. Данные показатели соответствуют серебряному знаку ГТО.

Таким образом, технические приемы и тактические взаимодействия в баскетболе очень сложны, для их совершенствования необходима хорошая физическая подготовленность [2].

Литература:

1. Аршинник С.П. Перспективы использования нормативов проектного комплекса ГТО / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, Г.Н. Дудка, К.В. Малашенко, В.И. Тхорев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 3 (145). – С. 19-26.

2. Дудка Г.Н. Динамика статистических показателей соревновательной деятельности мужской сборной команды по баскетболу КГУФКСТ в сезоне 2018-2019 / Г.Н. Дудка // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – Т. 48. – С. 35-37.

ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКОВ В ДВИЖЕНИИ В БАСКЕТБОЛЕ СТУДЕНТАМИ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ

М.А. Екамасов, А.Р. Путинцева

Научный руководитель доцент Е.А. Колесникова

Аннотация. В работе представлены сведения о типичных ошибках при выполнении броска в движении студентами различных специализаций, занимающихся баскетболом на академических занятиях в вузе.

Ключевые слова: баскетбол, студенты, бросок в движении, типичные ошибки.

Изучение основ того или иного вида спорта в физкультурных вузах является немаловажной составляющей учебного процесса. Студенты, прошедшие многолетнюю подготовку в избранном виде спорта, имеют большой двигательный опыт и высокий уровень межмышечной координации при выполнении действий. Поэтому в процессе обучения на занятиях баскетболом педагогу необходимо учитывать влияние специфики спортивной специализации на эффективность выполнения технических приемов [1, 2].

Цель исследования – проанализировать особенности выполнения бросков в движении студентами различных специализаций.

В исследовании приняли участие студенты пяти спортивных специализаций – легкая атлетика, бокс, комплексные единоборства, футбол и плавание (40 человек), занимающихся баскетболом на академических занятиях в Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма. Техника выполнения броска в движении студентами различных специализаций анализировалась по наличию 8 ошибок: короткий первый и удлиненный второй шаг, поперечные движения мячом при выполнении двушажной техники, рассогласование работы рук и ног, недостаточно высокий прыжок при отталкивании, при выносе мяча локоть бросающей руки отведен в сторону, разворот корпуса в безопорном положении, потеря равновесия при приземлении.

В результате исследования было выявлено, что 85,0% студентов при броске в движении локоть бросающей руки отводят в сторону. Также у 87,5% спортсменов всех специализаций имеется ошибка в приземлении после броска, когда они оказывались далеко за щитом. Еще одной наиболее выраженной ошибкой является нарушение двушажной техники (короткий первый шаг, удлиненный второй шаг). Данная ошибка встречается у 100% студентов, специализирующихся в комплексных единоборствах, у 62,5% пловцов и боксеров и у 37,5% легкоатлетов и футболистов. Меньше всего студенты, специализирующиеся в легкой атлетике, комплексных единоборствах и плавании, совершают нарушение техники в безопорном положении (данная ошибка встречается только у 17,5% исследуемых). В то же время футболисты и боксеры разворачивают корпус, находясь в воздухе после отталкивания, в 68,8% случаев.

Таким образом, при обучении студентов, не специализирующихся в баскетболе, необходимо учитывать не только возможные ошибки в технике броска в движении, но и предрасположенность к их возникновению.

Литература:

1. Дмитренко Л.А. Активизация учебно-познавательной деятельности по спортивным играм / Л.А. Дмитренко, С.В. Литвинова, В.В. Костюков // Теория и практика физической культуры. – 2000. – №12. – С. 18-22.

2. Колесникова Е.А. Влияние специфики спортивной специализации студентов на результативность и эффективность выполнения бросков мяча в баскетболе / Е.А. Колесникова, Д.Е. Поздеева, Ю.В. Саврикова, Н.М. Бондаренко // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: Материалы XI Международной научно-практической конференции. Под редакцией А.В. Родина. – 2017. – С. 117-121.

ПРОФЕССИОНАЛИЗМ СУДЕЙ ПО ПЛЯЖНОМУ ВОЛЕЙБОЛУ

Н.В. Жигунова

Научный руководитель профессор В.В. Костюков

Аннотация. В работе приводятся результаты анализа специальной научно-методической литературы по вопросам особенностей судейства матчей в пляжном волейболе. Выделяются необходимые личностные качества арбитров (честность, принципиальность, организованность, дисциплинированность), обуславливающие надежную и беспристрастную оценку игровых моментов. Подчеркивается необходимость для начинающих арбитров постоянного участия в мероприятиях, способствующих повышению их теоретических навыков, росту профессионального мастерства.

Ключевые слова: профессионализм, пляжный волейбол, спортивный судья.

Матчи по пляжному волейболу протекают в сложной эмоциональной обстановке. Часто мнение судьи не совпадает с мнением игроков, и на этой почве могут возникнуть конфликтные ситуации. Н.В. Кадетова в своей работе отмечает важность соответствия уровня профессионализма спортивного судьи с мастерством игроков [1].

Говоря о профессионализме, стоит отметить тот факт, что профессионал любой отрасли постоянно ищет пути совершенствования своих умений и навыков. Спортивные судьи проходят серьезные мероприятия по обучению и допуску к соревнованиям различного уровня. Для того чтобы осуществлять судейскую деятельность, человек должен углубленно изучить официальные правила по пляжному волейболу, пройти семинар по допуску к судейской деятельности. При принятии решений руководствоваться не только правилами, но и дополнительными документами (книга прецедентов судейства по пляжному волейболу, руководство и инструкции для судей по пляжному волейболу). Профессиональных судей отличают такие качества, как честность, высокая дисциплина, организованность, принципиальность. Судья не просто фиксирует ошибку, совершенную игроками, он является руководителем всего процесса матча. При отсутствии практики даже самый опытный судья может допустить глобальную ошибку. Таким образом, теоретические знания необходимо подкреплять постоянной практикой для поддержания общего уровня профессионализма.

Успешность судейской деятельности напрямую зависит от набора личностных качеств, которыми обладает арбитр. Это подтверждается исследованиями В.Н. Зуева, В.В. Насонова. Авторы в своем исследовании отмечают высокие показатели целеустремленности, смелости, самообладания и выдержки у арбитров высшей лиги «А». У судей высшей лиги «Б» выявлены высокие значения смелости и решительности. Анализируя полученные данные, В.Н. Зуев, В.В. Насонов пришли к выводу, что наличие таких качеств, как целеустремленность, смелость, решительность, необходимо для арбитров по волейболу [2], выраженность этих качеств предопределяет становление судьи-профессионала.

Для того чтобы без колебаний принимать обоснованные и твердые решения, судьям по пляжному волейболу необходимо постоянно участвовать в мероприятиях по оттачиванию профессионального мастерства.

Литература:

1. Кадетова Н.В. Влияние судейской практики на развитие личностных качеств судьи по игровому виду спорта (на примере бадминтона) / Н.В. Кадетова // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – №2 (69). – С. 28-31.
2. Зуев В.Н. Влияние волевых характеристик волейбольного арбитра на его профессиональный рост / В.Н. Зуев, В.В. Насонов // Теория и практика физической культуры, 2010. – № 1. – С. 77-80.

ХАРАКТЕРИСТИКА АТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В БАСКЕТБОЛЕ 3x3

Е.К. Малый, Д.Е. Поздеева

Научный руководитель доцент Е.А. Колесникова

Аннотация. В работе представлен анализ основных атакующих действий спортсменов сборной России U23 на чемпионате мира по баскетболу 3x3 2019 года.

Ключевые слова: баскетбол 3x3, высококвалифицированные спортсмены, атакующие действия.

Баскетбол 3x3 стал популярнее классического баскетбола за свою динамичность. Эта молодая отрасль спортивных игр за короткий срок добралась до статуса олимпийского вида спорта [1, 2]. Одной из неизученных проблем баскетбола 3x3 является отсутствие модельных характеристик соревновательной деятельности спортсменов [3].

Цель исследования – дать характеристику атакующим действиям спортсменов U23 в баскетболе 3x3.

В исследовании было проанализировано 7 игр сборной России на чемпионате мира по баскетболу 3x3 среди мужских команд до 23-х лет (в г. Ланьчжоу, Китай, октябрь 2019).

В баскетболе 3x3 игровое время составляет 10 минут «чистого» времени или 21 набранное очко. Результаты исследования показали, что в играх, когда команда побеждала досрочно, средняя продолжительность матча составляла $7,7 \pm 0,64$ минуты. При этом в среднем за матч команда выполняла $16,0 \pm 2,40$ броска изнутри дуги с результативностью $59,6 \pm 5,59\%$. Количество бросков из-за дуги, выполненных игроками команды, составляло в среднем $10,4 \pm 1,69$ броска, а их результативность составляла $40,9 \pm 8,88\%$. Также баскетболисты выполняли в среднем за одну игру $4,4 \pm 0,85$ штрафных броска. Следует отметить, что средняя результативность штрафных бросков в матчах сборной команды России составляла $71,9 \pm 7,12\%$, при этом только в одной игре игроки смогли реализовать 100% попыток.

Установлено, что из всего объема бросков 30,7% атак осуществляется в условиях активного противодействия защитника. 27,0% атак происходят, когда команда за счет быстрых передач и движений с мячом создает партнеру условия для выполнения «открытого» броска. 20,1% из всего объема бросков реализуются в ситуациях обыгрывания 1x1, а в 22,2% для завершения атаки баскетболисты используют групповые взаимодействия (pic-and-roll, pic-and-pop).

Полученные результаты исследования позволяют обоснованно вносить коррективы в программу подготовки спортсменов в баскетболе 3x3 к главным соревнованиям.

Литература:

1. Глазин А.М. Совершенствование технико-тактической подготовленности у игроков в баскетболе 3x3 / А.М. Глазин, М.А. Коновалова // Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма: сборник материалов XXII Всероссийской научно-практической конференции (23-28 сентября 2019 года, п. Новомихайловский). – Ростов н/Д: Издательско-полиграфический комплекс РГЭУ (РИНХ), 2019. – С. 361-364.

2. Колесникова Е.А. Методика подготовки баскетболисток 15-16 лет к соревнованиям по стритболу / Е.А. Колесникова, В.В. Костюков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 5. – С. 28-29.

3. Колесникова Е.А. Современное состояние и перспективы развития баскетбола 3x3 / Е.А. Колесникова // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции (11 февраля 2019 г.). – Краснодар, КГУФКСТ, 2019. – Часть 1. – С. 65-67.

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ТЕННИСИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП

Е.А. Павлов

Научный руководитель доцент Л.А. Дмитренко

Аннотация. В работе представлены результаты оценки динамики общей и специальной физической подготовленности теннисистов и теннисисток тренировочных групп. Выявлены компоненты подготовленности, которые требуют более пристального внимания в тренировочном процессе.

Ключевые слова: настольный теннис, физическая подготовка, тренировочный процесс.

Основной задачей настоящего исследования явилось определение эффективности специальной физической подготовки теннисистов тренировочных групп. Поскольку специальная физическая подготовленность зависит от уровня развития общих физических качеств спортсмена, то полноценное представление об эффективности тренировочного процесса мы можем получить только на основе оценки и анализа общей и специальной подготовленности игроков [1].

Теннисисты, прошедшие тестирование, занимаются у разных тренеров, и группы не разделены по половому признаку. Поэтому на результат подготовленности могут влиять как средства, так и величина нагрузки, которые тренер вынужден планировать с учетом гендерных факторов. Также педагогическое наблюдение показало, что дети не всегда владеют правильной техникой выполнения упражнений, например неправильное выполнение «сгибания-разгибания рук в упоре лежа» не приносит нужного тренировочного эффекта.

В группе девочек в течение учебного года отмечаются более выраженные положительные изменения в уровне физической подготовленности. Достоверно улучшились результаты силовой и скоростной выносливости верхнего плечевого пояса ($t=3,12-4,11$; $P<0,05-0,01$) и специализированные перемещения ($t=2,71$; $P<0,05$). В группе мальчиков взрывная сила мышц ног ($t=2,64$; $P<0,05$) и быстрота специализированных перемещений ($t=2,17$; $P<0,05$).

Таким образом, результаты оценки комплексных способностей показали, что в течение учебного года у игроков больше развивается их силовой компонент. Координационный компонент, который требует разработки и использования специфических для вида спорта упражнений, остается без существенных изменений.

Литература:

1. Дмитренко Л.А. Особенности проявления выносливости у игроков в настольном теннисе / Л.А. Дмитренко, С.С. Даценко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 32-34.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ МОЛОДЕЖНЫХ КОМАНД

Д.Е. Поздеева, Е.К. Малый

Научный руководитель доцент Е.А. Колесникова

Аннотация. В работе представлены сведения о динамике эффективности соревновательной деятельности баскетболистов молодежных команд в течение матча.

Ключевые слова: соревновательная деятельность, эффективность, баскетболисты молодежных команд

Эффективность соревновательной деятельности баскетболистов складывается из количественных показателей и зависит от способности спортсмена почти мгновенно находить рациональное решение в сложных игровых ситуациях [1]. Поддержание высокого и стабильного уровня эффективности в течение матча не только определяет его исход, но и является одной из главных задач в подготовке команды.

Цель исследования – провести анализ динамики эффективности соревновательной деятельности баскетболистов молодежных команд в ходе матча.

Исследование проводилось на основе вычисления индекса Фурукавы в играх Единой Молодежной Лиги ВТБ [2]. Было проанализировано 10 матчей команды Локомотив-Кубань-2-ЦОП в период с октября по декабрь сезона 2019-2020 года.

В исследовании выявлено, если в течение игры команда показывает стабильный уровень эффективности соревновательной деятельности, показатели которой не опускаются ниже 35 единиц, игра завершается победой (рисунок). Если в одной из четвертей матча происходит значительный спад эффективности или ее уровень не превышает 32 единицы, то, как правило, в таких матчах команда проигрывает.

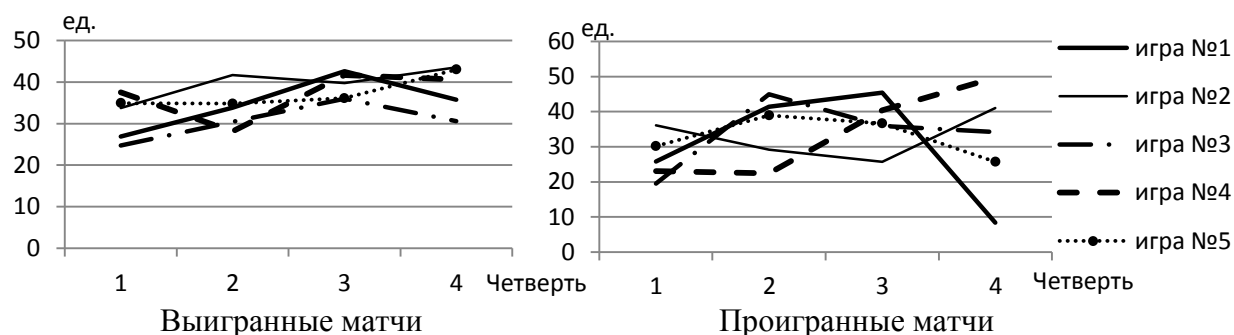


Рисунок – Динамика эффективности соревновательной деятельности в ходе выигранных и проигранных матчей у баскетболистов молодежных команд

Таким образом, контроль уровня эффективности соревновательной деятельности в динамике матча позволит своевременно вносить коррективы в действия как отдельных игроков, так и команды в целом.

Литература:

1. Колесникова Е.А. Анализ защитных действий баскетболистов студенческих команд разных игровых амплуа в условиях соревновательной деятельности / Е.А. Колесникова, Г.К. Георбелидзе // Материалы научной и научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – №1. – 36 с.

2. Лосин Б.Е. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов / Б.Е. Лосин, С.Н. Елевич // Баскетбол: научно-методический вестник: Выпуск 4. – СПб.: Олимп, 2008. – С. 10-21.

ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРОВЫХ ДЕЙСТВИЙ ТЕННИСИСТОВ 1-2 РАЗРЯДОВ

И.Д. Полонский

Научный руководитель доцент Л.А. Дмитренко

Аннотация. В работе представлены результаты анализа соревновательной деятельности теннисистов 1-2 разрядов, которые показали, что наибольший объем игровых действий приходится на удары с задней линии, при этом эффективными являются игровые действия у сетки.

Ключевые слова: теннис, техника и тактика игры, соревновательная деятельность.

Систематический анализ соревновательной деятельности игроков дает возможность тренеру оценить динамику разносторонности и надежности игровых действий и определяет перспективную стратегию участия теннисиста в тех или иных турнирах [1].

Результаты обработки исходных протоколов регистрации игровых действий в соревновательных матчах показали, что в среднем за один сет теннисисты 1-2 разрядов выполняют около 65 ударов, из них до 20 приходится на выполнение подачи.

Возможность выполнения повторной подачи без проигрыша очка позволяет рисковать и стремиться выигрывать первой подачей, которую стараются выполнить более мощно и чаще всего ошибаются. В среднем количество ошибок за сет при выполнении первой подачи справа достигает 5, первой подачи слева 3.

Остальные технические действия, применяемые в течение сета, распределяются следующим образом. У теннисистов данной категории чаще всего применяется удар слева по диагонали, на который в среднем приходится 14 действий, следующий за ним по частоте использования – удар справа по диагонали, который в среднем применяется 11 раз за партию. За ними следуют удары справа и слева по линии, на которые соответственно приходится по 8 и 9 действий за сет. Существенно реже применяются резаные удары, «смэш» и игра у сетки – по 1-3 раза в течение сета.

Расчет эффективности игровых действий по 5-балльной шкале показал, что самое значительное количество баллов спортсмены заработали, выполняя эти эпизодические удары. Удар смэш и игра у сетки справа набрали по 5 баллов, игра у сетки слева соответствует 4,5 балла.

Литература:

1. Голубева Е.А. Повышение эффективности соревновательной деятельности теннисистов разрядников / Е.А. Голубева, Л.А. Дмитренко // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Липецк: ЛГПУ имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2017. – 345 с.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БАДМИНТОНИСТОВ 13-15 ЛЕТ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

А.А. Пузаков

Научный руководитель доцент Е.А. Колесникова

Аннотация. В работе приводятся сведения об уровне скоростно-силовой подготовленности бадминтонистов и бадминтонисток 13-15 лет различной квалификации.

Ключевые слова: бадминтон, физическая подготовка, скоростно-силовые способности.

Эффективное выполнение основных технико-тактических приемов в спортивных играх во многом обусловлено скоростно-силовыми возможностями игроков [2]. Чаще всего они проявляются при выполнении атакующих действий (подач, бросков мяча и т.д.), а также кратковременных и продолжительных прыжковых серий [1, 3].

Цель исследования – провести сравнительный анализ показателей скоростно-силовых способностей бадминтонистов 13-15 лет различной спортивной квалификации.

Анализ скоростно-силовых способностей бадминтонистов проводился по показателям тестов прыжок в длину с места, метание волана и сгибание-разгибание туловища за 30 с. В исследовании приняли участие 34 спортсмена различной квалификации (18 юношей и 16 девушек).

В тесте «Прыжок в длину с места» было зафиксировано достоверное отставание в показателях бадминтонисток юношеских разрядов от девушек, имеющих 2 и 3 спортивный разряд, а также 1 разряд и разряд кандидат в мастера спорта (КМС). Разница составила 4,8 и 5,5% соответственно ($t=2,70$, $P<0,05$ и $t=3,62$, $P<0,01$). Аналогичные данные были получены и у юношей-бадминтонистов. Спортсмены, имеющие 1 юношеский разряд, на 7,1% уступают в показателе бадминтонистам 2-3 разрядов и на 7,3% бадминтонистам 1 разряда и КМС ($t=3,55$, $P<0,01$ и $t=5,99$, $P<0,001$). Метание волана спортсмены 1 разряда и КМС выполняют лучше бадминтонистов юношеских разрядов: на 10,6% у юношей ($t=3,28$, $P<0,01$) и на 13,8% у девушек ($t=6,43$, $P<0,001$). В показателях теста «Сгибание-разгибание туловища за 30 с» достоверные отличия были получены только при сравнении результатов спортсменов 1 разряда и КМС с бадминтонистами и бадминтонистками юношеских разрядов. Разница составила 11,7% у юношей ($t=3,64$, $P<0,01$) и 24,6% у девушек ($t=5,48$, $P<0,001$).

Литература:

1. Глазин А.М. Методика применения средств скиппинга в процессе подготовки баскетболисток 15-16 лет / А.М. Глазин, А.Л. Альмухамедова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – №1. – 20 с.
2. Даценко С. С. Скоростно-силовая подготовка блокирующих игроков в волейболе в командах девушек 1 разряда / С.С. Даценко, Л.А. Дмитренко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 3 (97). – С. 57-62.
3. Даценко С.С. Повышение эффективности силовой подачи в прыжке у квалифицированных волейболисток / С.С. Даценко, Л.А. Дмитренко // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. – Краснодар, КГУФКС, 2019. – С. 43-45.

ХАРАКТЕРИСТИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БАДМИНТОНИСТОВ 13-15 ЛЕТ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

А.А. Пузаков

Научный руководитель доцент Е.А. Колесникова

Аннотация. В работе представлены результаты оценки уровня развития различных сторон физической подготовленности юных бадминтонистов.

Ключевые слова: бадминтон, физическая подготовка, физическая подготовленность, подготовительный период, бадминтонисты 13-15 лет.

Бадминтон является одним из наиболее сложных видов спорта и требует от спортсмена высокого уровня физической подготовленности [2, 3]. По мере роста спортивного мастерства и увеличения объема соревновательной нагрузки тренеры стараются уделить больше внимания технике и тактике игры [1]. А следовательно, возникает необходимость целесообразного планирования процесса физической подготовки тренерами в подготовительном периоде.

Цель исследования – проанализировать уровень физической подготовленности бадминтонистов 13-15 лет в подготовительном периоде подготовки.

Анализ уровня физической подготовленности бадминтонистов осуществлялся на основе 8 тестов: челночный бег 6х5 м, прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с, бег на 30 м, бег 400 м, прыжок в длину с места, метание волана, сгибание-разгибание туловища за 30 с, прыжки на скакалке (60 с). В исследовании приняли участие 24 бадминтониста (12 юношей и 12 девушек) 13-15 лет, обучающихся в тренировочных группах на этапе спортивной специализации.

В результате проведенного исследования было установлено, что по большинству тестов показатели бадминтонистов (юношей и девушек) соответствуют или достоверно превышают нормативные требования. В то же время показатель теста «Прыжки на скакалке за 60 с» у бадминтонисток на 20,4% ниже нормативных значений. Также достоверно низкие результаты были показаны юношами и девушками в показателях теста «Сгибание-разгибание туловища за 30 с» (на 15,8% и 29,5% соответственно).

Таким образом, при построении тренировочного процесса бадминтонистов 13-15 лет следует дополнительно уделять внимание развитию скоростно-силовых способностей, мышц брюшного пресса и прыжковой выносливости.

Литература:

1. Горбачев В.Г. Определение уровня силовой подготовленности у теннисистов групп совершенствования спортивного мастерства / В.Г. Горбачев, Л.А. Дмитренко // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – Краснодар, КГУФКСТ, 2017. – С. 24-26.
2. Колозин Н.В. Динамика тренировочной нагрузки в недельном микроцикле квалифицированных игроков в бадминтон / Н.В. Колозин, Л.А. Дмитренко // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – Краснодар, КГУФКСТ, 2014. – С. 67-68.
3. Паршина М.В. Развитие физических качеств средствами бадминтона / М.В. Паршина, Е.И. Коробейникова // Наука-2020. – 2018. – №4 (20). – С. 74-84.

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ БРОСКОВ МЯЧА У ДЕВОЧЕК 10-11 ЛЕТ В МИНИ-БАСКЕТБОЛЕ

А.Ю. Пыхтина

Научный руководитель доцент Е.А. Колесникова

Аннотация. В работе представлен анализ объемов и результативности выполнения бросков мяча с игры девочками 10-11 лет в соревнованиях по мини-баскетболу.

Ключевые слова: мини-баскетбол, юные баскетболистки, броски мяча.

В спортивных играх техническая подготовка является важным и сложным компонентом тренировочного процесса, особенно на начальных этапах обучения. Постоянно возрастают требования к освоению юными спортсменами большого количества игровых приемов, позволяющих добиваться желаемого результата в соревновательной деятельности [1, 2].

Значительную часть времени тренировочного процесса тренеры уделяют обучению и закреплению техники бросков мяча у юных баскетболистов, а также повышению их результативности.

Цель исследования – провести анализ результативности бросков мяча девочек 10-11 лет в соревнованиях по мини-баскетболу.

Анализ соревновательной деятельности девочек 10-11 лет проводился на играх финального этапа Всероссийского фестиваля по мини-баскетболу (г. Ейск, 2018 г.).

Проведенное исследование показало, что в среднем за матч девочки 10-11 лет выполняют $27,8 \pm 3,55$ броска с игры (причем практически все броски осуществляются спортсменками в пределах двухочковой зоны). Результативность данного технического приема варьировалась от 14,9 до 35,3%.

Следует отметить, что количество и результативность бросков мяча достоверно выше в командах, занявших в итоговой турнирной таблице 1-3 места. Так, спортсменки команд-призеров в среднем за игру совершали $38,8 \pm 2,43$ броска, что в 1,8 раза больше, чем в матчах команд, занявших места с 4 по 8 ($t=5,39$, $P<0,001$). Реализация бросков составляла в среднем $31,8 \pm 1,75\%$ и $17,0 \pm 1,90\%$ соответственно ($t=5,73$, $P<0,001$).

Таким образом, главной задачей соревнований по мини-баскетболу является привлечение детей к систематическим занятиям данным видом спорта. Однако каждый тренер, команда которого принимает участие в подобного рода турнирах, стремится добиться максимально возможного результата. Следовательно, в процессе подготовки занимающихся он должен особое внимание уделять реализации бросков мяча и созданию условий для повышения их общего количества в матчах.

Литература:

1. Колесникова Е.А. Влияние специфики спортивной специализации студентов на результативность и эффективность выполнения бросков мяча в баскетболе / Е.А. Колесникова, Д.Е. Поздеева, Ю.В. Саврикова, Н.М. Бондаренко // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: Материалы XI Международной научно-практической конференции. Под редакцией А.В. Родина. – 2017. – С. 117-121.

2. Щетинкина Е.И. Совершенствование техники перемещений начинающих теннисистов / Е.И. Щетинкина, Л.А. Дмитренко // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль – март 2017 г., г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Часть 2. – С. 42-44.

ХАРАКТЕРИСТИКА ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОК

Е.С. Сапилкина

Научный руководитель старший преподаватель А.В. Проскура

Аннотация. В работе представлен анализ показателей общей и специальной подготовленности юных гандболисток, тренирующихся в начальных группах подготовки.

Ключевые слова: общая подготовленность, специальная подготовленность, гандбол.

В процессе спортивной тренировки решается множество задач, одной из них является повышение уровня физической подготовленности гандболисток, особенно на этапе начальной подготовки. Для эффективного совершенствования физической подготовленности необходимо систематически проводить контрольные тестирования и анализ полученных данных [3]. Это позволит вовремя выявить отстающие от должного уровня физические качества каждой из спортсменок, что, в свою очередь, даст возможность осуществить индивидуальный подход в подготовке спортсменок.

В ходе спортивно-педагогического тестирования, мы регистрировали параметры, характеризующие общую и специальную подготовленность юных гандболисток в начальных группах в годовом цикле подготовки. В комплекс контрольных тестов вошли следующие задания: бег 20 м (с); бег 20 метров с ведением мяча (с); прыжок в длину с места (см); метание теннисного мяча (м); челночный бег 50 метров (с) [1, 2].

Параметры, рассматриваемые в исследовании, улучшились практически у всех гандболисток во всех контрольных испытаниях. Результаты исследования свидетельствуют о том, что к концу этапа подготовки с достоверностью на 95% в четырех из пяти тестов показатели улучшились. Это такие тесты, как «Бег 20 м», «Бег 20 м с ведением мяча», «Прыжок в длину с места» и «Метание теннисного мяча», где $p < 0,05$. В контрольном испытании – «Челночный бег 50 м» среднегрупповые результаты также улучшились, но статистически недостоверно ($p > 0,05$).

В целом можно сказать, что применяемые методики тренировки положительно влияют на развитие общих и специальных физических качеств у юных гандболисток. Кроме среднегрупповых результатов, нами были проанализированы персональные результаты каждой спортсменки и даны соответствующие рекомендации тренерскому составу. Большинство спортсменок не справились на должном уровне с заданием «Челночный бег 50 м», который отражает степень развития скоростных качеств, в том числе и скоростную выносливость.

Литература:

1. Игнатьева В.Я. Гандбол. Подготовка игроков в спортивных школах / В.Я. Игнатьева. – М.: Советский спорт, 2013. – 288 с.
2. Игнатьева В.Я. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Гандбол» / В.Я. Игнатьева, В.И. Тхорев, А.Я. Овчинникова, М.А. Петрова; под общ. ред. В.Я. Игнатьевой. – М.: 2016. – 152 с.
3. Игнатьева В.Я. Теория и методика гандбола / В.Я. Игнатьева // Учебник. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.

ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ КОНТРАТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫМИ ИГРОКАМИ В НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

В.В. Серебrenникова

Научный руководитель доцент Л.А. Дмитренко

Аннотация. В работе представлены результаты анализа тактики применения контратакующих действий квалифицированными теннисистами и теннисистками. Юноши применяют более широкий арсенал контратакующих действий справа, при этом эффективными, как у теннисистов, так и у теннисисток, являются контрудары по активной подставке и откидке.

Ключевые слова: настольный теннис, технико-тактическая подготовка, контратакующие действия.

Анализ структуры и содержания соревновательной деятельности определяет стратегию подготовки спортсмена на всех этапах многолетнего становления спортивного мастерства. Учет особенностей соревновательной деятельности квалифицированных игроков позволит достичь максимальных результатов в качестве технико-тактического мастерства.

Проведенное педагогическое наблюдение за соревновательной деятельностью квалифицированных теннисистов выявило недостаточный объем и качество выполнения технико-тактических комбинаций в контрнападении.

При игре контрударами справа юноши эффективно выполняют удары по активной подставке – 3,5 балла. Менее эффективны контратакующие действия по откидке – 3,3 балла. Неэффективно выполнение контрударов справа по топ-спину – 2,6 балла, и по атакующему удару 2 балла.

Девушками контратакующие действия выполняются только по активной подставке и атакующему удару, их эффективность соответственно составляет 1,6 и 3 балла.

Квалифицированные теннисисты выполняют контрудар слева по топ-спину и с подачи, их эффективность составляет 2,7 балла и 4,3 балла соответственно. Теннисистки применяют контратаку по активной подставке, где эффективность составляет 2,6 балла и атакующему удару – 3 балла.

Таким образом, из представленных данных видно, что набор технических приемов, против которых выполняются контратакующие удары справа и слева, у квалифицированных теннисистов и теннисисток значительно отличаются. При этом показатель эффективности контратакующих действий указывает на то, что розыгрыш мяча завершается не выполнением контратакующего удара, а в последующем обмене ударами.

Литература:

1. Пыхтина А.Ю. Характеристика пространственно-временных показателей и результативности ситуаций быстрого прорыва баскетболистов и баскетболисток студенческих команд / А.Ю. Пыхтина, В.В. Скачкова, Е.А. Колесникова // Физическая культура и спорт – основы здоровой нации: Сборник статей III Международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 157-161.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ 10-12 ЛЕТ

Р.С. Скворцов, Д.Р. Алдушина

Научный руководитель доцент Е.А. Колесникова

Аннотация. В работе представлены данные психологического исследования мальчиков 10-12 лет, занимающихся баскетболом, характеризующих их мотивацию успеха и боязни неудач, а также уровень общительности.

Ключевые слова: мотивация успеха, уровень общительности, юные баскетболисты.

Необходимость проявления спортсменами в игре психологических, а также моральных качеств можно проследить, начиная с периода начальной подготовки. На сегодняшний день развитие этих особенностей у юных баскетболистов играет важную роль в реализации будущих спортивных результатах, а также в становлении личности в процессе жизнедеятельности [1, 2].

Цель исследования – определить уровень общительности и типы мотивации юных баскетболистов.

В исследовании приняли участие 18 мальчиков 10-12 лет, занимающихся баскетболом в группах начальной подготовки, второго-третьего годов обучения СДЮШОР №6. Для определения особенностей психологического развития баскетболистов 10-12 лет использовались тесты «Мотивация успеха и мотивация боязни неудач» А. Реана (МУН) и «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского.

Анализ данных тестирования юных баскетболистов по тесту «Мотивация успеха и мотивация боязни неудач» А. Реана показал, что мотивация успеха диагностируется у 61,4% исследуемых спортсменов. 28,4% респондентов не имеют ярко выраженного типа мотивации, но приближены к мотивации успеха. 11,2% юных баскетболистов предрасположены к проявлению мотивации боязни неудач.

По итогам тестирования уровня общительности было выявлено, что 66,7% юных баскетболистов попадают в рамки нормальной коммуникабельности, когда занимающийся охотно слушает своего собеседника, терпелив в общении, отстаивает свое мнение без вспыльчивости. 22,1% спортсменов 10-12 лет показали низкий уровень коммуникабельности. Такие занимающиеся, как правило, замкнуты, неразговорчивы, редко проявляют инициативу в делах, требующих командных взаимодействий. У 11,4% наблюдается чрезмерная потребность в общении.

Таким образом, полученные результаты исследования показали, что 89,8% юных баскетболистов имеют мотивацию успеха или склонны к ее проявлению, также две третьих всех тестируемых весьма общительны, без труда знакомятся с новыми людьми и в то же время достаточно усидчивы и терпеливы. Учет полученных результатов исследования индивидуальных психологических особенностей юных спортсменов позволит тренеру вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс для достижения максимальных спортивных результатов в будущем, а также дальнейшей самореализации в других немаловажных сферах жизнедеятельности.

Литература:

1. Федоренко А.Б. Влияние мотивации достижения успеха и избегания неудачи на мотивационные ориентации личности // Тезисы докладов XXXVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа, посвященной 40-летию юбилею Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2009. – С. 126-127.

2. Яхонтов Е.Р. Психологическая подготовка баскетболистов: Учебное пособие. – СПб.: Феникс, 2000. – 58 с.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НАВЫКОВ УПРАВЛЕНИЯ МЯЧОМ У ТЕННИСИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП

Я. Шварц

Научный руководитель доцент Л.А. Дмитренко

Аннотация. В работе предложена программа, направленная на совершенствование навыков управления мячом, у теннисистов, проходящих подготовку на тренировочном этапе.

Ключевые слова: теннис, техническая подготовка, управление мячом, специализированные восприятия.

Формирование точности игровых действий происходит в течение всей игровой карьеры теннисиста независимо от его квалификации. Понимание основных закономерностей биомеханики игровых действий и умение управлять мячом, на наш взгляд, должно формироваться начиная с тренировочного этапа подготовки. Изучение научно-методической литературы, посвященной технической подготовке теннисистов [1], и в частности, проблеме формирования навыков управления мячом, позволило выделить несколько направлений в формировании точности игровых действий теннисистов: дифференцировка направления усилия при формировании траектории полета мяча; подбор угла наклона ракетки в зависимости от приходящего мяча; изменение вращения в зависимости от приходящего мяча; дифференцировка силы удара в зависимости от скорости и траектории полета мяча.

Формирование специализированных восприятий и навыков в теннисе целесообразно выносить на индивидуальные тренировочные занятия. Внедрение в тренировочный процесс специальных комплексов упражнений может происходить по следующей программе:

В начале цикла 4 тренировки посвящаются умению дифференцировать направление усилия при формировании траектории полета мяча. Затем две тренировки направлены на умение подбирать угол наклона ракетки. Данные навыки совершенствуются в течение 2 недель поочередно на каждом занятии. Далее следует формирование умения дифференцировать вращение мяча, которому отдельно посвящается две тренировки, и далее чередование тренировок с ранее освоенными специальными навыками в течение 4 недель. На последнем этапе происходит формирование умения управлять мячом, дифференцируя силу удара. В течение недели чередовались все блоки упражнений. Данный цикл также длился 4 недели.

Литература:

1. Дмитренко Л.А. Повышение эффективности соревновательной деятельности теннисистов разрядников / Л.А. Дмитренко, Е.А. Голубева // Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях: Материалы 10-й Всероссийской научно-практической конференции. – 2017. – С. 101-105.

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ БРОСКОВ СО СРЕДНЕЙ И ДАЛЬНОЙ ДИСТАНЦИИ У БАСКЕТБОЛИСТОВ 13-14 ЛЕТ

Н.О. Юшков

Научный руководитель доцент А.М. Глазин

Аннотация. В работе представлены данные, полученные из проведенного педагогического наблюдения и тестирования, которые позволили выявить уровень технической подготовленности у юных баскетболистов.

Ключевые слова: броски, дистанционные броски, техническая подготовленность, физическая подготовленность, юные баскетболисты.

Баскетбол одна из самых популярных спортивных игр. Техника этой спортивной игры многообразна и одним из самых важных техническим приемом являются броски – единственный компонент, с помощью которого набираются очки. Из этого следует, что успех в игре во многом зависит от эффективности реализации бросков из-под кольца, со средней и дальней дистанции [1]. Броски со средней и дальней дистанции предъявляют к игрокам высокие требования по их технической и физической подготовленности.

Наблюдение велось за соревновательной деятельностью 12 баскетболистов 13-14 лет, выступающих в Первенстве России. Видеоанализу подверглись 5 игр зонального этапа, параллельно с этим было проведено тестирование по физической подготовленности баскетболистов.

Тестирование проводилось по следующим параметрам: прыжок в длину с места, прыжок в высоту с места, рывок 6 метров. В первом параметре среднее значение составило 174,0 см., во втором – 37,9 см., в третьем – 1,6 сек. Из результатов тестирования можно сделать выводы, что 3 баскетболиста имеют высокий уровень подготовленности, 4 баскетболиста – средний и 5 – низкий.

В ходе наблюдения было выявлено, что баскетболисты в среднем за игру выполняют 16,4 броска по корзине соперника, что составляет 26,6% от общего числа атак. Сравнивая полученные показатели с модельными значениями, приводимыми Ю.М. Портным (2012), мы можем сделать следующий вывод: баскетболисты наблюдаемой команды имеют низкий уровень точности бросков со средней и дальней дистанции и отставание от эталонных значений превышает критическую разницу в 5%. Такая разница является критической [2].

Учитывая вышесказанное, можно говорить о малой эффективности реализации бросков со средней и дальней дистанции у баскетболистов 13-14 лет. Это, на наш взгляд, обусловлено тем, что в современном баскетболе высокий темп игры и порой игроки не успевают выполнить бросок из-за слабой технической и физической подготовленности.

Для устранения выявленной проблемы необходима разработка и внедрение комплексов упражнений, направленных на физическую и техническую подготовленность и соответствие этих средств современным баскетбольным требованиям.

Литература:

1. Колесникова Е.А. Повышение результативности бросков мяча со средней дистанции баскетболистками студенческих команд / Е.А. Колесникова, В.В. Костюков, А.М. Глазин // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2010. – №3. – С. 16-18.
2. Портнов Ю.М., Башкирова В.Г., Луничкин В.Г. Баскетбол: применение программ спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Ю.М. Портнов, В.Г. Башкирова, В.Г. Луничкин. – М.: Советский спорт, 2012. – С. 13-15.

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ

В.А. Якунина

Научный руководитель доцент Г.Н. Дудка

Аннотация. В работе представлены результаты тестирования координационных способностей баскетболистов 11-12 лет.

Ключевые слова: координационные способности, юные баскетболисты, тестирование.

Цель исследования – определить уровень развития координационных способностей баскетболистами групп начальной подготовки.

Для определения уровня развития координационных способностей у юных баскетболистов нами было проведено тестирование по следующим контрольным упражнениям: поза Ромберга (с) (тест выполнялся как на правой, так и на левой ноге, при этом глаза открыты); бег к пронумерованным медицинболам (с); ведение мяча с изменением направления движения правой и левой рукой; три кувырка вперед (с). Результаты тестирования представлены в таблице.

Таблица – Данные результатов исходного тестирования координационных способностей юных баскетболистов

Тесты	Поза Ромберга (с)		Бег к медболам (с)	Ведение мяча (с)		Три кувырка вперед (с)
	правая	левая		правая	левая	
мальчики						
Среднее значение	50,4	41,1	8,3	11,0	11,1	7,4
Модельное значение	60,0	30,0-45,0	7,8	10,0	10,7	4,0
девочки						
Среднее значение	51,9	43,1	8,4	11,3	11,6	7,3
Модельное значение	60,0	30,0-45,0	8,0	11,6	12,4	3,9

Следует отметить, что был проведен сравнительный анализ результатов тестирования координационных способностей с модельными значениями. Высокий уровень результатов тестирования продемонстрировали юные баскетболисты в способности к равновесию на правой ноге, результаты в тесте ведение мяча соответствуют среднему уровню подготовленности, остальные данные тестирования находятся на низком уровне подготовленности.

Таким образом, юным спортсменам тестирование поможет определить слабые звенья в общей и специальной физической подготовленности, выявить скрытые способности, которые необходимо развивать в данном возрасте, проводить сравнительный анализ с нормами ГТО при занятиях баскетболом [1].

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, К.В. Малашенко, В.И. Тхорев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 8 (174). – С. 21-27.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФУТБОЛА И РЕГБИ

УДК: 796.332.6

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ ПРИ ОБУЧЕНИИ СТУДЕНТОВ ОСНОВАМ МЕТОДИКИ СУДЕЙСТВА СОРЕВНОВАНИЙ ПО МИНИ-ФУТБОЛУ

В.С. Арбинин

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. Показана эффективность применения в учебном процессе студентов специально разработанных методических материалов по основам судейства соревнований в мини-футболе. При этом выраженные позитивные сдвиги отмечаются в теоретических знаниях, при отсутствии таковых в практических умениях и навыках.

Ключевые слова: обучение, судейство соревнований, студенты, мини-футбол, методические материалы, знания, практические умения и навыки.

Развитие мини-футбола в России стимулируют целевые Федеральные программы «Мини-футбол – в школу» (2008) и «Мини-футбол – в вузы» (2009). Однако до настоящего времени целенаправленная подготовка специалистов по данному виду спорта в системе физкультурных вузов нашей страны системно практически не ведется [2, 3], включая спортивных арбитров [1].

Цель исследования заключалась в экспериментальной проверке эффективности применения в учебном процессе студентов специализации «футбол» комплекса методических материалов, включающих последние изменения в правилах игры (экспериментальная группа, n=19). Контрольная группа (n=17) занималась освоением материала по традиционной программе. Продолжительность эксперимента составила три месяца. Начальные результаты тестирования знаний студентов экспериментальной группы находились на уровне оценки 2,9 балла. По окончании эксперимента с использованием в данной группе разработанных методических материалов уровень знаний достиг 4,8 балла ($t = 4,7$; $p < 0,001$). Аналогичные показатели в контрольной группе также достоверно улучшились с 3,0 до 4,0 балла ($t = 3,5$; $p < 0,01$). Однако, если рассматривать темпы прироста уровня оценок знаний студентов двух обсуждаемых групп, то можно отметить более существенные, в два раза, позитивные изменения в экспериментальной группе. Здесь прирост в процентном отношении составил 65,5%, тогда как в контрольной – 33,3%. Характерно, что в аспекте формирования практических умений и навыков судейства примененная методика недостаточно эффективна, что можно, отчасти, объяснить необходимостью более длительного для этого промежутка времени. Анализ показателей теоретической подготовленности студентов по правилам игры в мини-футбол и основам судейства соревнований позволил установить, что применение в учебном процессе разработанных нами методических материалов является более эффективным, чем занятия по традиционной методике.

Литература:

1. Стратегия развития судейства и инспектирования в Российской Федерации на 2013-2020 гг. // Российский футбольный союз. – М., 2013. – 33 с.
2. Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «ЮГ» / под общ. ред. А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2018. – 186 с.
3. Яцык В.З. Показатели эффективности педагогической модели самостоятельной физической подготовки судей по мини-футболу с использованием индивидуальных заданий / В.З. Яцык, А.Э. Болотина, Н.Н. Северин, А.В. Попов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – 21 с.

ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ОБОРОНИТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ С МЯЧОМ ФУТБОЛИСТОВ ЛИНИИ ОБОРОНЫ

В.В. Ахмед-Оглы

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В материалах представлены результаты исследования показателей технико-тактической деятельности футболистов резерва в условиях игры, позволяющие установить закономерности целесообразности их выполнения игроками защитной линии при выполнении оборонительных действий.

Ключевые слова: футболисты резерва, действия с мячом, целесообразность, спортивная подготовка, содержание.

В футболе и в других командных спортивных играх хорошо известно, что результат в матче во многом определяется не только количеством и точностью исполнения игроками соответствующих событиям на поле или площадке технико-тактических действий, но и целесообразностью их выполнения в той или иной игровой ситуации [2, 4].

Естественно, что эти закономерности тренеры используют при определении содержания и построении процесса подготовки, как квалифицированных спортсменов, так и игроков резерва. Однако, как отмечают специалисты, установление закономерностей в составе характеристик деятельности игроков и результативности соревновательной деятельности требует дальнейшего исследования [1, 3].

В настоящее время, на фоне недостаточных сведений о модельных параметрах ситуационной целесообразности выполняемых игроками технико-тактических действий, их динамике и закономерностях изменения в условиях соревновательной деятельности, в определенной степени затруднено адекватное по содержанию построение тренировочного процесса, что и определяет актуальность этого вопроса.

Результаты проведенного исследования позволяют сформулировать следующие констатации, относящиеся к соревновательной деятельности футболистов оборонительной линии:

- наивысший уровень ситуационной целесообразности применения защитниками во время ведения оборонительных действий характерен выполнению отбора мяча у противника (81,5%);
- на втором месте по степени ситуационной целесообразности применения защитниками в процессе оборонительных действий находится перехват мяча (69,1%);
- третьим по уровню ситуационной целесообразности является выполнение защитниками единоборств за мяч вверху (65,4%).

Литература:

1. Герасименко А.П. Совершенствование основ технико-тактического мастерства футболистов / А.П. Герасименко. – Волгоград: ВГАФК, 2003. – 72 с.
2. Кудяшев Н.Х. Техническая подготовка юных футболистов на начальном этапе обучения: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.Х. Кудяшев. - Набережные Челны, 2011. – 23 с.
3. Петухов А.В. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения: монография / А.В. Петухов. – М.: Советский спорт, 2006. – 232 с.
4. Шестаков М.М. Разносторонность действий юных футболистов разных этапов многолетней подготовки в условиях тренировки / М.М. Шестаков // Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования: сборник материалов всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары, 2018. – С. 135-140.

ОСОБЕННОСТИ СОДЕРЖАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 8-9 ЛЕТ В РАЗНЫХ УСЛОВИЯХ ПОДГОТОВКИ

Н.Ш. Баязов

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В работе раскрываются объективные причины разных условий подготовки спортивного резерва, детерминированные программно-нормативными основами организации процесса спортивной тренировки в условиях общеобразовательной школы и детско-юношеской спортивной школы.

Ключевые слова: юные футболисты, школьная секция, спортивная школа, подготовка, условия.

В настоящее время специалистам физической культуры и спорта хорошо известно, что динамика состояния спортсмена может служить, с одной стороны, одним из критериев эффективности учебно-тренировочного процесса, а с другой – позволяет целенаправленно изменять компоненты процесса его подготовки. Вместе с тем содержание этой деятельности тренера детерминировано большим количеством программно-нормативных, организационных, материально-технических и других объективных условий построения тренировочного процесса [1]. В свою очередь данное положение приводит к тому, что содержание процесса подготовки юных спортсменов в разных условиях заметно отличается [3].

В детско-юношеском футболе объективными причинами такого положения являются программно-нормативные документы, которые на федеральном уровне разработаны только для ДЮСШ, тогда как для секций по футболу – непосредственно учителями физической культуры, а также организационные условия, материально-техническое и методическое обеспечение тренировочного процесса юных футболистов, которые на порядок выше в спортивных школах [2].

Поэтому предполагалось, что выявление отличительных особенностей организации и содержания тренировочного процесса у юных футболистов в условиях школьной спортивной секции и в условиях спортивной школы по футболу позволит выявить резервные возможности повышения эффективности подготовки спортивного резерва.

Результаты исследования позволяют сделать следующие выводные заключения:

- по мере взросления объем тренировочной нагрузки увеличивается преимущественно в условиях спортивной школы, что характерно и для количества официальных игр;
- разработка специалистами новых методик разных видов подготовки ориентирована на юных футболистов детских спортивных школ;
- программное содержание разных видов подготовки практически не отличается между собой.

Литература:

1. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов / В.В. Варюшин. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 112 с. Варюшин, В.В.
2. Годик М.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов / М.А. Годик, С.М. Мосягин, И.А. Швыков. – М.: Граница, 2008 – 272 с.
3. Кук М. 101 Упражнение для юных футболистов. Возраст 7-11 лет / М. Кук. – М.: Астрель: АСТ, 2001. – 78 с.

РЕАЛИЗАЦИОННАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТЕХНИКИ ВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ ФУТБОЛИСТОВ СТУДЕНЧЕСКОЙ КОМАНДЫ

М.М. Бербеков

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. На основе анализа результатов тестирования произведена оценка уровня реализационной эффективности техники владения мячом футболистов студенческой команды. Полученные результаты позволяют дифференцированно оценить данный компонент подготовленности спортсменов по приводимой в специальной литературе шкале, разработанной для профессиональных спортсменов.

Ключевые слова: футболисты, техника владения мячом, реализационная эффективность, шкала оценок.

В качестве одного из аспектов технико-тактической подготовки футболистов специалисты на протяжении последних 10-15 лет рассматривают разработку и применение инновационных методик контроля за уровнем техники владения мячом [2, 3, 4]. Применение на практике подобных методик педагогической оценки позволяет определить уровень так называемой [1, 4] реализационной эффективности техники футболиста.

Произведена дифференцированная оценка реализационной эффективности техники владения мячом футболистов студенческой команды (n=14) в специальном тесте по общепринятой шкале [1], рассчитанной для профессиональных спортсменов. Установлено, что в рассматриваемой выборке обследуемых только у двух футболистов-студентов показатели реализационной эффективности техники соответствовали отличной оценке, еще у двух эта оценка находилась на уровне значения «хорошо», а у остальных 10 игроков – «удовлетворительно», как и в среднем по команде.

Показатели тестирования позволяют не только дифференцированно оценить уровень реализационной эффективности техники владения мячом, но и с учетом этого косвенно определить методическую целесообразность построения технической подготовки в тренировочном процессе футболистов конкретной команды.

Установленные индивидуальные показатели рассматриваемой характеристики технической подготовленности целесообразно учитывать при дальнейшем планировании тренерами процесса технико-тактической подготовки обследуемого контингента спортсменов.

Литература:

1. Голомазов С.В. Футбол. Перенос тренированности в точности выполнения технических приемов: методические разработки для слушателей ВШТ / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: РГУФКСМиТ, 2007. – 55 с.
2. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Litres, 2017. – 574 с.
3. Золотарев А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.
4. Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «ЮГ» / под общей редакцией доктора педагогических наук, профессора А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2018. – 186 с.

АНАЛИЗ ВЫПОЛНЕНИЯ ОБМАННЫХ ДВИЖЕНИЙ ФУТБОЛИСТАМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

С.А. Бородин

Научный руководитель доцент Р.З. Гакаме

Аннотация. Данная работа направлена на изучение сведений, имеющих в литературе по вопросу обманных движений в современном футболе с учетом повышения команды в классе, поскольку необходимость совершенствования данного футбольного элемента всегда будет актуальна для футбола.

Ключевые слова: футболисты, обманные движения, количественные показатели технико-тактических действий, соревновательная деятельность.

Финты в футболе – это те действия, которые всегда реализуются в условиях единоборства с игроками противника, а их результативное использование в процессе соревновательной деятельности позволяет решать значительный круг игровых задач [1, 2, 5].

Качественная сторона осуществления обманных движений в современной игре обуславливается высоким уровнем развития у футболистов быстроты, скоростно-силовых качеств и ловкости [3, 4], а также может ограничиваться степенью психологической готовности [3] и отсутствием способности к креативности в различных игровых эпизодах [1, 2].

Результаты педагогических наблюдений свидетельствуют, что с переходом на более высокий уровень соревновательной деятельности профессиональной команды количественные показатели атакующих технико-тактических действий повышаются и становятся более разнообразными. Данная закономерность касается как непосредственно атакующих игроков (нападающих), так и команды в целом [3].

Существенный рост количественных характеристик самих финтов не может отразить общую структуру атакующего потенциала всей команды. Это обуславливается тем, что каждый отдельно взятый эпизод в матче может трансформироваться в момент для реализации в фазе нападения (прострельная передача, удар по воротам, ключевые единоборства и т.п.) [2, 5].

Литература:

1. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин. – М.: Физическая культура, 2007. – 112 с.
2. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Litres, 2017. – 574 с.
3. Кантанеро К. Школа испанского футбола / Перевод с испанского Е. Кочетковой. – М.: Эксмо, 2015. – 192 с.
4. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера / А.А. Кузнецов. – М.: Профиздат, 2011. – 408 с.
5. Лянча Р. Гвардиола против Моуринью: больше, чем тренеры / Р. Лянча; (пер. с англ. И.Р. Даминова). – М.: Эксмо, 2018. – 208 с.
6. Чирва Б.Г. Футбол. Программы предсоревновательной подготовки профессиональных команд. / Б.Г. Чирва. – М.: Дивизион, 2015. – 216 с.

**КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ И КАЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ
ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ФУТБОЛИСТОВ ГРУППЫ
СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДЮСШ И СТУДЕНЧЕСКОЙ
КОМАНДЫ**

М.А. Бурцев

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. На основе анализа результатов педагогических наблюдений установлены различия в показателях количества и эффективности технико-тактических действий юных футболистов ДЮСШ и спортсменов студенческой команды с некоторым преимуществом в их уровне у последних.

Ключевые слова: футболисты, ДЮСШ, студенческая команда, соревновательная деятельность, технико-тактические действия, количественные и качественные показатели.

Одним из условий повышения технико-тактической подготовленности молодых спортсменов является обновление содержания их технико-тактической подготовки за счет реализации в учебно-тренировочном процессе инновационных методик тренировки на основе данных педагогического контроля соревновательной деятельности [2, 3].

По результатам данных педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью с помощью видеозаписи установлены количественные и качественные показатели технико-тактических действий (ТТД) футбольных команд двух возрастных групп – спортивного совершенствования (ДЮСШ «Академия футбола КК», 17-18 лет) и студенческой команды («Универспорт», 18-20 лет). Для каждой из команд проанализировано по 8 матчей. Выявлено, что футболисты команды ДЮСШ на рассматриваемом отрезке соревновательного периода выполняли в среднем за матч 585 ± 29 ТТД, а игроки студенческой команды – соответственно $650 \pm 24,7$. Средний показатель брака в выполнении ТТД за матч для этой команды составляет 29,6%, в то время как у команды «Академия футбола КК» этот показатель составляет 36,8%. Статистически достоверные различия ($t = 2,9$; $p < 0,05$) позволяют говорить о том, что студенческая команда играет более эффективно. Таким образом, можно констатировать, что по большинству рассматриваемых параметров технико-тактической подготовленности командные данные «Универспорта» выглядят несколько предпочтительней, чем аналогичные показатели команды ДЮСШ «Академия футбола КК», что, согласно данным специальной литературы [1], можно рассматривать как некую закономерность, обусловленную возрастными особенностями молодых спортсменов и временными параметрами систематических занятий футболом.

Литература:

1. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Litres, 2017. – 574 с.
2. Золотарев А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.
3. Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «ЮГ» / под общей редакцией доктора педагогических наук, профессора А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2018. – 186 с.

РАЦИОНАЛИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА НАЧАЛЬНОГО РАЗУЧИВАНИЯ ЮНЫМИ ГАНДБОЛИСТКАМИ ТЕХНИКИ БРОСКОВ МЯЧА

К.В. Бурчуладзе

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В работе представлены результаты исследования по разработке приоритетной последовательности исключения ошибок при освоении юными гандболистками бросков мяча.

Ключевые слова: юные гандболистки, бросок мяча, техника, начальное разучивание.

Исследования в различных видах спорта убеждают в том, что эффективность процесса начального обучения технике спортивных движений во многом зависит от своевременности обнаружения и исправления тех ошибок, которые допускают юные спортсмены, осваивая сложные и новые для них движения. При этом эффективность процесса начального обучения техническим действиям существенно возрастает, когда содержание технической подготовки опирается на системное представление о возможных ошибках, которые могут возникнуть при освоении новых двигательных действий. Очевидно, что это актуализирует разработку соответствующей методики [3].

Результаты исследования показывают, что процесс начального обучения технике выполнения бросков мяча юных гандболисток 9-11 лет должен предусматривать наличие условий, обеспечивающих исключение возможности возникновения ошибок и минимизацию сроков исправления погрешностей [2, 4].

Ранжирование ошибок по фазам, частоте возникновения и времени исправления должно позволить определить содержание процесса обучения технике выполнения бросков и рационализировать очередность исправления погрешностей [1].

В связи с этим в процессе начального разучивания технического приема необходимо в первую очередь исключить ошибки в следующей приоритетной последовательности, учитывая частоту их возникновения и быстроту устранения:

- часто возникающие и долго устранимые;
- периодически возникающие и долго устранимые;
- редко возникающие и долго устранимые;
- часто возникающие и недолго устранимые;
- периодически возникающие и недолго устранимые;
- редко возникающие и недолго устранимые;
- часто возникающие и быстро устранимые;
- периодически возникающие и быстро устранимые;
- редко возникающие и быстро устранимые.

Литература:

1. Бурчуладзе К.В. Типологизация ошибок при выполнении юными гандболистками бросков мяча / К.В. Бурчуладзе, М.М. Шестаков // Материалы XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 1. – 150 с.
2. Вучева В.В. Технология обучения игровой деятельности / В.В. Вучева, О.Н. Мещерякова // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 6. – С. 15-18.
3. Котов Ю.Н. Подход к классификации ошибок техники выполнения бросков в прыжке у гандболисток / Ю.Н. Котов // Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех: материалы XII Международного научного конгресса. – М.: РГУФК, 2008. – Том 1. – 205 с.
4. Лях В.И. Учение и обучение двигательным действиям / В.И. Лях // Физическая культура в школе. – 2005. – № 2. – С. 8-10.

ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ

Л.Ф. Валиулина

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В работе представлены результаты анкетного опроса школьников средних классов с целью выявления эффективных путей совершенствования содержания их физического воспитания.

Ключевые слова: школьники, средние классы, физическое воспитание, анкетирование, физическое состояние.

Стабильная негативная динамика показателей физического здоровья детей школьного возраста обуславливает необходимость активизации усилий руководителей образования и специалистов физической культуры и спорта по поиску и ликвидации тех факторов, которые лежат в основе настоящей социальной и научной проблемы нашего общества [2].

Результаты их исследований наглядно свидетельствуют о необходимости изучения условий эффективного улучшения физического состояния учащихся средних классов. Остаются в достаточной степени актуальными дидактические и социальные возможности состава физических упражнений в развитии подростка [1, 3].

В связи с этим поиск и выявление эффективных средств и методов улучшения физического состояния учащихся средних классов является актуальной проблемой педагогической науки и практики.

В результате исследования выявлено четыре группы школьников средних классов по их отношению к урокам физической культуры:

- посещающие занятия с желанием;
- посещающие занятия для получения оценки;
- не посещающие занятия по объективным причинам;
- не посещающие занятия по субъективным причинам.

Данная ситуация обусловила проведение анонимного анкетирования, в котором приняли участие 75 учащихся 5-9 классов муниципальной средней общеобразовательной школы.

Полученные результаты позволяют сделать следующие констатации: 46,7% респондентов систематически занимаются спортом; 56% считает занятия спортом необходимым условием сохранения и укрепления здоровья; 61% хотели бы пополнить свои знания по различным вопросам методики занятий физическими упражнениями; 32% считает занятия спортом важным фактором положения человека в обществе.

Очевиден факт, что выявление особенности мотивационно-потребностной сферы школьников средних классов позволит актуализировать содержание процесса физического воспитания учащихся в условиях занятий физической культурой.

Литература:

1. Должикова Т.А. Дифференцированное физическое воспитание учащихся средних классов общеобразовательной школы, имеющих различный уровень физической подготовленности: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Т.А. Должикова. – Майкоп, 2011. – 24 с.
2. Ермаков В.А. Методологические условия проектирования современной системы физического воспитания / В.А. Ермаков, М.С. Леонтьев, Р.А. Тер-Мкртчян // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. – № 6. – С. 2-5.
3. Феоктистов М.Ф. Технология развития физических способностей подростков на основе учета сенситивных периодов: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / М.Ф. Феоктистов. – Волгоград, 2010. – 24 с.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНСКОГО ФУТБОЛА В РОССИИ СРЕДИ КОМАНД ВЫСШЕГО ДИВИЗИОНА

Н.Б. Гасанова, Т.В. Зайцева

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. В работе рассматривается современное состояние женского футбола в России на примере команд высшего дивизиона. На основе анализа специальной литературы и официальных статистических данных определено состояние спортивных достижений команд по итогам внутрироссийских соревнований, в частности нестабильность команд-лидеров, что рассматривается в качестве одной из причин снижения рейтинга отечественных клубов в иерархии женского европейского футбола.

Ключевые слова: женский футбол, высший дивизион, современное состояние в России, рейтинг, европейский футбол.

В настоящее время в российских чемпионатах и первенствах играют 269 женщин разных возрастов. Всего в РФ существует три дивизиона (высший, первый и второй), в которых играют 87 женских команд [1, 2, 3, 4].

В высшем дивизионе играют восемь команд. По результатам чемпионата России-2019 на первой и второй строчке турнирной таблицы расположились столичные команды «ЦСКА» 56 очков и «Локомотив» 44 очка, на третьем месте – краснодарская «Кубаночка» – 35 очков, которая в последнем туре обыграла чемпионку России-2018 – «Рязань ВДВ» и уверенно забрала бронзовые медали страны. Четвертое место заняла титулованная «Звезда-2005» 31 очко (шестикратный чемпион России и семикратный обладатель Кубка России), пятое место «Рязань-ВДВ» также с 31 очком. Вице-чемпионы ЧР-2018 «Чертаново» 20 очков – 6-е место; «Енисей» 12 очков – 7-е место и 8-е место у команды «Торпедо» 7 очков, которые снялись с чемпионата за два тура до конца сезона [5].

С 2019 года всего одна команда, обладатель золота, получает путевку в Лигу чемпионов, которая проводится, как и мужская, под эгидой Союза европейских футбольных ассоциаций (УЕФА). Таким образом, московский «ЦСКА» будет представлять Россию в международном клубном турнире в 2020 году [5].

Основной причиной такого положения является низкий рейтинг в европейской иерархии ввиду того, что представляющие нашу страну женские клубные команды традиционно выбывают из турнира на ранних его стадиях.

Литретаура:

1. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Советский спорт, 2013. – 536 с.
2. Лю Ци. Особенности соревновательной деятельности футболисток высшей квалификации / Лю Ци, В.Н. Селуянов // Теория и практика физической культуры. – 2014. – №8. – С. 77-78.
3. Макаров Д.С. Тенденции развития современного футбола в России // Молодой ученый. – 2015. – №21. – С. 531-535.
4. Савин А.В. Мировой футбол-2014: кто есть кто: полная энциклопедия / А.В. Савин. – М.: Эксмо, 2014. – 832 с.
5. [Электронный ресурс]. URL: <http://wfl.rfs.ru/tournament/1004389/> (дата обращения: 01.12.2019).

КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ И КАЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ РОЗЫГРЫША СТАНДАРТНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ ФУТБОЛИСТАМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ И ЛЮБИТЕЛЬСКИХ КОМАНД

Э.А. Глебов

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. На основе анализа результатов педагогических наблюдений в условиях соревновательной деятельности осуществлен сравнительный анализ розыгрыша стандартных положений профессиональными футболистами и спортсменами-любителями. Выявлены отличительные особенности количественных и качественных параметров рассматриваемых технико-тактических действий.

Ключевые слова: футболисты, стандартные положения, соревновательная деятельность, количественные, качественные показатели.

Известно, что эффективное выполнение игроками розыгрыша стандартных положений значительно расширяет возможность успешной реализации и обеспечения превосходства над соперником. Кроме этого, научные данные свидетельствуют, что имеют место особенности количественных и качественных показателей розыгрыша стандартных положений в зависимости от спортивной квалификации футболистов [1, 2, 3]. Однако при этом в доступной научно-методической литературе отсутствуют сведения по этим параметрам на примере любительских команд.

Анализ результатов проведенных нами педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью показал, что по количеству выполненных стандартных положений этого уровня на «своей» половине поля спортсмены-любители не уступают показателям профессиональных игроков. На «чужой» половине поля данная тенденция не прослеживается. При этом статистически достоверных различий по каждому отдельно взятому эпизоду обнаружено не было. При сопоставлении коэффициентов эффективности розыгрыша стандартных положений было обнаружено, что наиболее значимая разница между классом выполнения исследуемых технико-тактических действий отмечена при выполнении вбрасывания мяча на «своей» части поля. Она составляет 21,5% ($t = 2,73$; $p < 0,05$). Существенной она оказалась и при выполнении штрафных ударов на «чужой» половине – 29,3% ($t = 2,85$; $p < 0,05$). По коэффициенту эффективности ощутима разница в классе и при розыгрыше остальных видов стандартных положений, исключая свободный удар.

Таким образом, можно заключить, что при относительно равном количестве производимых розыгрышей за один матч у спортсменов рассматриваемых квалификаций наблюдается значительная разница в эффективности их выполнения в пользу профессиональных команд.

Литература:

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

2. Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «ЮГ» / под общей редакцией доктора педагогических наук, профессора А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2018. – 186 с.

3. Чирва Б.Г. Футбол. Методика тренировки техники реализации стандартных положений / Б.Г. Чирва, С.В. Голомазов. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 116 с.

ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛИСТОВ С РАЗНЫМ МОРФОЛОГИЧЕСКИМ СТАТУСОМ

А.А. Данилов

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В материалах показаны результаты исследования взаимосвязей между пропорциями тела, типом телосложения, биомеханическими особенностями выполняемых движений и результатом, достигнутым спортсменами в избранном виде спорта.

Ключевые слова: соревновательная деятельность, действия с мячом, футболисты, морфологический статус.

До настоящего времени исследования зависимостей между морфофункциональными характеристиками и техническим мастерством квалифицированных футболистов проводились на основе сопоставления длины и массы тела с показателями технико-тактического мастерства. В некоторых случаях дополнительно анализировались показатели, характеризующие состав тела (мышечную, жировую и костную массу). Наличие только этих данных недостаточно полно отражает влияние морфофункциональных характеристик футболистов на выполнение различных игровых приемов. До настоящего времени работы, изучающие данную проблему в футболе, представлены лишь несколькими исследованиями [1, 2, 3].

В связи с этим можно с уверенностью говорить о том, что изучение особенностей действий с мячом футболистов в процессе игровой деятельности является актуальным для теории и методики современного футбола.

В связи с обозначенной проблемой было проведено исследование, позволившее получить сведения, дополняющие теоретические и методические основания системы подготовки футболистов.

Проведенное с этой целью исследование позволило установить, что с повышением габаритных размеров тела футболистов повышаются количественные показатели объема выполнения за матч коротких и средних передач мяча вперед, длинных передач, ударов по воротам головой. Данная закономерность наблюдается на фоне снижения количества ошибок при выполнении большей части технико-тактических действий.

Очевидно, что полученные дополнительные знания о влиянии морфологических показателей футболистов на количественные и качественные параметры соревновательной деятельности позволяют актуализировать состав средств тренировочного процесса.

Литература:

1. Антипов Е. Морфофункциональные особенности футболистов / Е. Антипов // Теория и практика футбола. – 1999. – № 4. – С. 9-12.
2. Лымарь А.О. Техническая подготовка квалифицированных футболистов различных соматотипов: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.О. Лымарь. – Краснодар, 2010. – 24 с.
3. Перцухов А.А. Тотальные размеры тела футболистов разных игровых амплуа / А.А. Перцухов, А.Е. Сак // Слобожанський науково-спортивний вісник: Зб.наук.ст. – Харків: ХДАФК, 2008. – № 1-2. – С. 140-142.

АНАЛИЗ СТРУКТУРЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ В НАПАДЕНИИ

В.И. Дейнеко

Научный руководитель доцент Р.З. Гакаме

Аннотация. На основе анализа специальной литературы выявлена структура соревновательной деятельности юных футболистов в возрастном периоде от 12 до 15 лет, что позволило установить, что при росте возрастного показателя структура действий в атаке модифицируется.

Ключевые слова: юные футболисты, соревновательная деятельность, структура технико-тактических действий, технико-тактическое мастерство.

В настоящее время в подготовке юных российских футболистов прослеживается своего рода парадоксальная закономерность, которая заключается в том, что, с одной стороны, в современной научно-методической литературе достаточно в полной мере установлены особенности игровой деятельности и методики учебно-тренировочного процесса юных игроков, а с другой – отсутствует четкая взаимообусловленность данных процессов с точки зрения требований современного футбола. В свою очередь, следует заметить, что возраст 14-15 лет является «критическим» в плане становления технико-тактического мастерства юных футболистов и после этого внести какие-либо существенные изменения в уровне, особенно, технической оснащенности игрока практически недостижимо [2, 3]. Поэтому очень важно, чтобы до этого возраста у игрока сформировалась «соревновательная база» с позиции технико-тактической обученности, которую он сможет совершенствовать, но уже на значительно высоком функциональном уровне.

Результаты исследования позволили установить, что с повышением возрастного показателя структура действий в атаке модифицируется. На первый план начинают выходить средние и длинные передачи мяча, открывания игрока и отвлечение соперника, а по остальным показателям происходит статистическое понижение структурных единиц, за исключением коротких передач мяча [1]. Это обуславливается тем, что с возрастом повышаются динамические характеристики непосредственно соревновательного процесса и игрокам необходимо в сжатые временные рамки принимать наиболее эффективные тактические решения без снижения эффективности и результативности соревновательной деятельности, причем каждому амплуа на конкретном участке поля соответствуют свои определенные игровые задачи.

С учетом отмеченного представляется возможным рекомендовать тренерам использовать в тренировочном процессе наиболее эффективные упражнения для становления технического мастерства [4].

Литература:

1. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Litres, 2017. – 574 с.
2. Золотарев А.П. Футбол: методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.
3. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. / А.А. Кузнецов. – М.: Профиздат, 2011. – 408 с.
4. Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «Юг» / под общей редакцией доктора педагогических наук, профессор А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2019. – 186 с.

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МУЖЧИН СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА ПОД ВЛИЯНИЕМ СИСТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ФУТБОЛОМ

В.В. Еремкин

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. Систематические занятия футболом мужчин среднего возраста в течение трех месяцев способствуют статистически достоверному повышению показателей скоростно-силовых способностей в диапазоне 8,3-9,2%, за исключением быстроты в беге на 30 метров.

Ключевые слова: мужчины среднего возраста, секция футбола, скоростно-силовые способности, динамика.

В последние десятилетия отмечается достаточно существенный интерес к проблеме организации и разработки методических вопросов занятий физической культурой и массовым спортом для категории лиц среднего возраста, следствием чего стало накопление большого фактического материала, свидетельствующего о несомненном положительном влиянии систематических занятий физическими упражнениями и позволяющего рассматривать их как действенное средство сохранения здоровья населения [1, 3]. В то же время, как показывает анализ научно-методической литературы, на примере лиц среднего возраста, как мужского, так и женского пола, недостаточно изучено непосредственно влияние на различные стороны физической подготовленности систематических занятий массовым футболом [2], один из аспектов которого – скоростно-силовые качества – рассмотрен в настоящем исследовании.

В результате трехмесячного констатирующего педагогического эксперимента с участием 19 мужчин 44-52 лет, занимающихся в секции футбола, установлены особенности динамики комплекса показателей, характеризующих проявления скоростно-силовых способностей. Так, в тесте «Челночный бег 3x10 м» средний по группе результат после трех месяцев занятий статистически достоверно улучшился на 8,5% ($t=2,51$; $p<0,05$). Среднегрупповой прирост результатов, показанных в прыжке в длину с места, был достаточно высоким для мужчин этого возраста и составил 9,2% ($t=2,63$; $p<0,05$). По результатам количества подниманий туловища из положения лежа на спине прирост составил 8,3% ($t=2,44$; $p<0,05$). Однако в то же время в тесте «Бег 30 м с максимальной скоростью» не отмечено улучшения показателей, о чем свидетельствует отсутствие статистически достоверных критериев различий ($t=1,70$; $p>0,05$). Отмеченный в нашей работе, этот факт сопоставляется с данными авторов других исследований и является следствием физиологических особенностей физического качества «быстрота».

Литература:

1. Дибнер Р.Д. Физкультура, возраст, здоровье / Р.Д. Дибнер, Э.М. Синельникова. – М.: Физкультура и спорт, 1995. – 80 с.
2. Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «ЮГ» / под общей редакцией доктора педагогических наук, профессора А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2018. – 186 с.
3. Чайковская О.Е. Физкультурно-оздоровительные занятия с лицами среднего и старшего возраста с учетом их психофизических особенностей: автореф. дис. ... канд. пед. наук / О.Е. Чайковская. – М., 2009. – 24 с.

**КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ И КАЧЕСТВЕННЫЕ ПАРАМЕТРЫ
ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 13-14 ЛЕТ,
ВЛИЯЮЩИЕ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

В.А. Ждан

Научный руководитель доцент Р.З. Гакаме

Аннотация. В работе рассмотрены актуальные вопросы современного состояния повышения эффективности учебно-тренировочной деятельности и соревновательной деятельности на основе знаний морфофункциональных способностей юных футболистов на этапе углубленной спортивной специализации.

Ключевые слова: юные футболисты, этап углубленной спортивной специализации, технико-тактическое мастерство.

Повышенные требования к игрокам профессиональных команд и сборных разных уровней с позиции развития всех сторон их подготовленности в современном футболе обусловлены, прежде всего, возрастанием активности двигательной деятельности и скорости принятия решения [1, 2]. Данный факт предопределяет неизбежность учета требований соревновательной деятельности в подготовке юных футболистов, отвечающих требованиям современной игры [3, 4]. Современных детских тренеров следует вооружить данными, которые могут прогнозировать достижения юных футболистов, учитывая их анатомо-физиологические особенности на этапе углубленной спортивной специализации, где формируется уровень развития технико-тактического мастерства [4].

В результате исследования установлено, что в соревновательной деятельности юные футболисты 13-14 лет наиболее часто применяют следующий ряд технико-тактических действий: передачи мяча вперед, назад и поперек, ведение мяча, единоборства внизу и вверх, отбор мяча, а также обводку соперника. С позиции качественной стороны данный ряд игровых приемов носит несколько другой вид. Самый низкий процент брака имеют ведение мяча, передачи назад и поперек, перехваты мяча, игра головой и длинные передачи мяча.

Кроме того, установлено, что к числу основных параметров, которые непосредственно влияют на повышение эффективности результата в игре, относятся количественные значения следующих соревновательных действий – отбор и перехват мяча, а также удары по воротам ногой; с позиции качественных – передачи мяча вперед, прострелы, единоборства за мяч вверх и удары по воротам ногой.

Литература:

1. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Litres, 2017. – 574 с.
2. Гаджиев Г.М. Простая сложная игра глазами профессионала / Г.М. Гаджиев. – М.: Эксмо, 2019. – 352 с.
3. Золотарев А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: учебное пособие / А.П. Золотарев. – Краснодар: КГУФКСТ, 2009. – 169 с.
4. Литвинов Р.В. Физическая и психологическая подготовка футболистов: учебное пособие / Р.В. Литвинов, В.А. Блинов, О.П. Головченко, В.В. Дубиницкий, М.А. Шапиро. – Омск: Литера, 2017. – 212 с.

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЕТОДА КРУГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ

И.А. Игнатъев

Научный руководитель доцент Р.З. Гакаме

Аннотация. На основе анализа результатов педагогических наблюдений установлено, что использование метода круговой тренировки у занимающихся в школьной секции по футболу приводит к более существенным сдвигам в уровне общефизической подготовленности занимающихся, чем при использовании традиционного подхода.

Ключевые слова: юные футболисты, физическая подготовка, круговая тренировка, школьная секция.

В настоящее время в спорте, и в частности футболе, проведено значительное количество научных исследований, освещающих, в большей степени, проблемы подготовки спортсменов высокого класса, а вот вопросы развития физических качеств у юных спортсменов, которые на регулярной основе занимаются спортом в специализирующихся учреждениях, в частности в школьных секциях, практически не разработаны [1, 3]. Также фактически не раскрыты проблемы воспитания физических качеств у детей 12-13 лет, занимающихся футболом с применением метода круговой тренировки [3, 4].

Физическая подготовка с использованием метода круговой тренировки может положительно воздействовать на рост уровня общей физической подготовленности детей, поскольку данная форма занятий позволяет существенно повысить интенсивность урока (до 40%), что создает благоприятные условия для увеличения базовых параметров физической нагрузки – объема и интенсивности [1, 2].

Сравнительный анализ среднegrupповых показателей по всем тестовым упражнениям отдельно для контрольной и экспериментальной групп, позволил установить, что традиционный подход при подготовке юных футболистов в условиях секционной работы, в большей степени, позволяет повысить силовые показатели и гибкость, и в меньшей – остальные. Динамика показателей уровня общефизической подготовленности у юных футболистов экспериментальной группы имеет другой рисунок. Следует отметить, что за исключением прыжка в длину, в котором не было установлено статистических различий, во всех контрольных заданиях наблюдались положительные статистически достоверные сдвиги.

Таким образом, можно констатировать, что использование кругового метода в процессе физической подготовки юных футболистов в условиях школьной секции приводит к более существенным сдвигам в уровне общефизической подготовленности занимающихся, чем при использовании традиционного подхода.

Литература:

1. Арзуманов С.Г. Физическое воспитание в школе учащихся 5-9 классов / С.Г. Арзуманов. – М.: Феникс, 2018. – 112 с.
2. Колодницкий Г.А. Физическая культура. 1-4 классы: Учебно-наглядное пособие для учащихся начальной школы / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов. – М.: Просвещение, 2018. – 222 с.
3. Мартынов М.И. Развитие скоростно-силовых способностей у футболистов 12-13 лет в школьной секции по футболу методом круговой тренировки / М.И. Мартынов, Т.Л. Караваева // Проблемы физической культуры и спорта и пути их решения: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Вятский государственный университет. – 2016. – С. 178-181.
4. Федорова Н.А. Физическая культура. Подвижные игры. 9-11 классы / Н.А. Федорова. – М.: Экзамен, 2016. – 973 с.

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ ФУТБОЛА

А.Г. Искандарян

Научный руководитель доцент Р.З. Гакаме

Аннотация. В работе представлены результаты применения методики развития физических качеств школьников третьих классов в системе трехурочного недельного цикла с помощью средств футбола.

Ключевые слова: школьники, физические качества, физическая культура, средства футбола.

Одним из ярких представителей современных видов спорта является футбол [1, 2]. Его влияние на здоровье и подготовленность занимающихся в настоящее время является ключевым моментом в выборе родителей и ребенка, и прежде всего из-за его доступности и эмоциональной составляющей [3, 4]. С целью эффективного разрешения данного рода вопросов необходимо повышать уровень общей и специальной физической подготовленности посредством занятий физической культурой в общеобразовательных учреждениях в рамках урока третьего часа с использованием средств футбола. Это будет повышать не только уровень их здоровья и подготовленности, но и эмоционально заинтересовывать детей заниматься спортом.

Результаты исследования свидетельствуют, что в итоговом тестировании школьников третьих классов практически во всех контрольных испытаниях были установлены достоверные отличия между группами. Следует отметить, что ни в одном из тестовых упражнений дети контрольной группы не смогли показать лучший результат по сравнению с мальчиками из экспериментальной группы.

Анализ исследований демонстрирует, что данная методика, направленная на повышение развития физических качеств школьников третьих классов с использованием средств футбола, значительно эффективнее при развитии быстроты, гибкости, скоростно-силовых и координационных качеств, чем традиционная. Однако следует заметить, что отсутствовала положительная динамика в показателях собственно силовых качеств в тесте подтягивание. Это может говорить лишь о том, что только средствами футбола без акцентированного влияния невозможно развить все мышцы детей.

Литература:

1. Гуллит Р. Как смотреть футбол. Руководство диванного эксперта: перевод с английского А. Коробейников / Р. Гуллит. – М.: Издательство «Манн, Иванов и Фарбер», 2017. – 336 с.
2. Золотарев А.П. Футбол: методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.
3. Каримова М.Н. Сравнительная оценка состояния здоровья школьников, занимающихся спортом и физической культурой / М.Н. Каримова, Д.Р. Арипова, Н.А. Аманова // Физическая культура и спорт – основы здоровой нации: сборник статей III Международной научно-практической конференции. – Чита, 2016. – С. 197-201.
4. Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «Юг» / под общей редакцией доктора педагогических наук, профессор А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2019. – 186 с.

ОЦЕНКА ВАРИАТИВНОСТИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СКОРОСТНЫХ И СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ФУТБОЛИСТОВ 14-15 ЛЕТ

Ю.В. Клочков

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. На основе анализа результатов тестирования физической подготовленности юных футболистов произведена оценка уровня скоростных и скоростно-силовых качеств и вариативности их показателей. Полученные результаты позволяют дифференцированно оценить данный компонент подготовленности спортсменов по приводимой в учебной программе нормативной шкале, а также показать однородность контингента обследуемых спортсменов по рассматриваемым параметрам.

Ключевые слова: футболисты, физическая подготовленность, скоростные качества, скоростно-силовые способности, вариативность.

Традиционно в футболе одним из важнейших компонентов физической подготовленности спортсменов принято считать скоростные качества и скоростно-силовые способности. Особенную значимость этому специалисты отводят с учетом современных тенденций развития игры [1], в частности в многолетней подготовке юных футболистов [2, 3].

Произведена оценка уровня скоростных качеств и скоростно-силовых способностей футболистов 14-15 лет ($n=79$). Установлено, что результаты рассматриваемой выборки обследуемых находятся, в основном, в пределах значений общепринятых нормативных возрастных шкал в диапазоне оценок «удовлетворительно» – «хорошо». Анализ расчета коэффициентов вариации оцененных сторон физической подготовленности юных спортсменов позволяет заключить, что по уровню скоростных качеств обследуемый контингент достаточно однороден ($V=2,28$). Примерно на таком же уровне находится значение коэффициента вариации по данным прыжка в длину с места, характеризующим скоростно-силовые способности ($V=2,37$). В то же время результаты в таких упражнениях скоростно-силового характера, как «тройной прыжок» и «пятикратный прыжок», в меньшей степени подвержены однородности показателей. Здесь коэффициенты вариации составляют 2,81 и 2,96 соответственно.

Таким образом, можно говорить о том, что скоростные качества у обследуемого контингента футболистов 14-15 лет отличаются относительной стабильностью показателей при соответствии последних общепринятым возрастным значениям. В то же время в проявлениях скоростно-силовых способностей в более сложной форме, связанной с работой мышц в так называемом уступающе-преодолевающем режиме, показатели в данных типах двигательных действий у спортсменов данного возраста характеризуются достаточно значительной вариативностью.

Литература:

1. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Litres, 2017. – 574 с.
2. Золотарев А.П. Футбол. Методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.
3. Лавриченко В.В. Периодизация процесса физической подготовки молодых футболистов / В.В. Лавриченко, С.К. Григорьев, М.А. Рубин // Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «ЮГ» / под общей редакцией профессора А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-ЮГ, 2018. – С. 133-138.

НАДЕЖНОСТЬ И ИНФОРМАТИВНОСТЬ ТЕСТОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ ШЕСТЫХ КЛАССОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ В УРОЧНОЙ ФОРМЕ

З.А. Колесникова

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. Установлена надежность и информативность комплекса тестов для оценки технической подготовленности школьников sixth классов в процессе занятий футболом в урочной форме. Разработанные нормативные шкалы дифференцированных оценок в данных контрольных упражнениях способствуют объективизации педагогического контроля.

Ключевые слова: школьники, футбол, урочная форма занятий, техническая подготовленность, тесты, надежность, информативность.

Несовершенство содержательного компонента программного материала по изучению футбола как спортивной игры в школьной программе, в том числе в аспекте отсутствия научно обоснованных унифицированных нормативов по оценке технической подготовленности обучающихся, неоднократно отмечалось специалистами [1, 2]. Следует подчеркнуть, что программно-нормативные требования детско-юношеских спортивных школ очень сложны для обучающихся средней общеобразовательной школы [3].

С помощью теста и ретеста, а также экспертной оценки с участием 33 школьников sixth классов экспериментально определен состав контрольных упражнений для оценки технической подготовленности обучающихся футболу. Рекомендуемые тесты прошли соответствующую математико-статистическую проверку, они отличаются достаточно высокой надежностью и информативностью и рекомендуются к применению в практике. Так, надежность теста «ведение мяча» равняется 0,94, информативность – 0,86; вбрасывания мяча руками из-за боковой линии – 0,73 и 0,78 соответственно; удара на точность – 0,81 и 0,79; двусторонней учебной игры – 0,62 и 0,59. При этом разработаны нормативные шкалы дифференцированных оценок в данных контрольных упражнениях: 1) вбрасывание мяча из-за боковой линии: «отлично» – 14 м, «хорошо» – 12 м, «удовлетворительно» – 10 м; 2) удар внутренней стороной стопы с расстояния 9 м в гандбольные ворота (5 попыток): «отлично» – три попадания, «хорошо» – два попадания, «удовлетворительно» – одно попадание; 3) ведение мяча с обводкой стоек: «отлично» – 8 с, «хорошо» – 10 с, «удовлетворительно» – 12 с. Разработанные нормативные шкалы дифференцированных оценок в данных контрольных упражнениях способствуют объективизации педагогического контроля.

Литература:

1. Веревкин М.П. Мини-футбол в школе / М.П. Веревкин. – М.: Физкультура и спорт, 2004. – 100 с.
2. Купцов С.С. Эффективность методик развития физических качеств школьников 12-13 лет на уроках физической культуры с использованием средств футбола / С.С. Купцов, М.М. Шестаков // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2018 г., г. Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Часть 2. – 124 с.
3. Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «ЮГ» / под общ. ред. доктора педагогических наук, профессора А.П. Золотарева – Краснодар: Просвещение-Юг, 2018. – 186 с.

ДИНАМИКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ И СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ В ПЕРИОД С 11 ДО 14 ЛЕТ

А.А. Котенко

Научный руководитель доцент Р.З. Гакаме

Аннотация. В работе представлены результаты исследования динамики развития скоростных и скоростно-силовых качеств юных футболистов на возрастном отрезке от 11 до 14 лет.

Ключевые слова: юные футболисты, скоростные и скоростно-силовые качества, систематические занятия футболом, теоретическая, практическая подготовка.

К игрокам в современном футболе предъявляются все более значительные требования с позиции технико-тактической, психологической, и физической подготовленности [1, 2, 3]. В современном футболе очень важно своевременное формирование технико-тактического мастерства игрока, которое он может эффективно воспроизводить в условиях реального соревновательного процесса на максимально высоком уровне скоростных возможностей с учетом высокой компактности игровых действий [2, 4, 5].

Сравнительный анализ результатов тестирования скоростных качеств свидетельствует, что у юных футболистов на протяжении всего исследования под влиянием систематических занятий футболом данные показатели имеют тенденцию к улучшению, но только при условии рационального учебно-тренировочного процесса, что подтверждается и результатами скоростно-силовых показателей.

Кроме того, установлено, что на фоне положительной динамики уровня развития исследуемых качеств, уровень их развития все еще не соответствует условиям и задачам, которые ставятся перед специализированными учреждениями по футболу.

Вследствие данного положения, основной задачей с позиции разрабатываемых вопросов, является повышение эффективности каждого звена, к которому можно отнести и уровень теоретической и практической подготовленности самого тренера. Данное положение нашло свое подтверждение и в нашей работе, где на протяжении всего периода наблюдений регистрируемые показатели не дотягивали до эталонных значений.

Литература:

1. Годик М.А. Физическая подготовка футболиста. / М.А. Годик. – М., 2006. – 228 с.
2. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Litres, 2017. – 574 с.
3. Золотарев А.П. Футбол: методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.
4. Кузнецов Р.Р. Методика определения скоростных и скоростно-силовых способностей юных футболистов 14-15 лет / Р.Р. Кузнецов // Современный футбол: состояние и перспективы. Актуальные вопросы координации подготовки к чемпионату мира по футболу-2018: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Волгоград, 2014. – С. 54-57.
5. Овчаров А.О. Современные системы тренировки футболистов / А.О. Овчаров, С.Ю. Махов // Наука – 2020. – 2017. – № 2 (13). – С. 57-61.

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТОЧНОСТИ ПЕРЕДАЧ МЯЧА НОГОЙ,
ВЫПОЛНЯЕМЫХ ФУТБОЛИСТАМИ 17-18 ЛЕТ РАЗНЫХ ИГРОВЫХ АМПЛУА,
С ПРИМЕНЕНИЕМ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПОВЫШЕННОЙ
КООРДИНАЦИОННОЙ СЛОЖНОСТИ**

С.Ю. Лайпанов

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. В результате оказанного в педагогическом эксперименте тренирующего воздействия установлены отличительные особенности повышения уровня точности передач мяча ногой «в касание» у футболистов 17-18 лет диаметрально противоположных игровых функциональных специализаций – защитников и нападающих.

Ключевые слова: футболисты, передача мяча ногой «в касание», точность, специализированные средства, координационная сложность, педагогический эксперимент.

В течение двух месяцев в двух группах футболистов 17-18 лет – защитников (n=10) и нападающих (n=10) – в качестве тренирующей программы оказывалось акцентированное воздействие за счет увеличения объема специализированных средств повышенной координационной сложности до 30%, направленное на совершенствование техники передач мяча ногой «в касание» [2]. Тестирование до и после эксперимента по общепринятой методике [1] позволило установить отличия в эффекте влияния акцентированного воздействия на повышения точности передач мяча в показателях футболистов диаметрально противоположных функциональных игровых специализаций – защитников и нападающих. Установлено, что при передаче мяча игроку с низкой скоростью прирост показателя точности попаданий в цель у защитников составил в данном типе движений 14,8% при фактическом отсутствии такового у нападающих. В более сложном варианте выполнения передач (при пасае игроку с высокой скоростью) отмечены позитивные сдвиги в рассматриваемом показателе как у группы защитников, так и у нападающих. Статистически достоверный прирост при этом составил в данном типе двигательных действий у защитников 58,9%. У нападающих аналогичный показатель равнялся 38,4%. Таким образом, у защитников темпы прироста значительно, на 20,5%, выше, чем у нападающих ($t=2,8$; $p<0,05$).

Представляется возможным предположить, что для футболистов 17-18 лет примененная тренирующая программа для повышения точности передач мяча ногой, с одной стороны, не специфична для ситуаций, возникающих в условиях соревновательной деятельности нападающих, с другой – не во всем отвечает требованиям повышенной координационной сложности для спортсменов этого возраста. Представляется, что данный вопрос требует дальнейшего изучения.

Литература:

1. Голомазов С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом: учебно-методическое пособие (издание 2-е) / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 111 с.
2. Григорьян М.Р. Техническая подготовка юных футболистов с учетом дифференцирования специализированных нагрузок повышенной координационной сложности / М.Р. Григорьян: дис. ... канд пед. наук. – Краснодар, 2009. – 166 с.

ДЕЙСТВИЯ С МЯЧОМ В УСЛОВИЯХ ТРЕНИРОВКИ ФУТБОЛИСТОВ С РАЗНЫМИ МОРФОЛОГИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ

А.А. Лебединский

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В материалах показаны закономерности изменения количественных и качественных показателей деятельности с мячом квалифицированных футболистов с разным морфологическим статусом в условиях тренировки.

Ключевые слова: тренировка, действия с мячом, футболисты, телосложение.

Современный футбол во многом изменил функции игроков и, соответственно, требования к спортсменам и уровню их подготовленности.

Известно, что показатели мастерства, состояния и подготовленности футболистов детерминированы как субъективными, так и объективными факторами. Многочисленные исследования показывают, что техника выполнения приемов игры и качество их выполнения детерминированы, кроме прочего, особенностями морфологического статуса игроков [1, 2, 3].

Отсюда очевидна актуальность изучения особенностей влияния телосложения на количественные и качественные показатели квалифицированных футболистов в процессе владения мячом во время тренировочной деятельности.

Проведенные исследования позволили получить новые данные о двигательной деятельности с мячом квалифицированных футболистов с разным морфологическим статусом, характерные для условий тренировочной деятельности.

В частности установлено, что минимально необходимый уровень эффективности игровой деятельности квалифицированных футболистов в условиях соревнований обеспечивают макросомный тип телосложения и уровень их технико-тактической и физической подготовленности.

Квалифицированные футболисты микросомного типа телосложения на статистически достоверном уровне превосходят более рослых игроков по количеству выполнения передач мяча в разных направлениях на короткое и среднее расстояние, перемещений с мячом по полю, обводки соперника и ударов по воротам, а игроков мезосомного соматотипа еще и по общему объему технико-тактических действий за тренировку.

Очевидно, что полученные дополнительные знания особенностей действий с мячом футболистов с разными морфологическими характеристиками в условиях тренировки позволят конкретизировать состав упражнений процесса технико-тактической подготовки.

Литература:

1. Антипов Е. Морфофункциональные особенности футболистов / Е. Антипов // Теория и практика футбола. – 1999. – № 4. – С. 9-12.
2. Лымарь А.О. Техническая подготовка квалифицированных футболистов различных соматотипов: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.О. Лымарь. – Краснодар, 2010. – 24 с.
3. Перцухов А.А. Тотальные размеры тела футболистов разных игровых амплуа / А.А. Перцухов, А.Е. Сак // Слобожанський науково-спортивний вісник: Зб.наук.ст. – Харків: ХДАФК, 2008. – № 1-2. – С. 140-142.

ОСОБЕННОСТИ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФУТБОЛИСТОВ РАЗНЫХ ПОКОЛЕНИЙ

В.Г. Левшаков

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В работе представлены результаты исследования особенностей морфологического статуса квалифицированных футболистов во временном разрезе, а также обоснование проблемы учета этих показателей в процессе подготовки спортсменов.

Ключевые слова: квалифицированные футболисты, тотальные размеры тела.

Результаты целого ряда исследований позволили специалистам выявить, что для спортсменов конкретных видов спорта характерны вполне определенные конституциональные типы.

В некоторых из них показано наличие взаимосвязей между пропорциями тела, типом телосложения, биомеханическими особенностями выполняемых движений, эффективностью выполнения технических приемов и, как следствие, результатом, достигнутым спортсменом в избранном виде спорта.

До настоящего времени работы, изучающие данную проблему в футболе, представлены лишь единичными исследованиями. При этом анализ зависимостей между морфофункциональными характеристиками и техническим мастерством квалифицированных футболистов проводился на основе сопоставления длины и массы тела с показателями технико-тактического мастерства. В некоторых случаях дополнительно анализировались показатели, характеризующие состав тела (мышечную, жировую и костную массу). Наличие только этих данных недостаточно полно отражает влияние морфофункциональных характеристик футболистов на выполнение различных игровых приемов. Дело в том, что здесь важное значение имеет соотношение скоростей и ускорений отдельных сегментов тела игрока, что, в свою очередь, зависит от масс-инерционных характеристик последних. Существенное влияние на масс-инерционные характеристики сегментов тела человека оказывает его телосложение.

Результаты исследования показали, что тотальные размеры тела квалифицированных футболистов постоянно повышаются. Так, средний рост, вес и окружность груди у футболистов в 1939 году были соответственно равны 169 см; 65,7 кг и 89 см. В 1949 году средний рост квалифицированных футболистов составил 172,4 см, а вес — 70,5 кг. В исследованиях 1966 года зарегистрировано среднее значение роста квалифицированных футболистов, равное 176 см, веса 73,7 кг и окружности груди — 94,3 см. Эти же характеристики у кандидатов в сборные команды страны последнего десятилетия были соответственно равны 176 см и 80 кг. Рост и вес участников чемпионата Европы, по средним данным, был равен 182 см и 80 кг. Среди участников этого чемпионата Европы были игроки, которые имели рост от 190 см и вес 90 кг.

Литература:

1. Новокщенов И.Н. Влияние игрового амплуа на формирование морфологического статуса квалифицированных футболистов: учебное пособие / И.Н. Новокщенов. – Волгоград, ВГАФК, 2002. – 35 с.
2. Перцухов А.А. Тотальные размеры тела футболистов разных игровых амплуа / А.А. Перцухов, А.Е. Сак // Слобожанський науково-спортивний вісник: Зб.наук.ст. – Харків: ХДАФК, 2008. – № 1-2. – С. 140-142.
3. Шамардин А.А. Показатели телосложения и физическая работоспособность высококвалифицированных футболистов / А.А. Шамардин, В.Ю. Давыдов // Методические рекомендации. – Волгоград, 2002. – 19 с.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И СОДЕРЖАНИЯ ПОДГОТОВКИ СИРИЙСКИХ И РОССИЙСКИХ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

Масри Мохамед Деб

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В работе рассматриваются особенности подготовки сирийских спортсменов на опыте российского футбола.

Ключевые слова: футбол, юные футболисты, годичный цикл подготовки.

В Сирии такой вид спорта, как футбол, пользуется особой популярностью. Управление футболом осуществляется под руководством Сирийской арабской федерацией футбола, под патронажем которой проводятся чемпионаты Сирии по футболу.

О молодежной сборной Сирии (возраст спортсменов – до 20 лет) знает практически весь мир. Она неоднократно выходила на чемпионаты мира (1989, 1995) и вышла в плей-офф в 2005 году. Следует вспомнить, что в 1994 году молодежная сборная Сирии выиграла молодежный чемпионат Азии, обыграв при этом в финале такую страну, как Япония, со счетом 2:1 [2].

Молодежная сборная Сирии до 17 лет в 2007 году вышла на чемпионат мира и сумела преодолеть на нем групповой этап. Знаменательным событием является и то, что с конца июля 2006 года в стране проводится чемпионат Сирии по футболу среди женщин с участием 7 команд. Начиная с Кубка Азии по футболу 2018 года, женская сборная Сирии по футболу проводит официальные матчи. Для арабской страны это важный шаг в развитии женского футбола и вида спорта в целом [3].

Следует отметить, что сирийско-российские отношения не ограничиваются рамками экономического сотрудничества. Тесная взаимосвязь наблюдается в развитии спорта. Сотни сирийских студентов едут в Россию постигать азы тренерской деятельности, чтобы познать самое ценное для подготовки юных футболистов 11-12 лет – надежды сирийского футбольного спорта [4].

Несмотря на сложную военно-политическую и экономическую ситуацию в стране, юные сирийские футболисты остаются открытыми, доброжелательными и любознательными. Они стремятся через спорт выразить любовь к своей стране и показать ее с самой лучшей стороны [1].

Традиционно сирийские тренеры используют в подготовке юных футболистов российский опыт. Тренеры обеих стран проводят регулярные встречи, делятся наиболее эффективными решениями в подготовке юных футболистов.

В настоящее время вполне возможными могут стать товарищеские встречи между сирийскими и российскими футболистами в возрастной группе до 17 лет.

Вышеизложенное подтверждает важность сирийско-российского сотрудничества в подготовке юных футболистов 11-12 лет как резерва будущих побед Сирии и России.

Литература:

1. Воронин В. Стадионы бомбили, спортсменов убивали. Футбол в Сирии среди войны и терроризма. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.sports.ru/tribuna/blogs/odukhevremeni/911736.html>

2. Syria hope football success can provide lift from strife // World Sports. – 2013. – No9. – P. 7-8.

3. Soccer Players Aim To Bring Joy To Syria Through Sport // CBS Los Angeles. – 2013. – No3. – P. 12-14.

4. For a Night, Iraqis Root for the Home Team, and the Visitors // The New York Times. – 2017. – No11. – P. 8-9.

ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ МИНИ-ФУТБОЛОМ НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЮНОШЕЙ 15-17 ЛЕТ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА

Масри Мохамад Деб

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В работе представлены результаты исследования особенностей эффективности влияния занятий мини-футболом на развитие физических качеств школьников старших классов с патологией слуха.

Ключевые слова: старшие школьники, нарушение слуха, мини-футбол, физические качества.

Актуальность выбранной темы исследования заключается в том, что в системе знаний по адаптивной физической культуре сформировалось научное противоречие между понимаемой специалистами необходимостью всесторонней физической подготовки юношей с нарушениями слуха и недостаточным методическим обеспечением этого процесса с целью гармонизации развития таких учащихся [1, 2, 3, 4].

Решение этой проблемы предполагало изучение, прежде всего, особенностей влияния занятий мини-футболом на развитие физических качеств у школьников старших классов с патологией слуха.

Проведенные исследования показали, что развитие двигательных способностей у слабослышащих детей определяется следующими несколькими факторами: физиологическими (генетическая предрасположенность, состояние нервной системы и т.д.), морфологическими (соотношение медленных и быстрых волокон в мышечной ткани), состояния вегетативных систем, анатомо-морфологическими признаками опорно-двигательного аппарата, а также спецификой тренировочных занятий.

Реализация существующей программы физического воспитания для учащихся вспомогательных школ не обеспечивает гармоничного физического развития, всесторонней физической подготовленности и формирования физиологически необходимой потребности в двигательной активности.

Показано, что занятия мини-футболом являются эффективным средством преодоления недостатков физического и психического развития подростков с нарушениями слуха и полноценной подготовки их адаптации в социуме.

Таким образом, занятия мини-футболом позволяют повысить уровень двигательной подготовленности и развития у школьников старших классов с нарушениями слуха, прежде всего, координационные, скоростные и скоростно-силовые способности.

Литература:

1. Абилов Э.Н. Особенности развития двигательной сферы глухих детей младшего школьного возраста / Э.Н. Абилов // Дефектология. – 1992. – 102 с.
2. Андреев С.Н. Мини-футбол: многолетняя подготовка юных футболистов в спортивных школах / С.Н. Андреев, В.С. Левин, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2008. – 304 с.
3. Калмыков С.А. Приемы и методы, используемые при обучении глухих детей на роках физической культуры / С.А. Калмыков // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 7. – С. 219-222.
4. Овсянникова Е.Ю. Методика коррекции физического развития и физической подготовленности глухих школьников в процессе непрерывного адаптивного физического воспитания: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Е.Ю. Овсянникова. – Киров, 2006. – 165 с.

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА ПО ФУТБОЛУ В УСЛОВИЯХ ШКОЛЬНОЙ СЕКЦИИ И ДЮСШ

К.К. Мокаев

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В материалах показана структура основных функций в деятельности тренера по футболу и отличительные особенности их важности при подготовке юных футболистов в условиях школьной секции и ДЮСШ.

Ключевые слова: тренер, деятельность, функции, секция, школа, ДЮСШ.

Работа тренера по виду спорта оценивается в обществе как профессия высокой сложности. В соответствии с классификацией труда, педагогическая деятельность относится к четвертой группе психической напряженности по основным характеристикам деятельности: высокому эмоциональному и интеллектуальному напряжению и мотивационной значимости [1, 3].

Отличительной чертой педагогической деятельности тренера по виду спорта является ее ярко выраженный творческий характер, высокий уровень нормативности, социальной ответственности и морального долга перед обществом [2].

С этих позиций изучение структурно-функциональных особенностей профессиональной деятельности тренера по футболу, осуществляющего подготовку юных футболистов в условиях школьной секции и в условиях ДЮСШ, представляется весьма актуальным для подготовки тренерских кадров.

В результате исследования получены сведения о количественных и качественных показателях, а также отличительных особенностях содержания профессиональных функций в деятельности тренера по футболу, тренирующего юных футболистов в условиях школьной секции и в условиях ДЮСШ.

В частности, по наибольшему числу предпочтений тренеры выделяют три группы основных профессиональных функций: 1-я группа – «Очень важные» (выбрали 66,7% и более тренеров); 2-я группа – «Важные» (выбрали 33,4 – 66,6% тренеров); 3-я группа – «Менее важные» (выбрали 33,3% и менее тренеров).

Самыми важными функциями, по мнению тренеров, являются профессиональные функции, связанные с управлением процессом подготовки юных футболистов в классическом понимании.

По совокупности всех профессиональных функций группы «Очень важные» тренеры, готовящие юных футболистов в условиях ДЮСШ, имеют существенное превосходство по полноте их реализации по сравнению с тренерами, работающими с юными спортсменами в условиях школьной секции.

Менее важными функциями, по мнению тренеров, являются профессиональные функции, связанные с составлением отчетной документации и общественной работой.

По совокупности всех профессиональных функций группы «Менее важные» тренеры, готовящие юных футболистов в условиях ДЮСШ, практически не отличаются по полноте их реализации от тренеров, работающих с юными спортсменами в условиях школьной секции.

Литература:

1. Дормидонтова Л.С. Профессиональная деятельность специалистов физической культуры и спорта / Л.С. Дормидонтова. – Омск: СибГАФК, 2001. – 128 с.
2. Малкин Е.С. Особенности труда специалистов в области спорта / Е.С. Малкин // Наукоеведение. – 2013. – № 6. – С. 1-11.
3. Михайлова Т.В. Эффективность деятельности тренера и определяющие ее факторы / Т.В. Михайлова // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 1. – С. 34-38.

ИЕРАРХИЯ МОТИВОВ К НАЧАЛУ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ У ЖЕНЩИН 30-40 ЛЕТ

Е.А. Перевалина

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В работе представлены результаты социологического опроса женщин зрелого возраста, проведенного с целью выявления состава мотивов и потребностей женщин первого зрелого возраста, лежащих в основе побуждения их к началу занятий фитнесом.

Ключевые слова: женщины, зрелый возраст, мотивы, потребности, иерархия, фитнес, занятия.

Анализ современной научно-методической литературы демонстрирует актуальность проблемы оздоровления людей зрелого возраста, составляющих интеллектуальный потенциал государства [2].

Эта категория населения России является наименее физически активной и нуждается в формировании стабильной потребности в систематических занятиях физической культурой. Исследования специалистов показывают, что к этому возрасту значительно падает интерес женщин к регулярным занятиям физкультурно-оздоровительной направленности [1].

Фитнес, как наиболее популярное у них средство, приобретает все большую популярность среди женщин. На сегодняшний день специалисты насчитывают около 200 различных фитнес-программ. В их состав входят современные оздоровительные программы: аэробика, атлетическая гимнастика, шейпинг, пилатес, стретчинг, слайдинг, фит-бо, зумба и др., которые эффективно решают определенные задачи, на которые они направлены [4].

Улучшить состояние физического здоровья, увеличить работоспособность, продлить долголетие, скорректировать проблемные зоны, развить физические качества, увеличить возможность функциональных показателей женщин 30-40 лет позволяет использование арсенала средств и методов физической культуры, которые максимально соответствуют потребностям, особенностям и предпочтениям данного контингента [2, 3].

В результате исследования установлена иерархия значимости мотивов, побуждающих женщин 30-40 лет к началу занятий фитнесом, согласно которой на первом месте по значимости у них стоит снижение веса тела (80% респондентов), на втором месте – коррекция проблемных зон (70%), на третьем месте – улучшение состояния здоровья (50%), на четвертом месте – расширение круга общения (49%), на пятом месте – развитие физических качеств (48%), на шестом месте – снятие эмоционального напряжения (35%), на седьмом месте – обеспечение долголетия (24%).

Литература:

1. Бальсевич В.К. Спортивно ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика «СПОРТВЕСТ». – 2007. – № 4. – С. 54-57.
2. Лисицкая Т.С. Социологический анализ доминирующих мотиваций, занимающихся в фитнес-клубах / Т.С. Лисицкая, С.И. Кувшинникова // Теория и практика физической культуры. Тренер: Журнал в журнале. – 2004. – № 2. – С. 37-38.
3. Макарова Г.А. Медицинский справочник тренера / Г.А. Макарова, С.А. Локтев. – М.: Советский спорт, 2005. – 587 с.
4. Савин С.В. Педагогическое проектирование занятий фитнесом с лицами зрелого возраста: монография / С.В. Савин, О.Н. Степанова. – М.: УЦ Перспектива, 2015. – 251 с.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И НЕКОТОРЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗРАБОТКИ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В РЕГБИ-7

М.С. Полумеева, М.Ю. Коробов

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. В работе рассмотрены актуальные вопросы современного состояния регби-7 как спортивной игры. На основе анализа специальной литературы выделены основные направления перспективной научной разработки проблемы подготовки высококвалифицированных регбисток.

Ключевые слова: регби-7, высококвалифицированные спортсменки, соревновательная деятельность, научная разработка, основные направления.

С утверждением в «семье» олимпийских видов спорта регби-7 возникла необходимость переосмысления старых и поиска новых путей развития этой популярной в мире игры, что, в свою очередь, предъявляет возрастающие требования к научно-методическому сопровождению процесса подготовки спортсменов, включая женское регби [2, 5].

На фоне значительно возросшей в последние годы конкуренции среди ведущих в мире женских команд по регби-7 отчетливо наблюдается пристальное внимание специалистов к технико-тактической подготовленности спортсменок. Обзор крайне немногочисленных источников современной научно-методической литературы по вопросам подготовки регбисток показывает, что данный фактор прогнозируется как важнейший компонент повышения эффективности тренировочного процесса [1, 3, 4], по причине чего дальнейший рост результатов в женском регби-7 преимущественно связывают с совершенствованием содержания тактической подготовки и, особенно, в плане организации действий при игре в защите [2, 4, 5].

С учетом отмеченного представляется возможным выделить в качестве отдельных направлений перспективной научной разработки следующие:

- разработка современных унифицированных методик педагогического контроля соревновательной деятельности в регби-7, в том числе защитных действий;
- содержание технико-тактической подготовки регбисток с учетом принципа детерминированности тренирующих воздействий спецификой игровой соревновательной деятельности.

Литература:

1. Грюневальд Б. Принципы успешной подготовки регбистов / Б. Грюневальд. – М.: Сов. спорт, 2012. – 88 с.
2. Данилова Е.Н. Актуальные проблемы подготовки спортивного резерва по регби / Е.Н. Данилова. – Красноярск: КрасГАСА, 2004. – 163 с.
3. Дасюк С.М. Регби. Учебная программа для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ / С.М. Дасюк. – Киев: Крещатник, 2013. – 61 с.
4. Иванов В.А. Интегральная подготовка в структуре процесса квалифицированных регбисток: дис. ... канд. пед. наук / В.А. Иванов. – М., 2014. – 188 с.
5. Иванов В.А. Количественный состав технико-тактических действий в соревновательной деятельности регбисток / В.А. Иванов // Сборник научных статей. – Барнаул: АлтГПА, 2010. – 160 с.

ОСОБЕННОСТИ ОБОРОНИТЕЛЬНЫХ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В РЕГБИ-7

М.С. Полумеева, М.Ю. Коробов

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. По данным анализа игры спортсменок ведущих команд мира по регби-7 установлены наиболее часто выполняемые оборонительные технико-тактические действия, что целесообразно учитывать в тренировочном процессе.

Ключевые слова: регби-7, высококвалифицированные спортсменки, соревновательная деятельность, оборонительные технико-тактические действия, мировая серия.

На фоне роста популярности регби-7 научно-методическое сопровождение процесса подготовки спортсменов в этом виде спорта продолжает оставаться на недостаточно высоком уровне. По мнению специалистов, одним из основных направлений оптимизации процесса должно стать изучение закономерностей ведения соревновательной деятельности высококвалифицированными спортсменами [1, 2].

Цель исследования заключалась в установлении количественных и качественных показателей оборонительных технико-тактических действий высококвалифицированных спортсменок в регби-7. Посредством педагогических наблюдений по методике М.Ю. Коробова [2] при помощи анализа видеозаписей игр мировой серии по регби-7 среди женских команд изучена соревновательная деятельность высококвалифицированных регбисток. Были проанализированы 23 игры команд мировой серии в сезонах 2015-2016 и 2016-2017 годов. В основном это были матчи команд в борьбе за распределение мест с 1 по 8 и с относительно небольшим разрывом в итоговом счете.

Установлено, что в среднем за игру переход владения мячом от одной команды к другой имел место 14 раз, что составляет 4,3% от общего количества игровых действий. Однако при этом в среднем 5 потерь мяча командами были не следствием активных защитных действий соперника, а техническим браком игроков атакующей команды, недопониманием ими тактических перестроений партнеров. Анализ полученных результатов позволяет выделить в качестве наиболее часто встречающихся в игре спортсменок рассматриваемой квалификации основных оборонительных технико-тактических действий следующие:

- вступление в борьбу за мяч после захвата игрока атакующей команды;
- активные действия в раке;
- перехват мяча вследствие правильного выбора позиции.

С учетом новизны полученных результатов и отсутствием в специальной литературе аналогичных данных на примере женских команд по регби-7 исследования в рассматриваемом направлении необходимо продолжить с целью оптимизации подготовки регбисток.

Литература:

1. Иванов В.А. Количественный состав технико-тактических действий в соревновательной деятельности регбистов / В.А. Иванов // Сборник научных статей. – Барнаул: АлтГПА, 2010. – 160 с.
2. Коробов М.Ю. Разработка методики контроля технико-тактических действий спортсменов в регби-7 в условиях соревновательной деятельности / М.Ю. Коробов // Тезисы докладов научной конференции студентов и молодых ученых Южного федерального округа. – Краснодар, 2011. – 86 с.

К ПРОБЛЕМЕ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ФУТБОЛА ДЕТЕЙ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Е.Г. Попов

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В статье рассматриваются особенности формирования двигательного навыка, лежащего в основе освоения техники футбола. С этих позиций обосновывается актуальность разработки эффективной методики начального обучения юных футболистов технике игры.

Ключевые слова: юные футболисты, техника игры, обучение, методика, начальный этап.

Формирование технического мастерства – одна из задач всесторонней подготовки футболистов. Тренеры справедливо утверждают, что главное внимание в процессе технической подготовки юных футболистов на начальном этапе следует уделять непосредственно технике владения мячом и самой игре.

Известно, что техническое мастерство футболистов базируется на большом арсенале приемов игры, освоение которых на начальном этапе связано с формированием двигательного навыка.

Поэтому специалисты по праву считают, что основы спортивной техники закладываются на начальных этапах периода обучения юных спортсменов, когда идет планомерная и целенаправленная работа по образованию двигательных навыков. С позиции физиологии двигательный навык является результатом взаимодействия между органами чувств, центральной нервной системой и опорно-двигательным аппаратом, в результате чего образуются сложные условно-рефлекторные связи.

Известно, что становление двигательного навыка проходит через несколько стадий: иррадиации, концентрации, стабилизации. Наличие ошибок в начале выполнения действия объясняется тем, что широкая иррадиация возбуждательных процессов в коре больших полушарий головного мозга препятствует правильному воспроизведению заданного движения.

Постепенное устранение ошибок возможно только во второй фазе, когда происходит концентрация возбуждательных процессов в определенных центрах двигательной зоны коры головного мозга.

Таким образом, ошибки наблюдаются, как правило, на протяжении первых двух этапов формирования двигательного навыка, исчезая к этапу стабилизации, однако иногда отдельные ошибки остаются и закрепляются. Тогда мы встречаемся с образованием ошибочных навыков при овладении техникой движения.

Вместе с тем исследования показывают, что минимизировать возникновение и закрепление ошибок в процессе овладения техникой футбола возможно при методически правильном начальном обучении, обеспечивающем исключение возможности возникновения ошибок и минимизацию сроков их исправления.

Литература:

1. Боген М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген. – М.: Физкультура и спорт, 2012. – 193 с.
2. Вучева В.В. Технология обучения игровой деятельности / В.В. Вучева, О.Н. Мещерякова // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 6. – С. 15-18.
3. Лях В.И. Учение и обучение двигательным действиям / В.И. Лях // Физическая культура в школе. – 2005. – № 2. – С. 8-10.
4. Петько С.Н. Теория и методика обучения футболу: учебное пособие для студентов / С.Н. Петько. – Воронеж: ВГПУ, 2008. – 188 с.
5. Чесно Ж.-Л. Футбол. Обучение базовой технике / Жан-Люк Чесно, Ж. Дюрэ, Жерар Дюрэ. – М.: Спорт-Академ-Пресс, 2002. – 140 с.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФУТБОЛОМ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕТЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЬНОЙ СЕКЦИИ

Д.С. Ржавин

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В материалах показаны системные изменения показателей физической подготовленности учащихся сельских школ под воздействием систематических занятий футболом, а также изменения уровня развития физических качеств у одноклассников, которые посещают только обязательные уроки физической культуры.

Ключевые слова: сельская школа, учащиеся 12-13 лет, занятия футболом, физические качества.

Одной из актуальнейших проблем современного общества является проблема здоровья подрастающего поколения, которая тесно связана с рядом социальных и экологических факторов. Не последнюю роль здесь играет система физического воспитания и состав средств, обеспечивающих эффективную реализацию ее задач. В составе этих средств особую группу составляют виды спорта, в частности футбол, дополнительные занятия которым в спортивных школах или школьных спортивных секциях способствуют осознанному повышению двигательной активности учащихся.

Уровень физического состояния учащихся школ актуализирует проблему поиска эффективных средств и методов физической подготовки путем активизации осознанной деятельности занимающихся на основе использования интересных и привлекательных видов спорта.

Результаты сравнительного анализа исходных и конечных показателей уровня развития физических качеств школьников 12-13 лет сельской школы, занимающихся и не занимающихся футболом, позволяют сформулировать следующие выводные заключения:

1. Систематические занятия футболом школьников 12-13 лет способствуют статистически достоверному повышению уровня развития у них практически всех физических качеств ($p < 0,05-0,01$) за исключением силовой выносливости в тесте «сгибание и разгибание рук в висе на высокой перекладине».

2. Обязательные для школьников занятия физической культурой в соответствии с комплексной программой способствуют статистически достоверному повышению уровня развития у них общей выносливости в тесте «бег 1500 м» ($p < 0,05$) и силовой выносливости в тесте «сгибание и разгибание рук в висе на высокой перекладине» ($p < 0,05$).

Литература:

1. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002. – 864 с.

2. Рожков П.А. Развитие физической культуры и спорта – приоритетные направления социальной политики государства / П.А. Рожков // Теория и практика физической культуры. – 2002. – №1. – 2 с.

3. Тхоревский В.И. Двигательные функции и физическое здоровье / В.И. Тхоревский // Теория и практика физической культуры. – 2005. – №8. – 48 с.

ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ НАУЧНОЙ РАЗРАБОТКИ ПРОБЛЕМЫ ТРЕНИРОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ С УЧЕТОМ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ

М.А. Руденко

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. На основе анализа специальной литературы выделены перспективные направления научной разработки проблемы тренировки юных футболистов с учетом функциональной асимметрии.

Ключевые слова: функциональная асимметрия, юные футболисты, соревновательная деятельность, методика, технико-тактическая подготовка.

Как известно, в современном футболе эффективность игровой соревновательной деятельности спортсмена определяется целым комплексом факторов, среди которых одним из важных является умение выполнять технические приемы игры как «удобной» (в абсолютном большинстве случаев правой), так и «неудобной» (левой) ногами [3, 4], что необходимо учитывать уже на начальных этапах многолетней подготовки. Однако действующая типовая учебная программа по футболу для детско-юношеских спортивных школ не раскрывает содержание подготовки юных футболистов на основе данного фактора. Результаты анализа специальной литературы, с учетом инновационных взглядов на проблему [2], а также опыта из «родственных» видов спорта [1], позволили определить в качестве основных, на наш взгляд, следующие направления перспективной научной разработки проблемы тренировки юных футболистов в рассматриваемом аспекте:

- особенности выполнения технических приемов правой и левой ногами в условиях соревновательной деятельности (возрастной аспект);
- последовательность освоения технического арсенала игры в футбол;
- методика многолетней технико-тактической подготовки юных спортсменов на основе обоснования сенситивных периодов с учетом особенностей функциональной асимметрии (включая гендерный аспект).

Литература:

1. Баранчук А.А. Отношение тренеров к проблеме функциональной асимметрии в подготовке регбистов / А.А. Баранчук, Е.М. Бердичевская // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2018 г., г. Краснодар: материалы конференции / редкол. С.Г. Казарина, М.М. Шестаков, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Е.А. Еремина, Л.И. Просоедова. – Краснодар, 2018. – Часть 2. – 144 с.

2. Бердичевская Е.М. Инновационный подход в системе физиологического исследования в спорте высших достижений с позиций функциональной симметрии-асимметрии / Е.М. Бердичевская, П.Н. Безверхий, Т.В. Борисенко, В.А. Уваров // Материалы международной научно-практической конференции «Современные аспекты подготовки кадров для Олимпийских и Паралимпийских игр: Ванкувер-Лондон-Сочи» (Краснодар, 14-18.10.2010). – Краснодар, 2010. – С. 57-65.

3. Богданец В.В. Методика начального обучения технике владения мячом на основе асимметрии развития двигательной функции: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.В. Богданец. – Смоленск, 2005. – 22 с.

4. Семенюков А.А. Учет моторной асимметрии ног в технической подготовке юных футболистов 12-13 лет / А.А. Семенюков, А.П. Золотарев // Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «ЮГ» / под общей редакцией профессора А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-ЮГ, 2018. – С. 111-118.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЛЕТЧИКАМИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ ПРИ УПРАВЛЕНИИ ВЫСОКОМАНЕВРЕННЫМ САМОЛЕТОМ

О.В. Сакиркин

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В работе представлены результаты анкетного опроса летчиков с целью определения состава физических качеств, профессионально важных для эффективного управления высокоманевренным самолетом.

Ключевые слова: летчики, управление самолетом, физические качества.

Известно, что усилиями ученых и конструкторов в последнее десятилетие появились и приняты на вооружение Российской армии совершенно новые поколения военных самолетов, которые отличаются кардинальным образом от своих предшественников по уровню аппаратурной и компьютерной комплектации, по целому ряду летных характеристик, оружейной и ракетной оснащенности, разрешающих возможностей пилотирования самолета и ведения поединка с потенциальным противником и многое другое. При этом специалисты усиленно обращают внимание на то, что появление новых поколений самолетов требует адекватного совершенствования профессионально значимых качеств и способностей летного состава, включая и курсантов летных военных учреждений [1, 3].

При этом специалисты констатируют факт, что очевидная для них необходимость развития и совершенствования у летчиков профессионально определяющих качеств и способностей на практике не может быть реализована в достаточной мере в силу отсутствия соответствующего методического обеспечения процесса физической подготовки [2, 3].

В связи с этим представляется очевидной необходимость определения, в первую очередь, состава профессионально важных двигательных качеств и особенности их динамики у летчиков высокоманевренной авиации в процессе служебной деятельности.

В результате исследования было установлено, что профессионально значимыми для качества пилотирования являются следующие двигательные качества и способности:

- координационные (98,0% респондентов);
- элементарные формы быстроты (96,0%);
- скоординированные движения верхних и нижних конечностей (94,7%);
- аэробная и статическая выносливость (80,0%).

Вместе с тем, все показатели ловкости летчики относят в своем подавляющем большинстве к важным профессионально-значимым способностям, определяющим качество управления самолетом (62,6%-99,3%).

Результаты анкетирования летчиков высокоманевренной авиации говорят о том, что состав видов спорта и физических упражнений необходимо дополнить теми, которые бы способствовали повышению качества пилотирования самолета.

Литература:

1. Важенин Ю.А. Содержание и построение физической подготовки курсантов-летчиков при освоении новых типов самолетов: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Ю.А. Важенин. – СПб., 2008. – 24 с.
2. Дудко А.С. Формирование профессиональных двигательных способностей курсантов-летчиков средствами физического воспитания: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.С. Дудко. – М., 2010. – 24 с.
3. Толстов А.В. Средства и методы специальной физической подготовки летчиков истребительной авиации на основе модельных характеристик физического состояния с целью повышения устойчивости к пилотажным перегрузкам: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04, 14.00.32 / А.В. Толстов. – М., 2000 – 24 с.

ИССЛЕДОВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ФУТБОЛЕ С ПОЗИЦИИ МОТОРНОЙ АСИММЕТРИИ НОГ

А.Г. Татаев, А.А. Семенюков

Научный руководитель доцент Р.З. Гакаме

Аннотация. В работе представлены результаты анализа технико-тактических действий, выполняемых игроками с различными профилями моторной асимметрии ног.

Ключевые слова: профессиональные футболисты, моторная асимметрия ног, ведущая правая или левая нога, соревновательная деятельность, количественные и качественные показатели.

Точная оценка уровня соревновательной готовности игрока и команды в целом возможна только на научно-обоснованных положениях анализа игровой деятельности, которая в современном спорте основывается, в большинстве случаев, на качественном (отчасти количественном) анализе индивидуальных и групповых технико-тактических действий спортсменов [2, 3]. С учетом данного положения, можно говорить, что спортивный результат команды обусловлен, прежде всего, индивидуальными характеристиками [1, 2].

На фоне относительно значительной разработанности вопросов педагогического контроля и анализа игровой деятельности футболистов высокого класса к настоящему моменту остаются практически не изученными проблемы асимметрии при осуществлении соревновательного потенциала игроков в футболе [4].

Результаты исследования позволяют заключить, что в условиях учебно-тренировочного процесса футболисты с ведущей правой ногой выполняют свои соревновательные приемы субдоминантной значительно чаще, чем игроки с ведущей левой ногой. Используемый в матчах игровой потенциал левшей имел отличия от игроков с доминантной правой ногой. Футболисты-левши тренируют неведущую ногу в заданиях с отсутствием жестких требований по скорости и точности выполнения технико-тактических элементов, в свою очередь, футболисты с ведущей правой ногой применяли неведущую ногу с позиции, прежде всего, целесообразности осуществления игрового действия.

Также было установлено, что наибольшие различия в структурах игровой деятельности профессиональных футболистов с различными типами моторной асимметрии были выявлены в передачах мяча на ход и прострелах ведущей ногой, и при ведении и отборе мяча неведущей (по второму и третьему порогу). Определенные параметры соревновательной деятельности имели менее выраженный характер ($p < 0,05$): перехват мяча неведущей ногой, передачи на ход доминантной. По остальным показателям статистически достоверных различий не было обнаружено.

Литература:

1. Гаджиев Г.М. Простая сложная игра глазами профессионала. / Г.М. Гаджиев. – М.: Эксмо, 2019. – 352 с.
2. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Litres, 2017. – 574 с.
3. Суворов В.В. Методы регистрации соревновательной деятельности футболистов: учебно-методическое пособие / В.В. Суворов. – Краснодар, 2000. – 45 с.
4. Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «Юг» / под общей редакцией доктора педагогических наук, профессор А.П. Золотарева. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2019. – 186 с.

ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ АТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ С МЯЧОМ ФУТБОЛИСТОВ ЛИНИИ НАПАДЕНИЯ

И.Д. Тахмазов

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В работе представлены результаты анализа показателей целесообразности технико-тактических действий футболистов резерва в условиях тренировки, позволяющие обосновать состав специализированных средств процесса спортивной подготовки.

Ключевые слова: футболисты резерва, действия с мячом, целесообразность, спортивная подготовка, содержание.

Исследованиями, выполненными специалистами на квалифицированных футболистах, установлено, что результативность соревновательной деятельности команды в матче во многом обусловлена степенью целесообразности выполняемых технико-тактических действий игроками при решении ситуационной задачи во время матча [1, 2].

Кроме того, эти особенности соревновательной деятельности должны находить свое выражение и в содержании тренировочного процесса. Очевидно, что данная проблема требует более глубоких дальнейших исследований [3, 4].

Отсутствие достаточной информации о ситуационной целесообразности действий с мячом футболистов в условиях тренировки не позволяет тренерам, работающим с юными спортсменами разных этапов многолетней подготовки, обеспечить повышение качества и эффективности тренировочного процесса.

В результате исследования установлено, что наибольшим уровнем целесообразности у футболистов резерва характеризуются удары по воротам соперника (83,3%), что обусловлено их использованием при завершении каждой атаки, успешно достигшей пределов штрафной площади.

Следующим по уровню целесообразности применения в процессе атакующих действий команды технико-тактическим действием являются передачи мяча вперед (75,3%).

Третьим по уровню целесообразности применения в процессе атакующих действий команды технико-тактическим действием является обводка соперника (70,09%).

В качестве перспективы дальнейшей разработки рассматриваемого вопроса в целом необходима корректировка соответствующих разделов учебных программ по футболу для ДЮСШ, что может определенным образом повысить эффективность процесса многолетней подготовки футболистов.

Литература:

1. Герасименко А.П. Совершенствование основ технико-тактического мастерства футболистов / А.П. Герасименко. – Волгоград: ВГАФК, 2003. – 72 с.
2. Кудяшев Н.Х. Техническая подготовка юных футболистов на начальном этапе обучения: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.Х. Кудяшев. – Набережные Челны, 2011. – 23 с.
3. Петухов А.В. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения: монография / А.В. Петухов. – М.: Советский спорт, 2006. – 232 с.
4. Шестаков М.М. Разносторонность действий юных футболистов разных этапов многолетней подготовки в условиях тренировки / М.М. Шестаков // Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования: сборник материалов всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары, 2018. – С. 135-140.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ РАЗНЫХ ПОДХОДОВ В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

И.А. Тес

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В работе представлены результаты экспериментальной проверки разных методических подходов построения физической подготовки юных футболистов 12-13 лет с выявлением наиболее эффективной методики.

Ключевые слова: юный футболист, физические качества, методика развития, эффективный вариант.

Возросший уровень мирового футбола, с одной стороны, и крайне нестабильная на протяжении длительного времени игра отечественных клубных команд на крупнейших международных соревнованиях, с другой стороны, актуализируют проблему совершенствования процесса спортивной подготовки футболистов [1, 4].

Очевидно, что современное состояние системы подготовки спортивного резерва для профессионального футбола требует кардинального пересмотра имеющихся и поиска новых путей повышения эффективности тренировочного процесса вообще и физической подготовки в частности [2, 3].

Отсюда очевидна актуальность поиска наиболее эффективной методики развития физических качеств в процессе подготовки юных футболистов.

В результате исследования установлено, что секционные занятия футболом в совокупности с обязательными занятиями физической культурой в школе обеспечивают у учащихся 12-13 лет более динамичное положительное изменение показателей уровня развития быстроты, гибкости, выносливости, ловкости, за исключением силовых способностей.

Построение тренировочных занятий по физической подготовке на основе использования исключительно футбольных игровых и соревновательных упражнений способствует эффективному развитию у юных футболистов 12-13 лет только координационных способностей и общей выносливости.

Комплексный подход к развитию у юных футболистов 12-13 лет физических качеств, когда на тренировочном занятии совершенствуются несколько из них, обеспечивает статистически достоверное улучшение уровня скоростных и силовых способностей.

В процессе тренировки наиболее существенный статистически достоверный прирост практически всего состава двигательных способностей у юных футболистов 12-13 лет наблюдается при их развитии с преимущественной направленностью исключительно на одно физическое качество, что выражается в статистически достоверном приросте уровня развития всех показателей, но особенно – силовых, скоростных и скоростно-силовых способностей.

Литература:

1. Бойченко Б.Ф. Возрастная динамика физических качеств и технико-тактического мастерства в связи с совершенствованием системы отбора юных футболистов / Б.Ф. Бойченко. – Краснодар, 2009. – 122 с.

2. Годик М.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов / М.А. Годик, С.М. Мосягин, И.А. Швыков. – М.: Граница, 2008. – 272 с.

3. Дыгин С.В. Физическая подготовка юных футболистов на этапе начальной специализации: автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.В. Дыгин. – Волгоград, 2003. – 22 с.

4. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов / О.Б. Лапшин. – М.: Человек, 2010. – 176 с.

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 10 ЛЕТ В ТРЕНИРОВОЧНОМ МАКРОЦИКЛЕ

Д.В. Шаронов

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. В многолетней подготовке юных футболистов возрастает значение системной оценки эффективности тренирующих воздействий уже на начальных этапах тренировки. В работе приводятся данные о темпах прироста различных показателей, характеризующих в динамике макроцикла подготовки технику владения мячом юных футболистов 10 лет.

Ключевые слова: техническая подготовленность, юные футболисты, динамика, макроцикл.

В связи с постоянно возрастающими требованиями к содержанию игровой соревновательной деятельности современная система многолетней подготовки юных футболистов претерпевает изменения [1]. При этом в отношении значимости в перспективной конкурентоспособности повышается роль системного мониторинга целого комплекса показателей, позволяющих в динамике оценивать эффективность тренирующих воздействий [2, 3].

Цель исследования заключалась в установлении особенностей темпов прироста показателей технической подготовленности юных футболистов в течение 10 месяцев тренировки.

В констатирующем педагогическом эксперименте приняли участие юные футболисты 10 лет ($n=21$), занимающиеся по программе, разработанной в Академии футбола ФК «Краснодар». В начале и по окончании рассматриваемого периода юные спортсмены выполняли контрольные нормативы по технической подготовленности. Результаты исследования подверглись традиционной статистической обработке с применением современных компьютерных программ.

По данным контроля различных показателей, характеризующих уровень технической подготовленности юных футболистов, в динамике рассматриваемого макроцикла подготовки установлены различия в количественных значениях темпов прироста по данным отдельных тестов. Так, темпы прироста наиболее выражены в показателях жонглирования мячом поочередно обеими ногами – 38% ($t=3,3$, $p<0,01$). На возможность получения подобных значений в рассматриваемом компоненте технической подготовленности юных футболистов этого возраста указывают результаты исследований других авторов [2]. В несколько меньшей степени выражены темпы прироста в показателях точности ударов по мячу ногой в цель, где прирост составил при выполнении удара правой ногой 19% ($t=1,9$, $p<0,05$), левой – 21% ($t=2,1$, $p<0,05$). Приблизительно на таком же уровне отмечен прирост и в двигательных действиях, характеризующих владение мячом в процессе передвижения футболиста по прямой и с изменением направления – ведении мяча ногой.

Литература:

1. Новое в системе спортивной тренировки в футболе: зарубежный опыт. Выпуск 13: научно-методическое пособие / А.И. Погребной, И.О. Комлев, переводчик: Е.В. Литвишко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 147 с.
2. Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «Юг». – 2-е изд., стереотип / Под общей редакцией А.П. Золотарева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 160 с.
3. Техничко-тактическая подготовка футболистов: учебное пособие. Под общ. редакцией С.К. Григорьева / С.К. Григорьев, Р.З. Гакаме, А.П. Золотарев, В.В. Лавриченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 329 с.

СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА ИНТЕГРАЦИИ СРЕДСТВ ТЕХНИЧЕСКОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ (ПО РЕЗУЛЬТАТАМ АНКЕТНОГО ОПРОСА СПЕЦИАЛИСТОВ)

Д.В. Шаронов

Научный руководитель профессор А.П. Золотарев

Аннотация. С учетом общеизвестности комплексного влияния специализированных средств тренировки посредством опроса специалистов не удалось выявить единого мнения по вопросу планирования интегративного воздействия средств технической и физической подготовки юных футболистов на начальном этапе обучения.

Ключевые слова: юные футболисты, тренеры, техническая подготовка, физическая подготовка, средства, анкетирование, интегративное воздействие.

В связи с постоянно возрастающими требованиями к содержанию игровой соревновательной деятельности современная система многолетней подготовки юных футболистов претерпевает изменения. В качестве одного из направлений этого процесса в последнее время специалисты выделяют разработку методик интегративного воздействия на рост спортивного мастерства средств физической и технической подготовки [3]. В то же время традиционные методики тренировки юных футболистов, особенно на начальном этапе многолетней подготовки, не в полной мере раскрывают содержание этого воздействия в количественном отношении, что не способствует оптимизации планирования тренерам должных нагрузок [1, 2].

Цель исследования заключалась в выявлении мнений специалистов детско-юношеского футбола по вопросу количественного соотношения средств технической и физической подготовки при планировании тренировочного процесса на начальном этапе подготовки юных спортсменов.

В исследовании приняли участие тренеры, работающие с юными футболистами младших возрастных групп и представляющие различные спортивные школы Южного и Северо-Кавказского федеральных округов, которые проходили повышение квалификации в Межрегиональном Центре подготовки специалистов в сфере футбола «Юг», функционирующем на базе Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. Анкетному опросу подверглись 73 специалиста квалификационных уровней лицензий «С» и «В-РФС юношеская». При этом мы учитывали мнения тренеров, имеющих стаж работы не менее 5 лет. Характерно, что все опрошенные респонденты имеют представление об интегративном воздействии специализированных средств тренировки на уровень технической и физической подготовленности футболистов. В то же время по вопросам, касающимся планирования количественных значений средств данных видов подготовки на начальном этапе тренировки юных спортсменов, не было установлено единого мнения, что еще раз подчеркивает актуальность дальнейшей разработки рассматриваемой проблемы.

Литература:

1. Лексаков А.В. Совершенствование системы тренерского образования в футболе / А.В. Лексаков // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Современный менеджмент в игровых видах спорта». – М.: Научный консультант, 2018. – С. 172-176.
2. Теоретический минимум тренера детско-юношеского футбола: учебно-методическое пособие / А.П. Золотарев, Р.З. Гакаме, С.К. Григорьев, В.В. Лавриченко. – Краснодар: Прсвещение-Юг, 2019. – 121 с.
3. Шагин Н.И. Интеграция средств физической и технической подготовки детей 5-6 лет, занимающихся футболом: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.И. Шагин. – М., 2017. – 24 с.

СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ФУТБОЛИСТОВ МОЛОДЕЖНОЙ КОМАНДЫ В МАТЧАХ ЧЕМПИОНАТА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

А.В. Шишкин

Научный руководитель доцент Р.З. Гакаме

Аннотация. На основе анализа результатов специальной литературы можно констатировать, что асимметрии в футболе – один из важнейших факторов, лимитирующих профессиональный рост отечественного резерва с позиции многолетней подготовки.

Ключевые слова: юные футболисты, многолетняя подготовка, соревновательная деятельность, количественные и качественные показатели.

На фоне возросшего внимания со стороны научных работников к футболистам с ведущей левой ногой [1, 4], исследования в области подготовки игроков с разными типами моторного предпочтения являются крайне актуальными.

Необходимо заметить, что в современных программах подготовки для юных футболистов даже отсутствует такое научное понятие, как функциональная межполушарная или моторная асимметрия [2, 3], это также касается и инновационной Программы спортивной подготовки футболистов 10-14 лет, которая подготовлена при непосредственном участии немецких специалистов, компании «Адидас», Министерства спорта РФ и РФС, рекомендованной для организаций спортивной подготовки по футболу на территории РФ [2].

Данные положения обуславливают необходимость выполнения научных исследований, направленных на разработку проблем функциональной межполушарной асимметрии в современном футболе, что и определило актуальность наших исследований.

В результате проведенных педагогических наблюдений было установлено, что игроки ФК «Урожай-2» с доминантной левой ногой имеют средний уровень соревновательной активности по шкале М.М. Шестакова [3]. Однако уровень индивидуального технического мастерства футболистов, выступающих в чемпионате и Кубке Краснодарского края, значительно уступает профессиональным игрокам. Также можно отметить, что наиболее высокий уровень игровой подготовленности по объему имеют крайние и центральные полузащитники. В свою очередь, по показателям качественных характеристик можно отметить игроков линии обороны (центральный и крайний защитники). Также следует заметить, что игроки линии атаки, в целом, не соответствуют ни по одному из эталонных параметров.

Литература:

1. Золотарев А.П. Футбол: методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва: научно-методическое пособие / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М.: Физическая культура, 2009. – 160 с.
2. Программы спортивной подготовки футболистов 10 – 14 лет, рекомендованная для организаций спортивной подготовки по футболу на территории Российской Федерации. Второе издание / И.А. Острицкий, И.В. Фимушкин, А.В. Обухович, Ю.Д. Нагорных, К.В. Вырупаев, Д.А. Киселев, А.Е. Власов, Д.О. Дресвянников, Н.И. Киселев, И.Н. Соловьев, В.Н. Саутин, Д.В. Никитин, Т. Рой, М. Мюллер. – М., 2017. – 309 с.
3. Шестаков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. / М.М. Шестаков. – М., 1992. – 44 с.
4. Carey, D.P. Footedness in world soccer: an analysis of France '98. / D.P. Carey, G. Smith, D.T. Smith et al. // J. Sports. Sci. – 2001. – V. 19. – № 11. – P. 855-864.

ПОТЕНЦИАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ РАЗЛИЧНОГО КЛАССА ПРИ ПОДГОТОВКЕ БОДИБИЛДЕРОВ

Юсефа Амро

Научный руководитель профессор М.М. Шестаков

Аннотация. В подготовке современных спортсменов бодибилдеров следует применять тренажеры различного класса, занятия на которых повышают эффективность соревновательного процесса.

Ключевые слова: бодибилдинг, тренажерные устройства, соревновательный эффект.

Во всем мире большой популярностью пользуется такой вид спорта, как бодибилдинг. Соревнования бодибилдеров отличаются особой зрелищностью: спортсмены демонстрируют высокий уровень физических качеств, красоту мускулистого тела, координацию и пластичность движений.

Этому предшествует упорный труд как самого спортсмена, так и тренера, который подбирает для него наиболее оптимальные средства и методы тренировки в годовом цикле подготовки. Одним из тренировочных средств являются тренажеры различного класса.

Существует широкий диапазон тренажеров, которые используются на этапах подготовки бодибилдеров. С их помощью повышается эффективность силовых тренировок [3]. Наиболее популярен тренажер Смита и различные тренажерные устройства развития мышц верхних и нижних конечностей. Однако следует отметить, что за последние три года появились новые тренажерные устройства, например, профессиональные силовые тренажеры серии «BODYTONE» (гиперэкстензия горизонтальная и вертикальная, Парта Скотта стоя, вертикальная и наклонная тяга, тренажеры для прессы AbCoaster, AbSolo, AbCoaster Abs Bench и другие), конструкция которых отвечает самым современным технологиям, а методы тренировки основаны на научно-методическом подходе и проверены на практике. Использование таких тренажерных устройств позволяет эффективно дозировать нагрузку на мышцы спортсмена, исключая травмирование и перетренированности.

В практику подготовки бодибилдеров следует включать занятия на тренажерах, развивающих гибкость, так как у спортсменов, которые занимаются силовыми видами спорта, часто наблюдается существенное ограничение подвижности суставов и ухудшается эластичность мышц, вызванное односторонней гипертрофией [2]. В этом случае полезны тренажеры на растягивание, такого типа как тренажер для «растяжки на шпагат» M-Flex.

В настоящее время занятия на тренажерах в подготовке бодибилдеров занимают примерно 20-30% от общего времени тренировки. На основании вышеизложенного можно предложить увеличить время тренировок на современных тренажерных устройствах до 50-60% всего времени. При этом следует осуществлять контроль за функциональной работой систем организма спортсмена и уровнем достигнутых результатов. Только в этом случае использование тренажеров различного класса в подготовке бодибилдеров будет максимально эффективным.

Литература:

1. Басов Е., Савченко Е. Культуризм. – М.: Изд-во ЛЕАН, 2010 – 103 с.
2. Панченко Г. Культуризм. – М.: Изд-во Советская Россия, 2009 – 242 с.
3. Шварцнеггер А. Новая энциклопедия бодибилдинга. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2012. – 180 с.

КАФЕДРА ТЕОРИИ, ИСТОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

УДК: 373.103.71(470.62)

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ МБОУ СОШ № 78 г. КРАСНОДАРА ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ГОТОВНОСТИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО, ОТНЕСЕННЫХ КО ВТОРОЙ ВОЗРАСТНОЙ СТУПЕНИ

А.З. Асцатурян

Научный руководитель доцент Т.Х. Емтыль

Аннотация. В данной работе представлены показатели физической подготовленности девочек 2009-2010 г.р. (4 класс) школы №78 г.Краснодар, в сравнении с нормами комплекса ГТО. Полученные результаты свидетельствуют о недостаточном уровне физической подготовленности современных школьников.

Ключевые слова: физическая подготовленность, комплекс ГТО, мониторинг, КГУФКСТ.

Ежегодный мониторинг физического состояния школьников г. Краснодара, проводимый студентами КГУФКСТ, позволяет выявить проблемы, связанные с физической подготовленностью школьников различного возраста.

В октябре 2019-2020 учебного года проводился мониторинг физической подготовленности учащихся МБОУ СОШ №78 г. Краснодара, в котором также приняли участие ученицы 4-х классов в количестве 63 человек. Для определения уровня физической подготовленности были использованы такие испытания, как: бег на 30 м, челночный бег 3x10 м, бег на 1000 м, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, подтягивания на низкой перекладине и поднимание туловища из положения лежа за 1 мин [1]. Данные тесты также соответствуют испытаниям 2 ступени ВФСК «ГТО» (возрастная категория 9-10 лет). Полученные данные мониторинга и сравнение их с нормами ГТО представлены в таблице.

Таблица – Степень готовности учащихся МБОУ СОШ №78 г. Краснодара выполнить нормативы ВФСК ГТО

Пол \ Знак	Золотой	Серебряный	Бронзовый	Не выполнили
Девочки 63 чел.	0	1	8	54
Девочки 100%	0,0%	1,59%	12,70%	85,71%

Анализ полученных в ходе исследования данных свидетельствует, что уровень готовности выполнить нормативные требования Комплекса ГТО исследуемых девочек крайне низкий, всего 12,70% учениц соответствуют бронзовому значку, серебряному значку 1,59%, золотому значку соответствуют 0% учениц, в то время как 85,71% не выполняют даже минимальные нормы.

Наиболее успешно выполненными испытаниями можно считать «поднимание туловища из положения лежа за 1 мин» (60чел.=95,2%), «подтягивания на низкой перекладине» (62 чел.=98,5%), наименее развиты «бег на 30 м» (33 чел.=52%) и «бег на 1000 м» (43 чел.=68%).

Литература:

1. Мониторинг физического состояния: учебное пособие / С.П. Аршинник. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 76 с.

ДИАГНОСТИКА МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ УЧАЩИХСЯ 5-Х КЛАССОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

А.М. Гришаева

Научный руководитель доцент Л.А. Якимова

Аннотация. В данной работе рассматриваются социальные и познавательные мотивы школьников к занятиям физической культурой. Кроме того, представленные данные социально-психологического тестирования позволили сделать вывод о том, что познавательный мотив является ведущим в среднем школьном возрасте.

Ключевые слова: школьники, личность, физическая культура, диагностика, мотив, мотивация.

На сегодняшний день актуальна проблема изучения мотивации школьника к той или иной деятельности, так как именно мотивационная сфера играет большую роль в формировании личности. Изучение мотивации обучающихся дает возможность выявить уровень и перспективы, а также зоны ее развития у каждого ученика. Особенно это важно при формировании сознательности и активности на занятиях физической культурой, освоение средствами которой вызывает постоянные сложности у учеников среднего школьного возраста [1].

Целью работы явилось выявление соотношения социальных и познавательных мотивов занятий физической культурой учащихся. В исследовании принимало участие 57 человек – учеников 5-х классов сельской школы. Для диагностики мотивационной сферы был выбран психологический тест «Лесенка побуждений» (А.И. Божовича и И.К. Маркова). Перед учениками была разложена лесенка из 8 ступенек, которая называлась «Зачем я занимаюсь физической культурой». Задачей детей было написать на каждой из ступеней, зачем они занимаются физической культурой. Первая ступенька подразумевала самую важную (главную) мысль пятиклассника, все последующие менее важные в порядке убывания. Проанализировав полученные данные с помощью этой методики, мы выявили соотношение социальных и познавательных мотивов занятий физической культурой школьников, которые определяются по тому, какие мотивы занимают первые четыре места в иерархии. Данные свидетельствуют о гармоничном сочетании познавательных и социальных мотивов у 33% (19 человек) школьников, у 60% (34 человека) обучающихся доминируют познавательные мотивы и лишь у 7% (4 человека) – социальные мотивы [2].

Таким образом, на основании результатов исследования можно сделать вывод о том, что ведущим мотивом занятия физической культурой в среднем школьном возрасте является познавательный, что свидетельствует о том, что дети данного возрастного этапа способны к развитию осознанного отношения к выполнению физических упражнений и формированию навыков самостоятельного контроля за своими движениями на занятиях физической культурой.

Литература:

1. Лихобабенко К.С. Оздоровительные системы физических упражнений в физическом воспитании детей младшего школьного возраста / К.С. Лихобабенко, Л.А. Якимова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль – март 2018 г.; г. Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Часть 2. – 126 с.

2. Методики диагностики учебной мотивации школьников. URL: <http://psmetodiki.ru/index.php/mladshie-shkolniki/prochee/163-metodiki-diagnostiki-uchebnoj-motivatsii-shkolnikov> (дата обращения 29.11.2019)

КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ

С.А. Дорошенко

Научный руководитель доцент В.А. Чернышов

Аннотация. В материалах данной работы рассматриваются теоретические аспекты физической подготовки студентов различных спортивных специализаций с использованием метода круговой тренировки. Кроме того, экспериментально обосновывается эффективность внедрения методики круговой тренировки в процесс их физической подготовки.

Ключевые слова: круговая тренировка, физическая подготовка, студенты различных спортивных специализаций.

В современной теории и практике физической культуры и спорта имеется значительное количество исследовательских работ, посвященных изучению различных методик физической подготовки спортсменов в период обучения молодежи в высших учебных заведениях [1, 2, 3], однако комплексных исследований вопросов физической подготовки студентов различных спортивных специализаций практически нет.

В связи с этим нами было предпринято исследование эффективности внедрения экспериментальной методики круговой тренировки в процесс физической подготовки студентов различных игровых спортивных специализаций, таких как гандбол, футбол и волейбол. При этом спортсмены контрольной группы развивали свои физические качества без изменения программы и учебных планов, а студенты экспериментальной группы занимались этим по экспериментальной методике.

В процессе исследования было определено, что студенты как контрольной, так и экспериментальной группы повысили свой уровень развития физических качеств. Но в экспериментальной группе этот прирост был заметно выше. Особенно значительная разница наблюдалась в показателях силовой подготовки; в уровне развития скоростно-силовых качеств, а также в развитии выносливости.

Тестирование уровня развития физических качеств занимающихся подтвердило тот факт, что организация тренировочного процесса студентов различных спортивных специализаций с применением предложенной методики круговой тренировки более эффективна и позволяет дифференцированно подойти к объему и интенсивности выполняемых спортсменами нагрузок (с использованием специальных упражнений, соответствующего вида спорта), что в конечном итоге способствует повышению эффективности физической подготовки студентов и росту их физических качеств.

Литература:

1. Абдрахманов А.Я. Комплексный подход при совершенствовании двигательных качеств у детей, подростков и юношей // Сб.науч.тр. молодых ученых / А.Я. Абдрахманов, В.В. Ермаков. – Смоленск: СГИФК, 2016. – Вып. 2. – С. 21-24.
2. Гуревич И.А. 1500 упражнений для круговой тренировки / И.А. Гуревич. – Минск: Высшэйшая школа, 2011 – 304 с.
3. Никитская В.Н. Теоретические предпосылки индивидуального нормирования физической подготовленности и функционального состояния юных спортсменов: метод. рекоменд / В.Н. Никитская. – М.: МГИУ, 2016. – 29 с.

ОЦЕНКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ МАГИСТРАНТОВ ПО ШКАЛЕ ДЕПРЕССИИ

В.В. Ермак

Научный руководитель доцент Л.А. Якимова

Аннотация. Данная работа посвящена аналитическому обзору психоэмоционального состояния магистрантов по шкале депрессии.

Ключевые слова: психология, депрессия, эмоциональное состояние, магистранты, симптомы.

Знание психологических основ и природы эмоциональных состояний является одним из необходимых факторов саморегуляции личности. Целью данной работы является изучение психоэмоционального состояния магистрантов очной формы первого года обучения и определение уровня депрессии по «шкале депрессии». Перед исследованием были поставлены задачи: 1. Провести психологическое тестирование у магистрантов очной формы. 2. Проанализировать подсчет результатов тестирования. 3. Написать итоговое заключение по эмоциональному состоянию обучающихся и предложить рекомендации [1].

Рассмотрев имеющуюся литературу, мы выявили, что для оценки уровня депрессии были выделены следующие критерии: от 20 до 30 баллов – отсутствие депрессивных симптомов, от 31 до 41 балла – легкая форма депрессии, от 42 до 59 баллов – умеренная депрессия, от 60 до 70 баллов – выраженная депрессия средней тяжести, от 71 до 80 баллов – тяжелая форма депрессии [2].

В психологическом тестировании принимали участие обучающиеся Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма в количестве 65 человек. В результате чего были получены следующие результаты. Из 65 человек у 23 наблюдается отсутствие депрессивных симптомов. Такие люди живут спокойной жизнью и не тратят ее на пустые переживания. У 37 человек наблюдается легкая форма депрессии, или, как ее называют, «субдепрессия». Такие люди сохраняют спокойствие, но в определенных ситуациях проявляют тревожность и беспокойство. Как показало психологическое обследование, 5 человек из числа обучающихся подвержены выраженной форме депрессии средней тяжести. Такие люди подвергаются выраженным подавленностям настроения, существенным снижениям трудоспособности и активности. При запущенных депрессивных расстройствах (5 человек с выраженной депрессией) рекомендуется: помощь специалиста, занятия физическими упражнениями (оздоровительный бег, езда на велосипеде, плавание, йога), хобби, общение с близкими людьми с целью переживания отрицательных эмоций и подавления негативных мыслей [3].

Таким образом, в результате обследования выявлено, что в целом у магистрантов первого года обучения не было выявлено тяжелой формы депрессии.

Литература:

1. Высоков И.Е. Психология познания. Учебник / И.Е. Высоков. – М.: Юрайт, 2014. – 400 с.
2. Иванников В.А. Общая психология. Учебник / В.А. Иванников. – Москва: Мир, 2015. – 480 с.
3. Касаткин С.В. Здоровая психика ваших детей. Жизнь без комплексов и обид / С.В. Касаткин. – М.: Феникс, 2016. – 288 с.

**СТРУКТУРА И КОМПОНЕНТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЛОНТЕРОВ,
ОБСЛУЖИВАЮЩИХ СПОРТИВНЫЕ И ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВЫЕ
МЕРОПРИЯТИЯ**

И.В. Захаров

Научный руководитель доцент Л.А. Якимова

Аннотация. В данной работе рассматриваются наиболее значимые компоненты деятельности волонтеров, обслуживающих спортивные и физкультурно-массовые мероприятия.

Ключевые слова: волонтер, доброволец, волонтерская деятельность, добровольчество, молодежь.

В настоящее время волонтерская деятельность активно набирает популярность в нашей стране. Во многом этому способствовал год добровольца, принятый указом Президента Российской Федерации в 2017 году. Однако многие до сих пор не знают всех тонкостей, присущих добровольчеству. В этой связи представляется актуальным исследование о выявлении наиболее значимых компонентов деятельности волонтеров.

Цель данной работы – выявить структуру и компоненты деятельности волонтеров, обслуживающих спортивные и физкультурно-массовые мероприятия.

Задачи исследования:

1. Провести социологический опрос о составляющих деятельности волонтеров.
2. Выявить структурные компоненты деятельности волонтеров, занимающихся обслуживанием спортивных и физкультурно-массовых мероприятий.

В опросе приняли участие сто двадцать человек разного возраста. Из них 85% знают, что такое волонтерская деятельность, однако только 5% смогли написать волонтерские организации. Также есть и заблуждения – 25% ошибочно признают добровольчество частично оплачиваемым трудом, хотя волонтерская деятельность – это безвозмездный труд во благо других людей [1]. По мнению анкетированных, самыми важными личностными качествами, которыми должен обладать волонтер, являются доброжелательность, отзывчивость, коммуникабельность, стрессоустойчивость и ответственность. Среди профессиональных качеств участники опроса выделили знание иностранных языков и умение работать в команде. Самой главной чертой волонтеров опрошенные назвали желание помогать людям. Ну и в заключение, лишь 35% изъявили желание принять участие в волонтерском мероприятии, а 65% ответили отказом.

Подводя итог проведенному исследованию, можно сказать, что деятельность волонтера складывается из личностных и профессиональных качеств. Исходя из того, что добровольчество является безвозмездным трудом, личные характеристики должны быть заложены в самом индивидууме, а для получения профессиональных навыков обслуживания соревнований необходимо прохождение специального обучения. В связи с этим, волонтерским центрам необходимо активно освещать данную деятельность: проводить встречи с общественно активными людьми, рассказывать о своих достижениях, заинтересовывать и привлекать в свои ряды новых волонтеров, проводить профессиональное обучение.

Литература:

1. Федеральный закон от 11.08.1995 №135-ФЗ (ред. от 18.12.2018) «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)» [Электронный источник] http://www.consultant.ru/document/consdoc_LAW_7495/ (25.11.2019)

СОВРЕМЕННЫЙ МЕТОДИЧЕСКИЙ ПОДХОД К СПОРТИВНОМУ ОТБОРУ В СЕКЦИЮ СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКИ

О.О. Захарова

Научный руководитель доцент Л.А. Якимова

Аннотация. В данной работе рассматривается подход к разработке программы спортивного отбора в секцию спортивной акробатики, учитывающий балльную систему оценки.

Ключевые слова: спортивная акробатика, спортивный отбор, начальная подготовка, балльная система оценки.

Высокие спортивные достижения в любом виде спорта напрямую зависят от талантов, исходных возможностей занимающихся. В спортивной акробатике успех спортсмена на соревнованиях определяется достаточно высоким уровнем эмоциональной устойчивости, наличием соответствующих антропометрических качеств по данному виду спорта, отсутствием медицинских противопоказаний, а также наличием определенной физической подготовленности. В настоящее время в теории и практике применяются стандартные средства и методы отбора в группы начальной подготовки, не учитывающие их индивидуальные способности [1]. В связи с этим данная тема исследования считается актуальной. Целью работы явилось составление методики спортивного отбора в группу начальной подготовки по спортивной акробатике на основе балльной системы с учетом индивидуальных возможностей детей. Задачи: реализация требований стандарта по виду спорта спортивная акробатика; изучение возможности перспективного планирования учебно-тренировочного процесса с учетом возрастных и антропометрических особенностей занимающихся после проведения спортивного отбора; разработка балльной системы оценки физических испытаний для проведения спортивного отбора акробатов.

В процессе спортивного отбора мы провели социологические тесты, определяющие психологическую готовность и эмоциональную устойчивость будущих акробатов. Обратили внимание на ростовесовые показатели занимающихся, сформировали составы в зависимости от дисциплины спортивной акробатики. Нами была разработана балльная система оценки контрольных испытаний. При составлении программы испытаний мы опирались на требования, предъявляемые к спортсменам при сдаче норматива третьего юношеского разряда [2], и учитывали основные критерии оценки физической подготовленности детей, были добавлены тесты для оценки координационных способностей – точности движений и равновесие.

В результате проведенного исследования мы выявили, что методика отбора, составленная на основе балльной системы с учетом индивидуальных возможностей, позволяет наиболее эффективно отбирать талантливых в физическом плане детей.

Литература:

1. Болобан В.Н. Методика отбора детей для занятий акробатикой / В.Н. Болобан // Спортивная акробатика. – Киев: Школа, 2008. – С. 18-32.
2. Захарова О.О. Анализ соревновательной деятельности акробатов, выступающих по юношеским разрядам / О.О. Захарова, О.В. Новицкая, Л.А. Якимова // Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации» (29-30 ноября 2019 г). – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 143-145.

МЕТОДЫ ПСИХИЧЕСКОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

С.А. Исмаилов

Научный руководитель доцент Ю.А. Прокопчук

Аннотация. В материалах данной работы рассматривается вопрос применения психологических восстановительных мероприятий в тренировке баскетболистов, в частности использования групп методов психической саморегуляции; также выявлена конкретная и рекомендуемая последовательность освоения психологических средств пострегуляционного восстановления в баскетболе на этапе начальной подготовки.

Ключевые слова: баскетбол, восстановление, психология, психосаморегуляция.

Восточная мудрость гласит: «Дорог много, а путь один». Путь к вершине успеха в мире спорта усеян многочисленными испытаниями. Лишь те спортсмены, которые на начальных стадиях занятия избранным видом спорта уделяли необходимое внимание и время не только качественной составляющей тренировок, но и содержательной части пострегуляционного восстановления, способны к достижению самых высоких целей и задач. Прирост спортивного мастерства находится в тесной взаимосвязи с уровнем эффективности системы тренировочных воздействий [2]. В современной практике спорта активно используют новые методики и программы подготовки. Наряду с этим значимую роль приобретает восстановление баскетболистов в ходе и после спортивной тренировки, представленное различными способами психосаморегуляции.

Использование средств и методов психической саморегуляции в тренировочном процессе баскетболистов целесообразно уже на этапе начальной подготовки, когда достаточно высока степень педагогического воздействия и контроля. Оптимальной последовательностью в изучении и освоении методов психической регуляции юными баскетболистами считается следующая последовательность: прогрессивная мышечная релаксация по методике Джекобсона, аутогенная тренировка по Шульцу с обязательным включением элементов самовнушения, идеомоторная тренировка с применением самоприказов, специальные паузы психорегуляции с преобладанием идеомоторного и восстановительного компонентов в основной и заключительной частях тренировки соответственно. Основными задачами всех групп методов психосаморегуляции являются: снятие воздействия стрессовой нагрузки, повышение общей работоспособности организма, оптимизация функционального состояния занимающихся [3]. Особое значение приобретает контроль со стороны тренерского состава за всеми сторонами тренировочного процесса. Важно заключить, что психологическая подготовка в баскетболе содействует формированию психического состояния юных спортсменов, стабильность которого в свою очередь способствует наиболее оптимальному выражению на практике соответствующего уровня как физической, так и технической подготовленности игроков [1].

Литература:

1. Егоров А.В. Психологическая подготовка баскетболистов // Молодой ученый. – 2015. – №8. – С. 428-430.
2. Колесникова Е.А. Тренажерные устройства в подготовке баскетболистов: учебное пособие / Е.А. Колесникова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 59 с.
3. Леонова А.Б. Психологические технологии управления состоянием человека / А.Б. Леонова, А.С. Кузнецова. – М.: Смысл, 2015. – 294 с.

УЧЕТ ВОЗРАСТНЫХ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОДРОСТКОВ 12-14 ЛЕТ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКОЙ

И.Н. Лустина

Научный руководитель доцент Ю.А. Прокопчук

Аннотация. В работе обосновывается степень необходимости учета возрастных морфофункциональных особенностей подростков 12-14 лет при занятиях тяжелой атлетикой.

Ключевые слова: подростковый возраст, тяжелая атлетика, морфофункциональные особенности, толерантность к нагрузкам.

В настоящее время наблюдается острейшая борьба, высокий уровень спортивных достижений, невиданный рост физических возможностей человека при занятиях тяжелой атлетикой. Перечисленные факторы предъявляют особые требования к качеству подготовки спортсменов на всех этапах. Важным условием эффективности системы подготовки спортсменов выступает строгий учет возрастных морфофункциональных особенностей, характерных для подросткового возраста [1].

Костно-мышечная система у молодых спортсменов в возрасте от 12 до 14 лет способна выдерживать значительные статические нагрузки и выполнять длительную работу благодаря нервной регуляции, структуре, химическому составу и сократительным свойствам мышц.

Несмотря на активное наращивание естественных мышц в подростковом возрасте и ускоренный рост частей тела, следует учитывать неравномерность такого развития, а также скелетную зрелость, чтобы не навредить растущему организму чрезмерными для него нагрузками. Следует учитывать, что у спортсменов 12-14 лет, интенсивная мышечная работа при занятиях тяжелой атлетикой происходит на фоне увеличения на 12-17% количества эритроцитов и на 7% – гемоглобина. Необоснованные длительные и интенсивные по объему физические нагрузки без учета морфофункциональных особенностей юных спортсменов могут привести к снижению гемоглобина и эритроцитов (что отрицательно скажется на работе сердечно-сосудистой системы) и патологическим изменениям гормональной секреции коры надпочечников за счет экскреции (выведения с мочой) кортикальных гормонов коры надпочечников [2].

Поэтому тренировочный процесс на этапе начальной подготовки должен строиться с учетом индивидуальных морфофункциональных особенностей подростков 12-14 лет. Подбор упражнений, дозирование объема нагрузок, подбор оптимальных средств и методов воздействия, а также осуществление периодического контроля позволит повысить показатели силовых и других возможностей юных спортсменов, их толерантность к физической нагрузке, снизить вероятность перетренированности и уход перспективных спортсменов из спорта ввиду наблюдаемых отклонений в состоянии здоровья [3].

Таким образом, учет возрастных морфофункциональных особенностей подростков 12-14 лет при занятиях тяжелой атлетикой является важным фактором тренировочного процесса и воспитания спортсменов – будущих чемпионов тяжелой атлетики.

Литература:

1. Авсиевич В.Н. Модельная характеристика взаимосвязи между силовыми и морфофункциональными показателями спортсменов / В.Н. Авсиевич // Теория и методика физической культуры. – 2018. – №2. – С. 35-40.
2. Беляев А.С. Особенности влияния тяжелоатлетического спорта на возрастную динамику основных показателей физического развития юных тяжелоатлетов / А.С. Беляев, В.Н. Мишустин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011. – №11. – С. 92-95.
3. Шубин К.М. Функциональное состояние отдельных систем организма у юных тяжелоатлетов: дис. ... канд. биол. наук / К.М. Шубин. – Краснодар, 2004. – 146 с.

ЧЕЛОВЕК-ЛЕГЕНДА – ГОРДОСТЬ НАШЕГО ВУЗА

В.Д. Максименко

Научный руководитель доцент Ю.Г. Бич

Аннотация. Работа посвящена юбилею выпускника нашего вуза, одного из самых титулованных спортсменов мира А.Н. Москаленко. Представлены результаты социологического опроса студентов КГУФКСТ по итогам посещения передвижной выставки.

Ключевые слова: батут, Олимпийские игры, Книга рекордов Гиннеса, Александр Николаевич Москаленко, чемпион, Кубок мира, училище олимпийского резерва, юбилей, передвижная выставка музея, опрос студентов вуза.

В этом году отмечает юбилей уникальный человек, легендарный спортсмен, выпускник нашего вуза – Александр Николаевич Москаленко. Имя его занесено в книгу рекордов Гиннеса – как обладателя большого количества золотых медалей чемпионатов мира. В спортивной копилке их 14, кроме того, 7 золотых наград чемпионатов Европы. Шесть раз А. Москаленко завоевывал Кубок мира, а в 2000 году привез золотую медаль с XXVII Олимпийских игр в Сиднее. На следующих играх в Афинах он завоевал серебряную медаль, когда ему было уже 35 лет!

Об этом уникальном спортсмене, нашем земляке Краснодарский историко-археологический музей подготовил передвижную выставку, которая была показана студентам нашего вуза и сопровождалась лекцией кандидата исторических наук, старшего научного сотрудника музея Марины Рафаэлевны Струговой. Эту выставку за неделю ее работы в нашем университете смогли посмотреть почти 300 студентов, обучающихся на разных факультетах – спортивного менеджмента, режиссуры, ФОТ, физической культуры, туризма, а также учащиеся колледжа.

Мы провели социологический опрос с целью узнать мнение обучающихся об организации выставки.

В опросе участвовало 125 человек. Было проведено анкетирование с 7 вопросами. На вопрос «Понравилась ли вам передвижная выставка-лекция» 98 процентов ответили положительно и только два процента опрошенных затруднились ответить. «Как бы вы оценили работу сотрудников музея по пятибалльной системе» – 95 процентов респондентов дали оценку – отлично, 5 процентов – хорошо. Все респонденты указали на то, что получили новую для себя, полезную информацию, которая может пригодиться в работе и в жизни. «Жизнь такого удивительно сильного человека служит хорошим примером для нас, молодых людей. В трудный, порой решающий судьбу момент жизни, когда нужно бывает опереться на что-то устойчивое и сильное, вспоминаются именно такие почти легендарные люди, как герои войны, космоса или спорта» – так прокомментировала наш опрос по выставке студентка Гужа Елена. Многие отметили глубокие знания и эмоциональную подачу материала сотрудниками музея-заповедника.

Всей своей жизнью Александр Москаленко пропагандирует физическую культуру, спорт и здоровый образ жизни. Он постоянно участвует в показательных выступлениях и благотворительных акциях. 2 сентября 2005 года Москаленко было присвоено звание почетного гражданина города Краснодара. Мы все сотрудники и студенты вуза можем гордиться своим знаменитым земляком. Сейчас он возглавляет училище олимпийского резерва, готовит будущих олимпийских чемпионов.

Литература:

1. Стругова М.Р. Краснодарский музей-заповедник им. Фелицына – пропагандист побед кубанских олимпийцев // Сочи преолимпийский: проблемы и перспективы развития: материалы Всерос.науч.-практ.конф. – Адлер, 2008.
2. Александр Николаевич Москаленко. [Электронный ресурс] – <https://ruspek.ru/people/moskalenko-aleksandr-nikolaevich/> Дата обращения – 7.12.19

СПАРТАКИАДЫ НАРОДОВ СССР И ИХ РОЛЬ В РАЗВИТИИ МАССОВОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ДВИЖЕНИЯ

В.С. Малеев

Научный руководитель доцент Ю.Г. Бич

Аннотация. Работа посвящена обоснованию важной роли таких состязаний, как Спартакиады народов СССР, в деле развития массовой физической культуры и спорта в нашей стране. Выделены основные этапы, цели и результаты проведения первых спартакиад в СССР.

Ключевые слова: Спартакиада, олимпиада, развитие Олимпийских игр.

В начале 20-х годов XX века молодое советское государство стремилось показать рвение людей к победе в области спорта, так как они были лишены возможности участвовать в международных соревнованиях из-за денежных долгов западным странам. Благодаря преодолению всеобщего беспорядка, появились спартакиады – массовые спортивные соревнования.

Цель этих мероприятий заключалась в увеличении массовости физкультуры и спорта, проверке мастерства спортсмена, подтверждении высоких результатов, утверждении своего отечественного спорта как конкурентного на мировой арене. И к 1928 году СССР был готов провести масштабные состязания, программа которых была подобна олимпийским соревнованиям. Однако по ряду причин в то время проводились только местные соревнования. Затем война прервала этот процесс. И лишь в послевоенное время возникла возможность их проведения.

Можно выделить несколько этапов в проведении спартакиад в 50-е годы XX века. На начальном этапе выбор спортсменов шел на местах, в организациях (цехах, отделах НИИ), т.е. местных коллективах физкультуры. Затем соревнования выходили на уровень села, деревни, города, района [1]. Следующей вехой становились республиканские состязания, а также проверка готовности двух столиц – Москвы и Ленинграда. И только в заключение проходил финальный этап в столице СССР, городе Москве.

Первая Спартакиада СССР прошла с 6 по 16 августа 1956 года. Все ее этапы объединили 23 млн. человек. Было установлено 33 новых рекорда союзного масштаба.

Из них девять превысили мировой уровень. Самых выдающихся результатов добились в штанге – А. Воробьев, в легкой атлетике В. Куц, в гребле В. Иванов [2].

Вторая Спартакиада прошла в 1959 году. Особенностью ее проведения явилось участие в соревнованиях не только республиканских команд, но и коллективов физкультуры учреждений, заводов и фабрик. По легкой атлетике и плаванию лучший результат у физкультурников оптико-механического завода Ленинграда, по гимнастике – клуба Фили в Москве, и рижский вагоноремонтный завод лучше других проявил себя в велоспорте. Победителями стали Шахлин, Болотников и Власов.

Можно сделать вывод, что эти соревнования сыграли важную роль в развитии массового спорта Советской России. В последующие годы Спартакиады народов СССР стали проводиться традиционно. Проводились они регулярно вплоть до периода, когда страна Союз Советских Социалистических Республик перестала существовать.

Литература:

1. Бич. Ю.Г. Исследования по истории физической культуры и методика преподавания исторических дисциплин в спортивно-педагогическом вузе / Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2001. – Т.4. – С. 191-192.

2. Спартакиады народов СССР. [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://www.offsport.ru/olympic/spartakiady-narodov.shtml>. Дата обращения 22.12.19

СКАУТИЗМ И ЕГО РОЛЬ В МАССОВОМ СПОРТИВНОМ ДВИЖЕНИИ

А.В. Пашенко

Научный руководитель доцент Ю.Г. Бич

Аннотация. В работе рассматривается ретроспектива скаутского движения в России как важной составляющей современного молодежного движения.

Ключевые слова: скаутское движение, Россия, скауты, молодежь, организация пионеров.

В конце XIX- начале XX века большую роль в воспитании подрастающего поколения в различных странах мира играли организации скаутов. Они развивали молодежь духовно, умственно и физически, добиваясь того, чтобы в будущем эти люди стали номенклатурой, членами правительств, управленцами различного уровня. Скаутинг был признан, так как он учитывал интересы детей и подростков в неформальном общении и общении между собой.

Наиболее привлекательным для детей в движении скаутизма был элемент игры, что придавало легкость форме. Они играли прежде всего в разведчиков. Называли друг друга подпольными именами – Сладкая Пеночка, Саблезубый Тигр, Остроглазый Ястреб, Река Долины Солнца. Все это придавало романтический флер, будило воображение и фантазию и втягивало участников в состояние игры. В такой непринужденной форме молодежь развивалась всесторонне.

Роберт Баден-Пауэр (1857-1941) считается основателем движения скаутизма. Он был лордом, а также занимался искусствами (живописью и литературой). Кроме того, являлся военачальником. В 1909 году благодаря Олегу Пантюхову скаутизм был перенесен на российскую почву. Преподаватель латинского языка из Петербурга В. Янчевецкий организовал «легион юных разведчиков» при мужской гимназии. Первый опыт оказался неудачным, т.к. был исключен элемент игры. Позже Царскосельский отряд скаутов в возглавил Эраст Платонович Цытович (1874-1941) [1].

В своих выступлениях на I Всероссийском съезде по скаутизму он характеризовал его как перспективное.

После 1917 г. скаутское движение распадается. Российский коммунистический союз видел в скаутизме соперника, и уже в 1919 г. ему была объявлена самая настоящая война. С начала 1922 года было принято решение о внешней форме скаутинга [2]. После 1991 года скаутинг в России стал возрождаться, однако это происходило не официально. В наши дни стоит проблема возможной заорганизованности скаутского движения в России.

Можно сделать вывод, что скаутское движение необычайно полезно для молодых пытливых умов и дает воспитание, прививает выносливость, силу и моральные принципы. Это демонстрирует опыт разных стран мира, где лидерами становятся люди, в детстве прошедшие школу скаутизма. В начале XX века в России тоже был положительный опыт скаутского движения, из которого все лучшее перешло в пионерские организации. Движение скаутов всегда было привлекательно своей свободой и игровой формой воспитания. Однако в настоящее время стимулирование развития скаутского движения на государственном уровне с введением общероссийских программ и уставов может привести к полному разрушению движения скаутов в нашей стране.

Литература:

1. Шободоева А.В. Российский скаутинг: история, теория, практика. – Омск: гос. пед. ун-т, 1995. – 87 с.
2. Кудряшов Ю.В. Российское скаутское движение. Исторический очерк. – Архангельск: Поморский гос. ун-т, 1997 г. – 24 с.

ВОЗМОЖНЫЕ СПОСОБЫ БОРЬБЫ С ПРОБЛЕМОЙ ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ

Г.М. Саакян

Научный руководитель доцент Н.Н. Пешков

Аннотация. В публикации представлен анализ последних данных о проблеме применения допинга спортсменами в сфере спорта высших достижений.

Ключевые слова: допинг, спорт, политика, антидопинговые меры.

Проблема применения допинга в сфере спорта высших достижений с каждым годом приобретает более глобальный характер и кажется, что и не близится к решению, несмотря на многочисленные санкции, вводимые Всемирным антидопинговым агентством (WADA). Научные работы отечественных и зарубежных авторов, посвященные теории и методике принятия антидопинговых мер, подтверждают, что данный вопрос включает в себя взаимосвязь различных аспектов: морально-этических, медицинских, экономических, юридических, педагогических, социальных и политических.

Влияние политики на спортивное движение и на антидопинговую систему в целом усложняет решение данной проблемы. Государственные структуры вмешиваются в этот процесс из соображений престижа, ведь только финансовая и правовая поддержка государства позволяет спортсменам из сборных команд безнаказанно принимать запрещенные вспомогательные вещества. Самуэль Шмид, глава комиссии Международного олимпийского комитета (МОК), полагает, что только проведение Игр без национальных флагов вернет олимпийскому движению «чистоту». Ведь если убрать государственную поддержку при втягивании и «покрывании» применения допинга спортсменами, то проблема может быть решена [1].

Также, на современном этапе развития олимпийского движения, спортсмены вынуждены работать за пределами физиологических возможностей организма, что необходимо для успешного их функционирования, с учетом непрерывного роста спортивной подготовленности и установленными рекордами в каждой отдельной специализации. В результате, те перегрузки, которые испытывают спортсмены, настолько высоки, что отказаться от средств, «облегчающих» работу, просто невозможно [2]. Запредельная работа организма (с помощью допинговых препаратов) для обеспечения не только победы, но и установления новых мировых и национальных рекордов в каждом виде спорта наталкивает на мысль об обновлении данных рекордов и разделении их на периоды «до» и «после» спортивной эволюции. Обнуление всех рекордов и принятие нового отсчета на современном этапе будет подталкивать спортсменов к дополнительным запрещенным приемам, для обеспечения запредельных (ненормальных, с точки зрения физиологических возможностей организма) показателей, что возможно, и приведет к «честной игре» и исключению нанесения вреда организму.

Таким образом, проблема допинга в спорте высших достижений остается не решенной уже на протяжении многих десятилетий и с каждым годом приобретает более глобальный характер.

Литература:

1. Всемирный антидопинговый кодекс «Запрещенный список препаратов».
2. Михайлов С.С. Спортивная биохимия: учеб. для вузов и колледжей ФК. – 6-е издание: Советский спорт, 2010. – 348 с.

НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ НАРУШЕНИЙ ЗРЕНИЯ У ДЕТЕЙ

Г.М. Саакян

Научный руководитель доцент Л.А. Якимова

Аннотация. В публикации представлены рекомендации для улучшения состояния зрения с помощью настольного тенниса.

Ключевые слова: настольный теннис, нарушения зрения, профилактика, лечение.

В России, по данным Министерства здравоохранения, более миллиона детей страдают различными нарушениями зрения. Факторами риска таких нарушений на современном этапе развития общества являются: научно-технический прогресс, перегруженность учебной программы, неправильная организация учебного места, несбалансированное питание и психоэмоциональные перенапряжения.

Давно доказано, что для сохранения нормального функционирования зрительной сенсорной системы, как и всего организма в целом, необходима двигательная активность. Глазные мышцы, как и любые другие, нуждаются в постоянной тренировке. И если ранее людям с нарушениями зрения настоятельно рекомендовали избегать занятий спортом, то теперь некоторые виды спорта можно применять в качестве эффективного средства предупреждения прогрессирования, лечения и профилактики заболеваний [1].

Известно, что многие виды спорта при регулярных занятиях благотворно влияют на состояние здоровья и приносят значительную пользу. Однако последние научные исследования выявили некое преобладание настольного тенниса по сравнению с другими видами деятельности, поскольку он значительно улучшает состояние зрительного анализатора и может являться отличным средством предупреждения и профилактики различных аномалий рефракции. Настольный теннис требует постоянной фокусировки глаз, вырабатывает отличную реакцию, развивает экстраполяцию и стимулирует работу мозга [2].

В ходе экспериментов, проведенных в Центре изучения проблем офтальмологии в Швейцарии, было выявлено, что тренировка глазодвигательных мышц посредством настольного тенниса положительно сказывается на зрении и снимает усталость после длительной напряженной работы. Игра в теннис предполагает постоянное слежение взглядом за мячиком, который в свою очередь находится то на близком, то на дальнем расстоянии. Именно таким образом происходит отличная тренировка глазных мышц и аккомодационного аппарата в целом.

При ограничении двигательной активности у людей с нарушениями зрения наблюдается ухудшение кровоснабжения всех органов, и глаз в том числе. Поэтому двигательная активность является необходимым компонентом для поддержания работоспособности зрительной сенсорной системы и настольный теннис является наиболее оптимальным и доступным средством для решения этой задачи.

Литература:

1. Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем: курс лекций / А.С. Гронская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 85 с.
2. Якимова Л.А. Настольный теннис как средство профилактики нарушений зрения у детей младшего школьного возраста / Л.А. Якимова, Г.М. Саакян // Материалы V Международной научно-практической конференции, посвященной 30-летию Олимпийской академии Юга (25-26 сентября 2019 г.) – С. 76-78.

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БАСКЕТБОЛИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ

Б.В. Слободянюк

Научный руководитель доцент Ю.А. Прокопчук

Аннотация. Работа посвящена проблеме изучения общей физической подготовленности баскетболистов на начальном этапе подготовки.

Ключевые слова: баскетбол, физическая подготовка, этап начальной подготовки.

Одним из самых популярных видов спорта на планете является баскетбол. Для него характерны следующие естественные движения человека и специфические элементы техники: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, а также броски, передачи, ловля и ведение мяча, которые самыми разными способами взаимодействуют друг с другом в процессе игры. Общая физическая подготовка – это многоступенчатая система тренировочного процесса баскетболистов, которая имеет свои уровни и аспекты в многолетней системе подготовки спортсменов [1]. На начальном этапе выделяют такие задачи для общей физической подготовки, как функциональная подготовка спортсмена, воспитание физических качеств (быстроты, силы, выносливости, гибкости), укрепление опорно-двигательного аппарата, создание условий для активного отдыха после физических нагрузок, однако основной задачей общей физической подготовки является непосредственно повышение уровня работоспособности организма в целом, также она дает предпосылки для наиболее эффективного развития специальных физических качеств в баскетболе [3].

Именно решение этих задач приносит положительный эффект в процессе тренировок. Общая физическая подготовка предполагает, что каждый спортсмен должен стать хорошо развитым атлетом. Именно от начального этапа зависит большинство решаемых задач в дальнейших тренировках.

Общая физическая подготовка проводится на начальном этапе в небольших объемах. Это характеризуется тем, что дети, пришедшие в спортивные школы, еще не готовы переносить большие нагрузки любого характера. Средствами на данном этапе будут главным образом общеподготовительные упражнения, которые обеспечивают всестороннее функциональное развитие, а также оздоровительные силы природы (солнце, воздух, вода). Неотъемлемой частью при подготовке юных спортсменов является оценка их подготовленности спустя определенный промежуток времени [2]. В качестве тестов на начальном этапе служат: 6-минутный бег, бег 30 м, подтягивание на высокой и низкой перекладине, челночный бег 3x10 м. Рекомендуется проводить занятия по общей физической подготовке на стадионе или любом другом месте, где есть специальные для этого условия. Проводить занятия следует не менее трех раз в неделю для постоянного совершенствования физических качеств спортсменов.

Литература:

1. Баскетбол: Учебник для институтов физической культуры // Под ред. Ю.М. Портного. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 350 с.
2. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2010. – 100 с.
3. Подвижные игры: учеб пособие для студентов вузов физ. культуры / Под ред. И.М. Короткова. – М.: Дивизион, 2009. – 216 с.

ВНЕШНИЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА УРОВЕНЬ ДОСТИЖЕНИЙ СПОРТСМЕНА-КОННИКА В КОННОМ СПОРТЕ

А.Ю. Стойлов

Научный руководитель доцент Д.В. Белинский

Аннотация. В данной работе автор рассматривает внешние факторы, которые оказывают влияние на уровень достижений в конном спорте.

Ключевые слова: конный спорт, внешний фактор, факторы конного спорта.

В данной работе мы определим внешние факторы конного спорта. Конный спорт – дисциплина уникальная, так как спортсмен-наездник принимает участие в состязание единым целым в паре с лошастью. Исходя из этого, вытекает первый фактор – лошадь, от уровня физической и психической подготовленности и умения контактировать зависит спортивный результат. Спортивное коневодство решает данный фактор отбором и выведением спортивных породных групп и линий, показывающих значительные результаты в конном спорте. Общеизвестными породными группами лошадей для выездки являются траккененская, ганноверская, голштинская и т.д. Немаловажную роль играет уровень подготовки специалистов и технического оснащения, материальной базы.

На данный момент в конном спорте подготовка кадров в России представлена в нескольких учебных заведениях [3], таких как Московская государственная академия спорта и физической культуры, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма и Курганский аграрно-технологический техникум по подготовке тренера-наездника лошадей. ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный аграрный университет» в настоящий момент достаточно активно проводит семинары, повышение квалификации и профессиональную переподготовку специалистов коневодства и конного спорта. Как правило, стоит отметить тот фактор, что в основном достигают высоких спортивных результатов спортсмены-конники из конноспортивных клубов, имеющих достаточно хорошо оснащенную материально-техническую базу [2]. В плане материально-технической базы мы можем выделить конно-спортивный манеж, позволяющий осуществлять круглогодичную подготовку спортсмена-конника и спортивной лошади, различные симуляторы верховой езды, корректирующие степень воздействия спортсмена на лошадь, и тренажеры, предназначенные для подготовки всадника, лошади [1]. Конный спорт достаточно многообразен, и перечисленные выше факторы не являются единственными.

Литература:

1. Стойлов А.Ю. Программируемые интерактивные симуляторы для обучения движениям / А.Ю. Стойлов, Ю.Д. Овчинников // Наука-2020. – 2019. – №7-32. – С. 96-105
2. Стойлов А.Ю. Краснодарский ипподром – крупнейший конно-спортивный комплекс Кубани // Научный электронный журнал Меридиан. – 2019. – № 10-(28). – С. 159-161.
3. Белинский Д.В. Теория и методика избранного вида спорта (Конный спорт): учебное пособие / Д.В. Белинский, Д.В. Бения. – Краснодар, КГУФКСТ. – 2018. – 129 с.

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-КОННИКОВ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ

А.Ю. Стойлов

Научный руководитель доцент Д.В. Белинский

Аннотация. В данной работе представлены особенности физической подготовки спортсменов-конников на тренировочном этапе.

Ключевые слова: физическая подготовка, тренировочный этап, конный спорт, спортсмены-конники, физические качества.

На тренировочный этап подготовки зачисляются обучающиеся, прошедшие обучение на начальном этапе подготовки и выполнившие контрольно-переводные нормативы по общей и специально физической подготовке. Общая и специальная физическая подготовка представляют собой две сопряженные части всесторонней физической подготовки всадника. Единство специальной и общей подготовки находится во взаимозависимости содержания: содержания общей физической подготовки, определенной особенностями конного спорта, а содержание специальной физической подготовки зависит от предпосылок, создаваемых общей подготовкой [3].

На тренировочном этапе подготовки основное место уделяется специальной физической подготовке, которая дополняется общей подготовкой, носящий в дальнейшем поддерживающий и вспомогательный характер. Объем общей и специальной физической подготовки на данном этапе составляет: 1 год – ОФП 16,7%, СФП 33,3%; 2 год – ОФП 21,4%, СФП 28,6%; 3 год – ОФП 6,7%, СФП 13,3%. Приоритетность физических качеств в конном спорте представлена в следующей последовательности: вестибулярная устойчивость, координационные способности, выносливость, мышечная сила и гибкость, скоростные способности [2]. Уровень развития физических качеств, спортсмена-конника и навыков управления лошадью должен быть подчинен требованиям правильной посадки и целесообразной техники. Так, излишнее развитие гибкости может отрицательно сказаться на правильной посадке и эффективном управлении лошадью, а чрезмерное увеличение силовыми упражнениями – ухудшить контакт с лошадью и мягкость управления ей. Зависимость скоростных способностей отражается в качестве нейромышечной регуляции, подвижности нервных процессов и эффективности тренировочной деятельности. Лабильность нервных процессов благоприятствует развитию и поддержанию высокого темпа движений, когда необходимо принять мгновенное решение и реализовать его при управлении лошадью. В целях совершенствования общей физической подготовки применяют средства воспитания физических качеств из других видов спорта. Для развития быстроты возможно применение горизонтальных и вертикальных прыжков, подскоков и ускорений. В воспитании общей выносливости применяются упражнения аэробного характера с продолжительностью более чем 40 минут (в зависимости от возрастной группы занимающихся), также благоприятным методом развития выносливости является метод круговой тренировки. Развитие такого физического качества, как ловкость, возможно с применением средств из акробатики и спортивной гимнастики. Применение игр в процессе физической подготовки всадников способствует достижению высокого уровня специальной физической подготовки и успешного выступления на соревнованиях [1]. Для развития специализированных восприятий конников основным методическим приемом является обеспечение все возрастающей трудности выполнения упражнений за счет вариативности динамических и пространственно-временных характеристик, новых сочетаний элементов техники, изменения темпа и скорости.

Литература:

1. Стойлов А.Ю. Биомеханические качества в конных играх горцев / А.Ю. Стойлов, Ю.Д. Овчинников // Вопросы педагогики. – 2018. – № 6-2. – С. 81-85.
2. Стойлов А.Ю. Физические качества в конном спорте / А.Ю. Стойлов, Ю.Д. Овчинников // Теоретическая и прикладная наука. – 2019. – №6(74). – С. 486-490.
3. Белинский Д.В. Теория и методика избранного вида спорта (Конный спорт): учебное пособие / Д.В. Белинский, Д.В. Бения. – Краснодар, КГУФКСТ. – 2018. – 129 с.

КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ

УДК:796.333

ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ РЕГБИ

А.В. Бабичева

Научный руководитель доцент А.С. Гронская

Аннотация. В публикации рассматриваются показатели, характеризующие общую и специальную работоспособность девушек, занимающихся регби.

Ключевые слова: регби, физическая работоспособность, девушки.

Современный спорт предъявляет высокие требования к спортсменам и тренировочному процессу. Всевозрастающая конкуренция требует повышения качества подготовки высококлассных мастеров. Регби является одним из популярных видов спорта среди юношей и девушек и требует достаточно высокого уровня развития физических качеств, профессиональных умений и навыков. Во время тренировочного процесса организм спортсменок испытывает колоссальные нагрузки. Ведущими системами являются центральная нервная и кардиореспираторная системы, нервно-мышечный аппарат, зрительный и двигательный анализаторы [2].

Целью исследования явилась оценка общей и специальной работоспособности девушек, занимающихся регби. В эксперименте, проведенном на базе Центра олимпийской подготовки, приняли участие 7 регбисток 16 лет, имеющих массовые спортивные разряды. Для определения уровня общей физической работоспособности (PWC_{170}) использовался Гарвардский степ-тест, затем расчетным методом были определены ИГСТ, МПК в абсолютном и относительном значении [1]. Для определения уровня специальной работоспособности были проведены тест «Illinois» и подача мяча на месте способом «swing» [2].

Показатель PWC_{170} в абсолютном значении варьировал от 1114 до 1578 кГм/мин ($1346,2 \pm 232$). Это соответствует высокой оценке физической работоспособности. Величина PWC_{170} в относительном значении составила от 18,8 до 25,4 кГм/мин/кг ($22,1 \pm 3,3$), что также соответствует высокой оценке. Показатель МПК в абсолютном значении находился в диапазоне от 3,1 до 3,9 л/мин ($3,5 \pm 0,4$), в относительном – от 51,7 до 64,1 мл/мин/кг ($57,9 \pm 6,2$). Данные результаты соответствуют высокому уровню работоспособности. Показатель ИГСТ изменялся от 123,3 до 159,7 у.е. ($141,5 \pm 18,2$). Он соответствует отличной оценке общей выносливости и способности к восстановлению [1].

При подаче мяча на месте способом «swing» из 5 попыток в цель он попал $2,3 \pm 1,6$ раза. Это является средним показателем для данной возрастной группы. Результаты теста «Illinois» изменялись от 18,1 до 19,7 с ($18,9 \pm 0,8$), что соответствует среднему уровню подготовленности девушек, занимающихся игровыми видами спорта [2].

Исходя из полученных результатов, можно сделать заключение, что общая физическая работоспособность девушек 16 лет, занимающихся регби, равна таковой у тренированных женщин. Показатели же специальной работоспособности находятся на уровне средних значений для своей возрастной группы.

Литература:

1. Швыдченко И.Н. Физиология спорта: рабочая тетрадь / И.Н. Швыдченко, Е.М. Бердичевская, М.В. Малука и др. – 3-е изд., испр. и дополн. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 85 с.
2. Антонов Е.И. Регби. Настольная книга детского тренера. Этап спортивного совершенствования. 16-18 лет [Текст]: метод. пособие / Е.И. Антонов, Н.А. Ватошкин; Федер. центр подгот. спортив. резерва. – М.: ФЦПСР, 2012. – 166 с.

ВЛИЯНИЕ СПЕЦИФИКИ ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ПРИ ЗАНЯТИИ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ

Ю.В. Баратян

Научный руководитель доцент Л.В. Катрич

Аннотация. В работе представлены результаты развития двигательных способностей юных гимнасток в зависимости от специфики построения тренировочного процесса разными тренерами.

Ключевые слова: художественная гимнастика, скоростно-силовые способности, девочки, тренер.

Начальный этап полового развития является сложным периодом для всего организма, как для дальнейшего развития всех функциональных систем, так и для освоения, развития, формирования и стабилизации двигательных способностей ребенка [2]. Знание физиологических основ развития физических качеств, правильный методологический подход к подбору физических упражнений для юных гимнасток обеспечат рациональное построение тренировочного процесса и явится залогом успешности обучения [1,3].

Исследования проводили на базе МБОУ ДОД ДЮСШ № 8 МО г. Краснодар. В обследовании принимали участие девочки 10-11 лет, занимающиеся художественной гимнастикой у трех разных тренеров, три группы по 10 человек. О развитии скоростно-силовых способностей судили по результатам выполнения следующих упражнений: исходное положение лежа на спине, сед углом с максимальным разведением ног (за 10 сек) (упр. 1); прыжки с двойным вращением скакалки вперед (за 10 сек) (упр. 2); сгибание разгибание рук в упоре лежа (упр. 3); бег 20 м (упр. 4). Начальный этап исследований показал, что по результатам выполнения всех упражнений между группами достоверных различий не зарегистрировано ($p \geq 0,05$). По истечении годового тренировочного цикла скоростные способности (упр. 4) в группах 1 и 3 увеличились на 8 и 9% соответственно, при $p \leq 0,05$, а в группе 2 данный показатель стал хуже в среднем на 0,2 секунды. Результат выполнения второго упражнения у юных гимнасток всех трех групп улучшился в первой группе на 16,4%, во второй – на 31,7%, в третьей – на 16,3%. В упражнении сгибание разгибание рук в упоре лежа, самый высокий прирост показателя получен в 3 группе. В начале исследований результат составлял $12 \pm 0,89$ раз, по окончании исследований $14 \pm 0,65$ раза за 10 секунд ($p \leq 0,05$). Юные гимнастки первой группы в данном упражнении результат увеличили на 11,6%, а у спортсменок второй группы показатель имел тенденцию к снижению с $11,4 \pm 0,57$ раза, до $10,8 \pm 0,87$ раза, однако различия не достоверны ($p \geq 0,05$). Эффективность выполнения первого упражнения показала, что в первой группе показатель увеличился на 19%, в группе второго тренера отмечено снижение результата с $8,1 \pm 0,37$ до $7,1 \pm 0,22$ раза, в третьей группе по истечению года проведения тренировочных занятий результат в данном упражнении не изменился.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что специфика и методические особенности построения тренером тренировочного процесса оказывают влияние на степень прироста результативности скоростно-силовых способностей при занятии художественной гимнастикой с девочками 10-11 лет.

Литература:

1. Винер-Усманова И.А. Теория и методика художественной гимнастики. Артистичность и пути ее формирования / Е.С. Крючек, Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина. – М.: Спорт, 2015. – 120 с.
2. Карпенко Л.А. Основы спортивной подготовки в художественной гимнастике: учебное пособие / Л.А. Карпенко. – СПб.: Из-во СПбГАФК, 2000. – 40 с.
3. Художественная гимнастика: учебник / под ред. Л.А. Карпенко. – М., 2003. – 382 с.

СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ВЕРТИКАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ КАК ПРОЯВЛЕНИИ АДАПТАЦИИ В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА

К.А. Булимов, К. Акуабу

Научный руководитель профессор Е.М. Бердичевская

Аннотация. Проведен анализ современной литературы с целью выяснения мнения о роли вертикальной устойчивости в адаптации организма спортсмена в игровых видах спорта (волейбол и регби). Результаты анализа свидетельствуют об ограниченности и разнообразии мнений и в то же время о признании важности исследования устойчивости в поддержании равновесия в вертикальной позе как в статическом, так и в статодинамическом режиме.

Ключевые слова: регби, волейбол, квалифицированные спортсмены, стабиллография, вертикальная устойчивость.

Анализируя научную литературу XIX века, можно прийти к выводу, что спортивные физиологи, биомеханики, специалисты по теории и методике физической культуры и спорта все чаще переключают внимание с исследований спортивной техники (иначе двигательных навыков) через изучение закономерностей формирования отдельных локомоций (движений) на оценку механизмов и проявлений формирования отдельных поз. Это связано, прежде всего, с появлением отечественной компьютерной стабиллографии – количественной методики, позволяющей оперативно регистрировать и, соответственно, анализировать качество поддержания устойчивости человека в разнообразных вариантах вертикальных поз [1, 2, 3]. Важность исследования умения поддерживать равновесие в различных двигательных ситуациях не подвергается сомнению и применительно к разнообразным спортивным играм, так как априори вертикальная поза – это базовый стержень, на который опираются все технические действия в любом виде спорта. В игровых видах спорта спортсмен обязан выполнять финты, броски мяча в цель, передвижения с мячом по сложным и быстроизменяющимся траекториям с высокими ускорениями, поворотами и торможениями.

Анализ литературных данных показывает, что устойчивость вертикальной позы в стандартных тестах у спортсменов различных видов спорта выше, чем у неспортсменов [2]. Однако наибольшее преимущество спортсмены имеют в тестах, моделирующих реальные действия и учитывающих их специфику в избранном виде спорта [1, 2]. В то же время исследования особенностей функции равновесия в статическом и статодинамическом режиме у квалифицированных регбистов и волейболистов, спортивная техника которых своеобразна и сложна, в литературе практически отсутствуют, хотя, несомненно, перспективны как для теории, так и для практики спорта.

Литература:

1. Бердичевская Е.М. Применение стабиллометрии для анализа функции равновесия у спортсменов / Е.М. Бердичевская // Журнал медико-биологических исследований. – 2017. – №1. – С. 93-95
2. Мельников А.А. Функция равновесия у спортсменов-борцов: монография / А.А. Мельников, А.Д. Викулов, М.В. Малахов. – Ярославль: РИО ЯГПУ, 2016. – 149 с.
3. Слива С.С. Стабилоанализатор «Стабилан-01» в спорте / С.С. Слива, А.С. Слива, Д.В. Кривец // Известия ЮФУ. Технические науки. Тематический выпуск. «Медицинские информационные системы»: материалы Всероссийской научно-технической конференции «МИС-2004». – Таганрог: ТТИ ЮФУ, 2004. – № 6. – С. 25-29.

**ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ
КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ СТРЕЛЬБОЙ ИЗ ЛУКА**

Е.М. Игнатенко

Научный руководитель доцент М.В. Малука

Аннотация. В работе представлен анализ данных функциональных возможностей центральной нервной системы (ЦНС) на основе показателей латентного времени двигательной реакции.

Ключевые слова: стрельба из лука, темперамент, устойчивость реакции, функциональные возможности.

Возрастающая планка достижений в профессиональном спорте с каждым годом усиливает аспект изучения факторов, которые влияют на подготовку спортсменов. Немалую роль играют индивидуально-типологические особенности спортсмена.

Индивидуальные особенности являются основными факторами, влияющими на подготовку профессиональных спортсменов к соревнованиям и их участие в тренировочном процессе. Тренер обязан учитывать множество факторов при подготовке спортсменов. Это могут быть как внешние факторы, так и внутренние, которые необходимо учитывать и анализировать для составления правильных методик подготовки спортсмена [1].

Тестирование проводилось с участием спортсменов, занимающихся стрельбой из лука на базе МБУ МОГК «Спортивная школа №2» г. Краснодар и МАУ СШ «Победа» г. Новороссийск. В тестировании приняли участие 20 спортсменов, имеющих звание кандидата в мастера спорта (КМС). Определяли функциональные резервы центральной нервной системы (ЦНС) по ее основным функциональным характеристикам с помощью методики тестирования зрительно-моторной реакции по Т.Д. Лоскутовой [2].

На основании результатов исследования были выявлены показатели устойчивости реакции (УР) и уровень функциональных возможностей (УФВ) ЦНС. Показатели УР для оценки уравновешенности нервных процессов в исследуемой группе составили $5,58 \pm 2$ у.е., что соответствует среднему уровню нормы показателей. Значения УФВ для оценки силы нервных процессов в исследуемой группе имели высокое значение, равное 165 ± 2 у.е., уровню нормы показателей. Опираясь на данные тестирования устойчивости реакции и уровня функциональных возможностей с учетом показателей латентного времени двигательной реакции (ЛВДР), были выявлены следующие типы темперамента: 40% составляют холерики; 30% – сангвиники и 30% – флегматики. На основании полученных данных были распределены типы темперамента спортсменов, обусловленные определенным набором характеристик и качеств личности спортсмена. Исследуемые показали высокие показатели работы нервной системы и уравновешенность характера. У спортсменов преобладали уверенность в себе и контроль за собственными эмоциями. В таком виде спорта, как стрельба из лука, данные качества играют большую роль в достижении наивысшего результата. Значимую роль в стрельбе из лука играет концентрация внимания, быстрое принятие решений и психологическая готовность, а также социальное влияние со стороны (тренера, соперников).

Литература:

1. Воробьева Е.А. Анатомия и физиология / Е.А. Воробьева, А.В. Губарь, Е.Б. Сафьянникова. – М.: Альянс, 2015. – 365 с.
2. Швыдченко И.Н. Физиология спорта / И.Н. Швыдченко, Е.М. Бердическая, М.В. Малука // Учебно-методическое пособие. – ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – 78 с.

ВЛИЯНИЕ ВЫСОКОИНТЕНСИВНЫХ ИНТЕРВАЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОК НА ИНТЕРЛЕЙКИН-6

Н.А. Князев

Научный руководитель доцент И.Н. Швыдченко

Аннотация. В работе анализируются современные литературные данные о влиянии высокоинтенсивных нагрузок на интерлейкин 6 (IL-6).

Ключевые слова: высокоинтенсивная интервальная тренировка, иммунитет, интерлейкин-6, метаболизм.

Высокоинтенсивная интервальная тренировка (англ. *high-intensity interval training*, *НИИТ*) характеризуется повторяющимися сессиями с относительно короткими (30–60 секунд), прерывистыми упражнениями, выполняемыми с максимальным усилием или с интенсивностью, близкой к максимальному поглощению кислорода (т.е. свыше 90% от МПК). Имеются данные, свидетельствующие о том, что высокоинтенсивные интервальные тренировки – это эффективное по времени упражнение, которое может быть лучше, чем более длительные упражнения с умеренной интенсивностью (например, бег или быстрая ходьба), для повышения физической формы и стимулирования метаболических адаптаций [4].

Последние исследования доказывают, что высокоинтенсивные интервальные тренировки значительно увеличивают содержание митохондрий в скелетных мышцах и максимальное потребление кислорода (МПК) [2]. Упражнения высокой интенсивности вызывают больший метаболический ответ, чем упражнения умеренной интенсивности, это проявляется в увеличении накопления внутриклеточного лактата, креатина и АМФ-активируемой протеинкиназы [2]. Высокоинтенсивная нагрузка вызывает более значительное повышение интерлейкина-6 (IL-6), чем упражнения низкой интенсивности, при одинаковом времени выполнения физической нагрузки, однако этот эффект недостаточен для того, чтобы вызвать острые системные противовоспалительные эффекты, которые проявляются после более длительной физической нагрузки [1]. Интервальные высокоинтенсивные тренировки улучшают также под воздействием IL-6 и чувствительность к инсулину [3].

Применение интервальных тренировок с высокой интенсивностью поможет улучшить метаболические параметры, такие как чувствительность к инсулину, с минимальными затратами времени, что может увеличить физическую тренированность и общее здоровье организма [3].

Литература:

1. Cullen T. Interleukin-6 and associated cytokine responses to an acute bout of high-intensity interval exercise: the effect of exercise intensity and volume / T. Cullen, A.W. Thomas, R. Webb, M.G. Hughes // *Appl. Physiol. Nutr. Metab.* – 2016. – Vol. 41. – №. 8. – P. 803-808.
2. MacInnis M. Physiological adaptations to interval training and the role of exercise intensity / M.J. MacInnis, M.J. Gibala // *J. Physiol.* – 2017. – Vol. 595. – №. 9. – P. 2915-2930.
3. Sarah R. Effect of high-intensity interval training on inflammation / R. Sarah, B.A. Sikkema // *Master of Science.* – 2011. – P. 47.
4. Zwetsloot K.A. High-intensity interval training induces a modest systemic inflammatory response in active, young men / K.A. Zwetsloot, C.S. John, M.M. Lawrence et al. // *J. Inflamm. Res.* – 2014. – Vol. 7. – P. 9-17.

ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ БОКСЕРОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ТРЕНИРОВКИ

Р.Р. Констанян

Научный руководитель доцент А.С. Гронская

Аннотация. Представленные материалы содержат сравнительный анализ измеренных функциональных показателей дыхательной системы боксеров и их индивидуальных должных величин. Установлено, что в период подготовки к ответственным соревнованиям, параметры внешнего дыхания спортсменов полностью соответствуют норме для их весовой категории и антропометрических параметров.

Ключевые слова: боксеры, функциональное состояние, дыхательная система, индивидуальные нормативы.

Актуальность изучения функционального состояния (ФС) дыхательной системы (ДС) спортсменов определяется наличием спорных моментов в оценке роли респираторных механизмов в адаптационных реакциях разной направленности. Кроме того, контроль этих параметров может быть использован на разных этапах подготовки для определения уровня тренированности и состояния здоровья в целом [1].

Целью проведенного эксперимента явилось измерение параметров ФС ДС боксеров (6 МС и 4 КМС) сборной команды Краснодарского края и сравнение их с должными индивидуальными нормативами в период подготовки к соревнованиям класса «А». Исследования проводили в зале бокса КГУФКСТ с использованием следующих методов: спирометрия, спирография, измерение частоты дыхания (ЧД). Далее расчетным способом определяли дыхательный объем (ДО), жизненный индекс (ЖИ) и должные значения показателей ДС [2].

Показатель ЧД ($12 \pm 1 \text{ мин}^{-1}$) указывал на слабовыраженное брадипноэ – признак экономизации работы ДС. В практике спорта более редкое дыхание является результатом увеличения ДО, который у обследованных нами боксеров был выше нормы для нетренированных лиц ($0,77 \pm 0,8 \text{ л}$). Потенциал роста ДО в процессе тренировки определяют жизненная емкость легких (ЖЕЛ) и жизненный индекс (ЖИ). Их величина ($4,4 \pm 0,4 \text{ л}$ и $65 \pm 8 \text{ мл/кг}$ соответственно) свидетельствовала о достаточной мощности аппаратов внешнего дыхания спортсменов. Показатель максимальной вентиляции легких (МВЛ), характеризующий действительное использование человеком возможностей ДС, соответствовал весовой категории и антропометрическим параметрам боксеров ($84 \pm 8 \text{ л/мин}$). В целом, все экспериментально измеренные значения достоверно не отличались от рассчитанных должных нормативов. Использованный нами индивидуальный подход в значительной степени решил проблему оценки и сравнения адаптационных перестроек ДС спортсменов разного соматотипа. Закономерные изменения показателей ДС соответствовали специфике избранного вида спорта. Высокий уровень ФС ДС боксеров далее был подтвержден успешными результатами на соревнованиях, в специально-подготовительном периоде подготовки к которым проводился эксперимент.

Литература:

1. Гронская А.С. Аэробная и анаэробная работоспособность боксеров в специально-подготовительном периоде тренировки / А.С. Гронская, Я.Е. Бугаец, К.А. Гандилян // Материалы IX Междунар. науч. практ. конф. (1 июня 2019 г., Красноярск) / под общ. ред. Т.Г. Арутюняна; СибГУ им. М.Ф. Решетнева. – Красноярск, 2019. – С. 31-34.
2. Швыдченко И.Н. Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности: учебно-методическое пособие / И.Н. Швыдченко, Е.М. Бердичевская, А.С. Гронская. – Краснодар, ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – 150 с.

ХАРАКТЕРИСТИКА ТИПОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ БАСКЕТБОЛИСТОВ РАЗНОГО ИГРОВОГО АМПЛУА

П.В. Лаврухина

Научный руководитель доцент Л.В. Катрич

Аннотация. В работе представлены результаты определения типа темперамента у баскетболистов разного игрового амплуа.

Ключевые слова: баскетбол, тип темперамента, игровое амплуа спортсмена.

Баскетбол относится к видам спортивной деятельности, в которой функциональное состояние центральной нервной системы играет первостепенное значение. Постоянно изменяющаяся моторная плотность и мощность работы, вариабельность игровой ситуации, большой объем зрительной, слуховой, двигательной информации, поступающей в высшие отделы мозга, предъявляют повышенные требования к способностям мозга быстро обрабатывать информацию, анализировать, сравнивать с имеющимися эталонами, принимать решения в короткий период времени, перестраивать двигательный стереотип и прогнозировать, экстраполировать дальнейший ход игры [3]. Функциональное состояние ЦНС оценивается по силе, уравновешенности, подвижности и лабильности процессов возбуждения и торможения, протекающих в высших структурах мозга [1]. Индивидуальные нейрофизиологические особенности баскетболиста определяют стратегию поведения, позволяют ему эффективно выполнять задачи в том или ином игровом амплуа на баскетбольной площадке. Баскетболисты разных позиций на площадке обладают разными психофизиологическими характеристиками [2].

Определение типологических особенностей проводили у спортсменов первой сборной команды КГУФКСТ по баскетболу «Прометей» методом анкетирования по Беловой А. (2015). В исследовании приняли участие 12 спортсменов, занимающих разные игровые позиции в команде. Результаты проведенных исследований показали, что среди спортсменов 50% имеют сангвинический тип темперамента, 41,6% – холерический тип и 33,3% относятся к флегматикам. Анализируя статус спортсмена по игровому амплуа, установлено, что два игрока центральной позиции имеют холерический темперамент, среди форвардов 50% сангвиников и 50% флегматиков, разыгрывающие должны иметь сангвинический тип ВНД, а фактически игроки команды имеют флегматичный и холерический тип темперамента. Баскетболисты команды по игровому амплуа – защитники в 50% случаев сангвиники, а остальные холерики и флегматики в равных соотношениях. Таким образом, только треть участников команды игроков вуза по темпераменту выполняют соответствующую данному типу ВНД игровую позицию.

Литература:

1. Катрич Л.В. Характеристика функциональных возможностей центральной нервной системы при занятии различными видами спорта / Л.В. Катрич, Я.Е. Бугаец, А.С.Гронская, А.В. Куракин // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2008. – №4. – С. 31-33
2. Поповская М.Н. Психофизиологические особенности баскетболистов разного амплуа / М.Н. Поповская, С.Н.Силантьев, И.И. Таран // Теория и практика физической культуры. – 2015. – №6. – С. 23-25.
3. Шогенов Р.Х. Роль темперамента в спорте / Р.Х. Шогенов, С.М. Ветлицкая // Международный студенческий научный вестник. – 2017. – № 6.

СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФИГУРИСТОК ПЕРИОДА ВТОРОГО ДЕТСТВА

П.О. Максимов

Научный руководитель доцент А.С. Гронская

Аннотация. В публикации представлены скоростно-силовые показатели фигуристок 8-10 лет в переходном периоде подготовки. Определена средняя высота прыжка, проведена сравнительная оценка полученных данных со спортивными нормативами данного возрастного периода. Установлено соответствие изученных характеристик возрастным нормативам.

Ключевые слова: фигуристки, скоростно-силовые качества, высота прыжка, сила отталкивания.

Скоростно-силовая подготовка является ключевым звеном в успешности выполнения прыжковых элементов на льду. Результативность «взрывных» усилий зависит от способности спортсмена быстро, максимально точно, экономично, относительно энергических затрат, проявлять их, а также от лабильности и скорости проведения нервных процессов [2]. Только при оптимальном взаимодействии этих систем можно говорить о развитии скоростно-силового компонента спортсмена. Для этого необходимо рационально построить учебно-тренировочный план занятий, работая на качество, а не на количество.

Целью данной работы явилось изучение скоростно-силовых особенностей у 12 представительниц «Спортивной школы фигурного катания на коньках и хоккея» 8-10 лет. Родители спортсменок дали письменное добровольное согласие на проведение исследования. Измерение проводилось в лаборатории регионального центра спортивной подготовки сборных команд Краснодарского края с помощью плиометрического мата «Fusion sport smart jump» [3].

Высота прыжка у обследуемых спортсменок в среднем значении составила $29,66 \pm 3,1$ см (минимальная – 25,83, максимальная – 35,49 см). Данный показатель является выше нормативных требований по фигурному катанию для девочек, занимающихся в учебно-тренировочной группе (26-27 см) [1]. Численное преимущество имели фигуристки с показателями выше нормативных – 58,3%, а подпороговые и пороговые составили – 41,6%.

В целом, проведенное исследование показало, что большинство фигуристок имеют оптимальный уровень развития скоростно-силовой подготовки и соответствуют нормативным требованиям учебно-тренировочной группы. Однако чуть меньше половины спортсменок имеют низкие показатели, что оставляет открытым вопрос о перспективе дальнейшего развития методики скоростно-силовой подготовки фигуристов.

Литература:

1. Абсалямова И.В. Фигурное катание на коньках: Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / И.В. Абсалямова, Е.В. Жгун, Л.С. Хачатуров. – М.: Советский спорт, 2006. – 154 с.
2. Городничев Р.М. Физиология силы. Монография / Р.М. Городничев, В.Н. Шляхтов. – М.: Спорт, 2016. – 232 с.
3. Fusion sport smart jump [Электронный ресурс]: Руководство по эксплуатации / Fusion sport: медиагруппа и ведущий производитель. Нью-Йорк., 2019. URL: <https://www.fusionsport.com/smartspeed-accessories/smartjump/> (дата обращения 16.12.19).

**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ТРЕБОВАНИЙ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫХ
К ТЕХНИКЕ ВЫПОЛНЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ С ПОЗИЦИИ АСИММЕТРИИ,
В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ И ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ**

Д.Э. Мокова, Т.В. Крайнова

Научный руководитель профессор Е.М. Бердичевская

Аннотация. Анализ таких видов спорта, как эстетическая и художественная гимнастика, выявил тенденцию к ужесточению требований к двусторонности двигательных действий спортсменок. При сравнении правил соревнований этих видов спорта (в диапазоне 2017-2020 гг.) установлено, что более строгие требования к симметрии двигательных действий для «эстеток», чем для «художниц».

Ключевые слова: эстетическая гимнастика, художественная гимнастика, симметрия двигательных действий, технические элементы, спортсменки.

Проблема симметрии – асимметрии с каждым годом во многих видах спорта встает все более остро, в том числе и в видах гимнастики [1]. В соревновательной эстетической гимнастике такие требования возникли с самого начала ее существования, но, начиная с 2017 года, в правилах соревнований появилось предписание, что композиция высококвалифицированных спортсменок должна содержать минимум 2 равновесия (поворота) в неудобную сторону и 2 прыжка на неведущую ногу. Однако в художественной гимнастике тенденция правил, требующих наличия двусторонности техники, возникла только в последние годы. Так, в соревновательной программе «художниц» (2019) появилось требование выполнять по одному техническому элементу из каждой подгруппы (равновесия, прыжки, повороты) на неведущую ногу [2, 3]. Поскольку многие девушки, заканчивающие карьеру в художественной гимнастике, пытаются переключиться в соревновательной деятельности на совершенствование в эстетической гимнастике, то многим из них очень сложно адаптироваться к условиям существования в новом виде спорта, где требования к асимметрии более строги.

Однако наши исследования показали, что среди мастеров спорта, закончивших свою спортивную карьеру в художественной гимнастике, практически 100% характеризуются выраженной моторной асимметрией – правшеством моторики рук и ног. При этом, как известно, к концу юношеского возраста профиль межполушарной асимметрии уже окончательно сформирован и коррекция его крайне затруднительна [1]. Последнее мотивировало тренеров на создание групп начального обучения с привлечением девочек периода I и II детства (5-7 лет). Такие группы были созданы одной из авторов более 6 лет назад. Разработана система тренировок, в которой значительную роль стали играть упражнения на развитие двусторонности действий, т.е. трансформацию правшества в амбидекстрию. Положительный многолетний опыт продемонстрировал эффективность ранней коррекции моторной функциональной асимметрии с учетом индивидуальных особенностей ребенка и перспективность углубленных исследований в этом направлении, имеющем как научное, так и практическое значение.

Литература:

1. Бердичевская Е.М. Функциональная асимметрия и спорт: Руководство по функциональной межполушарной асимметрии. Научное издание / Е.М. Бердичевская, А.С. Гронская. – М.: Научный мир, 2009. – С. 647-691.
2. Правила вида спорта «Художественная гимнастика»
https://www.minsport.gov.ru/2019/doc/PravilaHudGimnastik_2019.docx
3. Правила вида спорта «Эстетическая гимнастика»
https://vfeg.ru/doc/public/pravila_aest_gym_2017.pdf

УЧЕТ МОТОРНОЙ АСИММЕТРИИ ПРИ ВЫБОРЕ СПОСОБА ПЛАВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ СПОРТИВНОГО ОТБОРА

Г.М. Саакян

Научный руководитель доцент А.С. Гронская

Аннотация. В работе представлен анализ данных учета моторной асимметрии пловцов и его влияния на выбор способа плавания в процессе спортивного отбора.

Ключевые слова: спортивный отбор, плавание, моторная асимметрия.

Спортивный отбор и ориентация в процессе физического воспитания носят обязательный характер и являются главными мероприятиями, обеспечивающими определение направленности тренировочного процесса в зависимости от анатомо-физиологических и психологических особенностей спортсменов. В последнее время активно ведутся работы по обеспечению максимальной индивидуализации процесса отбора в каждой конкретной специализации. Моторная асимметрия (МА) является важной составляющей при выборе техники элементов. В частности, именно МА может играть важную роль при формировании способа плавания. Программа отбора на этап начальной подготовки по плаванию предполагает сдачу специфических нормативов. Одним из главных ориентировочных тестов является «работа ног в упоре кролем», т.к. это необходимо для создания горизонтального положения тела в воде и его продвижения вперед. Выбор данного способа обусловлен тем, что по традиционной методике обучения все спортсмены первоначально осваивают способы «кроль на груди» и «на спине», характеризующиеся попеременными асимметричными движениями ног и рук [1, 2].

В научных работах говорится о так называемой «двигательной избирательности», на основе которой детям, не владеющим техникой плавания, предлагается самостоятельно выбрать структуру движений конечностями тем способом, который им максимально удобен. Данную особенность ряд физиологов объясняет влиянием сложной организации межполушарной асимметрии, на основе которой и формируется двигательный портрет человека [1]. Результаты исследований Д.А. Лаврентьевой (2015) подтверждают, что дети с правым профилем моторной асимметрии выбирают в основном структуру движений ног способом «кроль на груди» и «на спине», тогда как дети с левым профилем или амбидекстры предпочитают больше технику способов «брасс» и «дельфин» [2]. Но, несмотря на это, программа отбора детей на специализацию плавания остается «традиционной».

Таким образом, учет МА играет важную роль в процессе спортивного отбора, т.к. позволяет учесть предпочтение каждого ребенка при выборе того или иного способа плавания и провести отбор более качественно. Рационально организованный учебно-тренировочный процесс с учетом моторной асимметрии позволит создать оптимальные условия для повышения эффективности технической подготовленности пловцов.

Литература:

1. Бердичевская Е.М. Координационные характеристики произвольных движений человека в связи с индивидуальным профилем асимметрии / Е.М. Бердичевская // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2004. – № 1-4. – С. 45-51.
2. Лаврентьева Д.А. Методика начального обучения плаванию детей младшего школьного возраста с учетом моторных асимметрий / Д.А. Лаврентьева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – №6 (124). – С. 114-118.

РОЛЬ ПОСТУРАЛЬНОГО БАЛАНСА И ОРИЕНТАЦИИ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Д.С. Седнев, А.С. Ипатов, Т.А. ТрEMBач

Научный руководитель доцент кафедры физиологии Е.С. Тришин

Аннотация. Изучение механизмов и особенностей регуляции постуральных систем представляет большой интерес в спортивной физиологии. Однако специальных исследований, посвященных проблеме поддержания постуральной устойчивости в спорте, недостаточно. В работе проводится анализ литературных сведений по данной проблеме.

Ключевые слова: постуральная устойчивость, вертикальная поза, спорт.

В XIX веке наиболее актуальной задачей физиологии движений в спортивной отрасли является изучение механизмов регуляции постуральной устойчивости. В исследования вовлекаются передовые данные из физиологии, биомеханики и т.д. [1].

К системе постуральной регуляции в практике спорта предъявляются высокие требования [3]. Это связано с тем, что спорт, прежде всего, ориентирован на достижение высоких результатов. Двигательная активность оказывает непосредственное влияние на уровень поддержания вертикальной позы [2].

Оценка постуральной устойчивости – актуальная проблема научных исследований, которая затрагивает множество аспектов спортивной деятельности [3]. Так, доказана взаимосвязь между способностью к поддержанию постурального баланса и риском травматизма [2]. Внедрение и совершенствование любого спортивного навыка основано, прежде всего, на адекватном постуральном контроле, реализующемся как при различных физических нагрузках, так и в условиях относительного покоя [1]. Ряд исследований показал, что существуют специфические особенности поддержания позы в зависимости от вида спорта, обусловленные особенностями локомоции в соревновательной и в тренировочной деятельности [3].

Большой интерес вызывают исследования, в которых показано, как утомление влияет на способность сохранять постуральный баланс человека [1]. Спортсмены высокого класса имеют более совершенные механизмы нивелирования постуральных отклонений тела, как в условиях локального, так и регионального утомления, по сравнению с не спортсменами [1].

В заключении хотелось бы отметить, что системное изучение механизмов и особенностей постуральных реакций человека со стороны спортивных физиологов, в купе с тренировочным штабом, является актуальной задачей и, несомненно, резервом в повышении результатов и минимизации травматизма.

Литература:

1. Бердичевская Е.М. Функциональные асимметрии в адаптации человека к экстремальным нагрузкам в настольном теннисе: монография / Е.М. Бердичевская, Е.С. Тришин. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 171 с.
2. Тришин А.С. Особенности постурального контроля у высококвалифицированных спортсменов в ситуационных видах спорта при воздействии латерализованных факторов // А.С. Тришин, Е.С. Тришин, Е.М. Бердичевская, Л.В. Катрич / Асимметрия. – 2015. – Т. 9. – №1. – С. 4-12.
3. Тришин Е.С. Стабилографический «портрет» высококвалифицированных регбистов / Е.С. Тришин, Е.М. Бердичевская, А.Ю. Соломяный // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Т-1. – С. 334-336.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА ЦИГУН КАК СРЕДСТВО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

А.А. Сеньюгин

Научный руководитель доцент Я.Е. Бугаец

Аннотация. В работе представлено обоснование применения дыхательной гимнастики цигун у лиц пожилого возраста. Рассмотрены особенности перестройки работы дыхательного аппарата, направленные на улучшение адаптационных возможностей стареющего организма и повышение качества жизни.

Ключевые слова: дыхательная гимнастика, пожилой возраст.

Функциональные изменения, которые возникают в организме людей пожилого возраста, характеризуются определенными признаками старения. Дегенеративно-дистрофические явления приводят к морфофункциональным перестройкам органов и систем. Биологические изменения генетически запрограммированы и сопровождаются развивающимися нарушениями гомеостаза, снижают адаптационные реакции организма и вызывают дестабилизацию жизненно важных функций.

Известно, что в процессе старения организма возникают существенные функциональные перестройки дыхательного аппарата. Нарушение эффективности внешнего дыхания сопровождается снижением показателей жизненной емкости легких, что связано с развитием ригидности грудной клетки, ухудшением работы дыхательной мускулатуры, эластичности легочной ткани и проводимости бронхов, развитием артериальной гипоксии. В результате наблюдается уменьшение резервного объема выдоха по сравнению с резервным объемом вдоха и увеличение остаточного объема.

Наиболее действенным средством, тормозящим инволюцию физических качеств у пожилых людей, является оздоровительная физическая культура [1]. Однако выполнение двигательной нагрузки требует увеличения энергетических затрат на вентиляцию легких, что может сопровождаться одышкой, медленным восстановлением частоты и глубины дыхания. Поэтому поддержание адаптивных механизмов у лиц данного возраста на достаточно высоком уровне возможно только при тщательном подборе объема и мощности физических нагрузок и контроле состояния функциональных систем. Кроме того, многие механизмы возрастных физиологических изменений остаются невыясненными и требуют научного обоснования. Саморегуляцию и активацию защитных сил организма пожилых людей при выполнении двигательной нагрузки статической и статодинамической направленности, сопряженной с дыхательными упражнениями, обеспечивает цигун-терапия [2]. Она обеспечивает общее расслабление мускулатуры, регуляцию дыхания, активизирует нервные процессы, не имеет возрастных ограничений, методологически доступна и может использоваться при любом функциональном состоянии.

Таким образом, применение метода цигун-терапии для лиц пожилого возраста может способствовать улучшению адаптационных процессов и качества жизни.

Литература:

1. Никольская Т.В. Особенности индивидуализации физической нагрузки на занятиях оздоровительной физической культурой с лицами пожилого возраста / Т.В. Никольская, В.П. Губа // Адаптивная физическая культура. – 2007. – № 1. – С. 12-16.
2. Шилько Т.А. Влияние китайской гимнастики цигун (ба дуань цзинь) на качество жизни пожилых женщин / Т.А. Шилько, Яцюнь Чжан, Чжаоци Ян, Е. Цяньюй // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 11. – С. 34-36.

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ СТАТУС ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ МАЛЬЧИКОВ 10-11 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПЛАВАНИЕМ

В.А. Серебряков

Научный руководитель доцент Л.В. Катрич

Аннотация. В работе представлены результаты влияния занятий плаванием на параметры респираторной системы детей 10-11 лет.

Ключевые слова: плавание, дыхательная система, дети, функциональные показатели дыхательной системы.

Снижение уровня физического развития, увеличение количества детей с отклонениями в состоянии здоровья являются актуальными вопросами современности. Занятия плаванием позволяют изменить сложившуюся ситуацию. Изучение функционального статуса дыхательной системы детей, занимающихся плаванием, является одной из первостепенных задач педагогов и тренеров, работающих в области физической культуры и спорта [1]. Знание параметров внешнего дыхания позволяет решать вопросы профессиональной ориентации в плавании, прогнозирования результативности, вопросы этапного отбора, допуска к оздоровительным и тренировочным занятиям, планирования объема и интенсивности мышечной нагрузки для детей, занимающихся плаванием [2]. Возраст 10-11 лет является базовым для дальнейшего бурного развития организма, поэтому тема исследований является весьма актуальной.

Исследования проводили в группе юных пловцов (20 мальчиков) возрастом 10-11 лет, занимающихся плаванием в детской юношеской школе №6 г. Краснодара в течение трех лет. О функциональном состоянии респираторной системы занимающихся судили по результатам выполнения проб Штанге и Генчи, показателям величин ЖЕЛ и ЧДД. Установлено, что у юных пловцов ЧДД в среднем по группе составила $17,6 \pm 0,96$, это на 16,8% меньше, чем у детей данного возраста, не занимающихся спортом, а снижение ЧДД более чем на 10% является признаком брадикардии [3]. Величина ЖЕЛ у юных пловцов составила $1,9 \pm 0,32$ л, что на 13% больше по сравнению с нормативными показателями для данного возраста. Результаты, полученные при выполнении функциональных проб с задержкой дыхания, не имели достоверных различий с нормативами для данного возраста.

Исходя из вышеизложенного можно констатировать, что занятия плаванием в возрасте 10-11 лет интенсивно стимулируют развитие функции внешнего дыхания и в меньшей степени активируют процессы адаптации организма к гипоксии в данном возрасте.

Литература:

1. Буйкова О.М. Функциональные пробы в лечебной и массовой физической культуре: учебное пособие / О.М. Буйкова, Г.И. Булнаева; ФГБОУ ВО ИГМУ Минздрава России, Курс лечебной физкультуры и спортивной медицины, Кафедра физического воспитания – Иркутск: ИГМУ, 2017. – 24 с.
2. Говорухина А.А. Особенности функционального состояния респираторной системы пловцов на разных этапах спортивной подготовки / А.А. Говорухина, Н.С. Ветколова // Вестник НВГУ. – 2017. – №1. – С. 74-76.
3. Грибанов А.В. Динамика физического развития младших школьников при различной организации двигательной среды / А.В. Грибанов, А.Э. Лопатин // Физиология развития человека: материалы Междунар. конф., посвящ. 55-летию Ин-та возрастной физиологии РАО, Москва, 27-30 нояб. 2000 г. / БГУФК; редкол.: М. Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – М.: НПО «Образование от А до Я», 2000. – С. 163-164.

ОБОСНОВАНИЕ ИЗУЧЕНИЯ ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ФУТБОЛИСТОВ

А.П. Шикло

Научный руководитель доцент Я.Е. Бугаец

Аннотация. В работе представлено обоснование исследования ортоградной позы футболистов различной квалификации, возможность использования усложненных тестов для характеристики формирования постуральных механизмов.

Ключевые слова: футбол, вертикальная устойчивость.

В ситуационных видах спорта важным фактором, влияющим на работоспособность спортсменов, является вертикальная устойчивость, обеспечиваемая мышечно-тоническими асимметриями опорно-двигательного аппарата. Повышение спортивного мастерства неразрывно связано с увеличением функциональных возможностей организма, в том числе и с совершенствованием координационных способностей, основанных на поддержании тела в пространстве. Это создает благоприятные условия для реализации сложных двигательных задач. При стабилографических исследованиях ортоградной позы спортсменов ситуационных видов спорта обнаруживается меньшая скорость колебания центра давления и более высокий интегральный показатель «качества функции равновесия» [1].

Футбол, один из наиболее распространенных ситуационных видов спорта, требует развития практически всех двигательных качеств, в том числе реализации функции равновесия. Это связано с постоянным изменением положения тела в пространстве при выполнении вращательных движений, противоборстве с соперниками, работе с мячом, а также многочисленными падениями. Вертикальное положение футболист поддерживает за счет особенного расположения и направления конечностей и головы. Половины туловища занимают асимметричное положение, распределяется сила тяжести верхней и нижней частей тела. При исключении зрительного контроля наблюдается смещение центра тяжести влево, что связано с выполнением опорной функции левой ноги.

Таким образом, высокий уровень тренированности и адаптации рецепторов вестибулярной системы в данном виде спорта не позволяет эффективно оценивать ортоградные характеристики с помощью простых тестов. Необходимо учитывать сформировавшиеся асимметрии функций футболиста, сформированные в ходе сложнокоординационной деятельности. Для качественной статокинетической оценки целесообразно использовать усложненные специфические тесты, которые имеют большую статическую нагрузку, сопровождаются зрительной депривацией [2]. Представляется актуальным также изучение физиологических механизмов постурального контроля у футболистов различной квалификации, так как они характеризуются качественными различиями тренировки проприоцептивной системы [3].

Литература:

1. Зинурова Н.Г. Показатели статокинетической устойчивости спортсменов при адаптации к сложнокоординационным нагрузкам // Человек. Спорт. Медицина. – 2011. – № 26 (243). – С. 127-130
2. Назаренко А.С. Регуляция равновесия тела на фоне вестибулярного раздражения у футболистов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 1 (131). – С. 157-160.
3. Наумов А.А. Падения в футболе: причины, специфика, ошибки игроков / А.А. Наумов // Уч. записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 7. – 125 с.

РОЛЬ ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫХ СВОЙСТВ ЧЕЛОВЕКА В СПОРТИВНОЙ ПРАКТИКЕ

В.Ю. Яновский, Т.А. Трембач, Э.И. Чуйкова
Научный руководитель доцент Е.С. Тришин

Аннотация. В работе представлен анализ пространственно-временных свойств человека и их влияния на спортивную деятельность. У спортсменов способность к субъективному отчету времени и пространства лежит в основе результативности их деятельности.

Ключевые слова: время, пространство, аутохронометрия, спортсмены.

Вся деятельность человека подчинена законам времени и пространства, с которыми связана реализация разных физиологических процессов [1]. Восприятие, анализ и интерпретация времени играют значительную роль в характеристике состояния организма, определении адаптивной способности, а также лежат в основе успеха и результативности большинства видов деятельности [2].

Особое место эндогенный отчет времени занимает в спорте. Например, по индивидуальной минуте человека судят об адаптации [1]. Показано, что люди с высокой адаптацией к нагрузкам (физическим, интеллектуальным, эмоциональным) способны «растягивать» время [2]. Различные факторы эндогенной и экзогенной природы оказывают влияние на временную организацию человека. Так, установлены некоторые половые, возрастные, психофизиологические особенности восприятия времени человеком, влияющие на спортивные результаты [3].

На данный момент механизмы биологического пространства изучены лучше, чем времени, но исследований в области спорта недостаточно. Оптимально действующая навигационная система мозга способна улучшить различные аспекты подготовки спортсменов на всех этапах [1]. Чувство пространства помогает ориентироваться в бассейне, на беговой дорожке, ринге, а также оценивать свое положение тела и расстояние до объекта [2]. Несомненно, это чувство крайне необходимо в различных видах спорта.

Таким образом, на современном этапе развития науки необходимо изучение единой пространственно-временной организации человека [3]. Данные психофизиологические свойства могут изменяться под действием целенаправленного тренировочного процесса, тем самым адаптируя организм к специфическим условиям деятельности. Исходя из этого, спортивная хронотопобиология представляет собой значительный резерв повышения результативности.

Литература:

1. Тришин Е.С. Особенности пространственно-временных качеств спортсменов, специализирующихся в ситуационных видах спорта / Е.С. Тришин, Л.В. Катрич, Е.М. Бердичевская, О.А. Кобзев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – №2. – С. 68-73.
2. Тришин Е.С. Пространственно-временная организация спортсменов-фехтовальщиков в зависимости от индивидуального профиля асимметрии / Е.С. Тришин, Е.М. Бердичевская, Л.В. Катрич, А.А. Голубева // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. – 2019. – Ч. 1. – С. 337-339.
3. Романов Ю.А. Общие положения теории пространственно-временной организации биологических систем / Ю.А. Романов // Вестник РАМН. – 2002. – №4. – С. 13-17.

КАФЕДРА УПРАВЛЕНИЯ В СПОРТЕ И ОБРАЗОВАНИИ

УДК: 796.075

СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОГО КЛУБА

К.Я. Айдаев

Научный руководитель доцент Л.А. Гремина

Аннотация. Организационные и социально-экономические аспекты функционирования профессиональных футбольных клубов являются предметом исследования в данной работе.

Ключевые слова: менеджмент профессионального спортивного клуба, управленческое решение, спортивная организация, экономические аспекты деятельности, организационные аспекты деятельности.

Спортивные клубы России в процессе своего становления и на современном этапе своего развития все больше уходят от госфинансирования в сторону частного владения, привлекают к спонсорству крупные частные корпорации. Спортивные клубы вынуждены серьезным образом подходить к вопросу соответствия инфраструктуры клуба требованиям зрителей и болельщиков. Это вынуждает делать крупные вложения в модернизацию и развитие инфраструктуры, что, конечно же, отражается на экономических аспектах деятельности профессиональных клубов. Плачевное положение дел в области организации и управления профессиональными клубами, насколько нам дано судить, определяют две категории причин. Объединенные в первую группу причины обусловлены тем, что в российском обществе стадии изменения системы общественного устройства взаимосвязаны с началом перестроек в наиболее изученной сфере, которая включает в себя и финансовые механизмы, и подготовку кадров, и преобразование структуры управления. Объединенные во вторую группу причины обусловлены самым прямым образом вариантами предшествующего периода развития российской физической культуры и спорта. Возникновение измененной экономической действительности стало причиной незамедлительного принятия нормативно-правовых актов, на которые возлагалась функция управления хозяйственной деятельностью организаций, относящихся к сфере физической культуры и спорта [1].

Для того чтобы усовершенствовать всю систему регулирования и управления спортом, необходимо: создание финансового фонда как системы перераспределения средств по горизонтали и вертикали; максимально развивать и укреплять сотрудничество со средствами массовой информации; осуществить принятие мер поддержки со стороны главной спортивной организации страны; осуществлять более тесное сотрудничество между федерациями неолимпийских видов спорта [2].

Предметом особого внимания в нашей работе стали особенности функционирования профессиональных футбольных клубов. Во многом эффективная работа профессионального футбольного клуба зависит от объема финансирования. Стабильные поступления денежных средств делают работу футбольных клубов планомерной и результативной. Однако далеко не все клубы, даже показывающие весьма внушительные игровые результаты как в национальном первенстве, так и на международной арене, могут похвастаться достаточным и регулярным финансированием.

Литература:

1. Воронин П.Ю. Организационно-экономический механизм деятельности профессиональных спортивных клубов: дис. ... канд. эконом. наук: 08.00.05. – 2006. – 161 с. – Режим доступа: <https://dissercat.com/content/organysazyonno-economizeskiy-mehanizm-deyatel-nosty-klubov/>

2. Алешин В.В. Совершенствование экономического механизма в сфере физкультуры и спорта в условиях перехода к рынку. – М.: ТЕИС, 2014. – С. 14-16.

ФОРМИРОВАНИЕ ФУТБОЛЬНОГО ПРАВА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

О.А. Акулов

Научный руководитель доцент С.С. Воеводина

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы развития нового направления в рамках спортивного права – футбольного права, которое можно трактовать как совокупность правовых норм, регулирующих систему управления национальным и международным футболом.

Ключевые слова: футбол, футбольное право, спортивное право, нормативная регламентация, спортивное движение.

В современных условиях развития спортивной отрасли и после проведения чемпионата мира по футболу FIFA-2018 в России можно говорить о такой социально значимой сфере, как футбол – популярной командной спортивной игре.

Перспективы функционирования футбольного движения связаны с его нормативной регламентацией. В литературе отмечается, что футбольное право – это новейшее направление юриспруденции в рамках спортивного права [1].

К источникам футбольного права можно отнести Закон о спорте, определяющий организационно-правовые и социально-экономические основы физической культуры и спорта; законы о проведении чемпионата мира по футболу, постановления Правительства России о финансировании футбольных мероприятий в рамках чемпионата мира по футболу; ведомственные акты Министерства спорта России, международные документы (Спортивная хартия Европы, 1992 г.; Европейский манифест «Молодые люди и спорт», 1995 г.; рекомендация Европейского совета «Молодежь и спорт высших достижений», 1996 г.; Декларация «Спорт, терпимость и чистая игра», 1996 г.) [1].

Следует напомнить о закрепленном в Законе о спорте принципе сочетания государственного регулирования спортивных отношений с саморегулированием их спортивными организациями [3]. Это дает возможность спортивным федерациям разрабатывать регламенты спортивных соревнований, правила видов спорта, определять условия переходов спортсменов, тренеров в другие спортивные клубы [2].

В сфере футбола широко применяются нормативные акты футбольных организаций, а также акты саморегулирования системы внеправовой нормативной регламентации в области спорта – *Lex Sportiva*. К ним относятся: Устав общероссийской общественной организации «Российский футбольный союз» (далее – РФС), 1992 г.; положения РФС о паспортизации футболистов, сертификации стадионов.

Наличие такого массива документов предполагает их систематизацию, устранение несогласованности между ними, устранению пробелов и создания новых норм в сфере футбольных отношений, что связано с необходимостью развития футбольного права.

Литература:

1. Алексеев С.В. Футбольное право: источники регулирования отношений в сфере футбола / С.В. Алексеев // Спорт: экономика, право, управление. 2015. – № 3. – С. 5-13.
2. Гетман Е.П. Экономика и право в спорте и образовании / Е.П. Гетман, Л.А. Гремина, С.С. Воеводина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 137 с.
3. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 02.08.2019) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pravo.gov.ru>.

ЛЬГОТЫ МАЛОМУ БИЗНЕСУ КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ИХ РАЗВИТИЯ**Л.Ю. Бескова****Научный руководитель доцент Е.П. Гетман**

Аннотация. В тезисах анализируются льготы, предоставляемые государством частному бизнесу, направленные на улучшение состояния экономики.

Ключевые слова: налоговые льготы, предприниматель, бизнес.

Сегодня в России более двадцати миллионов человек входят в категорию трудоспособного возраста, но при этом они официально не работают и не состоят на государственном налоговом учете. Поэтому государство выдвигает ряд мер, для того чтобы граждане могли самообеспечить себя. Следовательно, государством предпринимаются серьезные усилия, чтобы появлялась возможности вести малый бизнес легально и открыто, с одной стороны, и реализовать функцию налогоплательщика – с другой стороны. На сегодняшний день в России согласно законодательству к малому бизнесу относят бизнес с ограниченной законом численностью. И государство больше поддержки предоставляет именно для развития малого бизнеса. Рассмотрим налоговые льготы для субъектов малого и среднего предпринимательства на 2019 г. Государство предлагает несколько систем налогообложения:

1. Упрощенная система налогообложения (УСН) – лимит годовой выручки на текущий 2019 г. определен в размере не более 150 млн. руб. Также установлен лимит персонала, который определен не более 100 человек.

2. Единый налог на вмененный доход (ЕНВД). В этой системе налогообложения отсутствует параметр годового лимита выручки. Что касается персонала, то его количество не должно превышать 100 человек.

3. Патентная система налогообложения (ПСН). В этой системе определен режим работы, направленный на индивидуальных предпринимателей (ИП). Их численность персонала должна быть не более 15 человек. Лимит доходов – не превышает 60 млн. руб.

С 2016 года для плательщиков ЕНВД и УСН появилось право установления на принадлежащей им территории еще более низкой налоговой ставки, чем вообще предусмотрено этими режимами [1]. А для индивидуальных предпринимателей, которые впервые зарегистрировались с 2015 по 2020 гг. в течение двух лет, действует право работать в условиях «налоговых каникул», под которыми закон определяет время, в течение которого действуют льготы, освобождающие от налогов. Льгота действует для пользователей системы УСН И ПСН. В законе о «налоговых каникулах» есть ряд условий, которое необходимо пройти для получения на 2 года льготы для ИП, и в каждом из регионов они различны. Для предпринимателей-инвалидов и пенсионеров действуют льготы как и для ИП. Например, инвалидам всех групп или пенсионерам можно применять такие режимы налогообложения, как: УСН, ЕНВД, что помогает оплачивать налоги по заниженным ставкам. А для пользователей систем ЕНВД и ПСН в 2019 г. существует право на применение налогового вычета (в размере расходов) [2].

Таким образом, в 2019 году есть много налоговых льгот ИП, которые могут воспользоваться бесплатной поддержкой от государства при официальной регистрации. Подобными методами государство помогает развитию малого бизнеса.

Литература:

1. Льготы для малого бизнеса в 2019 г. [Электронный ресурс]. – URL <https://www.regberry.ru/malyy-biznes/>

2. Наш советник. [Электронный ресурс]. – URL <https://nsovetnik.ru/ip/nalogovye-lgoty-dlya-ip/>.

УПРАВЛЕНИЕ СИСТЕМОЙ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

Д.В. Бугаев, С.В. Кардашян

Научный руководитель доцент Е.П. Гетман

Аннотация. В исследовании анализируются функции управления системой спортивных соревнований. Анализ современных подходов к управленческой деятельности позволяет сделать вывод, что вне зависимости от вида спорта и соревнования функции управления реализуются в любой спортивной организации независимо от размера, организационно-правовой формы, вида товара/услуги/ спортивного соревнования.

Ключевые слова: функции управления, спортивная организация, спортивные соревнования.

Под спортивным соревнованием со времен Древней Греции понимается состязание/соперничество людей в игровой форме в целях определения преимуществ в степени физической подготовленности. Кроме того, спортивные соревнования являются, как правило, ярким, взрывным и эмоциональным зрелищем для всех любителей спорта. Вне зависимости от масштаба спортивного соревнования – международное, всероссийское, региональное либо местного уровня – его требуется организовать по требованиям правил проведения соревнований и других организационно-образующих документов и с учетом требований спортсменов и зрителей/болельщиков. Важным инструментом, напрямую влияющим на управление при проведении спортивного соревнования, становится реализация функций управления. Под системой управления или в современном выражении под системой менеджмента в теории понимается «такая система, в которой реализуются функции управления (менеджмента)» [2]. Функции менеджмента – это направления управленческой деятельности, которые позволяют осуществлять управленческое воздействие. В научной литературе существуют различные точки зрения как на сами функции менеджмента, так и на их количество. Охарактеризуем реализуемые при проведении спортивных соревнований основные функции:

- организация – целенаправленная деятельность по созданию новых или реорганизации функционирующих систем, отвечающих требованиям окружающей среды;
- планирование – процессная деятельность, направленная на формирование и развитие системы спортивного соревнования посредством проработки разного рода как стратегических, так и тактических планов;
- мотивация – разработка системы стимулов, направленных на персонал и побуждающих их к эффективной деятельности в соответствии с планами и проектами;
- контроль – наблюдение за процессами, протекающими в спортивных соревнованиях менеджмента, выявление отклонений фактических данных от планируемых показателей;
- координация – обеспечение согласованности в работе спортивной организации [1].

Таким образом, в российской экономике менеджмент решает важные задачи по развитию спортивной отрасли, организации системы спортивных соревнований по мировым и европейским стандартам.

Литература:

1. Гетман Е.П. Экономика и право в спорте и образовании / Е.П. Гетман, Л.А. Гремина, С.С. Воеводина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 154 с.
2. Зубарев Ю.А. Экономика физической культуры и спорта / Ю.А. Зубарев, А.А. Сучилин. – Волгоград, 2000. – 255 с.

ОСОБЕННОСТИ ЯПОНСКОЙ МОДЕЛИ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТОМ

Н.О. Букреева

Научный руководитель доцент Е.П. Гетман

Аннотация. В тезисах анализируется подход к развитию массового спорта в такой стране, как Япония, что позволяет сформулировать вывод о необходимости изучения японского опыта в поддержке и развитии спорта на национальном уровне.

Ключевые слова: японская модель, управление спортом, государственная политика, здоровье нации.

Для жителей Японии спорт является одним из основных факторов здоровой нации. Япония продолжительное время являлась закрытой страной, поэтому в ней развивались только национальные виды спорта: боевые искусства [1]. Исследователи считают, что Япония находится на лидирующей ступени по показателю продолжительности жизни. Здоровое население является основой хорошо развитого государства. Это порождает существенный интерес к ознакомлению с системой здравоохранения Японии и развития спорта [1, 2]. Управлением спортивной деятельности в Японии занимается Министерство образования, культуры, спорта, науки и технологий (Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology, МЭХТ). Страна прилагает значимые усилия для поддержания развития спорта, а именно осуществляет возможность занятий спортом для детей, содействие в проведении спортивных мероприятий людей различных категорий, улучшения условий в тренажерных залах и повышения конкурентоспособности спортсменов на различных уровнях соревновательной деятельности. Так, в школьную образовательную программу в данный момент времени включены тематические занятия спортом в неделю. Для осуществления этого в школах создаются обязательные для посещения спортивные секции практически по всем видам спорта. К традиционным японским видам спорта добавились и европейские, такие как: футбол, волейбол, баскетбол, плавание и т.д. [1, 2]. Одиннадцать лет назад министерство Японии провело национальное исследование по показателям физической и спортивной подготовки всего населения. В его результате было принято решение о разработке новой системы принципов по осуществлению политики в области спорта, также увеличено количество академических часов по физическому воспитанию в школах, финансирование спортивных школ и спортивных секций в общеобразовательных школах.

Таким образом, за счет привлечения к занятиям спортом с раннего возраста руководству Японии удастся улучшить отношение учеников старшей школы и студентов к спорту. Государство не только финансирует развитие спорта в стране, но и занимается пропагандой занятий спортом для всех уровней населения, проводя мероприятия и формируя большое количество спортивных клубов. Японская система управления спортом может служить примером для российской управленческой модели. А именно, российскому государству необходимо, по возможности, уделять большее внимание спортивной отрасли, развивая данное направление среди всех категорий населения и тем самым показывать заинтересованность в здоровье всей нации.

Литература:

1. Гетман Е.П. Экономика и право в спорте и образовании / Е.П. Гетман, Л.А. Гремина, С.С. Воеводина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 137 с.
2. Талызов С.Н. Японская система управления моделью физической культурой и спортом [Электронный ресурс]. – URL: http://Vuzirossii.ru/publ/juaponskaya_model_upravlenjia_fizicheskoy_kulturoj_i_sportom/

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ УСЛУГА КАК ЭКОНОМИЧЕСКОЕ БЛАГО**Д.И. Бушуева****Научный руководитель доцент Е.П. Гетман**

Аннотация. Образовательные учреждения оказывают образовательные услуги, которые в тезисах рассматриваются как экономическое благо, то есть способ удовлетворения потребностей не только личности, но также общества и в целом государства.

Ключевые слова: образовательная услуга, благо, образовательное учреждение.

Для того чтобы рассматривать образовательную услугу как экономическое благо, необходимо определиться с этим понятием. По утверждению Бурденко Е.В., под образовательной услугой понимается «...полезный вид труда, непосредственно удовлетворяющий потребности людей в образовании и как материально-вещественный продукт, который дает возможность самостоятельно удовлетворить образовательную потребность каждого (учебники, учебные программы)» [1]. Исходя из понятия, можно сделать вывод, что образовательную услугу составляют такие компоненты, как «исполнитель», оказывающий услугу; материальные продукты и сам «заказчик» данной услуги.

Разберем составляющие образовательной услуги, оказываемой в образовательном учреждении «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» (КГУФКСТ): 1. Исполнители. В вузе работают квалифицированные преподаватели: 3 заслуженных учителя России, 11 заслуженных тренеров России, 36 докторов наук и профессоров, 15 почетных работников высшего профессионального образования России, 144 кандидата наук и доцента. Это обеспечивает грамотное планирование учебных занятий, разработку новых методик обучения, способствующих решению нестандартных задач и лучшему усвоению информации студентами. 2. Материальные продукты. В КГУФКСТ имеется библиотека с читальским залом, что обеспечивает комфортное самостоятельное изучение дисциплин, подготовку к сессиям/экзаменам, также важно отметить тот факт, что в ней достаточное количество книг, написанных вузовскими преподавателями, что помогает студентам рассмотреть проблемы дисциплин со стороны педагога и лучше понять материал. Помимо основной библиотеки университет имеет электронно-библиотечную систему, помогающую студентам получать новые знания, находясь дома или в другом любом удаленном месте. 3. Заказчики. В анализируемый вуз поступают люди, стремящиеся к достижениям в спорте, знающие, к чему они идут, и всегда подходящие ответственно к делу. Студенты стремятся к знаниям, что способствует увеличению продуктивности образовательной услуги. Среди выпускников КГУФКСТ много олимпийских чемпионов: Е. Ламонова, С. Бойко, В. Трегубов, Л. Чернова и другие чемпионы Европы и мира [2]. Такие достижения позволяют утверждать, что вуз дает хорошее образование, готовя достойных людей. Обучающиеся получают качественное образование, способствующее достижениям поставленных ими целей. Образование в этой сфере играет важную роль не только для студентов, но и для целого государства, когда на соревнованиях российские спортсмены отстаивают его честь и достоинство, что позволяет считать такое образование экономическим благом.

Литература:

1. Бурденко Е.В. Экономика знаний и интеграция российского образования в европейский рынок образовательных услуг / Е.В. Бурденко // Креативная экономика. – 2017. – 22 с.

2. Сайт КГУФКСТ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://kgufkst.ru/o-vuze/>

К ВОПРОСУ О ФИНАНСИРОВАНИИ РОССИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Р.А. Верещагин, А.В. Облизов

Научный руководитель доцент Е.П. Гетман

Аннотация. В современных российских условиях проблема финансирования образования стоит особенно остро. В тезисах, на основе проведенного анализа данных статистики финансирования образования, поднимается вопрос о необходимости повышения государственных расходов на российскую систему образования.

Ключевые слова: конституция, образование, финансирование, расходы.

Финансирование образования – комплекс условий и методов создания, разделения и применения финансовых средств образовательными учреждениями и органами просвещения для обеспечения благоприятных условий развития и улучшения системы образования. Статья 43 Конституции Российской Федерации провозглашает общедоступность и бесплатность таких видов образования, как: дошкольное образование; основное общее образование; среднее профессиональное образование. Также согласно статье 45 Конституции Российской Федерации студентам и учащимся может предоставляться государственная стипендия, бесплатные учебники и различные льготы [1].

На основе законодательства РФ источниками финансирования образования являются: госбюджет; финансовые средства от платных образовательных услуг; деятельность образовательных учреждений в научно-технической сфере и их продукты.

Приведем статистику финансирования образования. В общем, расходы в 2016 г. на образование составляли 50,7 млрд. рублей. Расходы на общее образование составили 27,2 млрд. руб.; на дошкольное образование 16,4 млрд. рублей; на среднее профессиональное образование, профессиональную подготовку, переподготовку и повышение квалификации 5,3 млрд. рублей; на молодежную политику и другие расходы 1,8 млрд. рублей. А в 2019 году в расходы на образование планировались в размере 47,5 млрд. рублей, из них: на общее образование 25,2 млрд. рублей; на дошкольное образование 14,8 млрд. рублей; на среднее профессиональное образование, профессиональную подготовку, переподготовку и повышение квалификации 5,6 млрд. рублей; на молодежную политику и другие расходы 1,5 млрд. рублей. Исходя из этих данных четко видно уменьшение финансирования образования, которое составляет 3,2 млрд. рублей [2, 3]. Однако несмотря на уменьшение финансирования образования наблюдается прирост обучающихся и студентов в образовательных учреждениях. Из этого вытекает проблема финансирования учебных заведений в настоящее время. С каждым годом финансирование образовательных учреждений уменьшается, что в свою очередь может привести к ухудшению системы образования и упадку качества полученных знаний в целом. Поэтому необходимо уделить большее внимание системе финансирования российского образования как основе его дальнейшего развития.

Литература:

1. Конституция Российской Федерации [Электронный ресурс]. – URL http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/
2. Гетман Е.П. Экономика и право в спорте и образовании: коллективная монография / Е.П. Гетман, Л.А. Гремина, С.С. Воеводина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 137 с.
3. Финансирование образовательных организаций [Электронный ресурс]. – URL https://studref.com/534893/pedagogika/finansirovanie_obrazovatelnyh_organizatsiy

УПРАВЛЕНИЕ СИСТЕМОЙ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

А.И. Галустьян

Научный руководитель доцент Л.А. Гремина

Аннотация. В работе рассматривается деятельность спортивных организаций в управлении и проведения спортивных соревнований.

Ключевые слова: управление соревнованиями, спортивные соревнования, спортивная организация.

Спортивные соревнования – это проведение состязаний среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спортивных дисциплин, с целью выявить лучшего участника, которое проводится организатором соревнований.

Главным аспектом повышения эффективности управления организацией и проведения спортивного соревнования является грамотное использование основных функций менеджмента (управления). Наиболее часто используемыми функциями в управлении спортивными соревнованиями являются:

- организация;
- планирование;
- мотивация;
- контроль;
- координация;
- маркетинг [1].

Управление спортивными соревнованиями желательно начинать с составления календарного плана. Календарный план включает в себя:

- 1) физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- 2) комплексные мероприятия;
- 3) соревнования по видам спорта.

Для организации и проведения спортивного мероприятия выделяют следующие аспекты:

- определить основные функции органов управления (директор, организатор соревнования);
- создать оргкомитет по подготовке к соревнованию;
- определить функции деятельности администрации различного уровня [2].

Также необходимым звеном в проведении соревнований являются спортивный врач и спортивный судья, которые назначаются для обслуживания данного мероприятия в соответствии с видом и масштабом соревнований. На сегодняшний день, для того чтобы организовать и провести современное спортивное событие, требуется профессиональная квалификация и знания в области спортивного менеджмента. Также организатором мероприятия необходимо действовать в условиях рыночной неопределенности и учитывать факторы экономического, культурного и психологического характера.

Таким образом, в спортивных соревнованиях решаются те же задачи, что и в физическом воспитании в целом. Необходимо применять функции менеджмента в процессе управления спортивными соревнованиями, так как они играют значительную роль в организации спортивного мероприятия. Для повышения популяризации данной отрасли среди населения, необходимо уделять большее внимание проблеме менеджмента в физической культуре и спорта.

Литература:

1. Переверзин И.И. Управление спортивными организациями. – М.: СпортАкадем-Пресс, 2012. – 98 с.
2. Печинкин А.В. Менеджмент в области физической культуры и спорта: учебное пособие. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт, 2010. – 115 с.

ПРОБЛЕМА СИСТЕМНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТЕ

Д.В. Жданова

Научный руководитель доцент Е.П. Гетман

Аннотация. В работе представлены и выявлены проблемы системной организации соревновательной деятельности в спорте. Даны рекомендации для их устранения.

Ключевые слова: спорт, соревнования, проблемы, система, организация.

В данное время очень большое внимание уделяется развитию и особенностям спорта, но больше всего соревновательной деятельности. При этом возникает множество проблем, которые связаны с трудностями формирования соревновательных программ. Главной проблемой является формирование системы соревновательной деятельности, выявление ее компонентов, а также структурных особенностей. Можно отметить, что в системе организации соревновательной деятельности в спорте недостаточно разработан понятийный аппарат, также некорректно использованы формы и содержание соревнований [3]. В сложнокоординированных видах спорта выявляется проблема повышения эффективности соревновательной деятельности, которые основаны на искусстве выполнения движений.

В формировании программ существует множество проблем, которые мешают качественной системе соревновательной деятельности. Выделим проблемную ситуацию. В процессе определенного периода подготовки к соревнованию, спортсмен накапливает возможности, а в дальнейшем пытается привести их к реализации. Как отмечается, в этот период спортсмен испытывает большие трудности в реализации своих возможностей. На данном этапе возникает проблема, которая мешает при подготовке к соревнованиям. Эта проблема является сложной структурой для спортсмена. Готовность спортсмена к соревнованиям, по мнению исследователей может быть связана с тактико-техническими действиями, психологической, физической подготовкой при участии мотивационного характера [1]. По нашему мнению, решение задачи непосредственного выхода на нужный уровень спортсмена на исполнительную фазу действия напрямую взаимосвязано с проблемой готовности к соревнованиям. Целесообразно рассматривать проблему готовности наряду с проблемой реализации возможностей в специальном соревновании. При подготовке программы важно уделять большое внимание многоуровневым системам, которые будут направлены на развитие у спортсменов различных качеств [2].

Рассмотрев данные проблемы, можно сказать, что для их решения потребуется постоянное обновление соревновательных программ, усиленный контроль за их составлением, а также освоение эмоционально-стрессовых рискованных упражнений и сверхсложных задач. При составлении программ важно учитывать психологическое состояние спортсмена, от него зависит успешность подготовки к соревнованию.

Литература:

1. Замятина М.Р. Проблемы и перспективы развития физической культуры в России // Инновационные педагогические технологии. – Казань: Бук, 2015. – С. 108-110.
2. Саяпина С.Г. Актуальные проблемы исследований в области физической культуры и спорта / С.Г. Саяпина // РЭУ имени Г.В. Плеханова. – 2017. – С. 162-167.
3. Хазова С.А. Актуальные проблемы и современное состояние научных исследований в сфере физической культуры и спорта / С.А. Хазова // Современные наукоемкие технологии. – 2016. – № 12-3. – С. 637-641.

ТЕХНИКА СПОСОБА СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ «БРАСС»

А.С. Зайцев

Научный руководитель доцент А.А. Ругина

Аннотация. В работе рассматривается значение соблюдения техники способа спортивного плавания «басс», входящие в нее циклы и фазы двигательного действия.

Ключевые слова: техника, движение, плавание, юные пловцы, цикл, фаза.

Основной, самой важной задачей спортсмена в плавании является прохождение дистанции при минимальных затратах во времени.

В условиях плавательного клуба на этапе начального обучения необходимо сформировать у юных пловцов понятие о правильной технике способа спортивного плавания «басс».

Именно соблюдение техники двигательного действия, по мнению В.Н. Платонова [1], является залогом наилучшего результата, наряду с развитыми скоростными способностями.

Наиболее рациональный способ выполнения определенных двигательных действий в данном виде спорта и называется техникой спортивного плавания.

Цикличность выполнения движений в способе плавания «басс» включает одно движение ногами, один вдох и выдох ртом и носом, симметричное и одновременное движение руками.

Особое значение в данном цикле имеет согласованное движение рук и ног. Выполнение движений одновременно правой и левой ногой симметрично дается воспитанникам гораздо труднее. Таким образом, во время рабочего движения ноги должны двигаться в стороны – назад – внутрь, описывая цикл. Наш опыт свидетельствует, что обучение рациональному дыханию в данной технике плавания является более легким в усвоении для юного пловца. На цикл движений рук и ног приходится один вдох и выдох.

Согласно методическому подходу в обучении технике спортивного плавания «басс», описанной В.Н. Платоновым [2], полный цикл движений состоит из четырех фаз:

1. Удар ногами;
2. Гребок руками;
3. Сведение рук около груди и вдох;
4. Выведение рук и сгибание ног.

Каждую из перечисленных фаз можно еще разбить на определенную технику, имеющую начало и преследующую свою цель.

Таким образом, очень важно на этапе начального обучения юного пловца обучить его соблюдению техники способа плавания «басс» и позволить получить быстрый результат ее освоения – преодолеть дистанцию с максимальной скоростью за минимальный промежуток времени.

Литература:

1. Платонов В.Н. Спортивное плавание: путь к успеху. – Книга 1. – М. Советский спорт, 2012. – 480 с.
2. Платонов В.Н. Спортивное плавание: путь к успеху. – Книга 2. – М. Советский спорт, 2012. – 544 с.

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ЭКОНОМИКИ СПОРТА В РОССИИ

Ю.М. Занина

Научный руководитель доцент Л.А. Гремина

Аннотация. Спорт стал полноценной отраслью экономики, куда вкладываются огромные инвестиции в развитие спортивных клубов, а так же инфраструктуры.

Ключевые слова: спорт, развитие, тенденция, Россия, экономика, ФКиС.

Спорт является важной отраслью российской экономики, и государство вкладывает в его развитие значительные финансовые средства. В последние годы экономика спорта в России перешла на новый виток развития после проведения ряда крупных соревнований: сочинская олимпиада в 2014 году принесла доход в казну в общей сумме 1,5 млрд руб. [1], а чемпионат мира по футболу 2018 года – 952 млрд руб. [2]

Сегодня наблюдается тенденция к усилению конкуренции за бюджетное финансирование спортивной отрасли, и ее растущая коммерциализация приводит к тому, что спортивные организации переходят в режим самофинансирования. В спортивных организациях имеются следующие источники получения доходов:

- денежные средства, получаемые из государственного (федерального) и муниципального (регионального) бюджетов;
- спонсорские денежные средства;
- чистая прибыль от продажи входных билетов и различных лицензионных товаров со спортивными логотипами;
- денежные средства за счет продажи прав на показ спортивных мероприятий в различных СМИ.

В целом российская спортивная индустрия обладает огромным потенциалом для инвестирования в ее развитие и поэтому привлекает бизнесменов [3]. При этом быстрой отдачи в виде чистой прибыли (процентов) от вложенных денежных средств, в спорте ожидать нельзя. Кроме того, экономика профессионального спорта имеет тенденцию к улучшению, а в массовом спорте остается на низком уровне.

Еще одной негативной тенденцией в экономике спорта является низкий уровень заработной платы тренеров и спортсменов.

Развитие спорта создает новые рабочие места, привлекает туристов, способствует развитию инфраструктуры и росту продаж. Спорт важен для здоровья нации и положительно влияет на экономическое развитие страны.

Государство должно финансировать развитие спортивной инфраструктуры, содействовать подготовке высококвалифицированных кадров. Перспективы развития спорта как полноценного сектора экономики оптимистичны. А развитие физической культуры и спорта является приоритетным направлением региональной экономики [4]. Однако это потребует существенных усилий со стороны государства и бизнеса.

Литература:

1. Олимпиада в Сочи окупилась [Электронный ресурс]. – Режим доступа: // <https://www.kommersant.ru/doc/2437530>.
2. Сколько России принес ЧМ-2018. Названа точная цифра [Электронный ресурс] – Режим доступа:// <https://www.sport-express.ru/football/world/chempionat-mira-2018/news>.
3. Туник К.В. Приоритеты инновационного развития организаций спортивной индустрии / К.В. Туник, В.С. Устинов // Вестник ГУУ. – 2016. – №9. – С. 179-185.
4. Воеводина С.С. Предпринимательство в физической культуре и спорте: экономико-правовые аспекты / С.С. Воеводина, Е.П. Гетман, Л.А. Гремина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. –282 с.

СИСТЕМА МОТИВАЦИИ В СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ООО «ADIDAS»

К.А. Исупова

Научный руководитель доцент С.С. Воеводина

Аннотация. В работе представлены результаты анализа системы мотивации в спортивной организации.

Ключевые слова: мотивация, персонал, сотрудник, спортивная организация.

В настоящее время искусство управления людьми является важнейшим условием, обеспечивающим конкурентоспособность и стабильность спортивных организаций, что влияет на такую сферу менеджмента как управленческой науки, как мотивация персонала.

Важнейшим вопросом в современной структуре управления является знание мотивационных установок сотрудника, умение их правильно формировать и направлять в соответствии с личными целями и задачами компании. От способности руководителя применять определенные методы воздействия на коллектив зависят показатели деятельности организации: рентабельность, качество работ (услуг), корпоративная культура. Игнорирование данного фактора может привести к неудовлетворенности работников и низкой результативности их труда. С другой стороны, эффективная система положительно влияет на производительность персонала, обеспечивает качественное выполнение поставленных задач.

Система мотивации в спортивной организации ООО «ADIDAS» включает в себя пять основных мотивов: 1) отношения (сотрудникам важно работать в сплоченной команде, иметь хорошие отношения с руководителем и коллегами); 2) миссия (работникам важно заниматься тем, что соответствует их собственным ценностям и потребностям, полезно для общества, развивает их собственные способности и личностные качества и является возможностью самореализации); 3) признание (высокая зарплата может быть мерилем успешности – «я зарабатываю больше, чем другие», степенью достижения в спорте); 4) стабильность/безопасность (уверенность в том, что завтра у сотрудника будет работа и ему ничего не угрожает. При этом важно понимать, что зарплата и доход могут иметь для человека и другое значение...); 5) профессиональный комфорт (выполнять задачи определенным образом, с устоявшимся ритмом, в определенном порядке, что дает ощущение безопасности, помогает экономить энергию, поскольку многие функции выполняются автоматически. Эти пять мотивов являются базовыми и лежат в основе практически любого поведения. Страх потерять один из них можно назвать основным фактором сопротивления изменениям. При этом, понять, что именно мотивирует того или иного сотрудника, бывает непросто. Такие «сложные» мотивы, как «карьерный рост», могут иметь разные итоговые цели – признание или финансовое благополучие. Для того чтобы их выявить, необходимо задать сотруднику дополнительные вопросы, позволяющие выявить истинный мотив.

В спортивной организации ООО «ADIDAS» существует единая устоявшаяся система мотивации, что отражается на ее прибыльности, эффективности в целом и приросте на мировом рынке.

Литература:

1. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер, 2012. – 512 с.
2. Ключков А. Мотивация персонала на реализацию стратегии компании / А. Ключков // Финансовая газета. Региональный выпуск. – 2008. – 3 с.
3. Мескон М.Х., Альберт М., Хедоури Ф. Основы менеджмента / М.Х. Мескон, М. Альберт, Ф. Хедоури / Пер. с англ. – М.: Дело, 2009. – 704 с

ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ЭФФЕКТИВНОЙ КОМАНДЫ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Д.Г. Кочарян

Научный руководитель преподаватель К.В. Туманян

Аннотация. Эффективно сформированная команда позволяет наиболее качественно и точно в срок выполнить поставленную цель проекта в сфере физической культуры и спорта. За построение эффективной команды в спортивной организации отвечает спортивный менеджер, который должен обладать необходимыми для данного процесса знаниями, умениями и навыками.

Ключевые слова: эффективная команда, сфера физической культуры и спорта, управление, спортивный менеджер, реализация.

Самым наиважнейшим процессом с высоким уровнем сложности в спортивном менеджменте является формирование и управление командой, которые осуществляет спортивный менеджер.

Для практического осуществления всех работ по какому-либо заданному проекту нужна такая команда, которая будет слаженно осуществлять свою работу. У такой команды должен быть достаточный уровень эффективности и высокая квалификация для работы над проектом. Участники такой команды должны быть полностью вовлечены в процесс разработки поставленных целей, которые указаны в проекте. От членов команды, реализующих проект, зависит воплощение замысла спортивного менеджера в жизнь [1].

Если речь идет о самом спортивном менеджере, то для того, чтобы осуществлять запланированные цели, конкретизированные в задачах, у него должен быть опыт работы на руководящей должности. Причем не обязательно именно в той спортивной организации, в которой будет разрабатываться проект [2].

Спортивный управленец должен уметь грамотно вести переговоры, владеть методикой разрешения конфликтов, должен уметь вести контроль за работой своих подчиненных [3].

Также спортивный менеджер должен знать основы проектного управления, уверенно пользоваться Интернетом и теми программами, которые могут помочь в организации задуманного проекта.

Такие требования являются основными. Овладеть только ими будет достаточно для дальнейшей успешной работы спортивного менеджера.

Для формирования эффективной команды спортивному менеджеру необходимо иметь знания, умения и навыки в психологии и управлении персоналом [4].

Эффективная команда состоит из различных типов личностей: интровертов и экстравертов. Различному типу личности соответствует своя модель поведения. Определять тип личности необходимо при проведении собеседования в процессе формирования эффективной команды.

Литература:

1. Зуев В.Н. Управление системой спортивных соревнований / В.Н. Зуев. – М.: Физкультура и спорт, 2019. – 264 с.
2. Организационные аспекты управления физкультурно-спортивным движением: учебное пособие / А.И. Шамардин, В.Д. Фискалов, Ю.А. Зубарев, В.П. Черкашин; под общ. ред. В.Д. Фискалова. – М.: Советский спорт, 2018. – 464 с.
3. Переверзин И.И. Менеджмент спортивной организации / И.И. Переверзин. – М.: «СпортАкадем Пресс», 2018. – 244 с.
4. Починкин А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта / А.В. Починкин. – М.: Советский спорт, 2019. – 264 с.

Аннотация. В современных условиях рыночных отношений конкуренция является ключевым звеном эффективного партнерства бизнеса и спорта. В связи с этим особую актуальность приобретает проблема, которая рассматривается в работе, направленная на повышение уровня конкурентоспособности физкультурно-спортивных организаций и которая характеризуется двумя важными категориями: «превосходством в умении» и «превосходством в ресурсах».

Ключевые слова: конкуренция, конкурентоспособность, конкурентные стратегии и преимущества, физкультурно-спортивные услуги, имидж спортивной организации, конкурентный анализ.

В связи с массовой популяризацией спорта в нашей стране в последнее время, услуги спортивных организаций, идентичные по качеству и цене, могут быть реализованы в весьма широком диапазоне. В силу определенных особенностей услуг, учитывая специфику функционирования физкультурно-спортивных организаций, возникает объективная необходимость поиска инструментов, способствующих повышению их конкурентоспособности, в разработке конкурентных стратегий, путем создания конкурентных преимуществ [3].

Анализ показывает, что физкультурно-спортивные услуги многофакторны как никакие другие социально-культурные услуги, что предоставляет значительный выбор путей увеличения конкурентоспособности. Оценка конкурентоспособности осуществляется путем проведения конкурентного анализа, как самой спортивной организации, так и конкурентной среды, для выявления сильных и слабых сторон, формирования стратегии с целью максимального использования собственных резервов, существующих возможностей и повышения эффективности принимаемых мероприятий, для снижения рисков и ослабления угроз со стороны конкурентов [1, 2]. Под ресурсами подразумевается финансовый потенциал организации, кадровый состав и его квалификация, уровень материально-технической оснащенности спортивной базы.

Основными параметрами конкурентных отношений, складывающихся на рынке физкультурно-спортивных услуг, выступают – цена, качество услуг и имидж организации, на которые и направлены усилия по управлению конкурентоспособностью муниципального автономного учреждения дополнительного образования Детский оздоровительно-образовательный спортивный центр «Надежда» город Новороссийск.

Литература:

1. Гетман Е.П. Маркетинг в системе менеджмента физической культуры и спорта / Е.П. Гетман. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 151 с.
2. Степанова О.Н. Маркетинг в сфере физической культуры и спорта: монография / О.Н. Степанова. – М.: Советский спорт, 2016. – 256 с.
3. Шкардун В.Д. Интегральная оценка конкурентоспособности предприятия / В.Д. Шкардун // Маркетинг. – 2015. – № 1 (80). – С. 38-50.

СОЗДАНИЕ И ПРОДВИЖЕНИЕ СПОРТИВНОГО СОБЫТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Д. Лях

Научный руководитель М.Г. Напалкова

Аннотация. Актуальность тезиса заключается в том, что низкий уровень спортивной жизни различных городов, поселков и других мест жительства представляет огромную угрозу социального характера. Это может повлечь за собой серьезные последствия: употребление алкоголя, детскую наркоманию, повышение агрессивности детей старшего школьного возраста. В силу своей наивности и юношеского максимализма, они с легкостью подвергаются опасности, поэтому очень важно вовремя завлечь их более интересными вещами, например спортивным событием.

Ключевые слова: спортивное событие, дети, старший школьный возраст, создание, продвижение, подростки.

Для детей старшего школьного возраста формирование любви к спорту – это не только ежедневная зарядка, игры, посещение секций, так как настоящая привязанность к активной жизнедеятельности и двигательной активности подростка формируется через спортивные праздники, соревнования, конкурсы, спортивный туризм и различные экскурсии. Все эти категории показывают детям, что спорт – это не только труд, но и радость, счастье, получение удовольствия, еще одна возможность ближе пообщаться со своими сверстниками и вести здоровый образ жизни.

Для данной целевой аудитории необходимо продумать создание и продвижение спортивного события, определить цели и задачи, ценностные ориентации не только детей, но и их родителей, выбрать вид и место проведения, обеспечить безопасность для подростков, и конечно же, грамотно спланировать продвижение данного мероприятия с помощью рекламной кампании и промоакций, также используя методы и средства пропаганды. При продвижении спортивного события необходимо тщательно осуществлять выбор коммуникативных форм и методов взаимодействия с общественностью [1].

Таким образом, создание и продвижение спортивного события для детей старшего школьного возраста – это нестандартный способ приобщения к спортивной культуре, здоровому образу жизни и возможность сделать жизнь подростков безопасной и активной, веселой и запоминающейся. Мероприятия со спортивным уклоном – это мотивация к самосовершенствованию физических способностей и саморазвитию. А также для успешного продвижения идей, товаров, услуг и начинаний на рынке массовой физической культуры и спорта [2].

Литература:

1. Напалкова М.Г. Роль пресс-службы спортивной организации в формировании ее имиджа / М.Г. Напалкова, К.С. Каюдина // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2019. – Т. 1. – С. 185-190.
2. Напалкова М.Г. Использование инновационных средств распространения рекламы в деятельности туристских предприятий / М.Г. Напалкова, Д.М. Михайличенко // Сфера услуг: инновации и качество. – 2018. – № 37. – С. 40-49.

**МУНИЦИПАЛЬНО-ЧАСТНОЕ ПАРТНЕРСТВО
В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Г.В. Мацнева

Научный руководитель доцент С.С. Воеводина

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы развития муниципально-частного партнерства в спортивной сфере с учетом оценки эффективности использования бюджетных средств на реализацию спортивных проектов.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, муниципально-частное партнерство, критерии эффективности спортивного проекта, нормативная регламентация, бюджетные средства.

Российская практика развития спортивной отрасли отличается преобладанием ее бюджетного финансирования. На протяжении последних лет в данной сфере реализуется концепция бюджетирования, ориентированного на результат, с целью оптимизации и эффективности непроизводительных расходов на социальную сферу.

Снижение инвестирования в российскую экономику влияет на способность государства обеспечить выполнение социально-значимых проектов, в том числе и спортивных проектов. Одним из направлений решения данного вопроса является применение муниципально-частного партнерства в спортивной сфере (наряду с государственно-частным партнерством), поскольку развитие массовой физической культуры и массового спорта является компетенцией муниципальных органов.

Вместе с тем одним из условий рационального расходования бюджетных средств является эффективное управление денежными средствами публичного и частного партнера. Решение о реализации проекта муниципально-частного партнерства принимает соответствующий орган местного самоуправления с учетом его финансовой эффективности и развития физической культуры и спорта в муниципальном образовании. Но система оценивания в аспекте ее нормативной регламентации является недостаточно разработанной. Наряду с критерием выполнения показателей муниципальных программ развития физической культуры и спорта целесообразно учитывать и социальный эффект от реализации спортивного проекта с использованием муниципально-частного партнерства, определяемый локальными методиками.

Зарубежная практика применения данного механизма характеризуется отсутствием бюджетного финансирования проектов муниципально-частного партнерства, осуществление которых возможно без поддержки муниципального бюджета.

Литература:

1. Гетман Е.П. Экономика и право в спорте и образовании/Е.П. Гетман, Л.А. Гремина, С.С. Воеводина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 137 с.
2. Мирзоева Е.В. Государственно-частное партнерство в спортивном менеджменте / Е.В. Мирзоева, С.С. Воеводина // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2018. – №1. – С. 137-138.
3. Федеральный закон от 13.07.2015 № 224-ФЗ «О государственно-частном партнерстве, муниципально-частном партнерстве в Российской Федерации и внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pravo.gov.ru>.

**ИННОВАЦИОННАЯ МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ МОТИВАЦИИ
К ЗАНЯТИЯМ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ
В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ**

Е.А. Меговорян

Научный руководитель доцент А.В. Ащеулов

Аннотация. В представленных тезисах изложена суть разработанной и апробированной инновационной методики повышения уровня мотивации к занятиям художественной гимнастикой для обучающихся дошкольного возраста.

Ключевые слова: инновационная методика, художественная гимнастика, мотивация, обучающиеся, дошкольный возраст.

Инновации являются результатом инновационной деятельности, позволившим усовершенствовать, либо создать новый продукт или способ предоставления услуги. Инновации активно разрабатываются и внедряются в сфере физической культуры и спорта, что позволяет не только повысить эффективность деятельности спортивных организаций, но и способствует повышению уровня мотивации к занятиям обучающихся в различных видах спорта, в том числе и в художественной гимнастике [1].

Художественная гимнастика – это очень юный спорт, в него отдают детей с трех лет и, как правило, в этом возрасте сложно поддерживать интерес и концентрацию внимания ребенка на занятиях. Изучив эту проблему, можно сказать, что повысить уровень мотивации к тренировкам у юных гимнасток можно с помощью применения следующей, разработанной инновационной методики, которая прошла апробацию в клубе художественной гимнастики «AleMar» и активно применяется тренерами данного клуба. Сущность инновационной методики повышения уровня мотивации к занятиям художественной гимнастикой в дошкольном возрасте состоит в следующем: каждая обучающаяся дошкольного возраста клуба художественной гимнастики «AleMar» заводит свой личный дневник тренировок, в котором тренер по окончании каждой тренировки оценивает работу обучающейся с помощью специальных наклеек, на которых есть надпись «Отлично», «Хорошо» или «Старайся».

В дальнейшем данную методику можно будет усовершенствовать, добавив к ней еще одно дополнение, что позволит еще больше заинтересовать обучающихся художественной гимнастикой и добиться большего результата. Сущность дополнения состоит в следующем: обучающаяся имеет возможность получить медаль, выполнив необходимое условие – сбор пяти наклеек подряд с надписью «Отлично» в своем дневнике тренировок. Заслужившие медаль обучающиеся автоматически получают возможность участвовать во внутриклубных соревнованиях или соревнованиях между клубами г. Краснодара по художественной гимнастике.

Результаты использования данной инновационной методики в группе обучающихся в возрасте от 3 до 6 лет в клубе художественной гимнастики «AleMar» следующие: у обучающихся появилась мотивация совершенствовать свои умения, концентрировать свое внимание на выполнении упражнений, а также улучшилась дисциплина на тренировках, что в совокупности влияет на оценку в дневнике и, как следствие, повышает уровень спортивных знаний и навыков.

Литература:

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

ПРИНЯТИЕ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ В СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Н.Э. Назарова

Научный руководитель доцент Л.А. Гремина

Аннотация. Процесс принятия управленческих решений в спортивных организациях различных форм собственности является предметом исследования в данной работе.

Ключевые слова: управленческое решение, спортивная организация, принятие управленческих решений, эффективность принятия управленческих решений.

Управленческая деятельность любой спортивной организации главным образом основывается на согласованных действиях сотрудников физкультурно-спортивной организации как индивидуумов, осуществляющих общую деятельность. Это, в свою очередь, определяет сущность спортивного менеджмента как обеспечение слаженных действий персонала по вопросу производства физкультурно-спортивных услуг, так как управленческая функция – это функция руководства трудом сотрудников. Такой подход является ключевым к определению смысла спортивного менеджмента [1].

Управленческое решение в области физической культуры и спорта является нормативным творческим решением субъекта управления (группы работников или индивидуального), который определяет дальнейшую программу действий физкультурно-спортивной организации по максимально эффективному разрешению возникшей проблемы.

От того, насколько правильным и своевременным будет принятое управленческое решение, зачастую зависит эффективность осуществленной работы каждой физкультурно-спортивной организации. Поэтому крайне важно, чтобы любой специалист физической культуры и спорта владел теоретическими знаниями и навыками, необходимыми для разработки управленческих решений.

Можно выделить следующие этапы в процессе принятия управленческого решения:

1. Проанализировать сложившуюся ситуацию;
2. Сформулировать проблему;
3. Определение критериев выбора;
4. Разработать альтернативные решения;
5. Выбрать наилучшее из альтернативных решений;
6. Согласовать выбранное решение;
7. Контролировать процесс реализации решения;
8. Контроль и оценка результатов [2].

Особое внимание следует уделить системе контроля выполнения принятых решений от начальной точки реализации решения до конечной. Следует убедиться, что исполнители однозначно понимают, как следует выполнять поставленную перед ними задачу [3]. Для этого вначале нужно объяснить общий замысел решения проблемы. Потом следует указать место каждой задачи в общей работе, взаимные связи с остальными заданиями. Особое внимание обращают на возможные трудности, пути их преодоления. Для ознакомления исполнителя с поставленными задачами применяются разные формы и методы: совещания и собрания, беседы, инструктажи, показ образцов исполнения, изучение документов и т.д. На собраниях и совещаниях с докладом, как правило, выступает тот начальник, который принимал решение, что не всегда целесообразно. Лучше, если выступит человек, к которому исполнители относятся с уважением как к специалисту, хотя он не является ни их начальником, ни автором решения.

Литература:

1. Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие. – Томск, 2010. – 124 с.
2. Ременников В.Б. Управленческие решения. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015 – 143 с.
3. Юкаева В.С., Зубарева Е.В., Чувилова В.В. Принятие управленческого решения / В.С. Юкаева, Е.В. Зубарева, В.В. Чувилова. – М.: Дашков и К, 2012. – 324 с.

РИСКИ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ БИЗНЕС-ПЛАНА СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

В.Р. Орунжева

Научный руководитель доцент Е.П. Гетман

Аннотация. В работе рассматриваются риски спортивной организации, которые могут возникнуть при реализации бизнес-плана, предлагаются пути их устранения.

Ключевые слова: спортивная организация, риск, бизнес-план.

Предпринимательский риск возникает в любом виде деятельности, связанной с предпринимательством, то есть с предоставлением товаров и услуг населению. В основном под риском понимается опасность, что цели, которые поставлены в проекте, могут быть достигнуты не полностью или же не достигнуты вовсе.

Спортивная организация осуществляет свою деятельность в области спорта, ее главной целью является качественная и эффективная подготовка спортсменов, проведение соревнований или другой вид деятельности, связанный со спортом. При реализации своей деятельности, спортивная организация, может столкнуться с рядом различных рисков, которые могут повлиять на ее благосостояние и существование в принципе. Существуют внутренние и внешние риски спортивной организации [3].

Внешние риски исходят из факторов внешней среды и не зависят от специфики деятельности спортивной организации. Внешние риски подразделяются на экономические, политические и финансовые. К экономическим рискам относятся кризис, нестабильность экономики страны, скачки инфляции. Политическими рисками являются политические кризисы, изменение идеологии, связанной с пропагандой здорового образа жизни, или же события революционного характера. Финансовые риски связаны с финансовым обеспечением бизнеса, изменением курса валют, ставок и условий кредита, также с неправильным планированием и осуществлением финансовой деятельности [2].

Что касается внутренних рисков, то их источником возникновения может являться сама предпринимательская деятельность спортивной организации, такие риски возникают в случае неверного составления маркетинговой политики, недостаточно эффективного управления предприятием. Внутренние риски подразделяются на коммерческие и производственные. Производственные риски – вероятность издержек и убытков, связанных с остановкой, со сбоем производства или оказания определенного вида услуг, низким качеством работы персонала предприятия. Коммерческие риски связаны с контактированием персонала с клиентами организации, риски нарушения правил самими клиентами, некачественное обслуживание клиента, отсутствие желаемых услуг, риски увеличение конкуренции, повышение налогов и по итогу увеличение стоимости самих услуг [1].

Для того чтобы обезопасить спортивную организацию от нежелательных происшествий, необходимо еще на этапе планирования, при составлении бизнес-плана, выявить, проанализировать всевозможные риски и пути их устранения в случае возникновения. Также для надежности существования бизнеса целесообразно обратиться в страховую компанию и грамотно оформить страховку имущества.

Литература:

1. Афонасова М.А., Бизнес-планирование. Учебное пособие для вузов / М.А. Афонасова. – Томск: Эль Контент, 2016. – 108 с.
2. Ащеулов А.В. Бизнес-проектирование в сфере спорта. Учебно-методическое пособие / А.В. Ащеулов, А.С. Тютюнников. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 87 с.
3. Гремина Л.А. Экономический анализ рисков спортивной организации. Монография / Л.А. Гремина, Е.В. Мирзоева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 112 с.

ОСОБЕННОСТИ БИЗНЕС-ПЛАНИРОВАНИЯ МАЛОГО ПРЕДПРИЯТИЯ В СФЕРЕ СПОРТА

В.Р. Орунжева

Научный руководитель доцент Е.П. Гетман

Аннотация. В работе рассматриваются особенности бизнес-планирования малого предприятия, целесообразность и пути формирования бизнес-плана спортивной организации, отображаются задачи, решаемые посредством составления бизнес-плана.

Ключевые слова: спорт, бизнес-план, планирование, малое предприятие, спортивная организация.

Успех в бизнесе во многом зависит от планирования деятельности организации. Формирование бизнес-плана помогает предприятию в сфере спорта построить свою деятельность максимально эффективно, поэтому составление бизнес-плана целесообразно не только для крупного и среднего, а также для малого предприятия [1].

Малым предприятием считается предприятие, где численность работников не достигает предельно допустимого количества, а сумма выручки за последние четыре квартала не превышает определенную величину, кратную минимальному размеру оплаты труда, также могут приниматься во внимание другие факторы, такие как размер уставного капитала, активов предприятия и годовой оборот. Спецификой малого предприятия является относительно простая организация трудовой деятельности, ограниченное количество работников, сплоченный коллектив, небольшие финансовые вложения на реализацию деятельности, а также и то, что ежегодный оборот капитала не может превышать определенной суммы. Бизнес-план малого предприятия спортивной направленности дает возможность проанализировать сложившуюся ситуацию в отрасли услуг, просчитать затраты организации, определить препятствия на пути построения бизнеса. Главным при составлении документа является понимание самой сути проекта и его экономической составляющей, а также определение путей и возможностей реализации [3].

Бизнес-проект спортивной организации может способствовать решению множества задач, таких как: обозначение конкретных направлений деятельности организации; определение товаров, услуг, предлагаемые потребителю; определение целевых рынков; формирование краткосрочных и долгосрочных целей, тактику и стратегию достижения; оценка издержек по созданию и реализации товаров и услуг; оценка финансового состояния предприятия; возможностей достижения нужных целей, материальных ресурсов; определение сложностей, мешающих реализации бизнес-плана на практике и др. [2].

При создании малого бизнеса в сфере спорта должно уделяться достаточно внимания планированию деятельности предприятия, необходимо верно определить цель, обозначить задачи бизнес-плана, также проанализировать сегмент рынка, предусмотреть всевозможные риски и эффективность вложения денежных средств в проект.

Литература:

1. Афонасова М.А. Бизнес-планирование. Учебное пособие для вузов / М.А. Афонасова. – Томск: Эль Контент, 2016. – 108 с.
2. Ащеулов А.В. Бизнес-проектирование в сфере спорта. Учебно-методическое пособие / А.В. Ащеулов, А.С. Тютюнников. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 87 с.
3. Савкина Р.В. Планирование на предприятии. Учебник для вузов / Р.В. Савкина. – 2-е изд., перераб. – Москва: Дашков и К°, 2015. – 320 с.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖМЕНТА В РОССИИ

М.П. Парамонов

Научный руководитель доцент С.С. Воеводина

Аннотация. В работе рассмотрены проблемы развития спортивного менеджмента, связанные с профессиональной подготовкой специалистов в данной области. Проанализированы особенности эффективного спортивного менеджера. Выявлена необходимость развития спортивного менеджмента в российской практике.

Ключевые слова: спортивный менеджмент, подготовка специалистов в области спортивного менеджмента, профессиональная компетентность менеджера, спортивный бизнес.

В наше время является актуальной работа по подготовке специалистов в области спортивного менеджмента. Для российской практики сфера спортивного менеджмента является относительно новой, в то время как за рубежом это направление развивается с конца 19 века. Современные спортивные организации нуждаются в кадрах, способных грамотно и эффективно управлять спортивными инвестициями, развитием спортивной инфраструктуры, массового и профессионального спорта. Именно поэтому нарастает большой интерес к профессиональной подготовленности спортивных менеджеров [1]. Современный спортивный менеджер высокого уровня отличается большим набором знаний, умений, навыков и высокой квалификацией в области инновационных технологий, экономики, ценообразования в спорте, маркетинга, связей с общественностью, а также в тренерской работе. Весь этот набор умений дает ему шанс на успешное осуществление спортивного бизнеса и карьерный рост.

Российский спортивный менеджмент на данный момент находится на этапе становления, что дает ему возможность аккумуляции сложившихся за все время эффективных черт спортивного менеджмента зарубежных стран. Если учитывать, что в условиях рынка возрастает роль физической культуры и спорта в самоутверждении и самореализации личности, происходит рациональное использование свободного времени и удовлетворение в физическом совершенствовании населения [2], то у спортивного менеджмента в России имеются хорошие перспективы развития. Однако на этом пути имеются серьезные проблемы, например: несформированность рыночного механизма спроса и предложения на спортивных менеджеров, отсутствие у управленцев ориентации на итоговый результат и реализация основных функций менеджмента в сфере спорта не на должном уровне. Все это усугубляет слабая заинтересованность со стороны государства в развитии профессионального спортивного менеджмента. Анализируя опыт подготовки спортивных менеджеров в зарубежных вузах [3], можно утверждать, что российским спортивным организациям нужны менеджеры с набором таких компетенций, как владение современными технологиями управления спортивной отраслью, знание иностранных языков, умение формировать экономическую, маркетинговую и информационную политику организации.

Литература:

1. Гетман Е.П. Принципы маркетингового управления в развитии спортивного менеджмента / Е.П. Гетман // Современные аспекты подготовки и профессиональной деятельности спортивного менеджера: Материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Московская государственная академия физической культуры. – 2019. – С. 56-59.
2. Показатели здоровья населения [электронный ресурс] – URL:[https://медпортал.com/valeologia_739/pokazatlb-zdorovya-naseleniya.html].
3. Wanderzwaag H. Sport management – N.Y. John Wiley, 1984. – С. 21-32.

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ НА ОСНОВЕ НОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

К.Д. Питель

Научный руководитель доцент Е.П. Гетман

Аннотация. В данной работе анализируется развитие и формирование инновационного образования в телекоммуникационных и виртуальных технологиях.

Ключевые слова: обучение, инновации, экономия, технологии, образовательные услуги.

В среде образования продолжает формироваться процесс развития инновационного обучения, основанного на компьютерных и телекоммуникационных технологиях. Новые технологии расширяют доступ к образованию, предоставляя возможность получать образование на рабочем месте или в домашних условиях. В телекоммуникационной системе большое количество образовательных заведений доставляют свои услуги потребителю в любое место, где ему удобнее обучаться. Информационные технологии могут оказывать образовательные услуги различным социальным институтам, независимо от того, является ли их главной целью образование. Улучшение и развитие технологических новшеств приводит к увеличению предложения в сфере образования, поскольку телекоммуникации могут способствовать тому, что увеличивается образовательное пространство и предоставляются образовательные услуги независимо от территориальных делений. Например в школе менеджмента Слоуна при Массачусетском технологическом институте студенты занимаются в виртуальной реальности. MIT Sloan является частью растущего числа бизнес-школ по всему миру, которые интегрировали различные инструменты виртуальной реальности в свои учебные планы. В США уже используется виртуальная реальность для создания симуляции и погружения студентов в иммерсионную среду. Также, Школа менеджмента Rady в университете Калифорнии – Сан-Диего представляет интерактивный форум, на котором студенты могут обмениваться идеями и темами для изучения, включая финансы, маркетинг и лидерство [2]. Спрос и число потребителей инновационного обучения быстро возрастает. Если число пользователей такой образовательной услуги станет больше, то образование будет более эффективным и затраты на одного обучаемого окажутся низкими. Образование должно осуществляться в большом масштабе, для того чтобы окупались затраты на компьютерные технологии.

Экономия при традиционном образовании (обучение лицом к лицу) не осуществляется, потому что затраты на обучение пропорциональны количеству обучающихся, а образование, построенное на информационных технологиях, может принести существенную экономию от масштаба [1]. На базе таких технологий рентабельность образования может превосходить традиционное, при некоторых масштабах обучаемых услуг, оказываемых на основе новейших компьютерных систем.

Таким образом, можно сказать, что у людей появляется хорошая возможность обучаться практически из любого учебного заведения или организации, потому что эти предприятия сами «приезжают» к потребителю, борясь за его выбор. С развитием инновационного обучения на базе новых технологий эффективность обучения, основанного на современных информационных технологиях, повышается в ходе расширения масштабов предоставления образовательных услуг.

Литература:

1. Шеншина Н.С. Информационные технологии в управленческой деятельности спортивной организации / Н.С. Шеншина, А.Ю. Гетман // Материалы конференции-Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Ч. 2. – 299 с.

2. Как VR улучшает условия обучения в бизнес-школе [Электронный ресурс]. – URL <https://zen.yandex.ru/media/id/>

ПОКОЛЕНИЕ Z ПРОТИВ МАРКЕТИНГОВЫХ МЕТОДОВ**М.В. Свириденко****Научный руководитель доцент Е.П. Гетман**

Аннотация. В тезисах поднимается вопрос изучения поколения Z и их требований к маркетингу. Суть в том, что на анализируемое поколение трудно влиять, так как многие маркетинговые акции вызывают их недовольство.

Ключевые слова: поколение Z, соцсети, бренд, маркетинг, контент.

Поколение Z является прогрессивным и социально ответственным. Главная особенность, которая отличает Z от других поколений, заключается в том, что они родились и живут в эпоху цифровых технологий. Эти люди выросли вместе с технологическими компаниями, такими как Apple, Facebook и Twitter, что делает их самыми технологичными. Проще говоря, поколение Z выросло со смартфоном в руках, согласно недавнему исследованию J. Walter Thompson Intelligence, Департамент инноваций и футуризма. Они родились в период с середины 90-х до начала 2000-х годов и имеют огромный потребительский потенциал. Только в США они ежегодно тратят 44 млрд. долл. Исследование KantarMillwardBrown показало, что Зетам сложнее заниматься просмотром рекламы. «Зетов больше привлекает реклама, которая приглашает их принять участие в происходящем», – объясняет Д. Саутгейт [2]. Поколение Z чаще связывается с брендами в социальных сетях, размещает там заказы и собирает обзоры продуктов. Бренды должны строить общение в социальных сетях через содержательный диалог: пусть абоненты считают, что они влияют на бренд, они слышат их мнение. Им очень нравится интерактивность, они любят влиять на происходящее и быть услышанными. Поколение Z интересуется событиями, происходящими в мире, по большей части это социально сознательные потребители. Поэтому открытость со стороны брендов настолько важна, что они должны учитывать стремление целевой аудитории изменить мир. Чтобы произвести впечатление на поколение Z, маркетологам необходимо придумать особенные ценности компании, поддержать общественные инициативы, они должны быть социально и этически приемлемыми, надежными и выгодными, следует предупредить, что данные аудитории в безопасности и компания поддерживает идею конфиденциальности, не делится личной информацией клиентов с другими службами и частными лицами. Для них надо представлять материалы в коротких блоках, визуально значимую. Поколение Z имеет низкую концентрацию, поэтому не стоит загружать аудиторию сложным и длительным контентом. Маркетологи должны быть готовы работать с негативом, так как если продукт или услуга не нравится, поколение Z не будет молчать [1].

Следовательно, работа с поколением Z может быть серьезной проблемой, но как бы то ни было, бренды не могут игнорировать эту аудиторию, так как поколение Z – почти идеальная аудитория. В любом новом проекте они обязательно активно отреагируют и всегда проявят свое мнение.

Литература:

1. Алесандрова М.А. Покупательское поведение миллениалов / М.А. Алесандрова, В.К. Косивченко, Е.П. Гетман // Тезисы докладов, КГУФКСТ, Ч.2, 2019. – 279 с.
2. Маркетинг в России и за рубежом: [материалы по методам исследования рынка, планированию в маркетинге [и др.]. – М.: Финанспресс. 2013. – С. 89-93.

СРАВНЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ ВЕРТИКАЛЬНОГО ПРЫЖКА У БАСКЕТБОЛИСТОВ СБОРНЫХ КОМАНД КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

И.В. Скорых, А.А. Курнос

Научный руководитель доцент А.А. Ругина

Аннотация. В работе отражены результаты сравнения физических характеристик вертикального прыжка у баскетболистов молодежной и юношеской сборных команд Краснодарского края.

Ключевые слова: баскетбол, физические показатели вертикального прыжка, текущий контроль.

Вертикальные прыжки являются одним из главных факторов, влияющих на результат в игровых видах спорта, в том числе и баскетболе. Высокий подскок дает много возможностей: быстро увернуться от противника, более точно попасть в кольцо, взять подбор, осуществить передачу [1].

Среди существующих методов определения физических параметров вертикальных прыжков, наибольшей практической значимостью обладают тензометрические платформы и плиометрические маты, позволяющие регистрировать измерения с максимальной точностью и большей объективностью [2].

Цель нашего исследования являлось измерение и сравнение физических характеристик вертикального прыжка у баскетболистов с использованием плиометрического мата Fusion Sport Smart Jump.

В исследовании приняли участие 48 баскетболистов молодежной и юношеской сборных команд Краснодарского края, проходящие текущий контроль на базе ГБУ КК «РЦСП» в предсоревновательный период. Возраст занимающихся составил 19-20 лет и 14-15 лет соответственно.

Первую группу составили 24 спортсмена, имеющие спортивную квалификацию кандидатов в мастера спорта (КМС) и 1 взрослый разряд, вторую – 24 спортсмена, имеющие юношеские разряды.

Среди показателей вертикального прыжка оценивались высота, сила и мощность. В первой группе высота составила $50,66 \pm 1,18$ см, сила – $281,59 \pm 7,00$ Н, мощность – $5073,10 \pm 112,57$ Вт. Во второй группе аналогичные показатели оказались ниже ($p < 0,01$) и составили: высота $40,32 \pm 1,12$ см, сила $205,08 \pm 7,34$ Н, мощность $3695,96 \pm 132,18$ Вт.

Полученные данные позволяют сделать вывод, что с повышением спортивного мастерства улучшаются физические характеристики вертикального прыжках баскетболистов. Кроме того, полученные результаты могут быть использованы при проведении текущего контроля.

Литература:

1. Иванова О.А. Факторы повышения спортивного результата в скоростно-силовых видах спорта / Иванова О.А. // Сборник научных статей VII Всероссийской заочной научно-практической конференции с международным участием. – Воронеж: Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2018. – С. 26-32.
2. Linthome N. Analysis of standing vertical jumps using a force plantom / N. Linthome // Am. J. Phys. – 2001. – V. 69. – pp. 1198-1204.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СПОРТСМЕНОВ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ –
УЧАСТНИКОВ IX ЛЕТНЕЙ СПАРТАКИАДЫ УЧАЩИХСЯ РОССИИ**

И.В. Скорых, А.А. Курнос

Научный руководитель доцент А.А. Ругина

Аннотация. В работе отражена структура результатов тестирования функционального состояния спортсменов сборных команд Краснодарского края.

Ключевые слова: функциональное состояние, психофизиологическое тестирование, медико-биологическое обеспечение.

В современном мире неотъемлемую часть подготовки высококвалифицированных спортсменов занимает медико-биологическое обеспечение, которое позволяет любому тренеру верно подобрать программу тренировочной деятельности с учетом выявляемых при лабораторных и полевых исследованиях (тестированиях) неблагоприятных факторов, ограничивающих подведение подопечного к пику спортивной формы [1].

Целью исследования являлось тестирование на базе ГБК КК «РЦСП» функционального состояния у 433 спортсменов спортивных сборных команд Краснодарского края – участников IX летней спартакиады учащихся 2019 года по 39 видам спорта в возрасте 14-16 лет, из них юношей – 205 чел., девушек – 228 чел. По спортивной квалификации состав распределился следующим образом: МС – 16 чел., КМС – 133 чел., 1 разряд – 168 чел., 2 разряд – 75 чел., 3 разряд – 39 чел. Средний стаж занятия избранным видом спорта спортсменов составляет от 4 до 6 лет.

Среди обследованных были выявлены следующие неблагоприятные факторы, ограничивающие полноценную подготовку к соревновательной деятельности и требующие дополнительного дообследования по месту жительства [2]:

- нарушение ритма сердечных сокращений в покое – 11 человек (2,5%);
- повышение артериального давления в покое – 10 человек (2,3 %);
- гипертонический тип реакции на функциональную пробу – 41 человек (10%);
- гипотонический тип реакции на функциональную пробу – 1 человек (0,25%);
- негативный уровень функциональных возможностей организма – 83 человека (19%);
- физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы – 6 человек (1,5 %).

При проведении психофизиологического тестирования выявлено:

- низкий и сниженный уровень активации ЦНС по зрительному анализатору – 11 человек (2,5%) и 32 человека (7,5%) соответственно;
- низкий и сниженный уровень активации ЦНС по слуховому анализатору – 3 человека (0,75%) и 16 человек (3,8%) соответственно;
- уровень силы нервных процессов в теппинг-тесте ниже средних значений – 19 человек по правой руке (4,4%), 195 человек по левой руке (45%). Выраженное различие объясняется тем, что большинство спортсменов являются правшами.

Таким образом, полученные данные в дальнейшем позволят более рационального проводить необходимый комплекс восстановительных мероприятий и своевременную профилактику заболеваний при подготовке к соревнованиям.

Литература:

1. Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва: методическое пособие / Н.Н. Чесноков, А.П. Морозов; Министерство Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный центр подготовки спортивного резерва». – Москва: ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», 2016. – 135 с.
2. Научно-методическое обеспечение подготовки ведущих кубанских спортсменов: методические рекомендации / сост. А.И. Погребной, Г.А. Макарова. – Краснодар: Экоинвест, 2011. – 36 с.

БИЗНЕС-ПЛАН В УПРАВЛЕНИИ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ**А.А. Сокол****Научный руководитель доцент Е.П. Гетман**

Аннотация. В исследовании анализируется важность разработки бизнес-плана в деятельности спортивной организации. Изучение теории и практики управления спортивной организацией позволяет обозначить основные функции при разработке бизнес-плана, его потенциал в развитии спорта.

Ключевые слова: бизнес-план, управление спортивной организацией, инвестиции, спонсорство.

Спортивные организации привыкают жить и работать в рыночной экономике, постепенно овладевая рыночными методами и способами управления. Любая рыночная деятельность строится на основе бизнес-идеи и ее последующего воплощения в планах и тактико-стратегических мероприятиях. Документ, в котором обозначается бизнес-замысел, и описывается предлагаемая программа, называется бизнес-планом [1, 2]. Как правило, бизнес-план может составляться для самых разнообразных целей – это создание нового спортивного продукта или спортивной организации, ее реорганизация, процедуры диверсификации, обоснования коммерческой бизнес-идеи перед заемщиками, которыми могут выступать банковские учреждения, спонсоры и инвесторы.

Анализ теоретических аспектов бизнес-планирования, опыт проектов в различных сферах деятельности, в том числе в сфере спортивной индустрии, позволяет выделить три ключевые функции бизнес-плана: определение основных направлений стратегии и тактики планирования, основание производственной стратегии на трех-пятилетнюю перспективу; является бизнес-основой взаимодействия с различными организациями и лицами, принимающими решения, такими как банки, инвесторы, спонсоры; становится основой для различного вида контрольных мероприятий (текущих и годовых), как проводимых внутри организации, так и реализуемых органами контроля за ее пределами [2].

Практики и теоретики уверены в необходимости разработки бизнес-плана как инструмента прогнозирования и перспективного планирования, в котором обозначены система мероприятий, направленных на реализацию его экономических целей [1, 2, 3]. Четко разработанного регламента по составлению бизнес-плана не существует, однако в бизнес-литературе накопился определенный опыт в этом направлении, подтверждаемый практиками. Так, имеется определенная структура элементов бизнес-плана, придерживаясь которой разработчики в конечном итоге менее затратно смогут реализовать поставленные бизнес-цели. Бизнес-план чаще всего состоит из трех значимых частей: введение (деловое резюме, цели проекта); основная часть (анализ рынка, конкурентов, клиентов, продукта/услуги, разработка маркетинга, ресурсный и финансовый план); приложение. Таким образом, управление процессом бизнес-планирования усиливает потенциал спортивной организации, делает ее более конкурентоспособной.

Литература:

1. Ащеулов А.В. Бизнес-проектирование в сфере спорта / А.В. Ащеулов, А.С. Тютюнников. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 87 с.
2. Галкин, В.В. Экономика спорта и спортивный бизнес / В.В. Галкин – М., 2010. – 320 с.
3. Гремина Л.А. Проектирование системой управления спортивной организации / Л.А. Гремина, Е.П. Гетман // Экономика и предпринимательство. – 2019. – №7. – С. 1194-1197.

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ УСЛУГ КАК МЕТОД ПОВЫШЕНИЯ ПРОДАЖ

Е.В. Ставило

Научный руководитель преподаватель К.В. Туманян

Аннотация. Повышение продаж физкультурно-спортивных услуг способствует экономической эффективности организации, работающей в сфере физической культуры и спорта. Одним из наиболее востребованных и результативных методов роста продаж является презентация физкультурно-спортивных услуг.

Ключевые слова: презентация, физкультурно-спортивные услуги, спортивный менеджер, покупатель, метод.

Презентация любого спортивного товара – это наиважнейший этап цикла продажи. Данный процесс можно назвать представлением, и спортивный менеджер играет главную роль в этой «бизнес-игре».

Даже самые крупные спортивные организации тратят на рекламу колоссальные суммы, часть которых уходит в никуда, по той простой причине, что многие менеджеры не обладают необходимыми навыками грамотных продаж [1].

Одним из важнейших аспектов в презентации физкультурно-спортивных услуг является краткость представления. Невозможно долго удерживать внимание на чем-либо. Тем более, если спортивный менеджер изначально не заинтересовал своих клиентов.

Основная часть презентации физкультурно-спортивных услуг должна быть сконцентрирована на вовлечении потенциальных покупателей общением посредством вопросов, заранее составленных спортивным управленцем.

Грамотный спортивный менеджер должен уметь владеть навыками демонстрации своих заранее подготовленных материалов.

Чтобы правильно презентовать свою работу, спортивный менеджер должен изначально обозначить свои цели, что будет способствовать повышению внимания аудитории на самом процессе [2].

Самым важным для управленца в сфере физической культуры и спорта является понимание специфики нужд потенциальных клиентов.

Чтобы спортивный менеджер мог взаимодействовать с клиентом на его уровне, необходимо изучить основную информацию о самом клиенте.

Литература:

1. Круглова Т.Э. Менеджер в сфере физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / Т.Э. Круглова. – СПб.СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 47 с.

2. Маркетинг спорта / под ред. Джона Бича и Саймона Чедвика; пер. с англ. – М.: Альбина Паблицерз, 2017. – 567 с.

НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ АДАПТИВНОГО СПОРТА

А.А. Таловский

Научный руководитель доцент С.С. Воеводина

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы нормативно-правового регулирования спорта инвалидов и лиц с ограниченными возможностями – адаптивного спорта.

Ключевые слова: адаптивный спорт, спортивное законодательство, инвалиды, лица с ограниченными возможностями здоровья, паралимпийский спорт.

В современных условиях динамично развивается спортивное движение инвалидов. Впервые советские спортсмены участвовали в Паралимпийских играх в 1988 году. Но нормативная регламентация адаптивного спорта (спорта инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья) начинается с 2007 г. – с принятия Закона о спорте [2].

В литературе отмечается наличие следующих видов законодательства в области адаптивного спорта: федеральное законодательство, законы о проведении Паралимпийских игр в г. Сочи; нормативные документы о социальной защите инвалидов и иные акты, определяющие вопросы финансирования физической культуры и спорта инвалидов. Вместе с тем данная система не обеспечивает достаточное регулирование отношений в области адаптивного спорта [3].

Так, в Трудовом кодексе нет норм, регламентирующих особенности трудовых отношений с участием спортсменов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. В Законе о социальной защите инвалидов предусмотрена обязанность работодателя организации любой формы собственности с численностью работников более 30 чел. устанавливать квоту для приема инвалидов не менее 3% и создавать условия труда в соответствии с индивидуальной программой реабилитации [1].

Дополнительные требования к руководителям спортивных организаций об обеспечении доступности для инвалидов спортивных объектов и услуг предусмотрены ведомственными актами Министерства спорта России.

Требуют нормативной регламентации вопросы вовлеченности инвалидов в систему физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, что негативно отражается на комплектовании спортивных команд. Так, по данным статистики, доля инвалидов в детско-юношеских спортивных школах по зимним видам спорта составляет 0,3% (хотя в целом по России этот показатель равен 2%) [2].

В этих условиях развитие адаптивного спорта предполагает разработку концепции его нормативно-правового регулирования.

Литература:

1. Гетман Е.П. Экономика и право в спорте и образовании / Е.П. Гетман, Л.А. Гремина, С.С. Воеводина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 137 с.
2. Волкова М.А. Особенности и перспективы нормативно-правового регулирования спорта и физической реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья/ М.А. Волкова, Л.Б. Ситдикова // Современное право. – 2018. – № 3. – С. 38-41.
3. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 02.08.2019) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pravo.gov.ru>.

ИНТЕРНЕТ МАРКЕТИНГ И ЕГО ОСОБЕННОСТИ

А.И. Тихонова

Научный руководитель доцент Е.П. Гетман

Аннотация. Рассмотрено понятие интернет-маркетинга и определены его особенности. Изучены требования к специалистам, работающим в интернет-маркетинге.

Ключевые слова: интернет, маркетинг, сеть, реклама, сайт, бизнес.

Интернет-маркетинг является одним из направлений маркетинга. Его известность характеризуется расширением возможностей сети Интернет. Началом появления считаются 1990-е года. Данный этап времени отмечился появлением текстовых сайтов с размещаемой на них информацией о товарах. Интернет-маркетинг открыл широкие возможности для компаний. При помощи бизнеса в Интернете, компании получили возможность отслеживать статистику, которая касается потребителей, находиться с ними в контакте 24/7 [1].

Одной из главных особенностей бизнеса в интернете является то, что он работает непрерывно, семь дней в неделю. Для того чтобы потребителю найти полную информацию о товаре или услуге, заполучить какой-либо продукт, предприятие должно работать быстро и безошибочно [2]. Компании легко могут обработать статистические данные. Собранная по итогу информация будет всегда свежей и актуальной.

Помимо возможности организации быстрой обратной связи между потребителем и компанией, Интернет открывает перед предприятием возможность быстро изменить собственный маркетинговый план, в зависимости от того, как будет меняться экономическая ситуация. Из этого следует, что Интернет – это ценнейший инструмент для получения актуальной маркетинговой информации. В современном мире он значительно превосходит другие средства получения информации, такие как телевидение, радио, печатные издания и т.д.

Грамотный специалист в сфере интернет-маркетинга должен разбираться в некоторых дополнительных областях знаний, которые он не только знает в теории, но и сможет воспользоваться ими на практике. В первую очередь, это сбор маркетинговой информации, алгоритм поиска потенциального клиента и партнера. Во-вторых, он должен знать методики продвижения продукта или услуги в сети Интернет.

Все это является цепочкой неотъемлемых качества специалиста, работающего в сфере интернет-маркетинга.

Литература:

1. Акулич М.В. Интернет-маркетинг: учебник для бакалавров / М.В. Акулич – М.: Дашков и К°, 2016. – 352 с.
2. Петрик Е.А. Интернет-маркетинг / Е.А. Петрик. – М.: МФПА, 2004. – 299 с.
3. Холмогоров В. Интернет-маркетинг / В. Холмогоров. – М., 2002. – 272 с.

ФОРМЫ ГОСУДАРСТВЕННО-ОБЩЕСТВЕННОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

Б.Г. Шиянов

Научный руководитель доцент С.С. Воеводина

Аннотация. В работе рассматриваются особенности форм государственно-общественного взаимодействия в физической культуре и спорте с учетом их нормативной регламентации и практической реализации.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, государственно-общественное взаимодействие, спортивная организация, нормативная регламентация, Закон о спорте.

В настоящее время государственно-общественное взаимодействие в физической культуре и спорте, одной из форм которой являются государственно-общественные объединения, рассматривается как способ реализации спортивной функции государства и решения вопросов социального характера [1]. Нормативная регламентация форм государственно-общественного взаимодействия в физической культуре и спорте предусмотрена в Законе о спорте. Примером данной формы можно назвать общественно-государственное объединение «Всероссийское физкультурно-спортивное общество «Динамо»», задачей которого является развитие служебно-прикладных видов спорта [3].

В законе формы государственно-общественного взаимодействия в физической культуре и спорте определены как добровольные, подконтрольные государству некоммерческие формирования, созданные по инициативе граждан и (или) государства на основе общности интересов для развития физической культуры и спорта при участии государства [3]. Особенности управления данной формы заключаются в участии государства, которое выражается в контроле за целевым использованием государственного имущества, переданного государственно-общественному объединению для выполнения его задач; в создании наблюдательного совета из представителей государственных отраслевых органов управления за деятельностью данного объединения [2]. Следует отметить и управленческое воздействие органов государственной власти, пределы которого обусловлены принципом добровольности участия в нем граждан. Такая двойственность государственно-общественного объединения выражается в его имущественном обеспечении, включающем самофинансирование и государственную поддержку, что не исключает наличия собственного имущества. Вместе с тем требует решения проблема нормативной регламентации правового статуса формы государственно-общественного взаимодействия в физической культуре и спорте с целью обеспечения равного положения государственно-общественных объединений и общественных объединений (примером которых являются спортивные федерации) на рынке спортивных услуг.

Литература:

1. Гетман Е.П. Экономика и право в спорте и образовании / Е.П. Гетман, Л.А. Гремина, С.С. Воеводина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 137 с.
2. Гетман Е.П. Государственное управление физической культурой и спортом: потенциал развития / Е.П. Гетман, К.В. Туманян // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т.1. – С. 163-165.
3. Митин Г.Н. Особенности правового статуса общественно-государственных и государственно-общественных объединений / Г.Н. Митин // Конституционное и муниципальное право. – 2014. – № 2. – С. 18-21.

УПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Б.Г. Шиянов

Научный руководитель доцент С.С. Воеводина

Аннотация. Управление спортивной организацией в современных условиях связано с реализацией спортивных проектов, определенных государственными целевыми программами. В связи с этим актуальна проблема выбора организационной структуры с учетом методов проектного менеджмента.

Ключевые слова: управление, спортивная организация, организационная структура, спортивный проект, проектный менеджмент.

Перманентные информационные процессы в спортивной отрасли предъявляют новые требования к управлению спортивной организацией в современных условиях. Опросы показали, что 73% американских, 63% английских и 85% японских руководителей считают отсутствие эффективных внутриорганизационных коммуникаций главным препятствием на пути достижения высокой эффективности работы своих компаний [3]. Одним из направлений такой адаптации является изменение организационной структуры спортивной организации и формирование эффективного аппарата ее управления с учетом финансового положения [2]. В литературе по данному вопросу показательна практика управления методами проектного менеджмента посредством создания организационной структуры, отвечающей за спортивный проект. Следует учитывать три стадии реализации проекта: маркетинг (изучение спроса потребителей), закупка материалов, производство, сбыт (продажи спортивного продукта или спортивных услуг) [1]. Существуют три вида организационных структур: функциональная, матричная, проектная. Два последних вида в литературе называются гибкими. Они в наибольшей степени отвечают потребностям спортивного проектного управления в виду наличия следующих особенностей: создание органов управления, ограниченных по времени действия (на период выполнения спортивного проекта); умеренное использование формальных процедур; отсутствие бюрократической регламентации деятельности и детального разделения труда по видам работ; гибкость управления, проявляющаяся в способности быстро изменять методы управления в соответствии с внутренними и внешними условиями; возможность минимизации расходов в сочетании с эффективным использованием ресурсов; постоянный контроль их соотношения. После реализации спортивного проекта такая структура может быть упразднена.

Таким образом, управление спортивной организацией в современных условиях предполагает выбор организационной структуры, предполагающей ее развитие с учетом эффективной реализации спортивного проекта.

Литература:

1. Гетман Е.П. Принципы маркетингового управления в развитии спортивного менеджмента / Е.П. Гетман // Современные аспекты подготовки и профессиональной деятельности спортивного менеджера: материала III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – МГАФК. – 2019. – С. 56-59.
2. Гетман Е.П. Экономика и право в спорте и образовании / Е.П. Гетман, Л.А. Гремина, С.С. Воеводина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 137 с.
3. Михненко П.А. Теория менеджмента: учебник. 2-е изд., перераб. и доп. / П.А. Михненко. – М.: «Синергия», 2014. – 640 с.

КАФЕДРА ФИЛОСОФИИ, КУЛЬТУРОВЕДЕНИЯ И СОЦИАЛЬНЫХ КОММУНИКАЦИЙ

УДК:502.13(470.62)

ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ СОЗНАНИЕ ГРАЖДАН И РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПО РАЗДЕЛЬНОМУ СБОРУ МУСОРА В КРАСНОДАРЕ

Ю.Д. Ариничева

Научный руководитель старший преподаватель А.В. Тонковидова

Аннотация. В работе рассматривается формирование экологического сознания в городе Краснодаре и реализация программы по раздельному сбору мусора.

Ключевые слова: экология, экологическое сознание, раздельный сбор мусора.

Современное состояние экологии требует долгосрочных программ по ее улучшению. В Краснодаре, согласно постановлению губернатора Краснодарского края, планируется полностью перейти к раздельному сбору мусора к 2047 году, значит, к этому времени должно быть сформировано и экологическое сознание граждан [1].

Сортировка мусора выполняется самими гражданами, которым с самого детства прививают привычку раздельного сбора мусора, а для этого необходимо, в том числе и с помощью рекламы, специальных мероприятий формировать экологическое сознание, которое сделает возможным эффективную реализацию данной программы.

По изученным статистическим данным, лишь 70% жителей Краснодара знают о назначении разноцветных мусорных баков, но только 35% использовали их по назначению. В Краснодаре действует общественное движение «Раздельный сбор». По результатам проведенного опроса в сети Интернет можно сделать вывод, что 12% опрошенных осуществляют раздельный сбор мусора регулярно.

После контент-анализа Интернета, нами было выявлено, что для формирования экологического сознания и информационного сопровождения проводимой программы были созданы в социальных сетях группы «Раздельный сбор» Instagram (2 тысячи подписчиков) и ВКонтакте (1 тысяча подписчиков).

В течение 2019 года проводились акции по популяризации раздельного сбора мусора, одна из которых прошла в Краснодаре 27 мая 2019 года «Собирай и разделяй» [2].

Можно сделать вывод, что в настоящее время ведется активная работа, направленная на реализацию программы по раздельному сбору мусора, формирующей экологическое сознание граждан, что позволит сделать успешной реализацию программы.

Литература:

1. Об утверждении порядка сбора (в том числе раздельного) твердых коммунальных отходов на территории Краснодарского края (с изменениями на: 27.11.2017). www.consultant.ru (дата обращения 20.04.2019 г.)
2. Интернет-ресурс: <http://www.ecolife.ru/> (дата обращения 17.01.2020)

СОЦИАЛЬНАЯ КОНСОЛИДАЦИЯ КАК ХУДОЖЕСТВЕННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ ТИП ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А.М. Артемьева

Научный руководитель доцент А.В. Плотников

Аннотация. Исследование представляет инструменты художественно-просветительского вида профессиональной деятельности режиссера театрализованных представлений и праздников. Представлены особенности развития фестивальной практики как пространства для социальной консолидации творцов в рамках проведения заключительного гала-концерта Межрегионального фестиваля-конкурса творчества детей и молодежи «ОКЕАН ТАЛАНТОВ» в 2019 году.

Ключевые слова: социальная консолидация, культура личности, художественное творчество, художественно-просветительская деятельность, фестиваль-конкурс, социокультурное событие.

Одной из актуальных проблем современного общества является формирование культуры свободно творящей личности в системе социальной консолидации. Человек, следуя духовным ценностям, формирует личность, направляя ее на постоянное внутреннее развитие и социальную консолидацию с субкультурными группами. Свободное творчество личностей, заинтересованных в реализации способностей к познанию и отражению окружающего мира в художественных образах, становится пространством социальной консолидации творцов. Они делятся опытом реализации своих художественно-постановочных замыслов, представляют их зрителю, развивая персональные способности к творчеству и делаясь результатами творческих исканий с социумом через фестивальное движение.

Исследуемую нами проблему можно решать методом театрализации на стадии развития способностей человека, прививая навык поиска и отбора фактического материала для художественной реализации, через закладку духовных ориентиров на основе синтеза классических и современных образцов массовой культуры и высокого искусства для формирования просветительского интереса к творческой инициативе.

Именно родители мотивируют развитие начинающего творца через поддержку в дополнительном образовании или любительском творчестве, и это формирует пространство первичной социальной консолидации личности. Фестивальная же практика как инструмент мотивации начинающего артиста закрепляет соревновательность и стремление к творческому росту результатов деятельности в коллективе и в профессиональном сообществе, которое создается, например, в форме Межрегионального фестиваля-конкурса творчества детей и молодежи «ОКЕАН ТАЛАНТОВ».

Условия социальной консолидации заинтересованных сторон фестивального движения позволяют внедрить методы художественно-просветительской деятельности, такие как театрализация, репетиция, мастер-классы режиссера, в практику фестивального проектирования. Использование их направленно на духовно-нравственное воспитание молодых артистов и позволяет осознать важность социальной консолидации в творческом процессе, а также освоить инструмент режиссерской практики в художественно-просветительском виде профессиональной деятельности для создания социокультурного события.

Литература:

1. Наумова А.В. Профессиональная подготовка будущих режиссеров театрализованных представлений и праздников в соответствии с положениями нового образовательного стандарта // Вестник МГУКИ. – 2014. – №5 (61).
2. Плотников А.В. Теория, методика и организация социально-культурных проектов: учебное пособие / А.В. Плотников, Г.Г. Плотникова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 210 с.
3. Тихомирова Г.Ю. Фестиваль как форма социально-культурной деятельности // Вестник Таганрогского института имени А.П. Чехова. – 2016. – №1.

ОСОБЕННОСТИ СООТНОШЕНИЯ РИТУАЛА И ИГРЫ В ПРАЗДНИЧНОМ ДЕЙСТВЕ

Н. Бояринева

Научный руководитель доцент Г.Г. Плотникова

Аннотация. На основе сравнительного анализа выявлены общие и особенные черты игры и ритуала, соотношение которых позволяет говорить о наличии элементов, создающих бытийную основу праздничного действия.

Ключевые слова: ритуал, игра, праздничное действие, символика, атрибут.

Ритуал и игра являются частью, обязательным атрибутом такого социально-культурного явления, как праздник. Рассматриваемые феномены проявляют себя через действие, через эмоциональное включение, эстетическую рефлексию празднующего человека. И игра, и ритуал, как явления, наделенные мифическим смыслом, создают для участников особое пространство, время в котором становится относительным и событийным и привязывается к значению социальных событий.

Сравнительный анализ позволяет вычленил несколько схожих структурных элементов праздничного ритуала и игры: пространственно-временные границы, следование правилам, цель, атрибуты и вовлеченность. Пространственно-временные границы, в которых происходит движение, разворачивание сюжетной линии игры и ритуала (от завязки, через кульминацию к финалу), определяют конечность артефактов, закрепление их в культурные формы. Оставаясь в памяти участников праздничного действия, они транслируются затем из поколения в поколение. Правила структурно организуют игру и ритуал. В ритуале правила устойчивы, не поддаются изменению, тогда как в игре допустим пересмотр правил с обоюдного согласия участников игры. Цель в игре ассоциируется с выигрышем, преимуществом, которое может получить участник, согласившись вступить в соревновательную борьбу. В ритуале все действия участников направлены на достижение цели – создание осознанного образа предвосхищаемого результата, будь то архаичный, религиозный, этнический, семейный ритуал. Атрибуты указывают на стремление участников праздничного действия к перевоплощению. Символично-ритуальная драматизация праздника немислима без маскировки, тайных знаков, особого костюма, карнавализация в игре и ритуале синтезирует действительность и искусство. И, наконец, вовлеченность участника праздника в ритуальное и игровое действие сопряжено с эмоциональным и напряженным удовольствием.

Такой анализ позволил выявить как общие, так и особенные черты рассматриваемого предмета и установить, что игра и ритуал в праздничном действе содержат в себе мифологическое начало, ценностные смыслы и образцы для подражания. Соотношение, взаимосвязь между ними проявляется в указанных выше общих чертах игры и ритуала, позволяющих организовать пространство праздника, создать модель, образец идеального мира в определенной точке пространства-времени, через наделение особым сакральным смыслом обычных предметов и явлений жизни. Различия игры и ритуала могут стать предметом другого исследования, здесь отметим, что, на наш взгляд, ритуал с жесткой структурой, скорее, консервативен, тогда как игра – демократична.

Таким образом, в вопросе соотношения ритуала и игры можно говорить о наличии общих положений, которые создают бытийную основу праздничного действия – пространственно-временные границы, правила, цель, атрибуты, вовлеченность. Существование этих особенностей можно признать только в системе, в противном случае, выпадение или имитация хотя бы одного из элементов приведет к разрушению связи между сакральным событием и настоящим присутствием человека в этом мире.

Литература:

1. Сологуб Г.Н. Культурологические особенности современной праздничной культуры как общественного явления / Г.Н. Сологуб, А.В. Плотников // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – № 1. – С. 47-51.

ПРЕИМУЩЕСТВА И НЕДОСТАТКИ ПЕЧАТНОЙ РЕКЛАМЫ В ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА

Е.М. Бреус

Научный руководитель старший преподаватель А.В. Тонковидова

Аннотация. В данной работе проанализирована эффективность печатной рекламы в туризме, а также рассмотрены ее преимущества и недостатки.

Ключевые слова: печатная реклама, туризм, преимущества, недостатки.

Печатная реклама (информационные бюллетени, каталоги, буклеты, листовки, брошюры, календари и т.д.) – является одним из наиболее важных способов представления и распространения рекламной информации от туристических компаний. Она включает в себя информационный блок, адресный блок, фирменный блок, слоган, отвечает задачам продвижения туристических компаний. В печатной рекламе графически и текстуально представлена информация о возможностях обслуживания туристов.

Чтобы повысить привлекательность печатной продукции, компании используют красочные, качественные фотографии исторических мест, гостиниц и других туристических объектов [1]. Печатная рекламная продукция должна быть разработана на основе предварительных исследований целевой аудитории. Первичные исследования могут в себя включать опрос, наблюдение. В рекламных обращениях должны учитываться ожидания целевой аудитории. В результате проведенного нами исследования посредством такого метода, как опрос в сети Интернет, нами были выявлены преимущества и недостатки печатной рекламы в сфере туризма. 80% опрошенных высказались о важности печатной рекламы в сфере туризма, поэтому следует выделить основные достоинства и недостатки печатной рекламы в туризме. Преимущества включают в себя: широкое распространение данного вида рекламы (40% опрошенных); простоту позиционирования (30% опрошенных); относительную дешевизну (35% опрошенных); высокое качество (60% опрошенных); широкий жизненный цикл рекламы (30% опрошенных). Недостатки включают в себя: наличие большого количества конкурирующей информации (60% опрошенных); плохое качество печати (40% опрошенных); использование фотографий с дефектами (40% опрошенных); отсутствие логотипа и фирменного стиля в компании (34% опрошенных) [3].

Таким образом, современный туризм невозможно представить без печатной рекламы. Хорошо спланированная кампания, ориентированная на будущее и направленная не только на получение прибыли, но и на удовлетворение потребностей потребителей, – это то, что необходимо социально-культурным предприятиям в сфере туризма [2].

Литература:

1. Дурович А.П. Реклама в туризме / А.П. Дурович. – Москва: СПб. [и др.]: Питер, 2016. – 160 с.
2. Федотова Л.Н. Реклама. Теория и практика. Учебник / Л.Н. Федотова. – Москва: РГГУ, 2015. – 392 с.
3. Тонковидова А.В. Совершенствование рекламно-информационной деятельности спортивного клуба / А.В. Тонковидова, А.Е. Вакин // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт: Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 360 с.

ЭТИЧЕСКИЕ ВОЗЗРЕНИЯ Н.О. ЛОССКОГО
Д.Ю. Бухвалова
Научный руководитель доцент Е.А. Найденко

Аннотация. В работе рассматриваются основные этические взгляды выдающегося русского мыслителя Серебряного века Н.О. Лосского, их соотношение с современным философским дискурсом.

Ключевые слова: этика, Абсолют, добро, ценности, поведение, идеал абсолютного совершенства.

Переход русской философской мысли к XX веку был временем исторического и социального разлома, периодом осмысления новых реалий бытия, многообразия идей, ценностей и идеалов. Особое место во всем этом многообразии занимают философские работы Н.О. Лосского, его осмысление этической концепции личности как центрального онтологического элемента мира. На наш взгляд, данное наследие представляет научный интерес для философского осмысления реалий современности.

Николай Онуфриевич Лосский (1870-1965) по праву считается крупнейшим представителем интуитивистского персонализма в России. Однако его мировоззрение отличается от взглядов таких выдающихся мыслителей этого направления, как В.С. Соловьев, С.Н. Булгаков, Д.С. Мережковский и др. Отличие состоит прежде всего в абсолютизации этической составляющей в философских воззрениях Лосского. Не случайно само учение Лосского в научном обиходе именуется «классической этикой Абсолюта» [1, с. 64].

Соответственно проблема нравственных ценностей, их обоснований, являющаяся центральной в любой этической системе, в воззрениях Лосского опирается на парадигму Абсолюта в разработке и направленности всех вопросов морали. Философ исходит из мысли о том, что если этику и можно выстроить как теоретическую систему вне Абсолютов, то может ли реальное нравственное бытие человечества обойтись «без их надежной опоры?» [2, с. 273]. В своем фундаментальном исследовании «Условия абсолютного добра» Лосский всесторонне рассматривает именно этот вопрос, давая ответы, имеющие непреходящую ценность. Отмечая, что современные ему этические концепции направлены прежде всего на уничтожение зла ради полноты нравственного бытия, счастья всего человечества, Лосский справедливо констатирует, что одержимость этой идеей привела к гибели миллионов людей в России.

Актуализируя проблему нравственного прогресса вне Абсолюта добра (любви), Лосский приходит к выводу о том, что «прогресс и регресс есть *личная история* каждого существа» [2, с. 232]. Именно эта личностная этика полагается мыслителем основой национальной ментальности, ее религиозной духовности: люби Бога больше, чем себя, и ближнего так же, как себя. В этом Абсолюте, по мнению Н.О. Лосского, реализованы все искания исторического, общечеловеческого гуманизма. И сегодня, вслед за все возрастающим интересом отечественной философской мысли к наследию Серебряного века, привлекает искренний гуманистический Абсолют Н.О. Лосского в истории отечественной этики.

Литература:

1. Титаренко А.В. Этика Н.О. Лосского. – СПб., 2012. – 364 с.
2. Лосский Н.О. Условия абсолютного добра. – М., 1991. – 367 с.

ОРГАНИЗАЦИОННО-УПРАВЛЕНЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ПОСТАНОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ РЕЖИССЕРА

С.С. Галинских

Научный руководитель доцент А.В. Плотников

Аннотация. В работе исследуется практика организационно-управленческой деятельности в постановочном процессе и социокультурной деятельности режиссера. Выявлены значения понятий организационная и управленческая деятельность в постановочном процессе режиссера. Определены особенности построения постановочного процесса на практике.

Ключевые слова: постановочный процесс, социокультурная деятельность, организационно-управленческая деятельность, исполнители, практика, режиссер.

Практика организационно-управленческой деятельности проявляется в отработке постановочных навыков режиссера, направленных на эстетическое преобразование действительности через организацию творческих процессов, управление и контроль исполнителей постановочной группы разного рода событий.

Успешность современного зрелища это комплекс организационных и управленческих действий режиссера, которые согласовывают в единой композиции интересы не только социального заказа, зрительской аудитории, но и всего коллектива исполнителей. Этот процесс составлен из двух контекстов: рационального, в разработке продуманного постановочного плана по освоению в событии идейно-художественных смыслов; социального, в системности взаимодействия постановочных инструментов художника – от информирования и мотивации состава группы до их воодушевления на успешный результат зрелища.

Только деятельность партнеров в постановочном процессе, заинтересует исполнителей, создаст «коллектив сотворцов» нового художественного смысла социокультурного события, где эффективная организация рабочих процессов становится незаметной «глубинной» основой управления влиянием на зрителя посредством сверхзадачи, реализованной в согласованном единении традиционных фактических элементов и современных средств новаторской выразительности режиссерской практики. «Социокультурная деятельность» представляет собой организованную деятельность, в которой режиссер управляет постановочным коллективом через понятную цель, уникальную идею и точные организационные задачи для себя и всего коллектива единомышленников.

Консолидация всех элементов организационно-управленческой деятельности на этапах построения и реализации постановочного процесса позволяет режиссеру стать ответственным педагогом в развитии исполнителей, художником в конструировании смыслов зрелища и организатором социально-культурных зрелищ различных форм и пространств реализации замысла.

Литература:

1. Мурашко В.Г. Коллективы любительского художественного творчества в современной социокультурной ситуации // Социально педагогическая работа. – 2010. – № 9. – С. 21-25.
2. Плотников А.В. Особенности организации массового зрелища: региональный аспект / А.В. Плотников, В.О. Самарцева // Национальное культурное наследие России: региональный аспект – Самара, 2019 – С. 306-311.
3. Плотникова Г.Г. Проектирование модели самостоятельной работы студента вуза по учебной дисциплине // Проблемы современного образования. – 2016. – №53 (7). – С. 161-175.

ПЕНСИОННАЯ РЕФОРМА: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

М.М. Гармашова

Научный руководитель старший преподаватель А.В. Тонковидова

Аннотация. В работе рассматриваются проблемы и перспективы реализации пенсионной реформы.

Ключевые слова: пенсионная реформа, квалификация, переподготовка, стажировка, служба занятости.

В настоящее время актуальным считается вопрос пенсионной реформы и формирования общественного мнения для возможности ее успешной реализации в 2019-2028 годах, что приведет к повышению пенсионного возраста с 55 до 60 лет у женщин и с 60 до 65 лет у мужчин соответственно [1].

В рамках проведенного интернет-опроса жителей города Краснодара в возрасте от 35 до 55 лет было выявлено, что 69% уже ознакомились с положениями реформы. Жители города в возрасте от 25 до 35 лет только в объеме 32% ознакомлены с реформой, а возрастная группа от 15 до 25 лет практически не ознакомилась с содержанием пенсионной реформы. Большинство опрошенных жителей нейтрально относятся к реформе. На вопрос, какие меры они предпримут, чтобы продлить свою профессиональную деятельность в связи с повышением возраста выхода на пенсию, 80% опрошенных ответили, что они будут повышать свою квалификацию.

Но результаты статистики показывают, что людям старше 50 лет трудно найти работу. Согласно данным за три последних месяца 2018 года, только каждый пятый житель в возрасте 51-54 лет находит новую работу. Кроме того, новые жизненные обстоятельства, такие как потеря работы, для пожилых людей являются огромным стрессом, многие не сразу начинают искать новую работу. В таких случаях в службах занятости им оказывается психологическая помощь, им предлагают получить дополнительное образование или новую профессию. Все чаще они осваивают компьютерные программы: этот навык необходим при найме диспетчеров, продавцов, администраторов или поставщиков. Курсы, как правило, длятся 1,5–2 месяца, и желающих учиться так много, что некоторым приходится отказываться из-за нехватки бюджетных мест.

Открытие специальных направлений не всегда помогает людям предпенсионного возраста. Коротких курсов переподготовки чаще всего недостаточно для приобретения ценных навыков. Чтобы получить новую профессию, им необходимо пройти, как минимум, ежегодные курсы в высших или средних школах, но государство вряд ли сможет оплатить столь длительную переподготовку пожилых людей. Помимо образования, пожилые люди должны получить новый опыт работы. Например, можно разработать программы стажировок для пожилых людей в компаниях. Ведь сейчас многим работодателям нужны опытные специалисты в различных сферах [2].

Сейчас это очень волнующий вопрос, который требует грамотного и комплексного решения как со стороны государства, так и работодателей и самих возрастных кандидатов. Нужно создать четкую систему регулирования процесса трудоустройства, переподготовки и дополнительного образования тем профессиям, которые необходимы и которые будут под силу пожилым работникам.

Литература:

1. Официальный сайт Пенсионного фонда РФ <http://www.pfrf.ru/> (дата обращения: 13.12.19).
2. Министерство здравоохранения и социального развития РФ <http://www.minzdravsoc.ru> (дата обращения: 12.11.19).

ДИАЛЕКТИКА «КРАСИВОГО» И «ПРЕКРАСНОГО» В ЭСТЕТИЧЕСКОМ ВОСПРИЯТИИ

А.Д. Головизнина

Научный руководитель доцент Ю.Г. Бич

Аннотация. Соотношение понятий красивого и прекрасного издавна волнует человечество. Аналитическая работа показывает ретроспективу эстетического восприятия этой проблемы человечеством, начиная с античного периода до наших дней.

Ключевые слова: понятие эстетики, красивое, прекрасное, Квазимодо, поэт Николай Заболоцкий.

На первое место в данном исследовании выходит проблема особенностей терминологии. Часто слова «прекрасное» и «красивое» употребляются как синонимы. Они похожи, но есть очень существенное различие.

Прекрасное – это наиболее красивое. Употребляется для оценки какого-либо предмета или явления в целом. А понятие «красивое» более узкое и характеризует определенные стороны и отдельные свойства. Например, человек красивый внешне не обязательно прекрасен. Однако в произведении «Собор Парижской богородицы» Виктор Гюго описал уродливого, но прекрасного душой Квазимодо. Его имя стало нарицательным и обозначает человека, способного на бескорыстный жертвенный поступок ради любимой.

Также и в жизни не всегда красота человека совпадает с прекрасными человеческими качествами.

К сожалению, нам часто кажется, что красивый человек не может обладать отрицательными качествами. Об этом несоответствии замечательно сказал в своем стихотворении «Некрасивая девочка» поэт Николай Заболоцкий. Эта девочка, не знающая зависти и умеющая сопереживать и горю и счастьем другого человека, поистине прекрасна.

Эти качества красоты заметили еще древние греки, создав понятие «калокагатия», что приблизительно можно перевести как «нравственная красота». Не может быть красивым то, что безнравственно.

Тот же Заболоцкий в другом стихотворении задает вопрос: «Что есть красота и почему ее обожествляют люди? Сосуд она, в котором пустота, или огонь, мерцающий в сосуде». Увидеть внутреннюю красоту человека и явления, научиться ее ценить помогает искусство.

Таким образом, подытожим, что каждый человек должен развивать в себе чувство прекрасного. Во всех образовательных учреждениях развитых стран мира преподаются науки, развивающие чувство прекрасного у молодого поколения. Есть специальный термин для определения учения о «прекрасном». Это эстетика. Однако категорию «прекрасное» нельзя понять без его антипода – «безобразное». Так же, как и «возвышенное» без «низменного». Исследованиями этих категорий также занимается эстетика.

Литература:

1. Боров Ю.Б. Эстетика. – Москва: Издательство политической литературы, 198. – 399 с.
2. Кривцун О.А. Эстетика. Электронная библиотека учебников. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://studentam.net/content/view/889/27>. Дата обращения 10.12.19

ХАЙП КАК СОЦИОКУЛЬТУРНОЕ ЯВЛЕНИЕ

В.А. Григорьева

Научный руководитель доцент Е.А. Найденко

Аннотация. Работа посвящена анализу хайпа как нового социокультурного феномена, его влияния на современные коммуникационные процессы.

Ключевые слова: хайп, виртуальная реальность, действительность, коммуникация.

У слова «хайп» есть два разных значения, по сути, имеющие различные смыслы. Дело в том, что два разных английских слова с различным написанием по-русски произносятся чаще всего одинаково. HYIP – аббревиатура от High Yield Investment Program, что означает высокодоходный и высокорискованный инвестиционный проект. Нуре употребляется в значении возникшей шумихи, бурного эмоционального возбуждения с негативным оттенком, провокационно-обманного рекламирования, своеобразного «вызова» общественному мнению.

Для нас принципиально важно подчеркнуть, что в этих смысловых коннотациях хайп организуется вокруг чего-то или кого-то модного в данный момент. Здесь кроется популярность именно данного употребления слова «хайп». Действительно, кому интересно знать про высокорискованные способы заработка? Единицам. А вот услышать это слово в обозначенном нами втором, популярнейшем ныне значении, от известных блогеров или прочитать его в заметке на новостном сайте, доступно каждому.

Современной молодежной среде, в ситуации отсутствия четко обозначенных социально-нравственных норм и ориентиров, особенно присуща потребность в самовыражении средствами амбициозной индивидуальной «исключительности», тем более что, по справедливому мнению А.Ю. Мельниковой, «социальные медиа дают широкий простор для виртуализации желаемого» [1, с. 79]. При этом образцом и идеалом подобной реализации личности выступают негативные образы и морально табуированные практики.

Заметим, что поскольку хайп чаще всего используется в отношении каких-то медийных событий, освещаемых в СМИ или Интернете, сам формат такого информационного ажиотажа требует нагнетания негатива, истеричности по отношению к событию или личности. Здесь не требуется логический рациональный анализ происходящего. Отсюда и ставшее обиходным выражение – «необъяснимо, но хайп».

Ценность и уникальность личности постепенно, но все более уверенно начинают определяться и «измеряться» количеством времени «прайм-тайма», «фолловеров», «лайков». Не случайно сегодня как в разговорном английском языке, так и в русском слово «хайп» используется в смысловом значении неоправданной истерии по отношению к чему-либо. В молодежном сленге «хайпануть» – привлечь к себе интерес скандальной или ненормативной акцией, образом, видео и т. д.

В связи с возрастающим влиянием виртуальной реальности и массмедиа на социокультурное пространство, нам представляется необходимым и целесообразным дальнейшее изучение феномена хайпа в контексте современной социокультурной ситуации.

Литература:

1. Мельникова А.Ю. Хайп как новый способ презентации молодежи // «Культурная жизнь Юга России» – № 4. – 2017. – С. 78-81.
2. Сайт о хайпе: <https://www.masterinvest.info/>

ДОСУГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ «ПОСВЯЩЕНИЕ В СТУДЕНТЫ» КАК АСПЕКТ СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ**Е.С. Долженкова****Научный руководитель доцент Т.В. Мишина**

Аннотация. В тезисах представлены особенности социокультурной адаптации первокурсников. Определен ряд трудностей, с которыми сталкивается обучающийся в первый период студенческой жизни. Описаны цели досугового мероприятия «Посвящение в студенты», обоснована необходимость его проведения.

Ключевые слова: социокультурная адаптация, вуз, первокурсник, студент, досуговое мероприятие, посвящение в студенты.

Социокультурная адаптация первокурсников – это процесс вхождения и приспособления к новым социальным условиям молодых людей, поступивших в высшее учебное заведение. Известно, что большинство первокурсников испытывают колоссальный стресс, оказавшись в незнакомых для них условиях, к которым можно отнести отличную от школьной организацию учебного процесса, новую учебную группу, незнакомых преподавателей, новые нормы поведения, методы учебной деятельности, коммуникационные взаимодействия и т.д. [2]. И от того, насколько успешно и легко пройдет адаптационный процесс, зависит комфортность, успешность дальнейшего обучения, а также заинтересованность в иных сферах деятельности, предлагаемых вузом обучающимся.

Одним из важных факторов социокультурной адаптации первокурсников в вузе является принятие новой социальной роли. В связи с этим одним из приоритетных направлений деятельности вуза является создание максимально благоприятных условий для первичной адаптации «новоиспеченных» студентов. Для этого вузы стремятся организовать максимально комфортные условия для проведения аудиторных занятий, обеспечить учебный процесс профессиональными, высококвалифицированными педагогами, а также проводить различные досуговые мероприятия.

Посвящение в студенты является самым ожидаемым событием первокурсника [3]. Данное досуговое мероприятие чаще всего проводится старшекурсниками в первых неделях учебного процесса и имеет ряд целей, таких как более тесное неформальное общение с одноклассниками, способствующее сплочению в целом; знакомство с другими группами обучающихся и со старшекурсниками, направленное на расширение коммуникационных связей; знакомство с нормами и ценностями учебного заведения; приобретение статуса «студент»; приобщение к культурной деятельности вуза; получение официального документа (зачетной книжки, студенческого билета) [1, 2].

Таким образом, мероприятие «Посвящение в студенты», проводимое в 80% высших учебных заведений нашей страны, способствует успешной социокультурной психологической адаптации первокурсника к новым социальным условиям и, несомненно, отражается на эффективной социализации обучающихся, а также способствует их комфортному вхождению в учебный процесс профессиональной подготовки.

Литература:

1. Плотникова Г.Г. Праздник как важнейшая составляющая социокультурной реальности XXI века / Г.Г. Плотникова, Е.С. Тищенко // Праздник как важнейшая составляющая социокультурной реальности XXI века. Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2017. – Т. 1. – С. 214-218.
2. Семенова М.Г. Социокультурная адаптация современных студентов // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – 2012. – № 3-1. – С. 85-88.
3. Тулегенова А.Г. Роль внеучебных мероприятий (Посвящение в студенты) в адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе // Научный вестник Крыма. – 2016. – № 1(1). – Режим доступа: <http://nvk-journal.ru/index.php/NVK/article/view/2/html>

ПАМЯТНИКИ ИСТОРИИ АРМЕНИИ

В.М. Дубовик

Научный руководитель доцент Ю.Г. Бич

Аннотация. Публикация рассматривает памятники истории и культуры Армении, которые делают ее привлекательной для туризма.

Ключевые слова: Армения, Маштоц, апостольская церковь, Эребуни, древние храмы.

Армения – это страна солнца, кавказского гостеприимства, христианских святынь и уникальной древней культуры. По одной из версий армянский народ появился между 26 и 23 вв. до н.э. с на территории древнего государства Урарту. Армяне один из древнейших народов мира. Большинство армян исповедуют христианство Армянской апостольской церкви. В отличие от большинства коренных народов Кавказа, армянский язык не входит в кавказскую языковую семью, а относится к индоевропейской языковой семье. Родственный армянскому язык – греческий вместе с рядом вымерших языков фрегийским, докийским и пионийским. Армянский язык использует оригинальный армянский алфавит, который был создан в 405 году ученым и священником Маштоцом, состоял он из 36 букв, из которых 7 передавали гласные звуки, а 29 – согласные.

Столицей Армении является Ереван – древнейший город на земле, которому в 2018 году исполнилось 2800 лет. Одной из главных достопримечательностей Еревана является каскад из пяти открытых террас с фонтанами и скульптурами (внутри холма – художественный музей).

Невозможно не отметить такую достопримечательность, как холм Арин-Берд на окраине Еревана, – это сердце Армении и предмет гордости каждого армянина. Тут обнаружены развалины древнего города Эребуни, основанного 2800 лет назад.

В 1915 году случилась трагедия геноцида армян мусульманами, при помощи физического уничтожения и массой депортации народа. В память о жертвах геноцида был построен памятник Цицернакаберг.

Привлекательным для туристов является тот факт, что в Армении соседствуют уникальные строения современности с древними постройками. Например, существует самая длинная в мире пассажирская канатная дорога маятникового типа «Крылья Татевы» протяженностью 5820 м. А неподалеку находится одна их святынь армянского народа – Татевский монастырь конца 9 – начала 10 веков. На территории этого монастыря расположено уникальное сооружение в виде столба «Кавазан», который приходит в движение при малейшей дрожи земли, предупреждая местных жителей об опасности. Однако самое интересное свойство Кавазана имеет астрономическое значение. Он позволяет отсчитать один звездный год, равный 25920 земным годам.

Храмы и монастыри Армении не случайно строились в труднодоступных местах, ведь они являлись убежищами, где местные жители могли укрыться от врагов, периодически совершающих набеги. Эти места являют собой божественно красивые ландшафты, куда гармонично вписываются культовые сооружения.

Можно сделать вывод, что неслучайно в Армению не иссякает поток туристов. Их привлекает красивейшая природа, доброта людей, выдающиеся памятники истории и архитектуры.

Литература:

1. История Древней Армении. Могучая держава Южного Кавказа. Электронный ресурс. – [Режим доступа] – <https://history-thema.com/istoriya-drevney-armenii-moguchaya-derzhava-yuzhnogo-kavkaza/>. Дата обращения – 21.12.19.

ПАЛЕОНТОЛОГИЧЕСКИЕ ПАМЯТНИКИ КУБАНИ

Е.И. Затворницкая

Научный руководитель доцент Ю.Г. Бич

Аннотация. В работе анализируется богатейшее наследие памятников палеонтологии на территории Краснодарского края, выявляется целесообразность их использования для смежных научных знаний, например геоморфологии.

Ключевые слова: аммониты, белемниты, палеонтология, древности Кубани.

Краснодарский край богат красивейшими памятниками природы. Однако на территории Кубани сохранились и уникальные ископаемые природные объекты, которые изучает палеозоология и палеоботаника. Благодаря данным этих наук геологи определяют возраст, особенности формирования, геоморфологию Земли. Уточняются и условия возникновения полезных ископаемых, которыми богата земля Юга России.

Мы проанализируем наиболее интересные палеонтологические памятники Краснодарского края. В числе таковых Мезмайская пещера, которая стала широко известна в научных кругах благодаря находке останков двух неандертальцев. Первый скелет датируется 70-60 тыс. лет, а второй, найденный в верхнем слое, жил около 40 тысяч лет назад [1]. Это скелет младенца, сохранившийся намного лучше своих аналогов из Европы. Именно эти останки помогли науке расшифровать геном неандертальского человека. Одно из исследований – мтДНК – показало, что кубанские экземпляры представляют наиболее необычные особи из известных неандертальцев [1].

Вторым объектом является «Долина аммонитов» – уникальный памятник природы, расположенный в русле реки Белой. Долина начинается у Хаджохской теснины, далее следует вниз по течению реки Шхагуаше и завершается у станицы Абадзехской.

Река Губс является левым притоком р. Ходзь (левый приток Лабы). Бассейн реки расположен на территории Мостовского района Краснодарского края. На своих берегах река обнажает осадочный комплекс от верхнеюрских до неогеновых образований. Наиболее интересным участком мелового разреза, обнажающим выходы Аптских алевролитов, является отрезок среднего течения реки, расположенный чуть выше станицы Баракаевской [2]. В историю края он вошел как Губские навесы станицы Баракаевской.

На реке Пшеха сегодня известны находки в устье близ поселка Горный Луч. Здесь у рек Пшеха и Туха обнажены несогласно контактирующие между собой породы нижнего мела и палеогена [2]. Второе место находок у Пшехи – обнажающиеся миоценовые слои с удивительной сохранностью и огромным многообразием фауны и флоры. Главная их особенность – сочетание морских видов и наземной флоры и фауны, включая отпечатки насекомых и даже единичные находки позвоночных – от птиц до дельфинов. Секрет такого многообразия в условиях захоронения в миоценовое время: судя по всему, здесь была мелководная лагуна, шло быстрое накопление осадков и в прибрежном иле оказывались не только рыбы, но и наземные обитатели [2]. Река Пшеха «родилась» в юрский период, когда Кавказ сформировался уже более детально. Есть примечательные находки и в долине реки Курджипис (у поселков Краснооктябрьский и Красный Дагестан).

Таким образом, исследование памятников палеонтологии на территории Краснодарского края показывает их видовое разнообразие и практическую значимость для геологии, палеоботаники, палеозоологии, генетики, а также дают богатейшие сведения о процессах формирования Земли.

Литература:

1. Древности Кубани. Электронный ресурс. Режим доступа: – http://www.alib.ru/5_drevnosti_kubani_w1t3687cbfb656591e902f3e752869bc30a6423.html. Дата обращения. 21.12.19

2. Каменная летопись Кубани. Электронный ресурс. – Режим доступа: <http://forum.kristallov.net/showthread.php?p=10104>. Дата обращения 20.12.19

РОЛЬ ИСКУССТВА В ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА**А.В. Карпушина****Научный руководитель доцент Ю.Г. Бич**

Аннотация. В работе в полемической форме поднимаются животрепещущие вопросы современного человека: перенасыщение информацией, сопереживание, полезный досуг, роль в этом процессе искусства вообще и театрального в частности.

Ключевые слова: эмпат, искусство, театр, драматический театр, человек.

Несмотря на активное развитие современных технологий и информационно-коммуникационной среды, в наши дни человеку не хватает времени на духовное развитие. Поколение миллениалов уже не стремится к высшим человеческим качествам, которые воспевали в своих произведениях живописцы и поэты XIX века, за которые боролся и отдал жизнь Егор Савельич Полушкин (герой романа Бориса Васильева «Не стреляйте белых лебедей») [1].

В динамике сегодняшней жизни практически не остается времени, чтобы побыть наедине с собой, поразмыслив над жизненными ценностями. Следовательно, личность теряет способность к эмпатии, не заботится о нравственных идеалах, состоянии души, соблюдении норм морали. Все это приводит к разрушению внутреннего мира и духовности человека, что является одной из центральных проблем современного общества. Что же может помочь выжить, оценить гармонию мира?

Искусство – вот одна из важных спасительных «нитей Ариадны» для человека XXI века. Оно поможет человеку выбраться из информационной паутины и заставит его посмотреть на мир другими глазами. Именно искусство дает возможность эстетически воспитывать личность, учит видеть красоту и ощущать благотворное влияние доброты на людей [2].

Искусство – это образное осмысление действительности, процесс отображения внутреннего мира человека в художественном образе. К искусству человек обращается в самые трудные и самые счастливые моменты своей жизни. Ярко выражена адаптивная функция в живописи, литературе, поэзии.

Одним из интереснейших синтетических видов искусства является театр – древнее изобретение человечества. К сожалению, на сегодняшний день театральное искусство превращается в элитарное. Для большинства населения утрачиваются традиции семейных походов в театр. Да и сами семейные ценности многими подвергаются сомнению.

Существует еще одна проблема – опошления классических произведений современными «режиссерами». Что произошло в Краснодарском драматическом театре со спектаклем Гоголя «Ревизор». Ужасают добропорядочного зрителя некоторые постановки Константина Богомолова на сцене Театра на Малой Бронной. Многие зрители «голосуют ногами» против такого «осовременивания» искусства, уходя со спектакля.

В заключение хочется отметить, если мы перестанем обращать внимание общественности и власти на такие «произведения искусства», театр может навсегда перестать играть благотворную роль для молодых россиян. Искусство может утратить важную воспитательную функцию.

Литература:

1. Васильев Б. Не стреляйте белых лебедей // Юность. – 1973. – №6. – С. 4-41.
2. О влиянии искусства на жизнь человека. Электронный ресурс. – Режим доступа <https://schoolessay.ru/o-vliyanii-iskusstva-na-zhizn-cheloveka/>. Дата обращения: 5.01.20

ТЕЛЕСНОСТЬ СПОРТСМЕНА В КОНТЕКСТЕ КУЛЬТУРНОЙ ИНДУСТРИИ

Д.А. Кашкарова

Научный руководитель доцент Г.Г. Плотникова

Аннотация. Прослеживается связь визуального образа спорта с человеческой телесностью, включающей такие характеристики, как сила, изящество, гармония, красота, клише. В культуре индустрии тело спортсмена – это часть коммерческого успеха, непременный атрибут зрелищных мероприятий.

Ключевые слова: телесность, спорт, культурная индустрия, визуальный образ.

Визуальный аспект спорта широко эксплуатируется в современной культурной индустрии. Спортивные игры являются ярким примером выражения состязательности, исключительных способностей, а также соревновательного духа участников игр, что привлекает внимание огромной аудитории. Такое пристальное внимание вызвано, с одной стороны, тем, что наблюдающие за состязанием зрители переживают острые ситуации игры и компенсируют дефицит эмоций, который существует в обыденной жизни. С другой стороны, спортивное зрелище функционирует по правилам культурной индустрии, где спортивные артефакты наделяются характеристиками и качествами шоу-программ [2].

Хронологический метод исторического познания позволил установить, что визуальный образ спорта тесно связан с телесностью спортсмена – ценностно-значимой характеристикой человеческого бытия. Для Древней Греции культ красоты – это культ человеческого тела, в работе над его совершенствованием применялись два метода физических упражнений: гимнастика, или общее физическое воспитание, и агонистика – специальная подготовка и участие в состязаниях. Целостность телесности с духовным началом была принципом, лежащим в основе воспитания и образования у древних греков. В Средние века центром спортивных состязаний выступали рыцарские турниры, а идеалом телесности – герои ристалищ, отличавшиеся силой и ловкостью в обращении с оружием. Гуманистическая мысль эпохи Возрождения обратилась к античным образцам, с ее человеком «на все времена», развлечения дворянского и городского населения Европы включали танцы, игры в мяч и различные формы состязаний. Практика телесности в эпоху Нового времени «связана с установкой буржуа на преодоление тягот жизни и достижение успеха в поставленной цели» [1, с. 68]. Современные черты спорт приобретает в середине 19 – начале 20 вв. Спортивное тело ассоциируется не только с личностью спортсмена, но и становится идеалом, которому подражает большое количество людей. В культуре постмодерна телесность – это культивированное тело, презентующее себя в конкретном социально-культурном контексте производства единообразных и стандартизированных клише.

Таким образом, визуальный образ спорта от античности до настоящего времени тесно связан с человеческой телесностью, включающей такие характеристики, как сила, изящество, гармония, красота, клише. И если в традиционном и индустриальном обществах работа над совершенствованием телесности не отделялась от духовного совершенствования, то в постиндустриальную эпоху разрыв духовного и телесного уже очевиден. В культуре индустрии тело спортсмена – это часть коммерческого успеха, непременный атрибут зрелищных мероприятий. Копирование и тиражирование телесных образцов спортсменов в средствах массовой коммуникации приобретает массовый характер, а спортивная игра выступает в роли «общественного спектакля».

Литература:

1. Богданова М.А. Рождение новой телесности в практиках спортивного движения / М.А. Богданова // Знание. Понимание. Умение. – 2013. – №1. – С. 64-69.
2. Плотников А.В. Жанровые особенности художественно-спортивной выразительности зрелищ / А.В. Плотников, Г.Г. Плотникова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – Т. 48. – С. 144-146.

«ПЕРСИДСКИЙ БУНТ» НА КУБАНИ

В.С. Куликова

Научный руководитель доцент Ю.Г. Бич

Аннотация. Работа посвящена одному из первых народных восстаний казачьей бедноты на Кубани, так называемому Персидскому бунту. Рассмотрены сложные социальные отношения между казачьей старшиной и голытьбой (беднотой).

Ключевые слова: Персидский бунт, война с Персией, казачьи полки, история Кубани.

В конце 18 века на Кубани происходит крупное восстание казаков. Связано это было с «военными действиями» на территории Персии, в которые были вовлечены казаки. В 1796 году два полка черноморских казаков были направлены в состав десантных войск русской Каспийской флотилии. Шла война России с Персией. Казакам почти не пришлось принимать участие в боях. Однако на их долю выпали многие невзгоды. Пришлось голодать. Начались болезни. Казаков заставляли выполнять тяжелую физическую работу. Им не платили жалование. И получалось так, что полки, почти не участвуя в боевых действиях, потеряли половину своего состава. На войну уходили 1000 казаков, а возвратились в Екатеринодар в августе 1797 года только 500 измученных, переболевших, очень усталых людей [1].

В городе казаки стали лагерем. Отказались расходиться по куреням. Передъявили войсковому начальству жалобу на своих старших, виновных в решениях и бедах, перенесенных ими в походе. Глава войскового правительства писарь Котляревский запретил выдавать казакам продукты и арестовал их руководителей Федора Дикуна и Остапа Шмалько. Казаки ответили восстанием. Федора Дикуна и Остапа Шмалько они освободили. Были избиты многие офицеры и старшины. Котляревский спасся бегством [2].

Восстание получило поддержку рядового казачества всего войска. Оно было направлено прежде всего против старшины и местной администрации. Не случайно восставшие говорили: «Выбьем-де панов, поставим по-старому свой порядок». Они решили взять управление в свои руки. Федора Дикуна избрали войсковым атаманом, Остапа Шмалько – войсковым писарем.

Казачья старшина решила действовать хитростью. В Екатеринодар явился полковник, который стал вести переговоры от имени царя Павла I. Он предложил послать делегацию в Петербург. Заверил, что царь согласится с казаками и удовлетворит требования. Это было, по словам старшин, «премудрая хитрость». Восставшие верили в «хорошего» царя. Они избрали в состав делегации 14 человек [2].

Делегация из Екатеринодара прибыла в столицу. Однако никто не собрался допускать ее к царю. Сам Павел I распорядился арестовать казаков и заключить в Петропавловскую крепость. Началась расправа. Первыми судили делегатов. Четырех из них приговорили к повешению, остальных «бить кнутами», «вырезав ноздри, сослать на вечную работу на галеры». Более двухсот участников восстания схватили в Екатеринодаре. Началось мучительное следствие, тянувшееся три года. Все это время арестованных держали в загоне под открытым небом и в холод, и в ненастье. Они кормились только подаванием. 55 человек умерли во время следствия. 165 были приговорены к смерти через повешение, и только два пятнадцатилетних подростка получили «снисхождение»: их приговорили к «прогону сквозь строй в 1000 человек» [1].

Такова была классовая ненависть. Даже дети были страшны самодержцу. Но этот приговор не привели в исполнение, так как царь боялся нового возмущения казачьей бедноты.

Восстание явилось одним из характерных, типичных антифеодальных выступлений крестьян России конца XVIII века, было массовым социальным движением казачьей бедноты против старшин-эксплуататоров.

Литература:

1. Бич Ю.Г. История Кубани. Курс лекций / Ю.Г. Бич, А.Н. Малукало. – Краснодар, 1913. – 45 с.
2. Ратушняк В.Н. История Кубани. – Краснодар, 2003. – 31 с.

ПЕДАГОГИКА ТВОРЧЕСТВА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

В.Д. Лепетюха

Научный руководитель доцент А.В. Плотников

Аннотация. В данной работе рассматривается творчество как педагогическая система для развития обучающихся, реализации профессиональных компетенций в социуме, как результат творческого процесса в социальном партнерстве заинтересованных сторон.

Ключевые слова: творчество, творческая деятельность, педагогика творчества, сущность творческого процесса, личность, педагогическая система, развитие.

Современное образовательное пространство структурировано на достижение системообразующей цели по освоению бакалаврами актуальных методологий творческого преобразования социокультурной реальности в массовой культуре.

Процесс творческой деятельности по подготовке обучающихся в системе непрерывного образования включает в себя не только освоение профессиональных компетенций бакалавра, но и осознание новых смысловых предметов профессиональной практики: объектов, знаний, проблем и способов их решения. Многообразие мнений исследователей по сущности процессов педагогики творчества стремится к единству в оценке результатов данного типа деятельности как поиска и закрепления нового смысла в процессе совместного взаимодействия социальных партнеров: обучающийся, педагог-наставник, образовательная организация, работодатели.

Творчество – одна из наиболее естественных форм реализации потребности в поиске потребности в самоутверждении, признании другими членами общества. Становление творческой личности обучаемого – процесс противоречивый, и анализ педагогических противоречий позволяет отыскать психолого-педагогические подходы и стратегии разрешения этих противоречий, сформулировать соответствующие принципы педагогики творчества. Сегодня педагогика творчества в вузе есть педагогическая система двух видов деятельности: сотворчества в учебном процессе педагогического воспитания и самовоспитания личности в целях гармоничного освоения профессиональных компетенций обучающегося, не только индивидуально, но и в коллективе.

Таким образом, педагогика творчества – это процесс социального партнерства, в котором бакалавры осваивают навыки, способствующие развитию личностных качеств, их ориентации в мире культуры и эстетики, способности быть коммуникаторами в социуме. Творческая деятельность является педагогической системой для приобретения основных психологических качеств личности обучающегося, его социализации в обществе, готовности развивать мировоззрение, а также способности проявлять себя и становиться конкурентным в любом профессиональном сообществе.

Литература:

1. Гордашников В.А. Образование и здоровье студентов медицинского колледжа / В.А. Гордашников, А.Я. Осин. – М. Академия естествознания, 2009. – 257 с.
2. Жуганов А.В. Творческая активность личности: содержание, пути формирования и реализации / А.В. Жуганов. – 2-е изд., доп. – Л.: Наука, 1991. – 141 с.
3. Плотникова Г.Г. Проектирование модели самостоятельной работы студента вуза по учебной дисциплине. – Проблемы современного образования. – 2016. – №53-7. – С. 161-175.

**ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ РЕЖИССЕРСКОГО ЗАМЫСЛА В УСЛОВИЯХ
СОЦИАЛЬНОГО ЗАКАЗА****В.А. Липодат****Научный руководитель доцент А.В. Плотников**

Аннотация. Исследованы принципы работы режиссера с творческим коллективом в социальном заказе, актуальные социальные проблемы, возникающие в репетиционно-постановочном процессе, связанные с отсутствием мотивации, а также определением точности в действиях режиссера замысла, который направлен на создание и достижение успешного проекта социокультурного события и консолидации заинтересованных сторон.

Ключевые слова: социальный заказ, мотивация, режиссерский замысел, консолидация, постановочный процесс, работа с коллективом, руководитель.

Цель статьи – выявить важные особенности формирования замысла и определить способы их конструирования режиссером в единую композицию, даже если социальный заказчик не мотивирован на успех зрелищного события. Социальный заказ – это актуальная общественная потребность, возможность выполнения интеллектуальной или творческой работы, например в области искусства или культуры, с учетом идеологической направленности официальной политики государства. Реализации замыслов социального заказа по методу театрализации социально-культурного зрелища, после определения ресурсов приводит к тому, что содержание отбираемого режиссером фактического материала, уровень использования выразительных средств исполнения социального заказа уходят на второй план, становятся, что называется «мероприятием для галочки». Формируется социальный заказ в условиях изучения имеющихся внутренних возможностей творческого коллектива и его руководителя, социальных потребностей всех заинтересованных сторон, которые потребуют изменений в коллективе и приведут к решению запроса на новые открытия в реализации социокультурной ситуации.

Замысел режиссера является основной содержательной формой в работе режиссера театрализованных представлений и праздников, где выкристаллизовываются все виды профессиональной деятельности. В работе режиссера с социальным заказом, который реализуется в условиях низкой профессиональной мотивации-педагога-руководителя, необходимо формировать системность компетентностных подходов к деятельности по реализации замысла социально-культурного события. Режиссер согласовывает решения имеющихся проблем в творческом и управленческом аспектах работы коллектива в социальной консолидации и условиях построения системы социального партнерства заинтересованных сторон: руководитель коллектива, родители, участники творческого коллектива, зрительская аудитория события.

Мы пришли к выводу, что режиссура социального заказа формируется как система компетентностных подходов к замыслу социально-культурного события даже в условиях низкой профессиональной мотивации педагога-руководителя творческого коллектива. Координировать решения проблем в творческом и управленческом аспектах работы коллектива необходимо консолидируя систему социального партнерства заинтересованных сторон: руководитель коллектива, родители, участники творческого коллектива, зрительская аудитория события.

Литература:

1. Кураков Л.П. Экономика и право: словарь-справочник / Л.П. Кураков, В.Л. Кураков, А.Л. Кураков. – М.: Вуз и школа. – 2004. – 237 с.
2. Плотников А.В. Развитие культуры зрелищ в регионе: проблемы и перспективы. – КГУФКСТ: материалы конференции. – Том. 48. – 2019. – С. 31-134
3. Плотникова Г.Г. Проектирование модели самостоятельной работы студента вуза по учебной дисциплине // Проблемы современного образования. – 2016. – №53-7. – С. 161-175

В.И. ВЕРНАДСКИЙ – УЧЕНЫЙ И ФИЛОСОФ
В.К. Марченко
Научный руководитель доцент Е.А. Найдено

Аннотация. В работе рассматриваются философские взгляды великого русского ученого, их соотношение с современностью, причины обращения к мировоззренческим проблемам.

Ключевые слова: моральная ответственность, развитие человечества, космизм, мировоззрение, ноосфера.

В.И. Вернадский – российский ученый, прославившийся исследованиями в области геологии, геохимии, минералогии, кристаллографии. Но не меньшую известность он обрел благодаря философским трудам, положившим начало естественно-научной ветви русского космизма. Если религиозный космизм (Вл. Соловьев) реализуется посредством концепции Богочеловечества, то Вернадский в центр своих размышлений о ноосфере помещает человека, осознавшего необходимость духовного совершенствования, аккумулирующего всю полноту науки, религии и искусства. Только в такой ипостаси, по мнению ученого, человек становится частью космического целого – человечества; которое является не просто совокупностью людей, а являет собою новое качество: человек – часть общества, а личность – часть космического совокупного целого, которое он в себе ощущает «при самоуглублении и творческом акте» [1, с. 35]. В человеке содержится все настоящее, в личности – будущее.

Что побудило ученого-естествоиспытателя обратиться к мировоззренческим проблемам? По глубокому убеждению Вернадского, развитие человечества достигается разными средствами. Одно из них – наука, однако ученый не должен ограничиваться занятием чистой наукой (невзирая на то, что она сама по себе уже приносит пользу обществу), необходим выход за ее пределы, ибо в противном случае происходит утрата мировоззрения.

Вернадский уверен, что занятие только наукой как таковой делает человека ремесленником, а чтобы достичь уровня творца, человеку необходимо выйти за пределы своей деятельности и ответить прежде всего на мировоззренческие вопросы: какова польза от моего труда, согласно каким ценностям должно жить и строить свои отношения с другими, в чем смысл жизни, счастья и т.д. Он полагает, что ученый всегда решает одну-единственную проблему, проблему своего собственного отношения к миру, своей позиции и своей жизненной задачи.

Важной составляющей размышлений Вернадского является проблема ответственности человека за свое поведение и, в конечном счете, за сохранение жизни в любом ее проявлении. Причем речь идет не только об ответственности ученого (что актуально в современном техногенном мире), но каждой личности. Что касается идеи Вернадского о человечестве, которое силой своего разума изменит мир к лучшему, она и сейчас остается стратегической целью человечества, его идеалом.

Литература:

1. Аксенов Г.П. Личность есть драгоценнейшая, величайшая ценность. – М., 1993. – 530 с.
2. Вернадский В.И. Биосфера и ноосфера. – М., 2004. – 520 с.

ТАНЕЦ КАК СПОСОБ САМОВЫРАЖЕНИЯ И ДУХОВНОГО РАЗВИТИЯ**Д.А. Масленко****Научный руководитель доцент Т.В. Мишина**

Аннотация. В работе рассмотрены возможности танца как источника самовыражения и духовного развития. Обозначена польза танца для физического и эмоционального здоровья. Представлена динамика современного танцевального искусства.

Ключевые слова: танец, искусство, пластика, самовыражение, духовное развитие.

Танец – это вид искусства, основанный на пластике, гибкости, свободе в движении, неразрывно связанный с музыкой. Танец помогает человеку показывать свои чувства с помощью действий и эмоций, способствует его самовыражению и духовному развитию. Танец – это не только подготовленная хореография, но и определенная история, которую рассказывает танцовщик на сцене или на паркете. Помимо этого, танец помогает человеку поддерживать свою физическую форму и здоровье, не происходит набора лишнего веса благодаря постоянному движению, укрепляется сердечно-сосудистая система, повышается выносливость к нагрузкам, улучшается осанка и походка. Танец помогает человеку снять стресс, выплеснуть негативную энергию, избавиться от комплексов, стать более коммуникабельным [2, с. 240].

Еще в древности люди использовали движения тела для коммуникации. Танец первобытного человека передавал звериные и птичьи повадки, что помогало отпугивать диких хищников или привлекать добычу [1]. Для них танец был неотъемлемой частью жизни, ведь именно с помощью пластики люди освобождали свои тела от негативной энергетики, поддерживали культовые традиции, сохраняли общинный порядок и обычаи. Танец был связью человека с Вселенной, он сопровождал все события и праздники. Техника исполнения не играла никакой значимой роли, значение уделялось индивидуальному, естественному движению. В разных культурах формировались свои танцевальные традиции. Развитие мировой культуры и искусства нашло свое отражение в танце, появлялись новые движения, другие предпочтения, иная структура и содержание танца.

Сегодня танец набирает все большую популярность в обществе, в танцевальные группы приходят люди различных возрастов и с различными физическими способностями [3, с. 127]. Появилось множество различных танцевальных направлений, пользующихся широкой популярностью, такие как контемпорари, джазфанк, хип-хоп, hills, чечетка, народный танец, стрип-пластика, крамп, брейк-данс, dance hall, бальные танцы, модерн, джаз и многие другие. Каждое направление имеет свою историю развития и свою специфику.

Таким образом, танец позволяет человеку раскрыться, почувствовать свое тело, снять эмоциональное напряжение и благодаря языку тела выразить свои внутренние ощущения и переживания. Танец способствует духовному развитию, самовыражению, эстетике и красоте тела, здоровью и хорошей физической подготовленности.

Литература:

1. Alldanceworld.ru [Электронный ресурс]: база данных содержаний сведения о танцах древности. – Режим доступа: <http://www.alldanceworld.ru/karta-sajta/>
2. Джиоти К.Н. Танец как метод общения // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 2: Филология и искусствоведение. – 2018. – № 3 (222). – С. 239-243.
3. Мишина Т.В. Физическая активность – важнейший фактор здорового образа жизни / Т.В. Мишина, О.В. Макеев // Россия и мировое общество: проблемы демографии, экологии и здоровья населения: Сборник статей 2-й Международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 126-129.

**К ПРОБЛЕМЕ ВЫБОРА ЭМПИРИЧЕСКИХ МЕТОДОВ ИССЛЕДОВАНИЯ
ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБОЙ
НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН ПРЕДПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА**

Я.А. Никитина

Научный руководитель профессор Т.А. Самсоненко

Аннотация. В работе рассматриваются эмпирические методы исследования для оценки физической подготовленности и функционального состояния женщин предпенсионного возраста, занимающихся скандинавской ходьбой.

Ключевые слова: состояние здоровья женщин, эмпирические методы исследования, скандинавская ходьба, предпенсионный возраст.

Методы исследования можно разделить на общие и специальные. Общие методы делят на три группы: методы теоретического исследования, методы эмпирического исследования (эксперимент, наблюдение, тестирование, анкетирование сравнение и др.), а также методы, используемые на эмпирическом и теоретическом уровнях исследования. Специальные же методы разрабатываются в конкретных областях науки и определяются характером объекта исследования [2]. Прибегая к эмпирическим методам в процессе исследования, мы рассматриваем объект исследования, сравниваем, описываем его характеристики, измеряем определенные показатели, наблюдаем за изменениями в ходе эксперимента, проводим анализ результатов до и после эксперимента, интерпретируем полученные данные. Особенности объекта и цель исследования определяют выбор эмпирических методов исследования [3].

Объектом нашего исследования является процесс занятий скандинавской ходьбой женщин предпенсионного возраста.

Цель исследования заключалась в определении влияния занятий скандинавской ходьбой с дополнительным использованием специальных физических упражнений на состояние здоровья женщин предпенсионного возраста. В качестве диагностируемых показателей выбраны: индикаторы физической подготовленности, индикаторы функционального состояния [1].

Достижение цели исследования осуществлялось методом педагогического тестирования, кроме того, применялись методы математической статистики. Констатирующее исследование проводилось на базе санатория «Крепость» г. Кисловодска. Были выбраны 40 женщин, из них в экспериментальной группе – 22 женщин, занимающихся скандинавской ходьбой, в контрольной группе – 18 женщин, занимающихся в группах здоровья.

Сравнение результатов диагностики экспериментальной и контрольной группы осуществлялось путем расчета t-критерия Стьюдента для несопряженных выборок. Обработка результатов выявила следующее: сравнение средних результатов показателей индекса массы тела после эксперимента у женщин ЭГ и КГ (26,7 кг/м² и 29,2 кг/м²) показало достоверное различие (p<0,05); сравнение средних показателей оценки мышц плечевого пояса после эксперимента у женщин ЭГ и КГ (16 раз и 12 раз) показало достоверное различие (p<0,05); сравнение средних показателей силы мышц брюшного пресса после эксперимента у женщин ЭГ и КГ (22 раз и 17 раз) показало достоверное различие (p<0,05); сравнение средних показателей гибкости позвоночного столба после эксперимента у женщин ЭГ и КГ (14,8см и 12,5 см) показало достоверное различие (p<0,05); сравнение средних показателей жизненного индекса легких после эксперимента у женщин ЭГ и КГ (42,2 мл/кг и 39,3 мл/кг) показало достоверное различие (p<0,05); сравнение средних показателей пробы Штанге после эксперимента у женщин ЭГ и КГ (30,5 сек. и 26,7 сек.) показало достоверное различие (p<0,05); сравнение средних показателей пробы Генчи после эксперимента у женщин ЭГ и КГ (26,5 сек. и 21,9 сек.) показало достоверное различие (p<0,05).

Литература:

1. Лызарь О.Г. ГТО по скандинавской ходьбе в Краснодаре / О.Г. Лызарь // Вестник спортивной истории. – 2019. – № 1 (16). – С. 36-42.
2. Ончукова Е.И. Рекреационная и реабилитационная деятельность различных групп населения: курс лекций / Е.И. Ончукова. – Краснодар: Экоинвест, 2017. – 86 с.

МОДЕЛИРОВАНИЕ КОММУНИКАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТУРИСТИЧЕСКОЙ КОМПАНИИ

В.Ю. Пивоварова

Научный руководитель старший преподаватель А.В. Тонковидова

Аннотация. В данной работе проанализированы формы и методы коммуникационной деятельности в индустрии туризма.

Ключевые слова: коммуникационная деятельность, туризм, календарный план мероприятий коммуникационного сопровождения.

Коммуникационная деятельность выступает важнейшим аспектом единого комплекса маркетинга. В период планирования коммуникационной деятельности туристической компании необходимо принять ряд решений, который включает в себя и постановку задач коммуникационной деятельности, которые могут быть и информационными, и увещательными, и напоминающими. Далее возможно разработать бюджет на текущий год, стратегию, подобрать средства размещения, определить цели [1].

Для повышения уровня коммуникационной активности туристической компании возможно разработать, применив метод моделирования, календарный план мероприятий коммуникационного сопровождения, который включает в себя подготовительный этап, в рамках которого будет исследована целевая аудитория. Далее будет проведена презентация фирмы. В течение месяца подготовлены к печати и опубликованы статьи о фирме. На скидочных сайтах планируется размещение 5%-ного купона на скидку. Система внутренних коммуникаций будет совершенствоваться через проведение трехдневного тренинга для сотрудников компании, его целью станет повышение качества обслуживания, квалификации, умения работать в команде. Возможно проведение специальных мероприятий в рамках коммуникационной деятельности. Опрос, проведенный в сети Интернет среди клиентов различных туристических компаний на основе «шкалы постоянной суммы» показал, что на первое место по важности в коммуникационной деятельности туристической компании ими был помещен уровень обслуживания и сервиса (40%), на втором месте по значимости – скидки (30%), на третьем – специальные мероприятия (20%), на четвертом – реклама (10%). Оценить эффективность коммуникативной кампании возможно по ряду показателей: экономическим, которые заключаются в увеличении уровня продаж и количества клиентов компании, с помощью мониторинга и контент-анализа будет выявлено количество и качество публикаций, проведен анализ обратной связи через личный контакт менеджера с клиентом и предоставление клиентам анкеты [2]. Экономический эффект от мероприятий может быть нейтральным, положительным и отрицательным. Можно сделать вывод, что в настоящем информационном обществе, где на первый план выходит сфера сервиса, значительную роль приобретает коммуникационная деятельность [3].

Литература:

1. Дурович А.П. Реклама в туризме / А.П. Дурович. – Москва: СПб. [и др.]: Питер, 2016. – 160 с.
2. Федотова Л.Н. Реклама. Теория и практика. Учебник / Л.Н. Федотова. – Москва: РГГУ, 2015. – 392 с.
3. Тонковидова А.В. Совершенствование рекламно-информационной деятельности спортивного клуба / А.В. Тонковидова, А.Е. Вакин // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 360 с.

ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ИНТЕРНЕТ-РЕКЛАМЫ В СФЕРЕ ТУРИЗМА

А.Р. Рассоха

Научный руководитель старший преподаватель А.В. Тонковидова

Аннотация. В работе рассмотрено применение интернет-рекламы в сфере туризма, отмечено, что интернет-реклама – это качественный инструмент, который необходим для эффективного продвижения бренда, товаров и услуг, увеличения количества продаж или формирования положительного имиджа организации сферы туризма.

Ключевые слова: интернет-реклама, продвижение, сфера туризма, целевая аудитория.

Масштабный рост интернет-коммуникаций привел к их проникновению в сферу туризма, что отразилось на развитии рекламных технологий. В современном мире реклама в сети Интернет стала одной из самых прибыльных индустрий в мире. Главными особенностями интернет-рекламы в сфере туризма, по опросам респондентов, являются: удобство применения (70%), интерактивность (67%), постоянно увеличивающаяся аудитория интернет-пространства (80%), возможность продвижения своих продуктов только для целевой аудитории (90%), а также возможность точного измерения всех показателей рекламы (76%).

Реклама может различаться по эффективности и стоимости. Существуют следующие виды интернет-рекламы: таргетированная, или целевая, реклама – может быть как текстовым, так и мультимедийным объявлением, показываемым только тем веб-пользователям, которые удовлетворяют определенному набору требований, указанных рекламодателем [1]. Сотрудники туристических компаний при ответе на анкету, размещенную в Интернете, отметили, что сегодня данный вид рекламы является наиболее распространенным и действенным, так как такая реклама способна четко попасть в желаемую целевую аудиторию. Контекстная реклама – текстово-графическая, или баннерная, реклама, механизм, основанный на соответствии содержания рекламного материала контексту веб-сайта, на котором размещен материал (80%); Social Media Marketing (SMM): реклама в социальных сетях – один из простых и быстрых способов предоставления информации потенциальному потребителю (78%). Также было отмечено, что интернет-реклама позволяет выделять свою целевую аудиторию по множеству признаков (география проживания, возраст пользователя, круг его интересов). Баннерная реклама – графическое изображение определенного формата, представляющее рекламное сообщение на тематических сайтах, в баннерных сетях и списках рассылки, является наиболее популярной и эффективной системой для увеличения количества посетителей веб-сайта. Линейная реклама – одна строка рекламного текста в начале письма, которая заканчивается активной ссылкой. Часто такие объявления размещаются в верхней части блога, сайта или форума, чтобы они не выглядели навязчиво и подходили по дизайну. Тизерная реклама – представляет собой изображения с цепляющим заголовком, на которые так и хочется кликнуть посетителям. Вирусная реклама обычно выступает в виде яркой картинки или видеоролика. В сравнении с традиционными видами рекламы, реклама в Интернете – это один из самых актуальных и эффективных способов продвижения любых товаров и услуг с ее помощью можно обеспечить любое предприятие притоком клиентов и увеличением продаж в сфере туризма [3].

Литература:

1. Авинаш К. Веб-аналитика 2.0 на практике. Тонкости и лучшие методики / К. Авинаш. – М.: Диалектика, 2019. – 528 с.
2. Тонковидова А.В. Совершенствование рекламно-информационной деятельности спортивного клуба / А.В. Тонковидова, А.Е. Вакин // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт: Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 360 с.

РАЗРАБОТКА РЕКЛАМНЫХ КАМПАНИЙ НА БАЗЕ АВТОМАТИЗИРОВАННОГО УПРАВЛЕНИЯ РАБОТОЙ ОТДЕЛА ПРОДАЖ В СФЕРЕ ТУРИЗМА

А.А. Ростовцева

Научный руководитель старший преподаватель А.В. Тонковидова

Аннотация. В работе рассматривается разработка рекламных кампаний на базе автоматизированного управления работой отдела продаж в сфере туризма.

Ключевые слова: реклама, рекламная кампания, автоматизированное управление, сфера туризма.

Туристические компании – это активно развивающаяся сфера бизнеса в Краснодарском крае. Как правило, туристические компании активно строят процессы взаимодействия с внешней средой. Туристические компании Краснодарского края размещают печатную рекламу в газетах и журналах: «РБК», «Эксперт – ЮГ», «Деловая газета-ЮГ», «Коммерсант», «Сделка» [1].

В туристических компаниях, как правило, имеется наличие собственного web-сайта. На телевидении реклама размещается на каналах «Россия 24» и «Кубань 24» в новостных репортажах. Из радиостанций задействованы Европа+, Казак FM, DFM.

Наружная реклама туристическими компаниями помещается на баннерах как в самом Краснодаре, так и в крае. Задействуется также реклама на транспорте. Периодически осуществляется СМС-рассылка, реклама размещается также в социальных сетях: ВКонтакте, Инстаграмм, Фейсбук [2]. Происходит раздача буклетов, каталогов. Рекламные кампании в сфере туризма возможно разрабатывать на базе автоматизированного управления работой отдела продаж, что позволит выделить значимых клиентов, увеличить объем продаж при сохранении численности штата. Созданная информационная система основывается на единой базе данных по всем клиентам, с единым доступом к ней [3]. Ожидаемый срок внедрения составит от 1 года до 3 лет [4]. Как показывает практика, среднестатистические показатели улучшения эффективности деятельности туристических компаний после внедрения автоматизированного управления работой отдела продаж заключаются в повышении продаж на 10%, снижаются операционные, управленческие затраты на 20%, уменьшаются затраты на рекламу на 15%.

Исходя из вышеперечисленных данных, можно сделать вывод, что использование автоматизированных систем управления работой отдела продаж эффективно.

Литература:

1. Асеева Е.Н. Организация рекламной кампании: Учеб. пособие. – М.: Приор, 2014. – 364 с.
2. Котлер Ф. Маркетинг в третьем тысячелетии: Как создать, завоевать и удержать рынок / Ф. Котлер; Пер.с англ. В.А. Гольдича и А.И. Оганесовой. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2015. – 272 с.
3. Сулягин Ю.А. Реклама: Учебное пособие / Ю.А. Сулягин, В.В. Петров. – М., 2016. – 51 с.
4. Тонковидова А.В. Совершенствование рекламно-информационной деятельности спортивного клуба / А.В. Тонковидова, А.Е. Вакин // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт: Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 360 с.

ЭТИКА СВОБОДЫ В ВОЗЗРЕНИЯХ Ф.М. ДОСТОЕВСКОГО

М.В. Свириденко

Научный руководитель доцент Е.А. Найденко

Аннотация. В работе анализируются этические взгляды Ф.М. Достоевского на категорию свободы, предпринимается попытка сопоставления этих воззрений с современностью.

Ключевые слова: свобода, кризис морали, этика и либеральная идея, современность.

Во все переломные периоды истории России, в периоды обострения социально-политических проблем и задач, национальному самосознанию свойственна попытка обращения к устойчивым мировоззренческим традициям, проще говоря, опора на авторитет тех отечественных мыслителей и философов, чьи нравственные поиски происходили в схожих условиях.

В настоящее время проблема нравственной свободы, а точнее, свободы от всякой нравственности, активно насаждается через СМИ в подражание западным «ценностям» и «форматам». Думается, что обращение к воззрениям одного из величайших авторитетов отечественной нравственной философии Ф.М. Достоевского является актуальным подходом к обозначенной нами проблеме. Выбор этических взглядов на свободу именно Ф.М. Достоевского обусловлен его гениальным предвидением нынешней политической ситуации в рассуждениях писателя о современном ему Балканском кризисе. Он пишет, что не будет у России более неблагодарных недоброжелателей, чем эти «славянские племена», которые, освобожденные Россией, «будут просить себе у Европы именно покровительства в свободе от России» [1, с. 78].

Согласимся, что, добавив к «покровителям» США, эта мысль Достоевского была бы актуальна на любом политическом диспуте. Но не в политических или экономических первопричинах видит Достоевский источники данного кризиса, а в нравственной оценке самой категории свободы. Подвергая критике лозунги Французской революции (1789-1793), он особо подчеркивает иллюзорность «свободного» выбора действий личности в условиях отсутствия нравственного и этического идеала. Это базовое положение этики Достоевского хорошо выразил русский мыслитель и философ Л. Шестов, подчеркивая, что Достоевский не только как писатель, но и как публицист, мыслитель, философ говорит «не затем, чтобы просветить и убедить ближних, но зовет их как свидетелей, желающих получить право чувствовать по своему, право совестливо существовать» [2, с.171].

Действительно, в каждом произведении Достоевского отчетливо прослеживается та мысль, что любая свобода выбора связана с сопутствующими ей нравственными страданиями и очищением через эти страдания. Иными словами, преступление этических ценностей приводит к преступным действиям. Идея спасительной свободы всего человечества становится психологической ширмой, позволяющей «перешагнуть через кровь», усыпить совесть для стирания различий между добром и злом в общественном сознании, что сущностно необходимо для неограниченного возвышения эгоистической гордости. Соответственно, в этом состоит основа современного манипуляционного воздействия процессов глобализации и их идеологов.

Литература:

1. Достоевский Ф. М. Дневник писателя. – М., 2006. – 582 с.
2. Шестов Л. Избранные труды. – М.: Ренессанс, 1992. – 483 с.

УДК: 346.26(470.62)

ПОДДЕРЖКА МАЛОГО И СРЕДНЕГО ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ: ПРОГРАММЫ ПРОДВИЖЕНИЯ

В.С. Семенова

Научный руководитель старший преподаватель А.В. Тонковидова

Аннотация. В работе рассматривается поддержка малого и среднего предпринимательства в Краснодарском крае, программы продвижения.

Ключевые слова: малый бизнес, средний бизнес, государственные программы, форум.

Малый бизнес в большинстве стран уже доказал свою эффективность в различных аспектах, как экономических, так и социальных. Но в нашей стране отдельное внимание ему начали уделять совсем недавно, сейчас он является самостоятельным общественно-экономическим явлением и переходит в более качественное развитие. Малым и средним предприятиям выделяют льготы и оказывают государственную поддержку [1].

С 2008 года на Кубани действует Совет по развитию предпринимательства. Как показывают данные официального портала, на сегодняшний момент 16 652 субъекта малого и среднего предпринимательства (МСП) на Кубани уже получили поддержку от государства. Также можно увидеть прирост субъектов МСП на 7,2% (282010 субъектов), по отношению к приросту 2017 года. [2].

Из последних внедренных государственных программ на территории Краснодарского края стала программа «Социально-экономическое и инновационное развитие Краснодарского края», которая была начата в 2015 году и завершена в 2018. Были проведены следующие мероприятия: участие в Российском инвестиционном форуме, который проводился 15-16 февраля 2018 года в городе Сочи. На форуме делегация Краснодарского края заключила 212 инвестиционных соглашений на сумму 241,7 млрд. рублей. Дополнительно, в целях дальнейшего продвижения, приняли участие в Петербургском международном экономическом форуме в городе Санкт-Петербург с 26-28 мая 2018 года, как итог заключено 6 инвестиционных соглашений на сумму 19,5 млрд. рублей. Следующая программа — это «Государственная поддержка малого и среднего предпринимательства и стимулирование инновационной деятельности в Краснодарском крае». По итогам мероприятия достигнуты следующие показатели: количество инвестиционных проектов, реализуемых субъектами МСП и принятых на сопровождение, — 58 ед. (план — 50), что составляет 116% от плана, объем инвестиций по проектам, реализуемым и принятым на сопровождение, — 23 млрд. рублей, план — 18 млрд. рублей), что составляет 127% от плана. Данные программы по итогам 2018 года показали высокую эффективность и признаны лидирующими [2].

В РФ малый и средний бизнес представляет собой самостоятельное общеэкономическое явление, которому оказывают поддержку и оценить эффективность которого возможно как в экономическом, так и в коммуникационном плане.

Литература:

1. «О развитии малого и среднего предпринимательства в Российской Федерации» Федеральный закон от 24.07.2007 № 209-ФЗ (в ред. от 23.07.2013) www.consultant.ru (дата обращения 20.04.2015 г.)

2. Малый бизнес Кубани. Официальный портал МСП на Кубани <http://www.mbkuban.ru/>

ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ КАК СТРУКТУРНЫЙ ЭЛЕМЕНТ ЗАМЫСЛА СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНЫХ ЗРЕЛИЩ

А.А. Струц

Научный руководитель доцент А.В. Плотников

Аннотация. В тезисах рассмотрена исполнительная выразительность в реализации замысла социально-культурных зрелищных мероприятий. Выявлено значение исполнительных средств выразительности как элементов замысла режиссера, определены основные критерии и формы исполнительской выразительности.

Ключевые слова: исполнительная выразительность, замысел, социальная культура, культурное зрелище, мероприятие.

Процессы, происходящие в современном обществе в аспекте социально-культурных изменений, напрямую затрагивают сферу культуры и искусства, предъявляя ряд новых требований ко всем участникам культурологической динамики. Данный аспект становится причиной поиска достаточных методов для эффективной организации художественно-просветительской деятельности. По статистике Росстата, можно отметить повышенный интерес к посещению и участию в социокультурных зрелищах гражданско-патриотического, развлекательного, спортивного и физкультурно-оздоровительного характера.

Феномен массового зрелища и его значение в жизни общества исследовали Э. Ауэрбах, Ф. Бродель, Ф. Роуз и др. Отечественные ученые С.С. Аверинцев, А.Ю. Мотылев, А.И. Мазаев и др. позднее исследовали сущностную традиционность явления массовой культуры в России. В нашем исследовании социально-культурное зрелище рассмотрено не только как элемент трансляции народной традиции, но и как результат творческого осмысления современного социального благополучия населения.

Стоит отметить, что зрелище всегда играло большую роль в жизни людей, так как при помощи него можно было выразить общественное настроение, удовлетворить досуговую потребность и даже открыть путь к познанию чего-либо и самовыражению. Любое зрелищное мероприятие должно иметь эстетическое начало, которое является в свою очередь проявлением совершенства физической природы человека.

Под исполнительской выразительностью подразумевается использование конкретных навыков и средств выразительности при исполнении музыкального произведения, спортивного выступления, хореографической постановки и т.д. Такой подход делает выступление ярким, вызывает у зрителя позитивный эмоциональный отклик и становится ключевым элементом режиссерско-постановочной и художественно-просветительской деятельности.

Таким образом, тема создания структуры замысла социально-культурного зрелища, в определенной степени проработанная в научной литературе, позволяет рассматривать в нем исполнительскую выразительность, как конструктивный элемент композиции зрелищных проектов, а также важный инструмент режиссерско-постановочной и художественно-просветительской деятельности режиссера, своего рода транслятор смыслов и воспитательного воздействия на зрителя.

Литература:

1. Колесникова С.В. Народно-песенный репертуар: специфика средств исполнительской выразительности / Иновационная наука. – 2016. – С. 12-20.
2. Плотников А.В. Особенности организации массового зрелища: региональный аспект / А.В. Плотников, В.О. Самарцева // Национальное культурное наследие России: региональный аспект. – Самара, 2019. – С. 306-311.
3. Плотникова Г.Г. Проектирование модели самостоятельной работы студента вуза по учебной дисциплине // Проблемы современного образования. – 2016. – №53-7. – С. 161-175.

ТРЕТЬЯКОВ – МЕЦЕНАТ ЗЕМЛИ РУССКОЙ**П.А. Урбецова****Научный руководитель доцент Ю.Г. Бич**

Аннотация. В работе рассматриваются особенности формирования знаменитой коллекции, которая легла в основу всемирно известного музея Москвы. Павел Третьяков был тем человеком в русской истории, меценатом и знатоком русского искусства, который обогатил национальное самосознание и культуру. Он тратил свои сбережения не на себя, а на процветание родины.

Ключевые слова: демократические тенденции русского искусства, художники-передвижники, Павел Михайлович Третьяков, русские меценаты.

Самое большое в мире собрание произведений русского искусства находится в Москве, и основу этой коллекции составляют произведения искусства, собранные Павлом Михайловичем Третьяковым. Особенности формирования этого собрания рассмотрим в нашей статье.

Третьяков как меценат и знаток искусства начал свою деятельность в середине XIX века. Это было интересное время, когда формировались *демократические тенденции* русского изобразительного искусства и рождалась новая школа живописи.

Подъем освободительного движения народа оказал влияние на все стороны жизни общества, в том числе и на русское изобразительное искусство.

Галерея стала делом всей жизни Третьякова. Он приобретал картины современных ему художников, содержание работ которых *имело общественное звучание*. Все это способствовало развитию прогрессивного народного направления в живописи, графике и скульптуре.

Зафиксированы случаи приобретения Павлом Михайловичем даже тех картин, которые были запрещены царскими властями для общественного просмотра [1]. Примером может служить работа Перова «Сельский крестный путь на Пасху». Можно утверждать, что все лучшее, идейно и художественно значимое, что создано в русском искусстве второй половины XIX века, не прошло мимо Третьякова.

По просьбе Третьякова многие художники создавали портреты своих знаменитых современников – музыкантов, композиторов, писателей, поэтов, скульпторов и живописцев. Много портретов создал Крамской (Толстого Л.Н., Грибоедова А.С., Некрасова Н.А., Аксакова С.Т. и других) [2]. Портреты деятелей культуры писали Репин и Перов. Именно благодаря упорству Третьякова мы представляем как выглядели наши любимые писатели и художники.

Однако Третьяков видел в своей коллекции не только современные ему работы, но и приобретал шедевры древнерусского искусства и работы художников XVIII века. В 1892 году Третьяков подарил городу Москве в дар свою галерею, осуществив свою давнишнюю мечту.

Таким образом, трудно переоценить данную коллекцию и вклад Павла Михайловича в русское культурное наследие. Им были проявлены лучшие меценатские качества человека – бескорыстие, любовь к Отчизне, радение на благо ее и большая историческая прозорливость. Собранные в Третьяковской галерее произведения искусств позволяют проследить всю историю развития русского искусства.

Литература:

1. Государственная Третьяковская галерея. – М.: Советский художник, 1964. – 189 с.
2. Третьяков Павел Михайлович. Краткая биография. [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://fb.ru/article/228044/pavel-tretyakov-kratkaya-biografiya-galereya-pavla-mihaylovicha-tretyakova>. (Дата обращения 10.01.20)

ТРУДНАЯ СУДЬБА АРХИТЕКТУРНЫХ ШЕДЕВРОВ БАЖЕНОВА

В.А. Хорошко

Научный руководитель доцент Ю.Г. Бич

Аннотация. В работе рассматриваются проблемы, связанные с созданием и увековечением шедевров невероятно талантливого архитектора XVIII века Василия Ивановича Баженова, с их непростой судьбой и несколько мистической историей.

Ключевые слова: В.И. Баженов, Царицыно, Екатерина II, Черная грязь, архитектура, шедевры.

Василий Иванович Баженов – выдающийся архитектор XVIII века, который творил в основном в стиле «нежной готики». В судьбе его творений много до сих пор не раскрытого и таинственного. Главным его детищем стал комплекс дворцовых застроек «Царицыно», который был блестяще задуман зодчим. Однако начатое строительство было по неизвестным причинам прервано, со временем пришло в упадок. Историки до настоящего времени не могут найти ответ на вопрос о странной судьбе этого строительства. Долгое время при разных режимах его не могли закончить (почти мистическая история). И, наконец, недавно шедевр Усадьба «Царицыно» обрел свою вторую жизнь как музейно-парковый комплекс.

«Черная грязь» – первое название местности, которую Екатерина II выкупила из-за превосходного вида и переименовала в «Царицыно» [2]. Императрица приказала Василию Ивановичу построить на этом месте загородную резиденцию. Комплекс в конечном итоге не был достроен В.И. Баженовым, так как архитектор попал в опалу и был отстранен от дел. Работу продолжил ученик Василия Ивановича – Матвей Казаков, но после смерти Екатерины II прекратилось финансирование, и резиденция так и осталась недостроенной, и только Советская власть принялась за реставрацию и попыталась максимально точно доделать данное сооружение. Почему выбор в свое время пал на В.И. Баженова?

Екатерина восхитилась роскошью «Увеселительных павильонов», которые Баженов построил для гуляний в Москве (1775 год) в честь заключения Кючук-Кайнарджийского мира с Турцией. На Ходынском поле каждый павильон представлял собой аллегория отвоёванных городков у Турции. Эти строения отличала оригинальность и шик. Именно данные качества и привлекли внимание императрицы.

Василий Баженов прожил трудную, но в творческом плане счастливую жизнь. Он создает множество сооружений, которые дошли до наших дней и восхищают современников. Это «Дом Пашкова» в центре Москвы, Усадьба Румянцева-Задунайского на Маросейке, Особняк Тимофея Тутолмина, «Дом Юшкова», ансамбль Храма иконы Божией Матери «Всех Скорбящих Радость» и многое другое [2].

Таким образом, зодчий оставил множество культурно-исторических памятников своим потомкам. Сложно поверить, что такие удивительные здания придумал всего один человек. Баженова по праву считают великим архитектором с трудной карьерой, порой несправедливым отношением к себе царицы, но в целом счастливой творческой судьбой.

Литература:

1. Василий Баженов: [Электронный документ]. – Режим доступа:<https://fb.ru/> (Дата обращения 17.12.2019).
2. Царицыно: [Электронный документ]. – Режим доступа:<https://foma.ru/> (Дата обращения 17.12.2019).

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРНОЙ СРЕДЫ В ГИАГИНСКОМ РАЙОНЕ РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕЯ

К.В. Шидловская

Научный руководитель старший преподаватель А.В. Тонковидова

Аннотация. В статье рассмотрено формирование культурной среды в Гиагинском районе Республики Адыгея, определены позитивные и негативные тенденции.

Ключевые слова: культурная среда, культурная деятельность, досуговая деятельность, культурное достояние, Гиагинский район.

В современном обществе возрастает роль культурного пространства, которое равноценно охватывает в том числе и сельскую местность.

Одной из главных задач выступает развитие доступности и качества услуг культурной сферы в сельской местности. Расширение национальных самобытных традиций, в том числе и через земледельческие обряды и праздники, организованные в центрах досуговой деятельности [1]. Критерием эффективности является вовлеченность молодежи и детей в культурную деятельность.

Культурная сфера выступает как основание общества, общественных отношений. Соответственно, необходимо приобщать граждан к досуговой деятельности, ценностям культуры [2]. В Гиагинском районе действует на 1 января 2020 года 8 домов культуры и столько же клубов, 2 кинотеатра, два дендропарка.

Через данные объекты культуры происходит социализация граждан. В процессе нашего исследования были определены потребности жителей Гиагинского района в расширении видов досуговой деятельности.

В 2019 году нами был проведен опрос жителей Гиагинского района, который выявил, что необходимо, по их мнению, во-первых, диверсифицировать направления культурно-досуговой деятельности, ввести новые программы дополнительного образования. Ряд респондентов высказали предложение о необходимости открытия театральных студий на базе домов культуры, 60% процентов опрошенных высказали предложение об открытии кинотеатров.

В рамках исследования было выявлено, что около 15% клубов располагают компьютерной техникой, лишь 2% применяют имеющееся в наличии проекционное оборудование. Отсутствие доступного компьютерного и мультимедийного оборудования в клубах выделили как основную проблему 70% опрошенных. Одновременно с этими данными было выявлено, что охвачено культурно-массовой работой 80% населения Гиагинского района, в учреждениях культуры района задействованы 70% сотрудников со специальным образованием, обладающих высоким уровнем квалификации.

Можно сделать вывод, что в целом разрабатывается большинство проблем в сфере сохранения культурного достояния и наследия в Гиагинском районе.

Литература:

1. Бич Ю.Г. Сравнение земледельческих обрядов адыгов и кубанских казаков / Ю.Г. Бич // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1. – 88 с.
2. Кулов М.Х. Развитие культуры республики Адыгея / М.Х. Кулов // Культурная жизнь юга России. – 2016 (61). – С. 18-23.

КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

УДК:373.103.71

ВЛИЯНИЕ ВАРИАТИВНЫХ АЭРОБНЫХ НАГРУЗОК НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

Д.Г. Аллахвердян

Научный руководитель профессор Н.И. Дворкина

Аннотация. В течение четырех месяцев экспериментальная группа, состоящая из школьников 3-го класса, на уроках физической культуры выполняла упражнения ритмической гимнастики, а контрольная группа – упражнения по традиционной программе. Величина нагрузки при выполнении ритмической гимнастики регулировалась на основе чередования музыкального ритма (медленный, средний и быстрый) в различных вариантах. Было установлено, что данный подход приводит к более выраженному улучшению уровня физической и функциональной подготовленности экспериментальной группы по отношению к контрольной группе.

Ключевые слова: школьники, мальчики, девочки, ритмическая гимнастика, физическая и функциональная подготовленность.

Актуальность. В настоящее время аэробная гимнастика, или ритмическая гимнастика, стала пользоваться большой популярностью практически во всех возрастных группах. Она имеет определенные комплексы, правила выполнения упражнений и организацию занятий [2]. В процессе аэробных нагрузок дети становятся более выносливыми, активизируется их кровообращение, происходит интенсивное насыщение организма кислородом и увеличивается жизненная энергия [1]. Помимо этого, к числу преимуществ от занятий аэробикой можно отнести: закаливание организма, укрепление иммунитета ребенка, особенно в том случае, если упражнения выполняются на улице, обучение правильному дыханию, укрепление опорно-двигательного аппарата, активизацию процесса обмена веществ. Занятия ритмической гимнастикой позволяют повысить, с одной стороны, мотивацию школьников младших классов к занятиям физическими упражнениями, а с другой – уровень их физической и функциональной подготовленности [3].

Цель исследования. Выявить эффективность влияния занятий ритмической гимнастикой различной величины нагрузки на уровень физической и функциональной подготовленности школьников младших классов.

Методика исследования. В исследовании принимали участие школьники 3-го класса, разделенные на экспериментальную (10 мальчиков и 10 девочек) и контрольную (с таким же количеством детей) группы. В течение четырех месяцев на уроках физической культуры школьники экспериментальной группы выполняли упражнения ритмической гимнастики, а в контрольной группе – упражнения по традиционной программе. Величина нагрузки при выполнении ритмической гимнастики регулировалась на основе музыкального ритма (медленный, средний и быстрый).

Результаты исследования. Через четыре месяца результаты тестирования в беге на 30 м у мальчиков экспериментальной группы выросли по сравнению с исходными показателями с $6,8 \pm 0,07$ до $5,8 \pm 0,08$ с ($P < 0,001$), а у их сверстников – с $6,75 \pm 0,06$ до $6,2 \pm 0,09$ с ($P < 0,001$); в прыжке в длину с места – с $111,3 \pm 2,5$ до $135,6 \pm 4,8$ см ($P < 0,01$) и с $112,2 \pm 2,7$ до $121,3 \pm 3,4$ ($P < 0,05$) соответственно; при выполнении поднимания туловища за 30 с – с $9,2 \pm 1,1$ до $21,3 \pm 2,3$ раза ($P < 0,001$) и с $9,5 \pm 1,2$ до $12,4 \pm 1,9$ раза ($P > 0,05$) и наклона вперед из положения стоя – с $-9,0 \pm 1,4$ до $2,0 \pm 0,7$ см ($P < 0,001$) и с $-9,3 \pm 1,5$ до $-2,0 \pm 0,6$ см ($P < 0,001$). У девочек экспериментальной группы результаты в беге на 30 м выросли с $7,1 \pm 0,08$ до $6,2 \pm 0,07$ с ($P < 0,001$), а в контрольной группе – с $7,0 \pm 0,09$ до $6,7 \pm 0,08$ с ($P < 0,05$); соответственно при

выполнении прыжка в длину с места – с $95,4 \pm 2,3$ до $122,7 \pm 3,2$ см ($P < 0,001$) и с $96,3 \pm 2,2$ до $112,5 \pm 2,7$ см ($P < 0,001$); в поднимании туловища за 30 с – с $19,5 \pm 1,8$ до $43,4 \pm 3,2$ раза ($P < 0,001$) и с $21,1 \pm 1,9$ до $32,7 \pm 2,9$ раза ($P < 0,001$), в последнем тесте – «наклон вперед из положения стоя» – с $-9,7 \pm 1,2$ до $+2,4 \pm 0,8$ см ($P < 0,001$) и с $-9,3 \pm 1,1$ до $-3,1 \pm 0,5$ см ($P < 0,001$).

У мальчиков ЧСС за 1 минуту до начала урока (за 10 с) изменилось через четыре месяца в экспериментальной группе с $14,8 \pm 0,7$ до $12,2 \pm 0,5$ уд/10 с ($P < 0,05$), а у детей контрольной группы – с $14,9 \pm 0,8$ до $14,1 \pm 0,7$ уд/10 с ($P > 0,05$); соответственно при регистрации ЧСС на 10-й секунде после завершения урока – с $23,12 \pm 1,1$ до $18,3 \pm 0,9$ уд/10 с ($P < 0,001$) и с $22,2 \pm 0,9$ до $21,3 \pm 0,8$ уд/10 с ($P > 0,05$); при выполнении пробы Штанге – с $32,85 \pm 1,3$ до $38,93 \pm 1,9$ с ($P < 0,05$) и с $33,25 \pm 1,1$ до $34,3 \pm 1,2$ с ($P > 0,05$). У девочек экспериментальной группы ЧСС за 1 минуту до начала урока изменилось с $15,3 \pm 0,8$ до $12,1 \pm 0,6$ уд/10 с ($P < 0,01$), а у их одноклассниц из контрольной группы – с $15,4 \pm 0,9$ до $14,9 \pm 0,7$ уд/10 с ($P > 0,05$); соответственно при регистрации ЧСС на 10-й секунде после завершения урока – с $25,7 \pm 1,3$ до $20,71 \pm 1,1$ уд/10 с ($P < 0,01$) и с $25,2 \pm 1,2$ до $24,7 \pm 1,2$ уд/10 с ($P > 0,05$); при выполнении пробы Штанге – с $30,3 \pm 1,4$ до $39,6 \pm 1,7$ с ($P < 0,01$) и с $30,8 \pm 1,4$ до $31,9 \pm 1,5$ с ($P > 0,05$).

Выводы. Установлено, что регулярная двигательная активность детей аэробного характера в течение четырех месяцев в младшем школьном возрасте приводит к более выраженному улучшению уровня физической и функциональной подготовленности по отношению к школьникам из контрольной группы.

Литература:

1. Дворкин Л.С. Спортивно-ориентированная физическая подготовка детей и подростков: монография. – Краснодар: Экоинвест, 2018. – 458 с.
2. Дворкина Н.И. Теоретические основы физкультурно-оздоровительной деятельности / Н.И. Дворкина, Е.И. Ончукова // Учебное пособие. – Краснодар: ФГОУ ВО КГУФКСТ, 2018. – 174 с.
3. Разина Г.Ю. Гармоничность физического развития и уровень физической подготовленности дошкольников 6-7-летнего возраста / Г.Ю. Разина, В.В. Сударь, Р.И. Бадаев, Р.В. Макаров, Ю.В. Шакирова, П.К. Лысов // Актуальные проблемы спортивной морфологии и интегративной антропологии: Материалы международной научной конференции, посвященной 70-летию со дня рождения профессора Б.А. Никитюка. – 2003. – С. 103-104.

ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

А.А. Белый

Научный руководитель доцент О.Г. Лызарь

Аннотация. В работе рассматриваются актуальные особенности программирования двигательной активности лиц пожилого возраста. Обсуждаются основные моменты, характеризующие функциональный возраст и уровень физической подготовленности пожилых людей.

Ключевые слова: программирование двигательной активности, люди пожилого возраста, функциональные возможности, старение организма.

Определение путей увеличения продолжительности жизни и отсрочки наступления физической слабости является основной задачей специалистов в области геронтологии и физической культуры. Ожидаемый всплеск численности пожилого населения влечет за собой множество серьезных проблем, но в то же время предусматривает большие перспективы для тех, кто работает в сфере оздоровительной физической культуры [1].

В последние годы признание важности двигательной активности в сохранении функциональных возможностей и предотвращении физической слабости послужило толчком для создания многочисленных программ двигательной активности для пожилых людей. Вместе с тем для создания безопасных и результативных программ физических упражнений для пожилых людей необходимы специальные знания и практическая подготовка, что обусловлено, прежде всего, наличием у лиц рассматриваемой группы различных хронических нарушений здоровья, которые влияют на их потребности в физической нагрузке и ответную реакцию на физические упражнения [2].

Очень важно понимать, что по мере старения люди все больше различаются по состоянию здоровья, психологическому и физическому статусу. Установление различий между обычным, патологическим или благополучным старением – вот еще один способ описания того, как происходит старение человека. Обычное старение отмечается у большинства людей и предполагает постепенное снижение функций организма, приводящее к физическим нарушениям, заболеваниям, функциональным ограничениям и в конце концов к недееспособности. Патологическим старением обычно называют способ старения людей, имеющих генетическую предрасположенность к определенным заболеваниям или вредные привычки, что ведет к преждевременной утрате дееспособности и смерти. Двигательная активность во всех случаях имеет большое значение для сохранения функциональных возможностей, снижения заболеваемости и физической слабости в пожилом возрасте, что делает программирование двигательной активности для пожилых людей особенно важным [1].

Таким образом, повышение качества жизни лиц пожилого возраста в большей мере обеспечивается герокинезиологической составляющей программ профессиональной подготовки инструкторов для занятий двигательной активностью с пожилыми людьми и соответственного учета в процессе программирования занятий функционального возраста, показателей, характеризующих физическую подготовленность, физическую независимость и состояние физической слабости.

Литература:

1. Джесси Джоунс С. Старение и двигательная активность: пер. с англ. // С. Джесси Джоунс, Дебра Дж. Роуз. – К.: Олимпийская литература, 2012. – 440 с.
2. Лызарь О.Г. Физкультурно-оздоровительные занятия как эффективное средство оптимизации физического состояния людей пожилого возраста / О.Г. Лызарь, В.В. Будлянский, А.Б. Медников // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. – 2018. – №5. – С. 69-75.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СТЕП-АЭРОБИКОЙ С ЖЕНЩИНАМИ 30-35-ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА

Т.О. Бондаревская

Научный руководитель доцент О.С. Трофимова

Аннотация. В работе представлены особенности организации занятий степ-аэробикой с женщинами 30-35 лет. Эффективность подтверждается достоверным улучшением их морфофункционального состояния.

Ключевые слова: степ-аэробика, фитнес, женщины 30-35 лет, морфофункциональное состояние.

На сегодняшний день отмечена тенденция, связанная с образом жизни современных женщин, который сопровождается снижением двигательной активности, регулярными стрессами, плохой экологией, неправильным питанием и вредными привычками [1]. Важную роль в решении этой проблемы отводят различным видам оздоровительной физической культуры и фитнесу, которые вызывают большой интерес у занимающихся, в их числе и занятия степ-аэробикой [3].

Степ-аэробика пользуется большой популярностью среди женщин 30-35-летнего возраста, так как из всех направлений аэробики она является одной из самых увлекательных и простых. Особенностью данного направления является комплексное воздействие на все основные группы мышц, что очень привлекает женщин 30-35 лет.

В ходе экспериментального исследования, в котором приняли участие 20 женщин 30-35-летнего возраста, 10 из них непосредственно занимались регулярно степ-аэробикой, а вторая половина исследуемых составляла контрольную группу, которая занималась по системе Пилатес три раза в неделю в течение шести месяцев на базе фитнес-центра «Дом физкультурника» города Краснодара, выявлена положительная динамика морфофункциональных показателей, характеризующих физическую работоспособность занимающихся. Оценка функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы привела к улучшению результатов в: пробе Руфье, пробе Ромберга, пробе Штанге и пробе Генчи. Перед занятиями все женщины получали допуск врача, противопоказаний не имели. Отмечено, что значение Т-критерия Стьюдента во всех пробах больше его критического значения, следовательно, различия статистически значимы, это говорит о том, что занятия степ-аэробикой в экспериментальной группе положительно влияют на морфофункциональное состояние занимающихся женщин 30-35 лет.

Таким образом, эффективность применения занятий степ-аэробикой подтверждается положительной динамикой морфофункциональных показателей, дающих оценку физической работоспособности занимающихся женщин 30-35 лет.

Литература:

1. Дворкина Н.И. Проблемы здорового образа жизни подрастающего поколения и некоторые пути их решения / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова, В.В. Роговая // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ, г. Краснодар, 2019. – Т.48. – С. 179-180.

2. Романенко Н.И. Влияние функциональной тренировки на физическую подготовленность женщин 40-50 лет / Н.И. Романенко, А.Н. Кудяшева, Л.И. Борисова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 9 (175). – С. 253-256.

3. Трофимова О.С. Воздействие занятий степ-аэробикой на функциональное состояние женщин 30-35 лет / О.С. Трофимова, Я.А. Никитина, Т.О. Бондаревская // Материалы международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы ФК и С в современных социально-экономических условиях», г. Чебоксары, 20 мая 2019 г. – С. 189-192.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕТЕЙ 7-8 ЛЕТ НА ОСНОВЕ ИСПЫТАНИЙ I СТУПЕНИ КОМПЛЕКСА ГТО

П.В. Головкин

Научный руководитель профессор Н.И. Дворкина

Аннотация. В работе рассматриваются результаты физической подготовленности детей 7-8 лет при выполнении испытаний I ступени комплекса ГТО, что необходимо для корректировки процесса физической подготовки школьников.

Ключевые слова: физическая подготовленность, дети 7-8 лет, комплекс ГТО.

Актуальность. С 2016 года на территории Российской Федерации во всех образовательных учреждениях ведется подготовка детей и подростков к выполнению норм комплекса ГТО. Следовательно, нормативы ВФСК ГТО будут служить одной из форм определения уровня физической подготовленности учащихся школьного возраста. Представленная система нормативов (испытаний) предполагает комплексную оценку учащихся в соответствии с их возрастными особенностями и возможностями, что в свою очередь поможет построить образовательный процесс по физическому воспитанию с учетом предложенных организационно-методических рекомендаций, раскрытых в нормативно-правовых актах комплекса ГТО [1, 2]. Полученные в ходе выполнения комплекса результаты позволяют оценивать уровень физической подготовленности, осуществлять педагогический контроль, определять недостатки и преимущества применяемых форм, методов и средств, в период подготовки учащихся к выполнению нормативов ГТО [3].

Цель исследования: определить уровень физической подготовленности детей 7-8 лет на основе испытаний I ступени комплекса ГТО.

Методика исследования. Исследование было организовано и проведено на базе МАОУ СОШ №11 г. Тимашевска. Количество принявших добровольное участие в выполнении испытаний по программе I ступени комплекса ГТО составило 84 человека в возрасте 7-8 лет, отнесенных к основной группе здоровья.

Результаты исследования. Результаты исследования физической подготовленности детей 7-8 лет на основе испытаний I ступени комплекса ГТО показали, что уровень скоростных способностей у мальчиков на золотой знак отличия выполнили 11%, на серебряный – 15%, бронзовый – 24%, не выполнили 50%. Соответственно, у девочек – 5,7, 13,2, 37,8 и 43,3%. Уровень силовых способностей у мальчиков на золотой знак отличия выполнили 16,4%, на серебряный – 10,4%, бронзовый – 23,3%, не выполнили 49,7%. Соответственно, у девочек 8,9, 11,3 и 23,7%, не выполнили 56,1%. При выполнении испытания на выносливость норму золотого знака отличия среди мальчиков выполнили 8,0%, серебряного – 3,8%, бронзового – 7,3%, не выполнили 80,9%. Соответственно, среди девочек 0,2, 2 и 0,7%, не выполнили 98,1%. В упражнении на гибкость среди мальчиков нормативы золотого знака отличия выполнили 3%, на серебряный – 6%, на бронзовый – 12%, не выполнили 80%. Соответственно, у девочек 8, 12 и 22%, не выполнили 58%. Уровень скоростно-силовых способностей у мальчиков на золотой знак отличия выполнили 22%, серебряный – 16,5%, на бронзовый – 31,4%, не выполнили 30,1%. Соответственно, у девочек 17,6, 20 и 24,3%, не выполнили 38,2%.

Выводы. Таким образом, уровень физической подготовленности детей 7-8 лет остается достаточно низким, особенно это наблюдалось при выполнении испытаний на выносливость, силу и быстроту. Из этого следует, что в программу по физическому воспитанию необходимо внести коррективы по физической подготовке школьников первых классов, для успешного выполнения нормативов I ступени комплекса ГТО.

Литература:

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: Сборник материалов для образовательных организаций города Москвы. – М., 2015. – 253 с.
2. Дворкин Л.С. Спортивно-ориентированная физическая подготовка детей и подростков: Монография. – Краснодар. 2018. – 458 с.
3. Дворкина Н.И. Подготовка подростков 13-15 лет к сдаче норм комплекса ГТО на основе атлетической гимнастики // Научно-педагогические школы в сфере физической культуры и спорта: Материалы научно-практического конгресса, посвященного 100-летию ГЦОЛИФК. –2018. – С.396-401.

АНАЛИЗ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ

С.К. Гранкин

Научный руководитель доцент Н.И. Романенко

Аннотация. В работе рассматриваются возрастные периоды двигательной активности школьников. Выявлено, что наибольший объем локомоций наблюдается у детей младшего школьного возраста.

Ключевые слова: двигательная активность, локомоции, школьники.

Потребность в движении является основной потребностью человека, однако у разных индивидов она выражена по-своему и зависит как от генетических, так и от социальных факторов [1]. Анализ научно-методической литературы показал, что наибольшая потребность выражена у лиц с сильной нервной системой, такие люди активны везде, в том числе и на занятиях по физической культуре, где они успешнее в овладении двигательными навыками и в развитии физических качеств, по мнению педагогов, у них выше работоспособность. Но это вовсе не означает, что такие ученики сознательнее подходят к обязанностям, просто им требуется больший объем двигательных действий, чтобы удовлетворить свою потребность, в отличие от обучающихся с низкой активностью, которым постоянно требуется внешняя стимуляция в виде подбадривания или совместной работы с более активными занимающимися [2].

Нами было проведено педагогическое наблюдение с целью выявления наибольшей двигательной активности у школьников разного возраста. Так, у девочек 7 лет суточная активность составляет 6,5-7,5 км, у мальчиков на 1 км больше. У школьников 8-9 лет среднесуточная активность повышается до 10-12 км соответственно, в 9 и 10-летнем возрасте она достигает 14-18 км, однако к 12 и 15 годам выявлено ее снижение до 14-16 км. Обнаружено, что у учеников 8-9 и 10-11 классов объем локомоций не повышается, что объясняется большой загруженностью учебных предметов и подготовкой к экзаменам. Выявлен также и «пассивный» интерес многих школьников к различным видам двигательной активности, заключающийся в просмотре соревнований, телепередач и др. Почему-то знания, сформированные на уроках по физической культуре, о пользе физических упражнений не нашли свое отражение в увеличении потребности в движении и не превратились в «движущий» мотив. На наш взгляд, необходимо привлечь средства массовой информации к популяризации физкультурно-оздоровительной деятельности среди молодежи, проводить именитыми спортсменами уличные мастер-классы, вовлекая школьников в занятия, организовывать масштабные соревнования в уличных видах спорта.

Литература:

1. Дворкин Л.С. Спортивно-ориентированная физическая подготовка детей и подростков: монография. – Краснодар: Экоинвест, 2018. – 458 с.
2. Кудяшева А.Н. Координационные способности мальчиков 8-10 лет при различных двигательных режимах / А.Н. Кудяшева, К.Б. Тумаров и др. // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 12 (154). – С. 287-290.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО В ПРОЦЕССЕ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ

Н.Д. Дзюба

Научный руководитель доцент О.Г. Лызарь

Аннотация. В работе рассматриваются проблемы реализации требований ВФСК ГТО в условиях образовательных организаций. Анализируются факторы, позволяющие повышать мотивацию школьников к занятиям физической культурой и спортом.

Ключевые слова: требования ВФСК ГТО, формирование мотивации, школьники, физическая культура и спорт.

Двигательная активность считается наиболее физиологичным и эффективным средством, способствующим улучшению физического и психического здоровья школьников. Она способствует снижению риска развития целого ряда соматических заболеваний, а также оказывает значительное воздействие на состояние общественного здравоохранения. Именно двигательная активность является обязательным условием и основополагающим компонентом здорового образа жизни. Отмечается, что рационально организованная физическая активность стимулирует человека к отказу от вредных привычек, нормализации питания и формированию стрессоустойчивости, на фоне существенного нивелирования процессов негативного влияния окружающей среды и нездорового образа жизни [1].

В то же время современные условия жизнедеятельности школьника дают все меньше возможностей для полноценной физической активности, что в свою очередь способствует распространению малоподвижного образа жизни, создает негативные предпосылки для сохранения здоровья подрастающего поколения [2].

Достижение учащимися целей, связанных не только с улучшением физического здоровья, но и психологического благополучия, а также социальной реализации, воспитания готовности к оптимальной самореализации в учебной деятельности и будущей профессии, в быту и в других сферах жизнедеятельности, является ключевой для привлечения школьников к активным занятиям физической культурой и спортом. Однако современные школьники недооценивают значение требований ВФСК ГТО. Низкий уровень информированности старшеклассников в вопросах, связанных с использованием физических упражнений в повседневной деятельности, отсутствие достаточных знаний в области здоровьесбережения не способствуют формированию мотивации и осознания личностной пользы от занятий физической культурой и спортом, а также выполнения норм комплекса ГТО [1, 3].

Таким образом, одним из путей повышения мотивации к занятиям физической культурой и спортом, роста резервов здоровья школьников может стать активное использование нормативов комплекса ГТО для оценки уровня их физической подготовленности с последующим присвоением знаков отличия ВФСК ГТО.

Литература:

1. Готов к труду и обороне: история и современность: монография / Г.Д. Алексанянц, О.Г. Лызарь, К.П. Валл и др); под ред. Ю.Д. Овчинникова. – Самара: НИЦ «Поволжская Научная корпорация», 2017. – 131 с.
2. Лызарь О.Г. Мотивация и стимулирование населения к выполнению норм комплекса ГТО / О.Г. Лызарь, А.И. Лыч, К.П. Валл. – Научная и научно-практическая конференция ППС КГУФКСТ (21-25 мая 2018 г., г. Краснодар). – С. 171-173.
3. Ончукова Е.И. Использование рекреационных занятий функциональной тренировкой с учащимися 16-17 лет для подготовки к сдаче норм комплекса ГТО / Е.И. Ончукова, О.С. Трофимова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ, г. Краснодар, 2018. – № 1. – С. 182-183.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА МАЛЬЧИКОВ 8-10 ЛЕТ С НАРУШЕНИЕМ ОСАНКИ СРЕДСТВАМИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПЛАВАНИЯ

К.О. Захарчук

Научный руководитель профессор В.И. Осик

Аннотация. В работе рассмотрены вопросы спортизированного физического воспитания мальчиков 8-10 лет с нарушением осанки в условиях фитнес-клуба. Показано положительное влияние оздоровительного плавания, включающего элементы спортивного и прикладного плавания и водного поло, на показатели их физической подготовленности и физического развития.

Ключевые слова: физическая культура, здоровье, фитнес, плавание.

Актуальность исследования обусловлена низким уровнем общей физической подготовленности обучающихся в результате недостаточной эффективности личностно ориентированного и дифференцированного физического воспитания в школах Российской Федерации [1]. Ключевая проблема физического воспитания детского населения Российской Федерации – низкая физическая подготовленность обучающихся и, как результат, отклонение в состоянии здоровья, в том числе различные нарушения осанки [2, 3].

В исследовании рассмотрены показатели общей физической подготовленности мальчиков 8-10 лет с нарушением осанки, обратившихся в фитнес-клуб с целью улучшения физических качеств, освоения техники спортивного плавания, элементов водного поло и коррекции в физическом развитии. Разработанная методика спортизированного физического воспитания младших школьников, занимающихся в экспериментальной группе, включала в себя элементы спортивного и прикладного плавания и водного поло. В контрольной группе были организованы занятия в соответствии с регламентом фитнес-клуба в том же объеме, включая в себя элементы оздоровительного плавания и игровой компонент. По окончании годичного тренировочного цикла у мальчиков экспериментальной группы определены более выраженные и достоверные положительные изменения показателей общей физической подготовленности и существенно улучшились характеристики соматоскопии.

Литература:

1. Дворкина Н.И. Проблемы здорового образа жизни подрастающего поколения и некоторые пути их решения / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова, В.В. Роговая // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2019. – Т.48. – С. 179-180.
2. Лызарь О.Г. Совершенствование технологии формирования здоровья населения в условиях фитнес-клуба / О.Г. Лызарь, Т.В. Дорошенко // Физическая культура, спорт и здоровье. – Йошкар-Ола, 2016. – №28. – С.117-122.
3. Трофимова О.С. Формирование физических способностей детей младшего школьного возраста на основе средств фитнеса / О.С. Трофимова, В.В. Фоменко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2018. – № 1. – С. 204-205.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ФИТНЕС-ЙОГИ В ЗАНЯТИЯХ С ЖЕНЩИНАМИ 35-40 ЛЕТ, ИМЕЮЩИМИ ИЗБЫТОЧНУЮ МАССУ ТЕЛА

О.В. Коновалова

Научный руководитель доцент О.Г. Лызарь

Аннотация. В работе представлены данные, подтверждающие эффективность занятий фитнес-йогой с женщинами 35-40-летнего возраста с целью снижения избыточной массы тела.

Ключевые слова: фитнес-йога, избыточная масса тела, женщины 35-40 лет.

Для женщин 35-40-летнего возраста избыточный вес является не только косметическим недостатком, но и представляет угрозу для здоровья, поскольку лишние килограммы оборачиваются дополнительной нагрузкой на сердечно-сосудистую и выделительную системы и опорно-двигательный аппарат [2].

Данные, представленные Росстатом, позволяют утверждать, что 62% взрослого населения имеют избыточную массу тела [1]. В то же время глобальными стратегиями Всемирной организации здравоохранения определено, что масса тела человека за два последние десятилетия выросла на 8%, а среди женщин этот показатель составляет 38% [2].

В связи с отмеченным, целесообразно будет включать в тренировочный процесс женщин 35-40-летнего возраста занятия фитнес-йогой, так как она оказывает положительное влияние на организм, а одно занятие по фитнес-йоге в сочетании с правильным дыханием способствует утилизации от 250 до 700 ккал, что позволяет при условии нормализации питания, повысить эффективность процесса жиросжигания на 20-30% [3].

В заключение необходимо отметить, что занятия фитнес-йогой способствуют улучшению психоэмоционального состояния женщин, а поскольку избыточная масса тела может формироваться под воздействием различных психических расстройств: неврозов, депрессии, эмоционального переедания, одиночества, то ее систематическое применение в процессе оздоровительной тренировки способствует эффективной коррекции избыточной массы тела.

Литература:

1. Лызарь О.Г. Особенности изменения физического состояния женщин, занимающихся функциональным тренингом / О.Г. Лызарь, В.Т. Исаева, Е.В. Братко. – Физическая культура, спорт и здоровье. – 2017. – №30. – С. 36-40.
2. Романенко Н.И. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие / Н.И. Романенко, О.С. Трофимова, Н.И. Дворкина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 260 с.
3. Трофимова О.С. Влияние занятий фитнес-йогой на физическое состояние женщин 30-35-летнего возраста / О.С. Трофимова, Е.И. Ончукова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – №3. – С. 55-58.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ВОДНЫМ ФИТНЕСОМ НА ПСИХОФИЗИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В.А. Королёв

Научный руководитель доцент Е.И. Ончукова

Аннотация. В работе рассматривается обоснованность применения занятий водным фитнесом у детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: дошкольный возраст, двигательная активность, водный фитнес.

Аквафитнес относится к одним из наиболее востребованных средств оздоровительной физической культуры, так как обладает расширенным спектром воздействия на организм детей дошкольного возраста, а также на общее состояние здоровья. Вода – это благоприятная среда для закаливания и укрепления здоровья в дошкольном возрасте. В ряде исследований отмечается, что именно занятия в водной среде благотворно влияют на развитие опорно-двигательного аппарата, способствуют развитию крупных мышечных групп, повышают сопротивляемость организма в целом.

Дошкольный возраст является определяющим периодом развития человека в онтогенезе. Многие авторы отмечают, что именно в первые семь лет жизни ребенка происходит важный период становления всех двигательных навыков, первые предпосылки развития физических качеств, закладываются основы здоровья. Именно в этот период формируются привычки к занятиям физической культурой, потребности к соблюдению норм здорового образа жизни. Однако не до конца изучена проблема внедрения именно занятий водным фитнесом в условиях дошкольных образовательных организациях, и возможности его использования на физкультурных занятиях и дополнительных занятиях в рамках системы физкультурно-оздоровительной работы с детьми, воспитывающимися в дошкольных образовательных организациях.

Занятия в водной среде являются наиболее благоприятным видом физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста. Водная среда является естественной для детей и оказывает разностороннее влияние на весь организм ребенка.

На основе изученных данных литературы занятия водным детским фитнесом оказывает комплексное воздействие на организм ребенка дошкольника: укрепляет общее состояние организма; выполняет закаливающую функцию; укрепляет и формирует опорно-двигательный аппарат ребенка; снимает напряжение с крупных мышечных групп; укрепляет функциональные системы ребенка; осуществляет гигиеническую функцию и функцию самомассажа.

Литература:

1. Ончукова Е.И. Рекреационная и реабилитационная деятельность различных групп населения: курс лекций / Е.И. Ончукова. – Краснодар, 2017. – 107 с.
2. Трофимова О.С. Влияние занятий фитбол-аэробики на физическую подготовленность детей старшего дошкольного возраста / О.С. Трофимова, Я.А. Никитина, М.А. Маринович // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2018. – № 32-1. – С. 87-90.
3. Трофимова О.С. Роль фитнес-технологий в физическом воспитании дошкольников в контексте подготовки бакалавров профиля физкультурно-оздоровительные технологии / О.С. Трофимова, Н.И. Дворкина // Современные проблемы физического воспитания подрастающего поколения: перспективы и пути решения: Сборник материалов Всероссийской с международным участием научно-практической конференции. – 2017. – С. 129-132.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СИСТЕМЕ ПИЛАТЕС НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

М.А. Маринович

Научный руководитель доцент О.С. Трофимова

Аннотация. В последние годы система Пилатес набирает популярность среди занимающихся фитнесом женщин. В работе дана характеристика и выделена особенность использования принципов данной системы как эффективного средства использования в процессе оздоровительных занятий с женщинами 35-40 лет.

Ключевые слова: фитнес, система Пилатес, женщины второго периода зрелого возраста, психическое состояние.

Известно, что различные социальные факторы, такие как уход за детьми и зависимыми родственниками, ведение домашнего хозяйства, издержки профессии, подвергают женщин большему риску ухудшения психического здоровья, чем мужчин [2, 3]. После 36-40 лет у женщин начинает нарушаться социально-психологическое равновесие, которое отражается на отношениях с коллегами и в семье, возможно появление профессиональной усталости. Отмечено, что женщины чаще, чем мужчины, проходят курс лечения, обращаясь к специалистам по поводу психических расстройств – 29% женщин по сравнению с 17% мужчин [1].

Доказано, что физическая активность психорегулирующей направленности снижает уровень тревожности и депрессии. Это объясняется тем, что физические нагрузки ускоряют кровообращение в головном мозге, тем самым влияют на гипоталамо-гипофизарную систему и, таким образом, на физиологическую реактивность к стрессу. Вероятно, это опосредовано связью гипоталамо-гипофизарной системы с несколькими областями мозга: лимбической системой, которая контролирует мотивацию и настроение; миндалевидным телом, которое порождает страх в ответ на стресс; и гиппокампом, который играет важную роль в формировании памяти, а также настроения и мотивации.

На сегодняшний день существует разнообразное количество фитнес-программ, направленных на повышение уровня физического состояния занимающихся. Одной из распространенных программ среди женщин второго периода зрелого возраста является система Пилатес, разработанная Д. Пилатесом в прошлом веке. Она включает в себя не только выполнение физических упражнений в статодинамическом режиме мышечного сокращения, но и предполагает соблюдение принципов концентрации, централизации, визуализации, правильного дыхания, осознанного контроля над мышечным напряжением.

Таким образом, мы полагаем, что применение системы Пилатес в работе с женщинами второго периода зрелого возраста будет повышать уровень физического и психического состояния занимающихся, что будет способствовать улучшению здоровья женщин в целом.

Литература:

1. Дерягина С.А. Пилатес как эффективное средство занятий с женщинами в возрасте 45-55 лет / С.А. Дерягина, О.Г. Лызарь // Материалы XXII Всероссийской научно-практической конференции «Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма». – 2019. – С. 36-40.
2. Маринович М.А. Влияние занятий по системе Пилатес на физическое состояние женщин 40-45 лет / М.А. Маринович, О.С. Трофимова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО (февраль - март 2018 г.) – Краснодар: КГУФКСТ. – Ч.2. – С.170-171.
3. Трофимова О.С. Влияние методики занятий аквааэробикой на психофизическое состояние женщин 36-45 лет / О.С. Трофимова, Е.И. Ончукова, А.А. Килимник // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №3. – С. 55-61.

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ В ГРУППАХ ЗДОРОВЬЯ С ЖЕНЩИНАМИ ПРЕДПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА

Я.А. Никитина

Научный руководитель профессор С.А. Хазова

Аннотация. В работе представлены основные теоретические положения, определяющие требования к организации занятий оздоровительной физической культурой с женщинами предпенсионного возраста. Приведены основания для комплектования «групп здоровья». Изложены ведущие характеристики содержания занятий.

Ключевые слова: оздоровительная физическая культура, женщины предпенсионного возраста, индивидуальные особенности, группы здоровья.

К категории «женщины предпенсионного возраста» относятся женщины 55-58 лет. В данном возрасте одной из наиболее важных форм организации занятий являются группы здоровья. Они формируются исходя из индивидуальных интересов и потребностей в области оздоровительной физической культуры, уровня здоровья и физической подготовленности, а также пола. Комплектация группы от 10 до 20 человек. Лица без значительных отклонений в состоянии здоровья включают в занятия упражнения общеоздоровительного характера, лица, имеющие серьезные отклонения в состоянии здоровья, – упражнения с учетом особенностей заболевания [2].

Кратность занятий не менее трех раз в неделю, продолжительность не менее 50 минут. Моторная плотность от 40%. Регламентирующим документом для проведения занятий является программа на основе дифференцирования возрастных, физических и физиологических оснований, характеризующих отдельных занимающихся. В зависимости от состояния здоровья занимающихся делят на три группы: практически здоровые, имеющие незначительные отклонения в функциональном состоянии, отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера.

В «группах здоровья» обязательным является врачебный контроль для оперативного выявления изменений в состоянии здоровья. Для положительного воздействия на организм рекомендовано сочетать занятия в «группах здоровья» с элементами закаливания, массажа, сбалансированного питания, рационального режима сна и отдыха [2].

В группах здоровья приоритетными являются следующие средства физической культуры: упражнения основной гимнастики, плавания, легкой атлетики. Максимальный оздоровительный эффект достигается при комплексном использовании различных средств.

Подготовительная и заключительная части должны иметь большую продолжительность, так как у женщин данного возрастного периода замедляются процессы вработывания. После упражнений предусматривается отдых, применяются дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и элементы стретчинга.

Сначала включают в занятия простые упражнения, а затем наиболее трудные в основной части занятия, которые чередуются с успокаивающими упражнениями. Мера доступности определяется инструктором, врачом и самим занимающимся. В первые месяцы упражнения повторяются 4-6 раз и увеличиваются до 10-20 раз.

В основе методики проведения занятий лежит строго индивидуальное дозирование нагрузки и отдыха. При подборе упражнений для данной возрастной группы занимающихся рекомендуется придерживаться следующих методических правил: упражнения должны способствовать правильному дыханию; не выполнять упражнения с большими силовыми напряжениями; не использовать силовые изометрические упражнения; последовательно изменять исходные положения тела при выполнении упражнений [1].

Литература:

1. Мосина О.А. Проблемы интеграции людей пожилого возраста в образовательное пространство // Теоретические и практические аспекты социальной педагогики и психологии девиантного поведения: сборник научных трудов. – 2017. – С. 158-160.
2. Ончукова Е.И. Рекреационная и реабилитационная деятельность различных групп населения: курс лекций. – Краснодар: Экоинвест, 2017. – 86 с.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДЕТСКОГО ТАНЦЕВАЛЬНОГО ФИТНЕСА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИЦ

И.К. Никоненко

Научный руководитель доцент О.С. Трофимова

Аннотация. В работе представлены особенности использования занятий танцевальным фитнесом со школьницами младших классов на основе учета особенностей их развития и выявлено их влияние на организм занимающихся.

Ключевые слова: танцевальный фитнес, физическое воспитание, школьницы младших классов.

На сегодняшний день весьма актуальными являются вопросы сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения. Имеется большое количество подходов к планированию процесса физического воспитания со школьниками. Но актуальным становится организация образования школьников, учитывающая индивидуальные предпочтения детей заниматься различными видами оздоровительной деятельности с учетом уровня их физической подготовленности [1, 3].

Сегодня большую популярность набирают занятия детским танцевальным фитнесом, поскольку они повышают интерес к занятиям физической культурой у детей, увеличивают уровень их физического состояния, способствуют формированию двигательных навыков и укреплению здоровья, а также благоприятно воздействуют на их социализацию в обществе [2]. Все это, на наш взгляд, существенно улучшает эффективность процесса физического воспитания девочек младшего школьного возраста.

Для занятий танцевальным фитнесом не только необходимо соответствовать некоторым критериям, но и иметь определенный вид одежды и обуви. Музыкальное сопровождение занятий должно быть веселым и ритмичным. Желательно, чтобы музыка подходила по смыслу к предполагаемым занятиям.

Итак, можно сделать следующие выводы, что занятия фитнесом танцевальной направленности развивают и повышают детскую активность и жизнерадостность, укрепляют костную структуру тела ребенка, повышают иммунитет, помогают развить речевые способности ребенка, способствуют профилактике гиподинамии, улучшают координацию движений, формируют правильную осанку у детей, улучшают функционирование опорно-двигательного аппарата, улучшают процесс обмена веществ в организме, укрепляют сердечно-сосудистую и дыхательную системы, способствуют нормальному пищеварению, предупреждают появление и развитие плоскостопия.

Литература:

1. Дворкина Н.И. Проблемы здорового образа жизни подрастающего поколения и некоторые пути их решения / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова, В.В. Роговая // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ, г. Краснодар, 2019. – Т.48. – С. 179-180.
2. Маринович М.А. Содержание занятий фитнесом с элементами единоборств с девочками 8 лет в организациях дополнительного образования / М.А. Маринович, О.С. Трофимова, В.В. Фоменко, И.П. Якубец // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 5 (171). – С. 198-202.
3. Пономарева Т.В. Состояние программно-нормативной базы процесса физического воспитания учащихся младших классов общеобразовательных учреждений / Т.В. Пономарева, Ю.К. Чернышенко // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 3. – С. 3-8.

МОТИВАЦИЯ ЖЕНЩИН 45-55 ЛЕТ К ЗАНЯТИЯМ ХАТХА-ЙОГОЙ

Е.В. Олейник

Научный руководитель доцент Н.И. Романенко

Аннотация. В статье рассмотрены основные мотивы, побуждающие женщин в возрасте 45-55 лет заниматься хатха-йогой. В результате социологического исследования выявлено 3 группы побудительных мотивов, являющихся актуальными для улучшения физического состояния и повышения уровня работоспособности женщин.

Ключевые слова: мотивация, хатха-йога, женщины 45-55 лет, асаны.

Женщина в возрасте 45-55 лет еще находится в состоянии активной социальной и профессиональной деятельности и актуальным для нее является сохранение здоровья, поддержание работоспособности. Однако в этом возрасте начинают замедляться метаболические процессы, снижается двигательная активность, что ведет к появлению избыточной массы тела, риска появления сопутствующих заболеваний [1].

В настоящее время арсенал физкультурно-оздоровительных услуг разнообразен и психорегулирующую направленность возглавляет хатха-йога, основополагающей целью которой является самопознание, которое происходит через выполнение определенных статических положений (поз, асан). Асаны йоги обладают особыми терапевтическими свойствами. Практика хатха-йоги строится таким образом, чтобы во время занятия в работу включились все органы и их системы. Во время выполнения асан удерживается внимание занимающихся на ритме своего дыхания, отслеживается время вдоха и выдоха [2].

Среди занимающихся женщин 45-55 лет было проведено социологическое исследование методом анкетирования, с целью выяснения мотивации к занятиям хатха-йогой. Предложенная анкета предлагала указать основную причину их занятий. По анализу результатов было выявлено три группы причин. Одна группа женщин приходит исключительно для поддержания тонуса мышц, развития гибкости, постановки глубокого дыхания, не вдаваясь в вопросы философии и энергий. Эти женщины выбирают хатха-йогу за ее статичность, плавность, четкость движений, логичность в последовательности асан. Вторая группа занимается с целью изучения оздоровительного эффекта хатха-йоги, понимания процессов течения энергий в теле при помощи разных асан, навыков направления энергии в определенный орган для исцеления. Для третьей группы важно общение с единомышленницами, улучшение эмоционального состояния, приятное и полезное времяпрепровождение.

Таким образом, анализ социологического исследования показал, что женщинами движут побудительные мотивы при занятиях хатха-йогой с целью улучшения их физического развития, физической подготовленности, эмоционального состояния, а также в познании терапевтических эффектов от выполнения асан.

Литература:

1. Дворкин Л.С. Влияние занятий хатха-йогой на функциональное и физическое состояние пожилых людей / Л.С. Дворкин, Е.И. Ончукова, М.В. Одегнал // Культура физическая и здоровье. – 2016. – № 5(60). – С. 64-70.

2. Кудяшева А.Н. Влияние гимнастики хатха-йога на состояние опорно-двигательного аппарата детей младшего школьного возраста / А.Н. Кудяшева, Л.Э. Пасмурова // Спортивное наследие Универсиады-2013: Мат. Межд. научно-практич. конф. – Казань: Поволжская ГАФКСИТ, 2013. – С. 285-288.

МЕТОД МУЗЫКАЛЬНОЙ ИНТЕРПРЕТАЦИИ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ СПОСОБ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ ПО БАЗОВОЙ АЭРОБИКЕ

В.А. Распопова

Научный руководитель доцент Н.И. Романенко

Аннотация. В данной работе рассмотрен метод музыкальной интерпретации, применяемый в базовой аэробике, способствующий согласованности движений с музыкой для повышения эффективности занятий в целом.

Ключевые слова: метод музыкальной интерпретации, музыкальный квадрат, базовая аэробика.

Базовая аэробика является классикой в фитнесе. Аэробные комбинации на основе базовых шагов аэробики используют как в подготовительных частях в различных направлениях, так и в основной части самостоятельного занятия, развивающее кардиореспираторную выносливость. Характерными чертами базовой аэробики являются: высокая плотность занятий за счет использования музыки, на которую накладываются в соответствии со стилем движения танцевального характера. Музыкальное сопровождение является определяющим фактором, стимулирующим выполнение движений, задавая темп выполнения, повышая эмоциональность и увеличивая эффект от занятия в целом [1, 2].

Известно, что музыкальный ритм организует движение, но для того чтобы это сделать правильно, в аэробных фитнес-программах применяют метод музыкальной интерпретации, который заключается в подборе базовых шагов, выполняемых на 2, 4 счета под простой музыкальный размер 2/4 и 4/4 такта. Основу аэробной композиции составляют шаги, выполняемые на 2, 4, 8 счетов, которые должны обязательно вложиться в музыкальный квадрат – 32 счета. Набор шагов в одной композиции должен быть разнообразным от 4-х и более, последний шаг подбирается таким образом, чтобы он поменял лидирующую ногу. Требуется начинать движение в начало музыкального квадрата и в сильную долю такта. Также аэробные композиции должны соответствовать музыкальной теме. После разучивания трех аэробных композиций в основной части занятия для поддержания целевой зоны пульса во время припева можно выполнять одинаковые, например композицию №1. А при звучании куплета можно использовать другие, например №2 или №3, а можно к композиции №1 добавить небольшое изменение ритма, движений руками, увеличить амплитуду движений [3].

Таким образом, метод музыкальной интерпретации в базовой аэробике позволяет распознавать акценты, создать образ единого целого, т.е. скоординировать движения с музыкой, что в свою очередь повышает эмоциональный фон, а следовательно, и эффективность занятия в целом.

Литература:

1. Дворкина Н.И. Теоретические основы физкультурно-оздоровительной деятельности: учебное пособие / Н.И. Дворкина, Е.И. Ончукова; Краснодарский гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья. – Краснодар: 2018. – 174 с.
2. Кудяшева А.Н. Методика проведения занятий по аэробике со студентами нефизкультурных вузов: учебно-метод. пособие / А.Н. Кудяшева, Н.Х. Кудяшев и др./ Набережные Челны: Издательско-полиграфический центр НЧИ К(П)ФУ, 2015. – 50 с.
3. Романенко Н.И. Значение музыкального сопровождения в фитнесе / Н.И. Романенко // Тезисы докладов XXXV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО по физической культуре и спорту; КГУФКСТ. – 2008. – 107 с.

ВЛИЯНИЕ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ НА РАЗВИТИЕ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ШКОЛЬНИКОВ 13-14 ЛЕТ

Я.М. Рудинская

Научный руководитель профессор Л.С. Дворкин

Аннотация. Оценка развития физического состояния школьников представляет особый научно-познавательный и научно-прикладной интерес как у педагогов по физической культуре, так и у тренеров по видам спорта и спортивных врачей. Цель исследования заключалась в обосновании влияния занятий атлетической гимнастикой на развитие морфофункциональных показателей школьника 13-14 лет.

Ключевые слов: атлетическая гимнастика, мальчики, физическая подготовка, морфофункциональное состояние.

Актуальность. В настоящее время оценка развития физического состояния школьников представляет особый как научно-познавательный, так и научно-прикладной интерес и вызывает интерес педагогов по физической культуре, тренеров по видам спорта и спортивных врачей. Атлетическая гимнастика – это система всесторонней физической подготовки, в которой важным аспектом является использование дозированных отягощений, направленных на формирование пропорциональной фигуры, гармоничного развития и укрепление здоровья в целом [1]. Как известно, атлетическая гимнастика среди многочисленных физкультурно-оздоровительных средств занимает особое место в физической подготовке школьников среднего и старшего возраста [2, 3]. Проблема исследования заключалась в том, чтобы выявить особенности влияния занятий атлетической гимнастики на физическое состояние школьников 13-14 лет в условиях общеобразовательной школы.

Цель исследования. Обосновать влияние занятий атлетической гимнастикой на развитие морфофункциональных показателей школьников 13-14 лет.

Методика исследования. Из числа школьников 13-14 лет были сформированы экспериментальная и контрольная группы по 14 мальчиков в каждой. В течение 6 месяцев занятия по атлетической гимнастике проходили по круговому методу на двух обязательных и на одном факультативном уроках физичкой культуры в неделю. Контрольная группа занималась физической подготовкой в таких же условиях, что и их сверстники из экспериментальной группы, но по традиционной программе ОФП.

Результаты исследования. Результаты педагогического эксперимента показали, что из 9 тестов, определяющих уровень физической подготовки, в шести из них школьники 13-14 лет экспериментальной группы достоверно превосходили своих сверстников из контрольной группы, в частности в развитии силовой выносливости, быстроты, скоростно-силовых качеств и максимальной силы и недостоверно в общей выносливости и ловкости. Результаты исследования морфофункциональных показателей говорят о том, что даже на протяжении шести месяцев в экспериментальной группе были получены достоверные изменения в длине и весе тела, индексов массы тела и Руфье, а в контрольной группе только в весе тела. В то же время итоговые различия морфофункциональных показателей между школьниками экспериментальной и контрольной групп были достоверными только в одном случае – в индексе Руфье в пользу первой группы.

Выводы. Переход традиционных учебных занятий по физической культуре на широкое использование наиболее допустимых средств и методов атлетической гимнастики позволит улучшить не только процесс общей физической подготовленности, но и морфофункциональные возможности в занятиях школьников 13-14 лет.

Литература:

1. Дюшко О.И. Влияние занятий атлетической гимнастикой на физическое состояние школьников 15-16 лет, проживающих на Крайнем Севере / О.И. Дюшко, Л.С.

Дворкин // Ученые записки университета имен П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 4 (170). – С. 91-95.

2. Кузьмина В.А. Методика повышения физической подготовленности девушек 16-17 лет на основе средств фитнеса / В.А. Кузьмина, Н.И. Романенко // Ученые записки университета имен П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 9 (163). – С. 177-181.

3. Трофимова О.С. Организация и содержание физкультурно-оздоровительных занятий старшеклассников, имеющих вредные привычки / О.С. Трофимова, В.В. Фоменко, М.А. Маринович // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2019. – № 33. – С. 80-83.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ПЛАВАНИЕМ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.И. Семениди

Научный руководитель доцент В.В. Сударь

Аннотация. Результаты проведенных исследований свидетельствуют о возможности применения в рамках физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении методики занятий оздоровительным плаванием с детьми 6-7 лет для улучшения функционального состояния дыхательной системы.

Ключевые слова: физическое воспитание, оздоровительное плавание, функциональное состояние дыхательной системы, дети старшего дошкольного возраста.

Одним из видов двигательных действий и упражнений, имеющих разностороннее воздействие на организм человека благодаря определенной внешней среде – воде, является плавание. По мнению ряда специалистов, в современных условиях модернизации различных методик оздоровления является целесообразным проанализировать и методические аспекты занятий плаванием в процессе физического воспитания и развития детей подготовительной группы ДОУ [1, 2].

Цель исследования: теоретически и практически обосновать эффективность влияния занятий оздоровительным плаванием на показатели функционального состояния дыхательной системы детей старшего дошкольного возраста.

Для осуществления указанной цели были поставлены следующие задачи:

- определить оздоровительный эффект занятий плаванием в процессе физического воспитания детей в дошкольном образовательном учреждении;
- выявить показатели функционального состояния дыхательной системы у детей;
- определить влияние занятий оздоровительным плаванием на отдельные параметры функционального состояния дыхательной системы детей шести-семилетнего возраста.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, метод функциональных проб, спирометрия, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Анализ данных литературы по теме исследования позволил выяснить, что функционирование органов дыхания детей 6-7 лет еще не совершенно, так из-за неглубокого дыхания наблюдается невысокая эффективность работы их дыхательной системы. При выполнении определенных двигательных действий в плавании дыхание становится глубоким, увеличивается ЖЕЛ, что предупреждает заболевания верхних дыхательных путей; определенная физическая нагрузка при вдохе и выдохе в воде развивают мускулатуру дыхательных мышц, подвижность грудной клетки.

Литература:

1. Трофимова О.С. Методика проведения занятий плаванием с детьми старшего дошкольного возраста на основе игровых упражнений / О.С. Трофимова, А.В. Заплетина, В.В. Фоменко // Проблемы современного педагогического образования: Педагогика и психология. – Ялта, 2018. – Выпуск 59. – Ч. 4. – С. 284-289.

2. Якубовская О.И. Методика повышения физической подготовленности и двигательной активности дошкольников на основе физкультурно-оздоровительных технологий / О.И. Якубовская, Н.И. Романенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 10 (164). – С. 358-362.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПИЛАТЕС-КИДС С ДЕВОЧКАМИ 10-13 ЛЕТ

Д.А. Серба

Научный руководитель доцент О.С. Трофимова

Аннотация. В работе представлены возможности использования системы Пилатес в процессе занятий с девочками 10-13 лет.

Ключевые слова: девочки 10-13 лет, система Пилатес, физическое развитие, физические упражнения.

Пилатес все больше и больше привлекает внимание людей, заботящихся о своем здоровье и физическом состоянии. Говоря о приверженцах этой спортивной культуры, обычно мы подразумеваем взрослых. Детский Пилатес почему-то не очень популярен. Уникальность техники Пилатес — в воздействии на физическое, умственное и психическое развитие детей. У ее сторонников появляется сила, улучшаются выносливость, работоспособность, гибкость, развиваются умения удерживать равновесие и координировать движения. К тому же любое занятие спортом обязательно поднимет настроение и сделает ребенка жизнерадостным и открытым к общению [2].

Пилатес – система физических упражнений, разработанная Йозефом Пилатесом. Эта система способствует развитию гибкости, силы и подвижности тела. Упражнения системы Пилатес состоят из плавных движений (в сочетании с дыханием, которые требуют максимально точного выполнения без пауз). Во время выполнения упражнений в работу включаются не только крупные мышечные группы, но и глубокие мышцы, составляющие внутренний корсет тела. Особое внимание уделяется развитию гибкости и мобильности позвоночника, восстановлению его естественных физиологических изгибов, что является важной задачей в период начала пубертатного периода у девочек. Пилатес оказывает воздействие не только на физиологию, но и на интеллект девочек-подростков. Точность – это один из важных принципов, которые отличают систему Пилатес от других методик. Все движения должны выполняться в строгом соответствии с инструкциями. Тело должно принимать строго заданное положение.

Для девочек 10-13 лет необходимо осуществлять такой подбор упражнений, которыми не скучно заниматься. При регулярных занятиях будут происходить положительные изменения в физическом развитии девочек, что будет позволять им осваивать более сложные упражнения системы Пилатес. Обучение упражнениям для детей сильно отличается от обучения взрослых. Именно большое разнообразие вариантов одного и того же упражнения помогает обеспечить индивидуальный подход к каждому ребенку во время проведения занятий по физической культуре.

Литература:

1. Ончукова Е.И. Организационно-методические основы физкультурно-оздоровительных технологий / Е.И. Ончукова, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2018. – 102 с.
2. Ончукова Е.И. Рекреационная и реабилитационная деятельность различных групп населения: курс лекций / Е.И. Ончукова. – Краснодар, 2017. – 107 с.
3. Трофимова О.С. Формирование физических способностей детей младшего школьного возраста на основе средств фитнеса / О.С. Трофимова, В.В. Фоменко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, 2018. – № 1. – С. 204-205.

ОТНОШЕНИЕ ПОДРОСТКОВ К ЗАНЯТИЯМ ВОСТОЧНЫМИ ВИДАМИ ЕДИНОБОРСТВ

И.М. Сиенко

Научный руководитель профессор Н.И. Дворкина

Аннотация. Проведены социологические исследования, которые были направлены на выявление отношения подростков 14-16 лет к занятиям восточными видами единоборств в условиях фитнес-клуба. Итоги исследования показали, что занятия фитнесом с подростками 12-15 лет на основе восточных видов единоборств оказывают положительное влияние на изменение их желания заниматься регулярно физической культурой. Если на первом анкетировании из числа респондентов экспериментальной группы 18% выбрали первый вариант ответа («всегда»), 43% – второй («иногда») и 39% – третий («никогда»), соответственно респонденты контрольной группы сверстников – 21, 42 и 37%.

Ключевые слов: фитнес, восточные виды единоборств, подростки, отношение.

Актуальность. Все хотят, чтобы от занятий фитнесом был толк, потому что если уж и тратить время, силы и деньги, то с отдачей для тех, кто упорно тренируется. Именно поэтому так часто возникает вопрос о «самом эффективном фитнесе», занявшись которым человек сможет почувствовать на себе быстрый и гарантированный результат [1]. За последние 20-30 лет получило широкую популярность в современном фитнесе применение различных видов боевых искусств (тай-бо, ки-бо, каратэбика и другие виды аэробики), которые направлены на поддержание физической подготовленности, здоровья и красоты. Они объединяют в себе не только древние и современные учения об искусстве самообороны, но и упражнения оздоровительных гимнастик древнего фитнеса [2, 3]. Следует отметить тот факт, что на Востоке владение искусством единоборства всегда шло с учетом знаний о здоровье. Именно эти факторы и определяют уникальность современного фитнеса. Актуальность работы заключалась в том, чтобы определить особенности мотивации и отношение подростков к занятиям фитнесом на основе восточных видов единоборств.

Цель исследования. Выявить отношение подростков 14-16 лет к занятиям восточными видами единоборств в условиях фитнес-клуба.

Методика исследования. В исследовании был использован метод анонимного опроса при помощи анкетирования. Респонденты определялись с учетом двух групп – одна из которых занималась восточными видами единоборств (экспериментальная – n=14), а другая группа состояла из их сверстников (контрольная – n=16), которые занимались в тренажерном зале по свободному графику. В исследовании принимали участие только подростки-мальчики 14-16 лет.

Результаты исследования. На вопрос: «Оцените Ваше желание заниматься регулярно спортивными видами единоборств в фитнес-клубе» на первом анкетировании ответы из числа респондентов экспериментальной группы были следующие: 18% выбрали первый вариант ответа («всегда»), 43% – второй («иногда») и 39% – третий («никогда»), соответственно респонденты контрольной группы сверстников – 21, 42 и 37%. Во всех случаях разница в ответах подростков двух групп на первом анкетировании была в пределах 1-3% (недостаточно по Фишеру при $P > 0,05$). Через шесть месяцев было проведено повторное анкетирование с подростками тех же групп. На этот раз 27% подростков экспериментальной группы выбрали первый ответ «всегда», а их сверстники из контрольной группы 26% и следовательно положительных ответов у них через шесть месяцев возросло соответственно на 9% (по Фишеру $P < 0,05$) и 5% ($P > 0,05$). В этот же период второй ответ из числа опрошенных респондентов экспериментальной группы выбрали 54%, а их сверстники из контрольной группы – 57%, соответственно показатель прироста составил в первом случае 11%, а во втором – 15% (во всех случаях различия оказались достоверными (при $P < 0,05$). Самый негативный ответ «никогда» через шесть месяцев выбрали респонденты

экспериментальной группы – 19% ($P < 0,01$), а их сверстники из контрольной группы – 17% ($P < 0,01$), то есть во всех случаях мы наблюдали существенное снижение числа отрицательных ответов.

Выводы. Занятия фитнесом с подростками 12-15 лет на основе восточных видов единоборств оказывают положительное влияние на изменение их желания заниматься регулярно физической культурой. Если на первом анкетировании из числа респондентов экспериментальной группы 18% выбрали первый вариант ответа («всегда»), 43% – второй («иногда») и 39% – третий («никогда»), соответственно респонденты контрольной группы сверстников – 21, 42 и 37%.

Литература:

1. Дворкин Л.С. Спортивно-ориентированная физическая подготовка детей и подростков: монография. – Краснодар: Экоинвест, 2018. – 458 с.

2. Ончукова Е.И. Влияние занятий каратэ на развитие координационных способностей детей 8 лет / Е.И. Ончукова, О.С. Трофимова, М.А. Маринович // Материалы международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы ФК и С в современных социально-экономических условиях» г. Чебоксары, 20 мая 2019 г. – С. 52-55.

3. Тагирова Н.П. Эффективность использования единоборств на уроках физической культуры / Н.П. Тагирова, Ш.Р. Зайнуллин, А.Н. Кудяшева, Р.Р. Валинуров и др. // Ученые записки университета Лесгафта. – 2016. – № 5 (135). – С. 214-218.

СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИКИ КОМПЛЕКСНЫХ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ

А.В. Соловьева

Научный руководитель доцент Е.И. Ончукова

Аннотация. В работе рассматривается возможность использования комбинированных танцевальных занятий на основе джаз-модерна в занятиях с детьми дошкольного возраста.

Ключевые слова: джаз-модерн, дошкольники, танцы, двигательная активность.

В современном обществе дети становятся все более пассивными и замкнутыми, из года в год снижается уровень физической подготовки учащихся, вместе с тем СМИ активно возвращают мысль о необходимости быть модными и заниматься спортом [2]. В таких условиях необходимо предложить детям такие занятия, которые выглядели бы в их глазах достаточно современными и вместе с тем избавили бы их от недостатка физической активности [3].

Комбинированные танцы (джаз-модерн) – одно из популярных в последнее время направлений в сетке программ детского фитнеса. Прежде всего, это связано с высоким уровнем эмоциональности во время тренировки, что очень нравится детям, формируя потребность в регулярной двигательной деятельности. Однако недостаточно изучена структура занятий джаз-модерном, а также возможности его влияния на всестороннее развитие детей дошкольного возраста [1].

Программа занятий джаз-модерном является симбиозом программ классического, джазового, современного танцев, а также использует приемы развития гибкости и силы мышц, применяемые при обучении художественной гимнастике, представляя собой адаптированную версию, дополненную личным опытом составителя, дабы в полной мере реализовать поставленные цели и задачи.

Занятия джаз-модерном развивают музыкальность и чувство ритма, учат ориентироваться в пространстве и двигаться согласовано. Движения в джаз-модерне направлены на развитие и укрепление основных мышечных групп ребенка, развивают подвижность позвоночника и суставов, способствуют повышению гибкости. Это отличный способ с детства заложить основы хорошего физического развития, а также развить координацию и улучшить работу вестибулярного аппарата.

Методические особенности занятий с детьми по направлению джаз-модерн предусматривают: стретчинг – разминку, работу у балетного станка, освоение техники правильного дыхания, развитие импровизационных способностей, освоение техник полицентрии, полиритмии, изоляции, контракция-релизом, коллапсом.

Литература:

1. Соловьева А.В. Организация занятий танцевальной аэробикой с детьми старшего дошкольного возраста / А.В. Соловьева, Е.И. Ончукова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – С. 187.
2. Сударь В.В. Обоснование методики физического воспитания детей при адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2004.
3. Трофимова О.С. Роль фитнес-технологий в физическом воспитании дошкольников в контексте подготовки бакалавров профиля физкультурно-оздоровительные технологии / О.С. Трофимова, Н.И. Дворкина // Современные проблемы физического воспитания подрастающего поколения: перспективы и пути решения. – 2017. – С. 129-132.

ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ИНТЕРВАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ

Д.Ю. Степаненко

Научный руководитель профессор Л.С. Дворкин

Аннотация. Мальчики экспериментальной группы в течение шести месяцев на уроках физической культуры выполняли упражнения ритмической гимнастики, а в контрольной группе их сверстники занимались физической культурой по традиционной программе. Все упражнения в интервальной тренировке школьники экспериментальной группы выполняли не менее 20-25 повторений в одном подходе. Это привело к повышению исходного уровня показателей физической подготовленности и физического развития.

Ключевые слова: интервальная тренировка, мальчики, тотальные размеры тела и сила мышц.

Актуальность. Интервальная тренировка – это молодой вид физической активности, который, однако, занимает одну из лидирующих позиций не только среди любителей фитнеса, но и среди профессиональных атлетов (пауэрлифтеров и бодибилдеров) [1]. Любители спорта используют интервальный метод в качестве активной жиросжигательной программы, которая помогает избавиться от лишних килограммов и подчеркнуть рельефность [2, 3]. Актуальность работы заключается в том, чтобы показать возможность применения интервальной тренировки в процессе физической подготовки школьников, в частности средних классов.

Цель исследования. Выявить особенности влияния интервальной тренировки на физическое состояние школьников средних классов.

Методика исследования. Из числа школьников 5 класса были сформированы экспериментальная группа (12 мальчиков) и контрольная группа (12 мальчиков). Педагогический эксперимент заключался в следующем. Мальчики экспериментальной группы в течение 6 месяцев на уроках физической культуры выполняли упражнения ритмической гимнастики, а в контрольной группе их сверстники занимались физической культурой по традиционной программе. Все упражнения в интервальной тренировке школьники экспериментальной группы выполняли не менее 20-25 повторений в одном подходе.

Результаты исследования. Во всех случаях у мальчиков за шесть месяцев была зафиксирована достаточно заметная тенденция прироста всех тотальных размеров тела, которые в экспериментальной и контрольной группе отличались: соответственно в длине тела – 1,98 и 1,72%, весе тела – 2,25 и 3,8% и ОГК – 2,6 и 0,3%. Экспериментальные занятия привели к более выраженному приросту силы мышц у школьников экспериментальной группы по отношению к контрольной группе. Если в первом случае относительный показатель прироста силы мышц кисти составил 25,9%, то во втором – 2,1%, если относительный показатель прироста становой силы у школьников экспериментальной группы составил 14,2%, то у их сверстников 3,4%. Относительный показатель различий в ЧСС между исходной ЧСС и после завершения функциональной пробы с 20 приседаниями за 30 с через шесть месяцев составил у школьников экспериментальной группы – 36,5%, а у их сверстников из контрольной группы – 4,0%.

Выводы. Разработка методики интервальной тренировки для школьников средних классов позволила, во-первых, адаптировать их организм к разным типам нагрузок, эффективно использовать ресурсы мышечной массы и, во-вторых, повысить уровень физической подготовленности и физического развития.

Литература:

1. Дворкина Н.И. Теоретические основы физкультурно-оздоровительной деятельности: учебное пособие / Н.И. Дворкина, Е.И. Ончукова; Краснодарский гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья. – Краснодар, 2018. – 174 с.
2. Дюшко О.И. Влияние занятий атлетической гимнастикой на физическое состояние школьников 15-16 лет, проживающих на Крайнем Севере / О.И. Дюшко, Л.С. Дворкин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 4 (170). – С. 91-95.
3. Череди́на Т.В. Методика развития силовых способностей у футболисток 15-16 лет на основе памп-тренинга / Т.В. Череди́на, Н.И. Романенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 10 (164). – С. 340-343.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЗАНЯТИЙ ZUMBA НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ

А.Е. Стомба

Научный руководитель профессор Н.И. Дворкина

Аннотация. В течение четырех месяцев исследовались 14 девочек и 10 мальчиков экспериментальной группы и 13 девочек и 10 мальчиков контрольной группы. Для экспериментальной группы были запланированы в неделю два занятия по программе Zumba и одно занятие ОФП, а в контрольной группе только ОФП. В итоге было установлено, что занятия по программе Zumba в течение 4 месяцев достаточно, чтобы достоверно улучшить уровень функционирования дыхательной системы и физической подготовленности мальчиков и девочек 7 класса на более высоком уровне по отношению к своим сверстникам из контрольной группы.

Ключевые слов: мальчики, девочки, дыхательная система, физическая подготовленность, Zumba.

Актуальность. Zumba – это не просто танец, это отличная кардиотренировка, которая создана для желающих похудеть, моделировать тело или просто поддерживать форму. Создатели Zumba прекрасно понимали, какой интерес она может вызвать у детей, поэтому специально для них разработали отдельное направление – Zumba kids. В нем они учли все особенности детского поведения, привычки, интересы и, конечно же, физические возможности [1, 2]. Zumba – это способ оставаться в отличной физической форме и при этом заряжаться позитивным настроем на жизнь, находясь на гребне мощной волны положительной энергии. Нет никаких противопоказаний для занятий Zumba в школьном возрасте. В то же время использование Zumba на уроках физической культуры еще не стало доступным в общеобразовательных школах [3]. Отсюда следует, что актуальность данных исследований заключается в том, чтобы оценить эффективность использования занятий Zumba в процессе урока по физической культуре школьников средних классов для улучшения их физической и функциональной подготовленности и интереса к таким занятиям.

Цель исследования. Выявить эффективность влияния занятий Zumba на физическую и функциональную подготовленность школьников средних классов.

Методика исследования. Исследование осуществлялось на базе школы № 2 г. Краснодара. Для участия в эксперименте были отобраны желающие школьники восьмых классов (мальчики и девочки), из которых были созданы две группы – экспериментальная (14 девочек и 10 мальчиков) и контрольная (13 девочек и 10 мальчиков). Для экспериментальной группы были запланированы в неделю два занятия по программе Zumba и одно занятие по ОФП. В контрольной группе школьники занимались по традиционной программе, в которой были только занятия по волейболу и ОФП. Продолжительность педагогического эксперимента составила шесть месяцев. Для оценки результатов исследования были использованы тесты по физической и функциональной подготовленности.

Результаты исследования. Мальчики экспериментальной группы на первом испытании при выполнении пробы Штанге показали результат, равный $37,2 \pm 1,3$ с, а через 4 месяца – $48,9 \pm 1,5$ с ($P < 0,001$), соответственно их сверстники из контрольной группы – $38,3 \pm 1,6$ и $40,5 \pm 1,7$ с ($P > 0,05$). В пробе Генчи на первом испытании школьники экспериментальной группы показали результат, равный $26,3 \pm 1,2$ с, а через 6 месяцев – $31,2 \pm 1,3$ с ($P < 0,05$), соответственно их сверстники из контрольной группы – $25,5 \pm 1,1$ с и $26,7 \pm 1,5$ с ($P > 0,05$). Девочки экспериментальной группы через 6 месяцев улучшили свои исходные результаты в пробе Штанге с $38,7 \pm 1,1$ до $49,4 \pm 1,8$ с ($P < 0,001$), а их сверстницы из контрольной группы – с $37,2 \pm 1,2$ до $38,1 \pm 1,2$ с ($P > 0,05$), а при выполнении пробы Генчи

соответственно с $27,5 \pm 0,8$ до $34,3 \pm 1,3$ с ($P < 0,01$), а их сверстницы из контрольной группы – с $28,2 \pm 0,9$ до $31,3 \pm 1,4$ с ($P > 0,05$). В беге на 30 м мальчики экспериментальной группы за 6 месяцев улучшили свои исходные результаты в беге на с $5,1 \pm 0,1$ с до $4,6 \pm 0,08$ с ($P < 0,05$), а их сверстники с $5,2 \pm 0,08$ до $5,1 \pm 0,09$ при ($P > 0,05$); соответственно девочки с $5,35 \pm 0,08$ до $5,1 \pm 0,06$, а их сверстницы из контрольной группы с $5,3 \pm 0,07$ до $5,2 \pm 0,07$ с ($P > 0,05$).

Выводы. Занятия по программе Zumba в течение шести месяцев позволили достоверно улучшить уровень функционирования дыхательной системы и физической подготовленности мальчиков и девочек 7 класса на более высоком уровне по отношению к сверстникам из контрольной группы.

Литература:

1. Буланая М.И. Zumba kind junior как средство психофизического воспитания подростков / М.И. Буланая, О.С. Трофимова // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО (февраль - март 2017г.). – Краснодар: КГУФКСТ. – Часть 2. – С. 104-105.
2. Дворкин Л.С. Спортивно-ориентированная физическая подготовка детей и подростков: монография. – Краснодар: Экоинвест, 2018. – 458 с
3. Трофимова О.С. Организация и содержание физкультурно-оздоровительных занятий старшеклассников, имеющих вредные привычки / О.С. Трофимова, В.В. Фоменко, М.А. Маринович // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2019. – № 33. – С. 80-83.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКОЙ НА ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ДЕВУШЕК 16-17 ЛЕТ

А.Б. Токавов

Научный руководитель доцент В.В. Сударь

Аннотация. Результаты проведенных исследований свидетельствуют о возможности применения в рамках школьного физического воспитания дополнительных занятий оздоровительной аэробикой со старшеклассницами для улучшения показателей их физической работоспособности.

Ключевые слова: оздоровительная аэробика, физическая работоспособность, девушки старшего школьного возраста.

Наряду с положительными факторами новые программы среднего полного общего образования, сдача ЕГЭ привели к некоторому увеличению нервно-психического напряжения у учащихся старших классов общеобразовательных школ, уменьшению объема их двигательной активности. Такое положение отрицательно сказывается как на физическом и психическом состоянии человека, так и на умственной и физической работоспособности старшеклассников. По мнению ряда современных ученых, восполнить недостаток двигательной активности у девушек старшего школьного возраста, снять психоэмоциональное напряжение могут занятия фитнесом, в частности оздоровительной аэробикой в системе физического воспитания образовательного учреждения [1, 2].

Цель исследования: теоретически и практически обосновать эффективность влияния занятий оздоровительной аэробикой на показатели физической работоспособности девушек старшего школьного возраста.

Для осуществления указанной цели были поставлены следующие задачи: во-первых, теоретически обосновать использование средств оздоровительной аэробики в процессе физического воспитания девушек 16-17 лет; во-вторых, исследовать показатели физической работоспособности у девушек старшего школьного возраста; в-третьих, в рамках педагогического эксперимента определить влияние занятий аэробикой на показатели физической работоспособности девушек 16-17 лет.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, метод функциональных проб, метод индексов, педагогический эксперимент, методы математико-статистической обработки данных эксперимента.

По окончании педагогического эксперимента выяснилось, что занятия аэробикой достоверно ($p < 0,05$) улучшили показатели физической работоспособности девушек 16-17 лет по результатам оценки Гарвардского степ-теста на 5,4%, функциональной пробы Руфье на 20,1%, функциональной пробы по Квергу на 6,3%.

Литература:

1. Кузьмина В.А. Методика повышения физической подготовленности девушек 16-17 лет на основе средств фитнеса / В.А. Кузьмина, Н.И. Романенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 9. – С. 177-181.
2. Клименко Т.М. Физическое воспитание девушек 10-11 классов с использованием средств аэробики / Т.М. Клименко, Н.И. Романенко // Тезисы докладов XXXVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – Краснодар: КГУФКСТ, 2009. – С. 53-54.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ УЧИТЕЛЕЙ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

Н.Ф. Тронева

Научный руководитель профессор В.И. Осик

Аннотация. В работе представлены результаты исследования состояния здоровья женщин – учителей общеобразовательной школы и их отношение к здоровьесберегающей личностно ориентированной двигательной активности.

Ключевые слов: здоровье, двигательная активность, факторы риска, личностная физическая культура.

Актуальность. Исследования многих авторов показали низкую двигательную активность россиян, что приводит к нарушению обмена веществ в организме человека и развитию неинфекционных заболеваний [1, 3]. Исходя из этого перед ФК и спортом в РФ ставится задача улучшения здоровья и долголетия россиян путем формирования личностной и социальной мотивации, систематических (не менее 180-200 мин в неделю) занятий физическими упражнениями [2].

Цель исследования. Изучить компетентность учителей-женщин общеобразовательной школы в вопросах выполнения рекомендаций ВОЗ по контролю за своим здоровьем и его улучшением.

Методика исследования. Определение осведомленности женщин о состоянии психофизического здоровья, основных показателях обмена веществ двигательной активности осуществлялось методом анонимного анкетирования.

Результаты исследования. Анализ полученных результатов, характеризующих компетентность женщин о состоянии обмена веществ и наличии у них эндогенных факторов риска показал, что из 50 опрошенных 19% страдают ожирением 1 и 2 ст., 41% имеют избыточный массу тела за счет жировой ткани и у 40% респондентов индекс массы тела соответствует нормативам. Артериальное кровяное давление знают и мониторят 70% педагогов, и только каждая вторая женщина контролирует свой уровень глюкозы и холестерина в крови. Самостоятельно занимаются физическими упражнениями (60 минут в день, не менее 3 раз в неделю) 20% учителей, а пробежать трусцой 4 км без остановки и чувства дискомфорта могут только 19% опрошенных.

Заключение. На основании полученных данных можно резюмировать, что проблемой сохранения и улучшения здоровья учителей как личностного и профессионального ресурса является недостаточное понимание роли двигательной активности и выполнения рекомендации ЗОЖ. Данное обстоятельство требует включения в содержание учебных программ на курсах повышения квалификации педагогов разделов и тем, раскрывающих методологию и методики физкультурно-оздоровительной деятельности.

Литература:

1. Дворкина Н.И. Проблемы здорового образа жизни подрастающего поколения и некоторые пути их решения / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова, В.В. Роговая // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ, г. Краснодар, 2019. – Т.48. – С. 179-180.
2. Осик В.И. Анализ результатов самообследования состояния здоровья учителей общеобразовательных школ г. Краснодара и края по учебным предметам «Физическая культура» и «Основы безопасности жизнедеятельности» / В.И. Осик, Е.И. Ончукова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2016. – №4. – С. 67-73.
3. Осик В.И. Отношение учителей физической культуры Краснодарского края к Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу ГТО (ВФСК ГТО) / В.И. Осик, О.С. Трофимова, В.А. Гуляева // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 2. – С. 9-14.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

В.В. Фоменко

Научный руководитель доцент О.С. Трофимова

Аннотация. В работе представлены организационно-методические условия физкультурно-оздоровительной работы в ДОО, реализация которых обеспечит воспитание здорового подрастающего поколения.

Ключевые слова: ДОО, физическое воспитание, дошкольники, физкультурно-оздоровительная работа.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО) одним из основных направлений деятельности современных дошкольных образовательных организаций является проведение физкультурно-оздоровительной работы, в том числе развитие, сохранение и укрепление физического и психического здоровья ребенка [2, 3]. Немаловажную роль в эффективности образовательного процесса играет руководитель образовательной организации.

В условиях современного общества проблема здоровья детей приобретает масштабный характер. Особенно эта проблема актуальна для дошкольников, поскольку именно этот возрастной период является важным для формирования основных физических способностей и свойств личности [1].

В связи с этим актуально значимым становится поиск средств и методов повышения физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных организациях.

По нашему мнению, при реализации ФГОС ДО среди организационно-методических условий физкультурно-оздоровительной работы следует выделить: обеспечение руководителем благоприятной среды для реализации физкультурно-оздоровительной работы в ДОО, включая материально-техническое, кадровое, финансовое обеспечение; создание атмосферы позитивного отношения сотрудников ДОО к физкультурно-оздоровительной работе; своевременное обеспечение повышения профессиональной подготовки работников ДОО; внедрение современных физкультурно-оздоровительных технологий в программу физического воспитания; своевременную организацию и проведение спортивно-оздоровительного мониторинга в условиях ДОО; организацию работы с родителями воспитанников в форме проведения родительских собраний, индивидуальных бесед; осуществление комплексной оценки эффективности физкультурно-оздоровительной работы ДОО.

Литература:

1. Дворкина Н.И. Интегрированное развитие физических способностей и мышления детей подготовительной к школе группы в условиях игровой деятельности / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2010. – № 4. – С. 20-22.

2. Ончукова Е.И. Содержание работы по повышению двигательной активности детей раннего возраста с использованием элементов детского фитнеса в условиях ДОУ / Е.И. Ончукова, О.С. Трофимова // Материалы IX Всерос. научно-практ. конф. с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». – Краснодар, 2019. – С. 243-244.

3. Сударь В.В. Физкультурно-оздоровительные технологии при адаптации детей 2-3 лет к условиям дошкольного образовательного учреждения / В.В. Сударь // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2019. – Т.48. – С. 223-224.

МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ПЛАВАНИЕМ С ДЕТЬМИ ГРУДНОГО ВОЗРАСТА

У.Р. Хабиева

Научный руководитель доцент В.В. Сударь

Аннотация. Результаты проведенных исследований свидетельствуют о возможности применения апробированной методики занятий оздоровительным плаванием с детьми грудного дошкольного возраста для улучшения отдельных показателей их физического здоровья.

Ключевые слова: дети грудного возраста, оздоровительное плавание.

Необходимость овладения движениями своего тела выступает для ребенка в качестве самостоятельной задачи уже с первых дней существования. По мнению Горбуновой Е.И., Халчевской А.А. (2004), ребенок рождается уже готовым двигаться и ему нужно создавать условия для применения своих способностей [1]. Занятия плаванием в раннем возрасте благоприятствуют этому, они являются одним из самых эффективных средств морфофункционального развития детей, начиная уже с первых месяцев их жизни [2, 3].

Цель исследования: теоретически и практически обосновать методику занятий оздоровительным плаванием с детьми грудного возраста.

Для решения поставленной цели были сформулированы следующие задачи:

- выявить оздоровительный эффект занятий плаванием в процессе физического воспитания детей в грудном возрасте;
- разработать методику занятий плаванием с детьми грудного возраста;
- определить влияние занятий плаванием на показатели здоровья детей.

Основные используемые в исследовании методы: анализ литературы, методы математико-статистической обработки данных, педагогический эксперимент.

В грудном возрасте закладывается фундамент двигательной функции, которая влияет на особенности психомоторного развития ребенка в процессе онтогенеза. Основными задачами освоения элементов оздоровительного плавания до одного года являются: обучение ребенка в течение первых девяти-десяти месяцев жизни самостоятельно держаться на поверхности воды не менее десяти минут, совершая при этом любые движения; нырять на глубину, доставая со дна предметы; плавать под водой, задерживая дыхание на шесть-десять секунд и более.

Литература:

1. Горбунова Е.И. Перспективы психофизиологических исследований детей раннего и первого детства / Е.И. Горбунова, А.А. Халчевская // Тезисы докладов XXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа, посвященной 35-летию Кубанского гос. ун-та физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2004. – С. 34-35
2. Погудин С.С. Использование врожденных рефлексов при обучении плаванию детей грудного возраста / С.С. Погудин, А.Б. Юшин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2009. – №1. – 51 с.
3. Тарасова П.А. Анализ методик начального обучения плаванию детей грудного и младшего дошкольного возраста // Наука и образование: V Всероссийский фестиваль науки. Сер. «Актуальные проблемы педагогики и психологии. Физическая культура и спорт». – 2015. – С. 179-184.

ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА

М.В. Харитонова

Научный руководитель доцент О.Г. Лызарь

Аннотация. В работе представлены современные тенденции и пути формирования физической культуры и здорового образа жизни школьников в условиях современного образовательного пространства.

Ключевые слова: школьники, физическая культура, здоровый образ жизни, современное образовательное пространство.

Школьная физическая культура является фундаментальной основой для формирования таких личностных качеств, как трудолюбие, позитивная активность, ориентация на успешное выполнение образовательной деятельности, способность преодолевать трудности обучения. Использование комплекса средств физической культуры позволяет направлять энергию школьников в конструктивное русло. В современных условиях этот школьный предмет становится все более важным в формировании у обучающихся позитивной ориентации на ведение здорового образа жизни, что для нынешнего поколения молодежи России жизненно необходимо [2]. Занятия физической культурой в школе позволяют повышать дисциплинированность, совершенствовать навыки самоконтроля и умения ценить свое время, рационально планировать мероприятия и действия в течение дня, что немаловажно для успешного человека, поэтому в структуре общего среднего образования предмет физическая культура по праву должен занимать одно из центральных, ведущих мест [1].

Формирование ценности здоровья и здорового образа жизни становится обязательным компонентом современного образовательного пространства, требующим рациональной организации всей жизни образовательного учреждения, создания благоприятного психологического климата, обеспечения рациональной, здоровьесформирующей организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы и конечно рационального питания [3].

Одним из важнейших компонентов решения рассматриваемой проблемы является необходимость научить обучающихся осознанно использовать такие поступки и применять стили поведения, которые помогут сохранить и повысить резервы здоровья; сформировать представление о рациональной организации режима учебы и отдыха, двигательной активности; разобраться в масштабном информационном потоке, формирующем представления о рациональном питании, полезных и не безопасных продуктах.

Одним из путей решения рассматриваемой проблемы является активное участие школьников в создаваемых в настоящее время школьных спортивных лигах, позволяющих расширять условия современного образовательного пространства на фоне популяризации массового школьного спорта и формирования здорового образа жизни.

Таким образом, приоритетность использования физической культуры в формировании личности обучающихся, в совершенствовании физической подготовленности, укреплении здоровья и профилактике заболеваний школьников в условиях современного образовательного пространства не вызывает сомнения.

Литература:

1. Безруких М.М. Методические рекомендации: здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе / М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. – 2007. – 43 с.
2. Дворкина Н.И. Проблемы здорового образа жизни подрастающего поколения и некоторые пути их решения / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова, В.В. Роговая // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2019. –Т.48. – С. 179-180.
3. Здоровьесберегающее образование: Современные факторы развития: монография / под ред. Н.И. Дворкиной, О.Г. Лызаря. – Самара: ООО «Офорт», 2016. – 205 с.

СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИКИ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛИСТОВ 13-15 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ФИТНЕСА

А.С. Хвостова

Научный руководитель доцент Е.И. Ончукова

Аннотация. В работе представлено содержание методики, направленной на повышение физической подготовленности подростков-баскетболистов на основе применения фитнес-программ.

Ключевые слова: подростки-баскетболисты, физическая подготовленность, фитнес, плиометрическая тренировка.

Баскетбол является одной из популярных командных игр в подростковом возрасте. Именно в этот период многие подростки решают для себя избрать его как основной вид двигательной активности и охотно начинают посещать секции по баскетболу. Однако достаточно часто возникает отторжение от занятий из-за академичности тренировочного процесса. На современном этапе данная проблема может решаться при помощи включения в тренировочный процесс элементов фитнес-программ [2]. При отборе средств фитнеса для формирования методики занятий учитывали основные показатели физической подготовленности баскетболистов 13-15 лет. Также изучали требования к освоению специальных навыков [1].

Уровень взрывной способности верхней и нижней частей тела юных баскетболистов может быть улучшен с помощью комбинированной методики функциональной плиометрии и тренировки сопротивления. Повышение уровня силы обычно рассматривается как наиболее важное качество в баскетболе. С другой стороны, учитывая специфический характер выбранных упражнений, их включение в силовые тренировки является основополагающим для юных баскетболистов. Правильно разработанный и грамотно контролируемый, этот вид тренировки не несет дополнительной нагрузки на развитие скелетной мускулатуры подростков. А предложенное в литературе использование как функциональной, так и плиометрической нагрузки в одной тренировке является адекватной стратегией организации тренировочного процесса, оказывая большое положительное влияние на практику спортивно-оздоровительной подготовки мальчиков-баскетболистов 13-15 лет.

Регулярное применение плиометрических упражнений в тренировочном процессе увеличивает силовые показатели, улучшает технику выполнения упражнений и возможность выполнять движения в более быстром темпе, что в свою очередь приведет к развитию силовой выносливости, что является важным параметром в подготовке баскетболистов.

Литература:

1. Белобородова А.Н. Особенности влияния рекреационных занятий баскетболом на школьников-подростков / А.Н. Белобородова, Е.И. Ончукова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – С. 159-160.
2. Трофимова О.С. Формирование физических способностей детей младшего школьного возраста на основе средств фитнеса / О.С. Трофимова, В.В. Фоменко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – № 1. – С. 204-205.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВОСТОЧНЫХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СИСТЕМ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ С ЖЕНЩИНАМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

Г. Шапошников

Научный руководитель доцент О.С. Трофимова

Аннотация. В работе рассматривается проблема сохранения здоровья и увеличения продолжительности жизни женщин пожилого возраста средствами восточных оздоровительных систем.

Ключевые слова: женщины пожилого возраста, восточные оздоровительные системы, здоровье.

Внедрение физической культуры в образ жизни людей пожилого возраста на сегодняшний день имеет важное социальное значение. Одним из важнейших вариантов решения вопросов сохранения здоровья и долголетия считается регулярное выполнение рационально спланированной по направленности и применяемым средствам физической работы [2].

В научно-методической литературе достаточно подробно раскрываются вопросы организации и проведения оздоровительных занятий с различными возрастными категориями населения, от дошкольников до людей зрелого возраста. Исключение составляют люди пожилого возраста, где особенности проведения оздоровительных занятий только обозначены. Особое место занимают женщины пожилого возраста, которые в нашей стране по ряду социально-экономических условий должны быть востребованными до глубокой старости, располагая при этом меньшими ресурсами и предоставляемыми обществом благами, по сравнению с другими категориями населения [3].

В современном мире ученых все больше привлекают многообразные направления фитнес-программ. В данном возрастном периоде весьма важным является комплексно воздействовать на все аспекты личности – физический, психический и социальный. По мнению Л.С. Дворкина с соавт. (2016), для лиц пожилого возраста более рациональным представляется использование таких направлений, как фитнес-йога, Пилатес, цигун, стретчинг, пор де бра и др. Они оказывают более щадящее воздействие на организм занимающихся, а использование восточных оздоровительных систем, имеющих многовековую историю, вполне оправданно [1].

В итоге можно сделать выводы, что применение восточных оздоровительных систем в качестве средства оздоровления женщин пожилого возраста является весьма эффективным и положительным. В этой связи особое внимание следует уделять средствам физической культуры из восточных оздоровительных систем, которые являются наиболее адекватными и эффективными для женщин пожилого возраста.

Литература:

1. Дворкин Л.С. Влияние занятий хатха-йогой на функциональное и физическое состояние пожилых людей / Л.С. Дворкин, Е.И. Ончукова, М.В. Одегнал // Культура физическая и здоровье. – 2016. – № 5(60). – С. 64-70.
2. Дворкина Н.И. Особенности применения аквааэробики на оздоровительных занятиях с женщинами пожилого возраста / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова, М.А. Маринович // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ, г. Краснодар, 2019. – Т.48. – С. 181-183.
3. Ончукова Е.И. Использование системы цигун на занятиях с женщинами пожилого возраста / Е.И. Ончукова, М.А. Маринович, Я.А. Никитина // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2019. – № 33. – С. 48-51.

ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ЖЕНЩИН 20-35 ЛЕТ С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА

Е.Д. Юркина

Научный руководитель доцент Н.И. Романенко

Аннотация. В работе рассмотрены особенности занятий функциональным тренингом с женщинами 20-35 лет на основе аэробных и силовых упражнений, направленных на уменьшение избыточной массы тела, на нормализацию функций жизненно важных систем, восстановление адаптационных возможностей организма.

Ключевые слова: функциональный тренинг, избыточная масса тела, женщины 20-35 лет.

В России в среднем около 25% трудоспособного населения имеет избыточную массу тела и около 30% страдают ожирением. К основным причинам набора лишнего веса относится генетическая предрасположенность, эндокринные нарушения, гиподинамия и психоэмоциональные факторы. Установлено, что в связи с различиями в гормональной системе, женщины более предрасположены к набору лишнего веса и к вытекающим из этого фактора заболеваниям. Снижение веса тела необходимо начинать с коррекции пищевого поведения и адекватной физической нагрузки [1].

Однако проблема заключается в быстрой адаптации к однотипным физическим упражнениям и как следствие к снижению мотивации к регулярным занятиям. В связи с этим актуален поиск эффективных средств и методов коррекции избыточной массы тела. Инновационным направлением системы фитнес является функциональный тренинг, направленный на проработку поверхностных и глубоких мышц, коррекцию пропорций тела и совершенствование работы жизненно важных систем организма [3].

Для женщин первого периода зрелого возраста с излишней массой тела характерен функциональный тренинг аэробной и силовой направленности с использованием веса собственного тела и отягощения 20-30% от 1ПМ [2].

Особенностью выполнения упражнений в функциональном тренинге является прогрессия от простого к сложному: сначала разучиваются двигательные действия по отдельности, а затем слитно выполняются одно за другим с постепенно увеличивающейся амплитудой движения. Занимающиеся в основном имеют неравномерное развитие мышц, поэтому тело становится ассиметричным и в результате закрепляются неправильные схемы движений, а функциональные упражнения напротив вовлекают в работу постуральные мышцы, восстанавливая правильную структуру движения. Выполняя такого рода упражнения, женщины сохраняют высокую степень мотивации к регулярным занятиям.

Литература:

1. Лызарь О.Г. Совершенствование технологии формирования здоровья населения в условиях фитнес-клуба / О.Г. Лызарь, Т.В. Дорошенко // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2016. – №28. – С. 117-122.
2. Романенко Н.И. Влияние функциональной тренировки на физическую подготовленность женщин 40-50 лет / Н.И. Романенко, А.Н. Кудяшева, Л.И. Борисова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 9 (175). – С. 253-256.
3. Сударь В.В. Современные технологии физического воспитания и спорта в практике деятельности физкультурно-спортивных организаций // Сб. Всероссийской научно-практической конференции. – 2019. – С. 149-152.

ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

УДК: 796.011.1

ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА СОЦИАЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ

М.А. Батракова

Научный руководитель доцент Т.А. Андреев

Аннотация. В работе рассматривается влияние физической культуры и спорта на успеваемость, уровень вовлеченности в социальную и научно-исследовательскую деятельность студентов.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическая готовность, студенты.

Актуальность. Одной из важных задач образовательно-воспитательного процесса при получении высшего образования является развитие личностных качеств студенческого сообщества. В связи с этим учебные заведения предлагают различные мероприятия для развития индивидуальных особенностей каждого учащегося, проводя научно-исследовательские конференции, соревнования по разным видам спорта и др.

Основными трудностями в процессе развития активности учащихся являются:

1. Наличие потребностей в высоком уровне физической готовности студентов, при низком уровне физического воспитания.

2. Целесообразность формирования личностных качеств во внеаудиторное время, при отсутствии необходимых методик и разработок [1].

Теоретико-методологические исследования показали, что «люди, обладающие оптимальным физическим развитием, длительное время вовлеченные в процесс подготовки, имеют более высокий уровень умственной работоспособности, нежели среднестатистический человек, не занимающийся спортом. Это проявляется в сравнительно высокой скорости мыслительных процессов, устойчивости внимания, в показателях зрительной и оперативной памяти» [2]. Также было выявлено, что студенты, занимающиеся спортом, на 23% чаще участвуют в жизни учебного заведения, на 25% социально активнее и их успеваемость выше в среднем на 20-30%.

Однако, как показывают результаты многочисленных исследований, воспитание физических качеств молодых людей проходит не так благополучно, как того требует растущий организм. Отсюда можно сделать вывод, что необходимо убрать этот недочет при помощи усиления физического воспитания в высших учебных заведениях.

Цель исследования: сравнить уровень социальной активности и физической готовности среди студентов, занимающихся и не занимающихся спортом.

Методы исследования: теоретический анализ литературных источников; опрос учащихся; анализ экспериментальных данных.

Результаты исследования. Исследование проводилось методом опроса, были опрошены группы студентов, которые профессионально занимаются каким-либо видом спорта, и те, кто не занимается спортом. В результате опроса и последующего статистического анализа было выявлено, что у учащихся занимающихся физической деятельностью, социальная активность на 24%, а также успеваемость на 29% выше, чем у тех, кто не проявляет достаточной физической активности.

Таким образом, можно сделать вывод, что студенты, занимающиеся различными видами спорта, более социально активны и имеют лучшую успеваемость, в сравнении с теми, кто не занимается спортом.

Литература:

1. Апциаури Л.Ш. Спорт как социальное явление и фактор социализации личности // Теория и практика физической культуры. – 2003. – №1. – 12 с.
2. Астахов Н.Э. Влияние физической культуры и спорта на работоспособность студента // Молодой ученый. – 2018. – №46. – С. 409-411.

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

М.О.Григорьева

Научный руководитель доцент Т.А. Андреевко

Аннотация. В работе рассматривается роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни.

Ключевые слова: образ жизни, физическая культура, здоровый образ жизни (ЗОЖ).

В настоящее время стремительный темп жизни негативно влияет на организм человека. Постоянные стрессы, недосыпы и неправильный образ жизни снижают иммунитет человека, приводят к появлению и развитию различных сердечно-сосудистых заболеваний, нарушению обмена веществ и проблемам с опорно-двигательной системой. Именно поэтому необходимо продемонстрировать важность роли физической культуры в формировании здорового образа жизни [3].

Не менее важна роль физической культуры и спорта как социального института. При поддержке государства проводится активная пропаганда здорового образа жизни, что позволяет рассматривать физическую активность и заинтересованность в спорте среди молодежи как важный критерий эффективности физической культуры в обществе [1, 2].

Методы исследования: теоретический анализ литературных источников, анализ статистических данных.

Результаты исследования. По данным Всемирной организации здравоохранения, здоровье на 50-55% зависит от образа жизни человека, на 20-24% от наследственности, на 21-23% от экологической ситуации в регионе и на 8% от работы национальной системы здравоохранения. Из этого можно сделать вывод, что здоровье человека во многом зависит от образа жизни человека. Физическая культура и спорт являются одними из основных компонентов ЗОЖ, проявляясь в утренних упражнениях, регулярных занятиях в различных спортивных секциях и т.п.

Таким образом, можно сделать вывод, что физическая культура и спорт являются важными компонентами в формировании здорового образа жизни, не менее значимыми, чем правильный режим сна, сбалансированное питание и исключение пагубных привычек.

Литература:

1. Задиран С.О. Спорт как средство популяризации здорового образа жизни молодежи // XX Всероссийская студенческая научно-практическая конференция Нижневартковского государственного университета: Сборник статей / Ответственный редактор А.В. Коричко, 2018. – С. 183-185.

2. Немова О.А. Повышение эффективности физического воспитания студентов средних профессиональных образовательных учреждений с использованием информационных технологий: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 Хабаровск, 2006. – 141 с.

3. Панарин С.А. Организационно-педагогические условия оптимизации деятельности детско-юношеских спортивных объединений в современной экономической ситуации: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 Елец, 2006. – 172 с.

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ

А.А. Истомина

Научный руководитель преподаватель Е.П. Павленко

Аннотация. В данной работе рассматриваются результаты опроса студентов, раскрывающие отношение молодых людей к обязательным занятиям физической культурой в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: студенты, спорт, физическая культура, высшее образование, отношение, университет.

Отношение студентов к физической культуре – чрезвычайно важный вопрос, актуальность которого в наше время очень высока. Вне зависимости от возраста, вида жизни, профессии, физиологическое развитие человека содержит огромную профилактическую значимость [1]. Физиологическое развитие немаловажно, также как и полезное питание, так как оно способно существенно повысить длительность вашей интенсивной нагрузки и существенно уменьшить угрозу болезней. Учащиеся вузов, которые ведут неподвижный образ жизни, характеризуются слабой мускулатурой, замедлением кровотока, а также застоем в организме, то что, бесспорно, отрицательно влияет на человека [2].

Методы исследования: теоретический анализ литературных источников, анализ статистических данных, анкетный опрос.

Результаты исследований. В ходе опроса было выделено несколько основных причин, почему студенты недовольны сложившейся ситуацией.

- подавляющее число опрошенных ссылаются на недостаточное оснащение физкультурных залов;
- неудобное расписание: после занятий недостаточно времени, чтобы принять душ (или отсутствие такового в раздевалках), переодеться, и в целом неприятные ощущения, так как после подобных занятий большинство идет не домой, а на следующие пары;
- отсутствие мест, где можно оставить спортивную форму, следовательно, банальное нежелание носить громоздкую форму помимо большого количества тетрадей и учебников в университет.

Такие, казалось бы, бытовые мелочи, существенно омрачают весь концепт занятий по физической культуре. Да, студенты отмечают необходимость и пользу занятий, но минусы и неудобство значительно перевешивают, и, соответственно, вызывают некоторое отрицательное отношение к физической культуре.

Литература:

1. Андреевко Т.А. Воспитание устойчивого интереса студентов к занятиям физическими упражнениями / Т.А. Андреевко, Е.Е. Лемякина // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма: материалы VIII всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Ответственный редактор Л.Г. Пашенко. – 2018. – С. 17-18.
2. Филимонова Е.Н. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов / Е.Н. Филимонова, Е.И. Коробейникова // Наука-2020. – 2019. – №6(31). – С. 6-14.

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ 12-13 ЛЕТ

Т.А. Лимачева

Научный руководитель старший преподаватель Л.И. Чуфарова

Аннотация. В данной работе описывается профилактика аддиктивного поведения подростков 12-13 лет, подверженных влиянию различных неблагоприятных факторов, посредством занятий физической культурой, включающей спортивные игры.

Ключевые слова: профилактика, аддиктивное поведение, подростки, физическая культура, спортивные игры.

Занятия физической культурой позволяют стать выносливее, сильнее духом, обрести хорошую физическую форму, а также развивают физические способности и повышают уровень физической подготовленности. Поэтому, чаще всего, именно физическая культура и спорт являются наилучшим способом работы с трудными подростками.

Под аддиктивным поведением понимается способность уйти от реальности посредством употребления алкоголя или психоактивных веществ. Подростки чаще всего склонны к проявлению данного вида девиации, так как в возрасте 12-13 лет каждый стремится попробовать алкоголь или психоактивные средства. Именно поэтому в учебных заведениях проводятся профилактические мероприятия, связанные с организацией и занятиями физической культурой и спортом, направленные на пропаганду здорового образа жизни [1].

Физическая культура, в т.ч. спортивные игры могут применяться для физического и психического развития детей в подростковом возрасте. Физическая культура в этом случае направлена на гармонизацию развития, а спортивные игры – как средство самореализации подростка [2].

Спортивные игры создают положительные изменения в динамике уровня физической подготовленности, а также меняют отношение подростков 12-13 лет к употреблению алкоголя и психоактивных веществ. Не стоит забывать, что во время участия в спортивных играх у подростков происходят положительные изменения в психоэмоциональном состоянии.

Таким образом, регулярные занятия и участие в спортивных играх для подростков – это путь к гармонизации российского общества в целом [3].

Литература:

1. Думов С.Б. Основные направления социально-педагогической и спортивно-оздоровительной деятельности по профилактике девиантного поведения несовершеннолетних / С.Б. Думов, И.Ф. Нагайцева, В.В. Стешенко, А.С. Думов // Проблемы современного педагогического образования. – 2017. – №55-8. – С. 181-188.

2. Полунина Н.В. Состояние здоровья детей в современной России и способы его улучшения / Н.В. Полунина // Вестник Росздравнадзора. – 2013. – №5. – С. 17-24.

3. Садовников Е.С. Здоровый образ жизни молодежи: механизм мыследеятельности в системе заботы о себе / Е.С. Садовников, В.Н. Гуляихин, Е.О. Андрющенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – №5. – С. 154-159.

ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА г. ВОЛГОГРАДА

М.В. Макарова

Научный руководитель Е.В. Хомутова

Аннотация. Данная работа посвящена формированию двигательных способностей дошкольников. Формирование двигательных навыков зависит от уровня развития двигательных способностей, посредством целенаправленных занятий.

Ключевые слова: развитие, формирование, навыки, дошкольники, силовые способности, физические упражнения.

По мере того как происходит освоение двигательных навыков, детьми дошкольного возраста решаются задачи развития двигательных способностей. Формирование физических способностей способствует расширению функциональных возможностей детского организма.

При целенаправленной и систематической организации занятий физическими упражнениями и правильном применении методики, у детей дошкольного возраста появляется достаточный уровень показателей развития координационных способностей.

Развитие психофизических качеств протекает под влиянием регулярных и систематических упражнений, различных движений как на намеренно организованных занятиях физической культурой, так и в повседневной жизни ребенка. Посредством упражнений можно оказывать влияние на всевозможные качества, понемногу увеличивая при этом стремительность и плотность движений, число воспроизведения движений и др. Немаловажно с момента рождения ребенка задействовать весь мышечный аппарат и соответствующие ему центральные образования, для того чтобы можно было тренировать все естественные качества организма.

Воспитание двигательных способностей у дошкольников подчинено задачам гармоничного развития и укрепления ОДА, формированию правильной осанки, усвоения базовых движений.

С возрастом у малыша увеличивается объем двигательных умений, но важно при этом формировать способность быстро овладевать новыми движениями, что дает возможность самостоятельно осваивать программный уровень, проявлять инициативу в деятельности, созидательно принимать участие в различных играх, уметь их организовывать.

Литература:

1. Родин Ю.И. Развитие двигательных способностей старших дошкольников [Текст]: учебное пособие / Ю.И. Родин, В.П. Аксенов. – М.: Тула, 1999. – 120 с.
2. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду [Текст]: пособие для студентов / М.А.Рунова. – М.: изд. «Мозаика-Синтез, 2004. – 14 с.
3. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания [Текст]: учеб. пособие для студентов ВПО / Э.Я. Степаненкова. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2006. – 89 с.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СТУДЕНТОВ С ВЕГЕТОСОСУДИСТОЙ ДИСТОНИЕЙ

Е.В. Макеева

Научный руководитель доцент И.Ф. Нагайцева

Аннотация. В работе рассмотрены особенности организации занятий по физической культуре студентов с вегетососудистой дистонией.

Ключевые слова: вегетососудистая дистония, физическая культура, занятия по физической культуре, спорт, физическая культура в вузе.

Вегето-сосудистая дистония (ВСД) часто проявляется учащенным сердцебиением и перепадами температуры тела [2]. Симптоматика может быть постоянной или редкой, в зависимости от тяжести заболевания. По медицинским данным, перманентное проявление симптомов ВСД свойственно (как правило) людям с генетически неустойчивой нервной системой. Кризы (приступы ВСД, панические атаки, фобии) происходят довольно часто, и они, как правило, постоянно сопутствуют заболеванию. В медицинском мире вегетососудистая дистония рассматривается как следствие различных нарушений в организме. Обычно причины, провоцирующие ВСД, – это переутомление, стрессы и сигнал о том, что организму необходима врачебная помощь.

Физическая культура при ВСД, если правильно подобраны и внедрены упражнения, в том числе из лечебной физической культуры, оказывает нормализующее влияние на сосудистую систему, способствуя заметному снижению тонуса сосудов при различных, достаточно ярко выраженных, спастических реакциях у больных. У больных вегетососудистой дистонией впоследствии нормализуются показатели венозного давления, увеличивается скорость кровотока и в коронарных, и в периферических сосудах. Из пользы следует отметить то, что под влиянием дозированных и грамотно подобранных физических упражнений закономерно нормализуются показатели липидного обмена, а также коагулирующая активность крови. Развиваются компенсаторно-приспособительные реакции, также существенно повышается адаптация организма к окружающей среде и самым разнообразным внешним раздражителям [3].

Количество и интенсивность упражнений полностью зависят от физической подготовки и состояния сердечно-сосудистой системы, которое определяется при проведении пробных занятий с небольшой нагрузкой на организм [1].

Итак, последовательное и разумное применение физических упражнений уравнивает процессы возбуждения и торможения в ЦНС, повышает ее регулируемую роль в координации деятельности органов и систем, вовлеченных в патологический процесс, оказывает положительное влияние.

Литература:

1. Дьякова Ю.С. Адаптивная физическая культура при вегетососудистой дистонии / Ю.С. Дьякова. – Люберцы: Российская таможенная академия, 2018. – 211 с.
2. Краснюк И.А. Лечебная физическая культура при вегетососудистой дистонии / И.А. Краснюк. – Новосибирск: Центр развития научного сотрудничества, 2016. – 143 с.
3. Лавриненко А.В. Лечебная физическая культура при вегетососудистой дистонии / А.В. Лавриненко. – Нефтекамск: Мир науки, 2016. – 602 с.

ИСТОРИЯ И ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

Е.А. Миронова

Научный руководитель Е.В. Хомутова

Аннотация. Данная работа освещает краткую историю развития и основные проблемы в художественной гимнастике.

Ключевые слова: художественная гимнастика, вид спорта, история, факторы развития, перспективы.

Художественная гимнастика – это сравнительно молодой вид спорта, суть которого заключается в выполнении на ковре под музыку различных гимнастических, хореографических и полу-акробатических упражнений без предмета, а также с предметом (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента). Несмотря на свой небольшой срок существования художественная гимнастика завоевала мировую признательность и любовь многочисленных поклонников со всех концов земли. Начало истории этого захватывающего спорта было положено еще в конце XIX – начале XX в. Формированию этого вида спорта способствовали студии выразительной гимнастики Франсуа Дельсарта, танцевальная гимнастика Жоржа Демени и свободный танец Айседоры Дункан. Творческое наследие этих великих людей получило признание в мире и послужило основой для нового направления художественного движения, которое и явилось истоком зарождающегося вида спорта для женщин [1]. Художественная гимнастика – единственный вид спорта, который Россия подарила международному олимпийскому движению. Как олимпийский вид спорта художественная гимнастика сформировалась в 1980 году, а уже в 1984 на Олимпиаде в Америке впервые состоялись соревнования по гимнастике. Первой чемпионкой, получившей золото, тогда стала Лори Фанг из Канады.

В настоящее время художественная гимнастика является одним из самых ярких и массовых видов спорта в мире. Несмотря на высокую подготовку спортсменок других стран, особо выделяются именно российские гимнастки. Наибольший вклад в список наград и развитие данного вида спорта внесли такие спортсменки, как Алина Кабаева, Евгения Канаева, Ляйсан Утяшева, Ирина Чащина, Маргарита Мамун, Юлия Барсукова и Яна Кудрявцева.

Также специалисты выделяют несколько факторов, влияющих на еще большее развитие этого вида спорта, например: массовость и пропаганда художественной гимнастики; финансирование и наличие материально-технической базы для занятий; наличие тренеров с высокой квалификацией и подготовкой; подготовка и квалификация судей; издание и использование научно-методической литературы; подготовка гимнасток через ДЮСШ [1]. Все эти факторы влияют на развитие и совершенствование художественной гимнастики в целом.

Литература:

1. Винер-Усманова И.А. Художественная гимнастика: история, состояние и перспективы развития / И.А. Винер-Усманова, Е.С. Крючек, Е.Е. Медведева, Р.Н. Терехина. – М.: Человек. – 2014. – 66 с.

УДК: 378.037.1

**ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ
НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ
ВОЛГОГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА**

В.А. Плужникова

Научный руководитель ассистент И.В. Половодов

Аннотация. Студенческая молодежь, являющаяся неотъемлемой частью общества, очень часто подвержена стрессу из-за нестабильной академической успеваемости. Для поддержания стабильного здоровья, в том числе и психического, необходимы различные меры профилактики, например занятия физической культурой и спортом.

Ключевые слова: занятия физической культурой и спортом, психическое здоровье, психическое здоровье студенческой молодежи.

Всемирная организация здравоохранения характеризует психическое здоровье как состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать.

Занятия физической культурой и спортом плодотворно влияют на психическое и эмоциональное состояние. Студенты, чаще занимающиеся спортом, имеют более высокий уровень психического и эмоционального состояния, более высокий уровень успеваемости и стрессоустойчивости. Студенты, которые реже занимаются спортом, подвержены нестабильному эмоциональному стрессу и психическому расстройству.

В процессе физических нагрузок совершенствуется способность управлять и использовать навыки саморегуляции в других сферах жизни. Занятия физической культурой и спортом направлены на развитие физических способностей индивида (сила, ловкость, выносливость); способствуют повышению личностных качеств (уверенность, самоконтроль, стрессоустойчивость); существенно повышают не только физическое, но и эмоциональное и психическое здоровье студенческой молодежи.

Литература:

1. Уэйберг Р.С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р.С. Уэйберг, Д. Гоулд. – Киев: Олимпийская литература, 1998.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СПОСОБ БОРЬБЫ СО СТРЕССОМ

Т.А. Польская

Научный руководитель преподаватель Е.П. Павленко

Аннотация. В работе рассматривается влияние физической культуры и физических упражнений на студентов, находящихся в стрессовых ситуациях, а также отмечается эффективность физической деятельности в борьбе со стрессом.

Ключевые слова: студенты, стресс, физическая культура.

Чем старше человек, тем выше становится уровень ответственности, которая опускается на его плечи. Уровень стресса постоянно растет, факторы постоянно меняются. Стресс может настич студента из-за плохой успеваемости в университете, проблем на работе, которую нужно совмещать с учебой. Постоянное ощущение интенсивного темпа жизни и вечная нужда оплачивать те или иные счета также не оставляет нервную систему в покое.

Доказано, что организм человека реагирует на стресс незамедлительно, однако для этой реакции необходимо огромное количество энергии. И даже несмотря на то, что стрессовая ситуация не длится долго, организму требуется много времени для того, чтобы восстановиться.

К сожалению, чтобы избавиться от стресса, люди прибегают к употреблению антидепрессантов, успокоительных, табака и алкоголя. Хотя людям и кажется, что данные средства эффективны, они не представляют, какой ущерб здоровью наносят эти ложные способы борьбы со стрессом.

Результаты исследований. Было проведено анкетирование студентов 3 курса ВГСПУ, факультета иностранных языков. Было опрошено 60 студентов.

Целью исследований было изучение стресса в жизни студентов во время обучения в вузе.

В ходе исследования было установлено, что 50% (30 человек) опрошенных в борьбе со стрессом посещают фитнес-тренировки, особенно йогу и бассейн.

Остальные 50% – страдают от нарушения режима сна, бессилия и стресса, потому что ведут пассивный образ жизни.

Для того чтобы были силы на подобное восстановление, рекомендуется регулярное посещение тренажерных залов и занятий по физической культуре. Грамотно подобранные комплексы физических упражнений, оздоровительные бег и плавание, любые физические упражнения на свежем воздухе, включая и ходьбу, без сомнений, оказывают положительное влияние на студентов, находящихся в стрессовых состояниях. Эти упражнения могут не только смягчать интенсивность стресса, но и контролировать возникновение стрессовых реакций.

Литература:

1. Андреев Т.А. Роль физической культуры в жизни студентов / Т.А. Андреев, М.И. Ситникова // Современные проблемы физической культуры, спорта и молодежи. Материалы V региональной научной конференции молодых ученых. Под редакцией А.Ф. Сыроватской. – 2019. – С. 27-28.

2. Паськова К.О. Физическая культура и спорт как способы борьбы со стрессом / К.О. Паськова, И.Ф. Нагайцева // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – 320 с.

ФИТНЕС КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Т.А. Польская

Научный руководитель преподаватель Е.П. Павленко

Аннотация. В работе рассматривается проблематика формирования здорового образа жизни у студентов. Проанализированы результаты анкетного опроса студентов о здоровом образе жизни.

Ключевые слова: фитнес, здоровый образ жизни, студенческая молодежь, студенты.

Несмотря на скептическое отношение студентов к академическим занятиям физической культурой, с каждым годом появляется все больше желающих записаться в спортзал. По большей части люди обращаются к фитнесу как к средству, способному помочь выстроить идеальную фигуру. Однако фитнес не только избавляет людей от лишнего веса, но и в целом положительно влияет на их здоровье. У людей, которые занимаются фитнесом, со временем повышается выносливость, активность, подвижность, появляется гибкость, улучшается осанка [1].

Однако все еще имеет место быть проблема наличия у студентов вредных привычек. И одним из эффективных решений данной проблемы является введение фитнес-программ, таких как динамический стрейчинг, танцевальная зумба, пилатес, в учебный процесс для наиболее точного соответствия предпочтениям студентов [2].

Результаты исследований. Среди студентов 3-4 курсов Волгоградского государственного социально-педагогического университета был проведен анкетный опрос, в котором приняли участие 86 респондентов факультета иностранных языков. Большая часть студентов, а именно 73% опрошенных, следуют здоровому образу жизни, посещают различные спортзалы и занимаются различными направлениями фитнеса: классическая, танцевальная и степ-аэробики. Остальные 27% не посещают оздоровительные заведения.

Часто причиной было названо недостаточно устойчивое в силу возраста и обстоятельств финансовое положение учащихся.

И именно для решения данной ситуации прекрасно подходит введение в процесс обучения фитнес-программ. Отличительной особенностью таких занятий являются целенаправленное развитие физических качеств и формирование свойств и качеств личности, которые обеспечивают комплексное удовлетворение социальных и личностных потребностей студента.

Литература:

1. Андреевко Т.А. Организация занятий по оздоровительной фитнес-аэробике со студентами вуза / Т.А. Андреевко, Е.Г. Ткачева, Е.А. Широбакина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2016. – № 2. – 79 с.

2. Андреевко Т.А., Павленко Е.П., Серженко Е.В. Элективный курс по физической культуре и спорту «фитнес-аэробика» как средство социализации студентов / Т.А. Андреевко, Е.П. Павленко, Е.В. Серженко // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 59-3. – С. 21-24.

КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ: БАЛАНС БЕЛКОВ, ЖИРОВ И УГЛЕВОДОВ

Е.Ю. Селезнева

Научный руководитель доцент М.Ю. Савельев

Аннотация. Работа посвящена рациональному употреблению белков, жиров и углеводов, их балансу и сочетанию друг с другом, а также разбираются касающиеся их заблуждения.

Ключевые слова: питание, белки, жиры, углеводы, калории, физическая активность, мифы.

Питание — жизненная потребность человека. Основные задачи питания состоят в обеспечении организма человека энергией, пластическими (строительными) веществами и биологически активными компонентами. Отклонения от необходимого уровня снабжения организма пищевыми веществами может нанести огромный урон здоровью, привести к снижению иммунитета, а также ухудшению умственной и физической работоспособности. В современных условиях человеческого существования, мир переполнен информационными ресурсами по различным темам. Такой поток неконтролируемой информации приводит к замешательству обычного человека, желающего углубить свои знания. На просторах Интернета можно найти огромное количество статей, пособий по правильному питанию, написанными людьми, не имеющими профессионального образования и не опирающимися на научную литературу, из-за чего данная тема обросла мифами, абсурдными концепциями питания, мнимыми диетами. Все вышеперечисленное может привести к неблагоприятным, а иногда и необратимым последствиям для человеческого организма, его здоровья и продуктивности, именно поэтому в этой статье мы бы хотели разобрать наиболее распространенные мифы питания.

По мнению коллектива авторов, [1] ключевым моментом физической работоспособности является оптимальное энергообеспечение мышечной деятельности. Этот вопрос привлекает внимание ученых уже более 150 лет, на протяжении которых представления о метаболической роли белков, жиров и углеводов при физической активности и не только претерпели неоднократные изменения. С конца XIX по конец XX века считалось, что белкам принадлежит незначительная роль в энергетическом метаболизме. Ситуация начала меняться в начале семидесятых годов двадцатого века, когда ученые на практике выяснили, что при больших физических нагрузках потребность в белке возрастает в разы, по сравнению с повседневной физической активностью, а расчет необходимого количества белка должен производиться с учетом индивидуальных особенностей здоровья каждого человека. Хотя и по сей день не выяснена однозначная норма потребления белка, а все цифры являются приблизительными, важная его роль в поддержании организма в адекватном состоянии и контроле уровня его продуктивности является очевидной.

Если с белками вопрос стоит менее остро, то дискуссии вокруг жиров и углеводов не утихают с начала прошлого столетия. Сейчас СМИ активно внедряют в сознание людей мифы о необходимости полного исключения углеводов из рациона, а также о полезности продуктов с наиболее низким уровнем содержания жиров. Говоря об углеводах, то мысль о полном отказе от них в корне является неправильной, так как именно ими, главным образом, обеспечивается энергетическая ценность потребляемой пищи. Традиционно принято делить углеводы на две категории:

1. Простые — это углеводы, приводящие к кратковременному повышению уровня глюкозы в крови, как правило, имеют сладковатый вкус, но быстро расщепляются, а чувство сытости от них быстро проходит. Именно продукты (сахар, джемы, желе, ароматизированные газированные напитки, шоколад, фрукты, сладкие молочные продукты и т.п.), содержащие такие углеводы, диетологи зачастую рекомендуют сократить, так как их неограниченное потребление может увеличить количество приемов пищи в связи с отсутствием насыщения.

2. Сложные — эта группа углеводов приводит к более долгой по времени концентрации глюкозы в крови, благодаря чему приходит чувство насыщения. Сложные углеводы содержатся в хлебе, мюслях, рисе, крахмалосодержащих овощах, макаронных изделиях и т.п. Кроме того, сложные углеводы содержат и другие пищевые волокна, и биологически активные компоненты, которые по своему влияют на организм.

Данная классификация, хоть и является наиболее распространенной, не совсем корректна, так как при составлении рациона стоит учитывать, что большинство продуктов состоит из совокупности углеводов, принадлежащих к разным группам. Углеводы являются необходимым компонентом питания, потому что обеспечивают энергетические резервы организма, но их эффективное использование для различных целей (похудение, набор массы и т.п.) зависит от выбранной человеком стратегии восполнения и увеличения их запаса.

Жиры в обществе недооценены, также как и углеводы. Как говорилось выше, на данный момент принято считать, чем меньше жиров, тем полезнее продукт. Но это утверждение не совсем верно. Жирам отводится множество стратегически важных функций в организме: содействие в синтезе гормонов, организация энергетических резервов организма, активация жирорастворимых витаминов, участие в строительстве мембранных структур и т.п. И если в организм с пищей не будет поступать необходимая норма жиров, то все вышеперечисленные функции перестанут выполняться, что влечет за собой негативные последствия для здоровья человека. Жиры так же принято делить на различные группы, которых огромное множество. Самыми распространенными являются животные, растительные и трансжиры. Друг от друга они отличаются составом жирных кислот, которые в свою очередь, делятся на насыщенные и ненасыщенные. Насыщенные жиры (свиной, говяжий, бараний) действительно стоит употреблять в ограниченных количествах, так как их передозировка провоцирует диабет и др. заболевания. Трансжиры (кондитерские изделия, жаренные кулинарные изделия, чипсы, конфеты и т.п.) вообще рекомендуется исключить из рациона, в научной литературе им дали название «молекулы-уроды» [4], так как они не несут никакого полезного эффекта, кроме как дополнительного энергетического выхода, а на организм влияют негативно. Наиболее важными жирными кислотами в организме, без которых он не может продолжать нормальную жизнедеятельность, являются полинасыщенные, мононенасыщенные жирные кислоты (рыба, орехи, кисломолочная продукция), фосфолипиды (яйца, печень, игра и т.п.). Организму необходимо получать норму (разную для детей, женщин и мужчин) жиров в день, а их полезность зависит от вида жирных кислот, содержащихся в них.

Исходя из всего вышеперечисленного, в качестве примера я приведу суточный рацион питания здорового человека.

Пример 1.

Завтрак: Овсяная каша на молоке с маслом, яблоко.

Обед: Уха, отварная гречка с отварной куриной грудкой, можно добавить салат из свежих овощей.

Ужин: Запеченная индейка, салат из свежих овощей.

Пример 2.

Завтрак: Омлет из трех яиц, киви или яблоко;

Обед: Грибной суп, запеканка из фарша и капусты, овощной салат.

Ужин: Запеченная куриная грудка, овощной салат.

Сочетания продуктов могут быть совершенно разными, но обязательно должны быть сбалансированы по белковому, углеводному и жировому составу.

Литература:

1. Борисова О.О. Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации. – М.: Советский спорт, 2007.
2. Карелин А.О. Правильное питание при занятиях спортом и физкультурой. – СПб.: Диля, 2003.
3. Лифляндский В.Г. Современное питание. Заблуждения и мифы. – СПб.: БХВ-Петербург, 2005.
4. Омаров Р.С. Основы рационального питания: учебное пособие / Р.С. Омаров, О.В. Сычева. – Ставрополь: АГРУС Ставропольского гос. аграрного ун-та, 2014. – 77 с.
5. Смоляр В.И. Рациональное питание. – Киев: Наук. Думка, 1991. – 368 с.

СОВРЕМЕННЫЕ СПОСОБЫ ПОДСЧЕТА КАЛОРИЙ

П.И. Фисенко

Научный руководитель доцент М.Ю. Савельев

Аннотация. Работа посвящена основным методам подсчета калорий, которые набирают популярность. Рассматриваются моменты, влияющие на точные показатели расчетов.

Ключевые слова: питание, обмен веществ, калории, физическая активность, вес, похудение.

Вся работа организма, все внутренние и внешние «движения» человека, подобно механической машине, нуждаются в своем «топливе». Питание важно не только для эстетической прихоти человека, но и для банального выживания, поскольку все процессы, начиная с дыхания, заканчивая экстремальным спортом, должны быть подпитаны энергией.

При нормальном функционировании организма обмен веществ важен для пополнения запасов энергии, необходимых для выживания, то есть происходит энергетический обмен, восстанавливается потеря воды, усваиваются витамины, минеральные вещества и возмещается потеря органических веществ. Составление рациона может происходить по определенной норме, на основе общих данных, но для получения качественного результата необходим индивидуальный подход. Это не значит, что необходимо записываться на прием к диетологу, хотя доверие профессионалу – это лучшее, что может сделать человек. Достаточно иметь базовые представления об энергетическом обмене, калорийном составе тех или иных продуктов, а также о количестве в них белков, жиров и углеводов.

Для того чтобы знать и понимать значение и математические показатели каждого элемента обмена веществ, необходимо понимать некоторые определения. Так, энергетический баланс – равновесное состояние между поступающей с пищей энергией и ее затратами. Для грамотного составления рациона надо также понимать, что существуют суточные энергозатраты – сумма суточных энергозатрат организма, состоящая из основного обмена. И непосредственно для самих математических расчетов необходимо руководствоваться несколькими понятиями: *энергетическая* ценность пищи – количество энергии, которое высвобождается при окислении пищевых веществ; энергетический коэффициент – количество энергии, высвобождаемое при окислении 1 грамма пищевого вещества в организме. Энергетические коэффициенты в ккал/г: белки – 4; жиры – 9; углеводы – 4.

Когда говорят об основном обмене, то речь идет о работе внутренних органов и организма без физических нагрузок, то есть это базовый показатель, чтобы человек мог жить. Когда мы начинаем активно двигаться, то к основному обмену добавляются и те затраты, которые произошли в течение дня. Физическая активность может по-разному оцениваться, начиная от сидячей работы, заканчивая тяжелой физической в шахтах, на разгрузке вагонов и так далее. В том случае, если у человека наблюдается слишком большой дефицит калорий, то это может привести к ухудшению его состояния, у организма просто не хватит энергии на поддержание жизнедеятельности. Также опасен и неконтролируемый профицит калорий, который может привести к ожирению. Для того, чтобы снизить желаемый вес, необходимо создать себе небольшой дефицит калорий, примерно на 10-20%. Если человеку необходимо набрать вес, то создается профицит калорий. Для поддержания нормального веса необходимо уравнивать эти значения.

Существует несколько способов определения энергозатрат. К ним относятся: способ прямой калориметрии (измеряется тепло, которое человек выделяет при какой-либо деятельности), непрямой калориметрии (основывается на наблюдении за потреблением кислорода и выделением углекислоты).

Эти методы достаточно специфичны для людей, которые стремятся скорректировать свое питание, поэтому чаще всего использую специальные формулы, учитывающие физическую активность, используя коэффициент. Одна из них – это формула Харриса-Бенедикта. Формула была выведена в 1919 году учеными-антропологами Франсисом Гано Бенедиктом и Джеймсом Артуром Харрисом. По разработкам ученых выходит, что затраты рассчитываются следующим образом:

Основной обмен для мужчин = $66 + (13,7 * x (\text{вес в кг})) + (5 * x (\text{рост в см})) - (6,76 * x (\text{возраст в годах}))$.

Основной обмен для женщин = $655 + (9,6 * x (\text{вес в кг})) + (1,8 * x (\text{рост в см})) - (4,7 * x (\text{возраст в годах}))$

Формулы имеют погрешность, так как, если верить данным Академии питания и диетологии, в реальной жизни эта формула будет показывать верный результат только в 60% случаев.

Также существует формула расчета нормы калорий Миффлина - Сан Жеора. Данная формула была обнародована относительно недавно, так как она разработана в конце прошлого века.

Основной обмен для мужчин = $(9,99 * x (\text{вес в кг})) + (6,25 * x (\text{рост в см})) - (4,92 * x (\text{возраст в годах})) + 5$

Основной обмен для женщин = $(9,99 * x (\text{вес в кг})) + (6,25 * x (\text{рост в см})) - (4,92 * x (\text{возраст в годах})) - 161$

Эти формулы отличаются уточнением коэффициентов в результате новых исследований. Для определения необходимого уровня калорий этот метод расчета наиболее популярен на сегодняшний день. Считается, что эта формула точнее формулы Харриса-Бенедикта на 5%, но все равно может давать разброс +/-10%.

Студенты, как люди, начинающие строить глобальные планы на будущее, беспокоятся о своем внешнем виде и здоровье. Однако делать это грамотно получается не у всех. В современном мире появилось множество различных блогов в социальных сетях, которые пропагандируют здоровый образ жизни, рациональное питание, учат готовить «правильную пищу». В погоне за модой, в особенности молодые девушки, изнуряют свой организм безжалостными диетами. То количество информации, к которому имеет доступ человечество, нужно анализировать и проверять, поэтому те «советы» о питании, которые мы можем слышать по ту сторону экрана от человека, который по сути не понимает, о чем говорит, нужно воспринимать критически.

Дефицит калорий – основной способ похудеть. Он должен быть рациональным, осуществляться за счет правильного подбора макроэлементов. Неграмотность в этом деле может привести к усталости, раздражительности, а также серьезным заболеваниям.

Литература:

1. Омаров Р.С. Основы рационального питания: учебное пособие / Р.С. Омаров, О.В. Сычева. – Ставрополь: АГРУС Ставропольского гос. аграрного ун-та, 2014. – 77 с.
2. Дроздова Т.М. Физиология питания / Т.М. Дроздова, П.Е. Влощинский, В.М. Позняковский. – Новосибирск: «Сибирское университетское издание», 2007. – 219 с.
3. Смоляр В.И. Рациональное питание. – Киев: Наук. Думка, 1991. – 368 с.
4. Здоровое питание. Здоровый образ жизни. – М.: АСТ, 2005. – 237 с.
5. Скальный А.В. Основы здорового питания: пособие по общей нутрициологии / А.В. Скальный, И.А. Рудаков, С.В. Нотова, Т.И. Бурцева, В.В. Скальный, О.В. Баранова. – Оренбург: ГОУ ОГУ, 2005. – 117 с.

ВЗАИМОЗАВИСИМОСТЬ ФИЗИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И УСПЕВАЕМОСТИ У СТУДЕНТОВ

А.А. Шмакова

Научный руководитель доцент М.Ю. Савельев

Аннотация. В работе рассматривается вопрос о взаимозависимости физических показателей и успеваемости студентов вследствие двигательной активности. Рассматривается ее реализация на практике. Проводится практическое исследование, выявляющее значимость данного вопроса.

Ключевые слова: физическая активность, интеллектуальная деятельность, успеваемость, физические нагрузки.

В нынешних реалиях интеллектуальному труду обучающихся в ВУЗе свойственна напряженность учебно-познавательной деятельности. Имеет большое значение и то, что она осуществляется в среде дефицита физической активности. А без нее существенно падают и показатели качества жизни. В результате страдает успеваемость, желание дальнейшего обучения.

Ежегодно образовательный процесс студентов делается все содержательнее и объемнее. Для того чтобы поддерживать трудоспособность на высоком уровне, а также заниматься оздоровлением организма как во время университетских занятий, так и для будущей профессии, не обойтись без занятий физической культурой [3]. Пропорциональное чередование умственной активности и физических упражнений способствует увеличению интеллектуальной работоспособности студента [1].

Разнообразные исследования выявили, что напряженная интеллектуальная деятельность сопрягается со случайным сокращением и напряжением скелетных мышц, которые не относятся к выполнению умственной работы. Мыслительная работоспособность зависит от общей физической трудоспособности и душевного равновесия [2]. Она обуславливается состоянием психофизических качеств студентов. Физическая активность – одно из важнейших условий нормального развития студентов. В виду этого занятиям физической культурой в каждом ВУЗе должно уделяться большое внимание.

В результате серьезного уменьшения двигательной активности и все возрастающей умственной деятельности современный студент теряет баланс между интеллектуальным и физическим развитием. В связи в этом превыше многих стоят исследования, касающиеся влияния физических нагрузок на интеллект студента. Поэтому разрешение проблемы ухудшения здоровья молодых осознается как формирование у них с детства умения рационального распределения физических и умственных нагрузок.

Литература:

1. Остапенко П.В. Физическая культура и физическая подготовка. – М.: «Юнити-Дана», 2007. – 432 с.
2. Мусина С.В. Физическая и умственная работоспособность студентов и влияние на нее различных факторов. – Волгоград, 2008. – С. 148-150.
3. Губина Н.В. Влияние занятий физической культурой и спортом на работоспособность студентов / Н.В. Губина, Е.М. Колпакова // Международный студенческий научный вестник. – 2018. – № 3-5.

АКАДЕМИЯ МАРКЕТИНГА **И СОЦИАЛЬНО-ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ** **(ИМСИТ)**

УДК: 378.14

К ВОПРОСУ О ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

М.С. Аршинник

Научный руководитель доцент А.Г. Харьковская

Аннотация. В работе обосновывается целесообразность конструирования занятий по физической культуре посредством использования технологии «электронного» планирования.

Ключевые слова: компьютерные технологии, информатизация, педагогика, физическая культура, «электронное» планирование.

Известно, что в настоящее время буквально все виды профессиональной деятельности в той или иной мере компьютеризированы. Не является исключением и профессиональная деятельность педагогов (учителей, преподавателей, инструкторов и тренеров) по физической культуре. Однако подавляющим большинством специалистов в этой области использование компьютерных технологий ограничивается лишь текстовыми, презентационными (чаще) и расчетными (реже) технологиями, что в современных реалиях не может оцениваться как должное. При этом уровень информатизации современной физической культуры, к сожалению, квалифицируется как низкий [3].

Однако в связи с активной информатизацией общества все большее число представителей педагогического сообщества включается в цифровую экономику. Таким образом, налицо информатизация педагогики вообще и физического воспитания (как частного случая педагогической деятельности) в частности. Это, прежде всего, вызвано тем, что современный педагог вынужден разрабатывать значительное число планирующих и отчетных документов.

В этой связи специалистами [1, 2] предлагается посредством использования информационных компьютерных технологий «разгрузить» работу преподавателя. В данном случае предлагается применить данные информационные технологии для «облегчения» процесса конструирования занятий по физической культуре, который, как известно, является довольно трудоемким. При этом стоит отметить, что данная технология в настоящее время пока еще только разрабатывается; вместе с тем, она имеет серьезные перспективы использования. Так, по мнению некоторых авторов [1, 2], данная система позволяет значительно уменьшить затраты времени на проектирование программного материала; сконструировать более эффективное занятие по физической культуре; иметь «резерв» планирования; оперативно корректировать планы и программы занятий; гибко использовать имеющуюся методическую базу и т.п.

Литература:

1. Аршинник С.П. Планирование уроков физической культуры посредством использования технологии «электронного» планирования / С.П. Аршинник, К.В. Малашенко // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Мат-лы X Межд. науч.-практ. конф. – Уфа: Уфимск. гос. авиац. техн. ун-т, 2016. – С. 592-595.
2. Кузнецова Н.В. Электронный конструктор по планированию урока / Н.В. Кузнецова, О.В. Шуляпова // Успехи современной науки. – 2017. – Т.1. – № 3. – С. 56-58
2. Храмов В.В. Интеграция компьютерных технологий в дидактическую систему учебного предмета «Физическая культура» / В.В. Храмов, Е.О. Ширшова. – Фундаментальные исследования. – 2014. – № 11-12. – С. 2745-2749.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

М.С. Аршинник

Научный руководитель доцент А.Г. Харьковская

Аннотация. В публикации представлены наиболее перспективные информационные технологии, используемые в физической культуре и спорте.

Ключевые слова: информационные технологии, физическая культура, спорт.

Известно, что одной из основных тенденций развития современного общества является всевозрастающая роль информации и информационных технологий (ИТ). Под информационными технологиями понимают совокупность устройств, средств и методов, позволяющих осуществлять сбор, обработку и передачу данных для получения информации нового качества. При этом ИТ в последнее время используются практически во всех сферах деятельности человека, в том числе в сфере физической культуры и спорте.

Вместе с тем стоит отметить, что, по мнению специалистов [1, 2], ИТ в современной физической культуре и спорте не получили должного развития по сравнению с другими областями общественной жизни. По мнению Л. В. Архандеевой [1], еще не так давно информационные технологии в спорте и физической культуре, главным образом, были представлены технологиями общего назначения: использованием персональных компьютеров, стандартных пакетов программного обеспечения и т.п. При этом попытки решать специфические для указанной сферы задачи посредством использования ИТ предпринимались довольно редко, да и то в большинстве случаев компьютерная техника используется в качестве «печатной машинки».

Вместе с тем анализ данных научной литературы свидетельствует, что в настоящее время имеются значительные резервы для использования ИТ в спортивной и физкультурной деятельности. При этом наиболее востребованными и перспективными направлениями деятельности, связанными с использованием ИТ в спорте и физической культуре, по мнению специалистов, являются: применение видеоанализа в спортивной деятельности, использование компьютерных технологий для медико-биологического обеспечения тренировочного и соревновательного процесса, моделирование и прогнозирование в спорте [2], использование искусственного интеллекта [1] и др. Проведенный анализ также позволяет сделать вывод о необходимости активного внедрения информационных технологий в сферу физической культуры и спорта.

Литература:

1. Архандеева Л.В. Информатизация отрасли физическая культура и спорт / Л.В. Архандеева // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. – 2010. – № 3 (3). – С. 24-26.

2. Остриков А.П. Информационные технологии в спортивной практике: учебное пособие / А.П. Остриков, И.Г. Павельев. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 74 с.

КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

УДК: 617.751.6

СИНДРОМ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО РАССТРОЙСТВА ЗРЕНИЯ У ПАЦИЕНТОВ ПСИХИАТРИЧЕСКОГО СТАЦИОНАРА Ю.В. Шагинян

Аннотация. В работе рассмотрен сложный синдром функционального расстройства зрения, который наблюдается у пациентов с психиатрическими заболеваниями.

Ключевые слова: синдром функционального расстройства зрения, амблиопия, изменение полей зрения, истерический амавроз.

Синдром функционального расстройства зрения – это комплекс клинических симптомов, включающий в себя жалобы на состояние зрения и глаз, не подтверждаемые данными объективного обследования, функциональную амблиопию и изменения полей зрения.

В литературе в качестве функциональных зрительных расстройств чаще описываются яркие классические примеры истерического амавроза или амблиопии со снижением зрения, чаще резким и внезапным, после перенесенной психической травмы. По нашим наблюдениям, чаще встречаются невыраженные, стертые формы функциональных зрительных нарушений, дифференциальная диагностика которых нередко затруднена и имитирует разнообразную офтальмологическую и нейроофтальмологическую патологию.

В «Специализированной клинической психиатрической больнице №1» в условиях офтальмологического кабинета под наблюдением находились 14 случаев стертой формы синдрома функционального расстройства зрения.

Больные были обследованы следующими методами: визометрия, тонометрия, биомикроскопия, периметрия, офтальмоскопия.

Жалобы пациентов были разнообразны, из них самыми распространенными были на резь, боль, ощущение давления и тяжести в глазах, на жжение, светобоязнь, различные мушки перед глазами, на быструю утомляемость при зрительной работе на близком расстоянии.

Функциональная амблиопия варьировала от 0,4 до 0,7 и отмечалось колебание визуса при повторных исследованиях. Непостоянство границ полей зрения при повторных исследованиях также выявлено у всех пациентов и является отличительной особенностью функциональных расстройств.

Функциональное расстройство зрения приходится дифференцировать с заболеваниями глаз, зрительного нерва и головного мозга. Чаще нужно исключить ретробульбарный неврит, опухоль головного мозга и другую органическую патологию ЦНС.

В дифференциальной диагностике на решающие позиции выступает наблюдение за поведением больного. У большинства из них нарушение зрительных функций является частью клинической картины сложного психопатологического синдрома в рамках основного психического заболевания. Характерны жалобы на головную боль, бессонницу, утомляемость, многообразные соматические недомогания, органической природы которых не удается выявить при самом тщательном осмотре.

Под влиянием психотропной терапии при улучшении психического состояния пациентов все зрительные расстройства полностью исчезли, что подтвердило их функциональную природу.

Таким образом, синдром функционального расстройства зрения является актуальным и достаточно сложным в диагностике у пациентов психиатрического стационара.

СИНДРОМ СУХОГО ГЛАЗА НА ФОНЕ ТЕРАПИИ ТРИЦИКЛИЧЕСКИМИ АНТИДЕПРЕССАНТАМИ

Ю.В. Шагинян

Аннотация. В данной работе рассмотрена связь психотропной терапии, в частности терапии трициклическими антидепрессантами, с синдромом «сухого глаза».

Ключевые слова: синдром «сухого глаза», трициклические антидепрессанты, гипосекреция слезы, проба Норна, тест Ширмера.

Синдром сухого глаза – многофакторное заболевание глазной поверхности, вызывающее дискомфорт, зрительные нарушения и дестабилизацию слезной пленки, которое сопровождается ростом значений показателей осмолярности слезы и воспалением поверхности глаза.

Все трициклические антидепрессанты, особенно amitriptyline, обладают явной холинолитической активностью, что в свою очередь определяет частоту и характер побочного действия трициклических антидепрессантов в начале психотропной терапии. Они вызывают сухость слизистых, различные аритмии и нарушение мочеиспускания. Побочное действие на орган зрения включает гипосекрецию слезы, расширение зрачка, парез аккомодации, колебание внутриглазного давления и тонуса внутриглазных сосудов.

Уменьшение слезопродукции на фоне лечения трициклическими антидепрессантами встречается чаще, чем при применении других препаратов психотропного действия.

Мы наблюдали 6 пациентов психиатрического стационара с синдромом «сухого глаза» на фоне терапии трициклическими антидепрессантами. Из них 5 человек – женщины, один – мужчина. Возраст варьировал от 60 до 82 лет. Все – пенсионеры. Из сопутствующих соматических заболеваний у двоих имелась ИБС, у одного – сахарный диабет II типа, у троих – гипертоническая болезнь. Жалобы у всех были сходными: на резь в глазах, ощущение инородного тела, «песка под веками», сухости глаз.

Больные были обследованы следующими методами: визометрия, тонометрия, биомикроскопия, периметрия, офтальмоскопия, исследование слезопродукции тестом Ширмера и исследование устойчивости слезной пленки пробой Норна.

Полученные данные теста Ширмера варьировали от 5 мм до 8 мм. Показатели пробы Норна были в пределах от 3 до 6 секунд.

Всем пациентам был выставлен диагноз «синдром сухого глаза» и даны рекомендации по слезозаместительной терапии. Осложнений не наблюдалось.

Таким образом, синдром сухого глаза на фоне терапии трициклическими антидепрессантами – достаточно частое побочное действие, наблюдающееся у пожилых пациентов, так как оно наслаивается на возрастное уменьшение слезопродукции, являющееся физиологическим.

УДК: 617.77

КЛИНИЧЕСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ СЛУЧАЕВ АБСЦЕССА ВЕРХНЕГО ВЕКА В УСЛОВИЯХ ПСИХИАТРИЧЕСКОГО СТАЦИОНАРА

Ю.В. Шагинян

Аннотация. В данной работе рассмотрены результаты послеоперационного ведения и наблюдения гнойного воспаления верхнего века. Абсцессы области век- это одно из самых частых и опасных осложнений заболеваний века травматического и воспалительного характера.

Ключевые слова: абсцесс, верхнее веко, первичная хирургическая обработка, заболевание века, дренаж.

В офтальмологическом кабинете ГБУЗ «СКПБ №1» в период 2017-2019 годов находилось 5 больных с гнойным воспалением верхнего века – абсцессом. Возраст больных колеблется от 30 до 46 лет, из них 5 мужчин; жители села – 4, жители города – 1. Абсцесс верхнего века наблюдался от одной недели до одного месяца.

Были применены следующие методы обследования: визометрия, биомикроскопия, осмотр при боковом освещении, офтальмоскопия, тонометрия, периметрия, рентгенография орбиты в двух проекциях.

Причины абсцесса: посттравматические – у 4-х больных, воспалительные заболевания кожи век – у одного больного.

Всем больным проведено лечение в условиях офтальмологического отделения Краевой клинической больницы №1 им. С.В. Очаповского – первичная хирургическая обработка области воспаления верхнего века с промыванием раствором антисептика, установкой латексного дренажа и наложением стерильной марлевой повязки с антибактериальной мазью. В послеоперационном периоде пациенты наблюдались в условиях офтальмологического кабинета ГБУЗ «СКПБ №1» и получали следующее лечение: ежедневные перевязки со сменой дренажа; антибиотик широкого спектра действия в виде глазных капель и внутрь.

Пациенты были выписаны с выздоровлением.

Таким образом, первичная хирургическая обработка и послеоперационное ведение, проведенные своевременно, являются эффективным методом лечения абсцессов верхнего века.

КРАСНОДАРСКОЕ ВЫСШЕЕ ВОЕННОЕ АВИАЦИОННОЕ УЧИЛИЩЕ ЛЕТЧИКОВ

УДК: 796.011.3

РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ У КУРСАНТОВ В ПРОЦЕССЕ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

П.П. Авдеев

Научный руководитель доцент А.В. Бочков

Аннотация. В работе анализируется уровень выносливости и возможность ее развития у курсантов в первом семестре обучения.

Ключевые слова: курсанты, беговая нагрузка, травмы, опрос, распорядок дня.

Анализ проверки физической подготовленности курсантов в первом семестре обучения, проведенной по стандартным упражнениям (подтягивание на перекладине, бег 100 м и 5000 м), выявил некоторые проблемные вопросы, в частности в развитии выносливости [1]. Контрольные забеги на дистанцию 5 км показали, что при скорости пробегания каждого километра $\approx 4,30$ -5 мин. курсанты 2-3 раза переходили на шаг, частота сердечных сокращений (ЧСС) не превышала 150-160 ударов в минуту [2]. Наблюдалось угнетенное состояние, у некоторых курсантов возникало чувство ненависти к бегу. Больше половины курсантов ни разу не пробежали 5 км на время, некоторые из них даже не бежали такую дистанцию. Для решения этой проблемы в период с октября по ноябрь был проведен опрос командиров и курсантов, анализ распорядка дня, внесены коррективы в содержание утренней физической зарядки и спортивно-массовой работы.

По имеющимся результатам в беге на 5 км, курсанты распределены на три группы подготовки, в первую вошли курсанты, имеющие хороший и отличный уровень, во вторую – удовлетворительный, а в третью – неудовлетворительный. При разработке двухнедельного плана использовался принцип постепенности, доступности и систематичности, во избежание утомления и переутомления даны рекомендации по самоконтролю, в частности ортостатическая проба и оценка внешних признаков переутомления [3]. Общий объем беговой нагрузки составил 25-30 км в неделю, средний пульс (ЧСС) -110-120 уд/мин. В итоге проведения тренировочных занятий уровень выносливости в первой и второй группах вырос на 15-20 сек, в третьей группе 60% курсантов в среднем улучшили свои результаты на 1,5-2 минуты. Повторный опрос показал, что 35-40% курсантов в основном из третьей группы стали жаловаться на получение травм коленных и голеностопных суставов.

Анализ показал, что данные курсанты до поступления в училище мало уделяли внимания длительному бегу, кроме этого жесткое покрытие (асфальт) и не соответствующая обувь (кроссовки с жесткой подошвой) способствовали данным заболеваниям, тем самым систематичность занятий была нарушена.

Литература:

1. Парамзин В.Б. Анализ содержания физической подготовки в военных инженерно-технических вузах Министерства обороны РФ на современном этапе / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 6 (50). – С. 30-36.
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. Разновская С.В. Применение методов тренировки выносливости у студентов летных специальностей в период подготовки к сдаче контрольных нормативов / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин, А.В. Холин, С.А. Ключенович // Евразийское Научное Объединение. – 2019. – Т. 5. № 3 (49). – С. 328-330.

УКАЧИВАНИЕ КАК НЕГАТИВНЫЙ ФАКТОР ЛЕТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Д.И. Давыдьков

Научный руководитель старший преподаватель П.И. Вах

Аннотация. В работе рассматривается влияние укачивания на работоспособность летного состава и пути повышения устойчивости к укачиванию методами пассивной и активной тренировки.

Ключевые слова: укачивание, вестибулярный аппарат, пассивная и активная тренировка.

Укачивание как процесс многочисленных разнонаправленных ускорений в процессе полета вызывает функциональные расстройства и понижает работоспособность летного экипажа.

Важная роль в развитии способности противостоять укачиванию, которое отрицательно влияет на деятельность внутренних органов, координацию движений, различные психологические функции, принадлежит вестибулярному аппарату летчика. Лица с грубыми физическими нарушениями при укачивании обычно не допускаются к летной работе врачебно-летными комиссиями.

Специальная тренировка является составной частью системы физической подготовки летного состава и заключается в целенаправленном применении специально подобранных физических упражнений и некоторых видов спорта в целях формирования и совершенствования летных качеств, повышения устойчивости к воздействию негативных физических факторов полета [1]. Устойчивость к укачиванию в значительной степени может быть повышена пассивной и активной тренировкой.

При пассивной тренировке используются качели Хилова, где постепенно увеличивается время укачивания – с 5 до 20 *мин* и более; применяются упражнения на лопинге, специальных колесах и батуте; производится тренировка и на вращающемся кресле от 10 до 30 оборотов и более при скорости один оборот за 2 *сек*.

При активной тренировке применяются различные специальные упражнения, с помощью которых создаются угловые и прямолинейные ускорения, воздействующие на вестибулярный анализатор, общеразвивающие упражнения, например вращение головы и тела, наклоны, повороты, перевороты, прыжки, приседания, различные акробатические и гимнастические упражнения, которые повышают устойчивость к укачиванию [2, 3].

Литература:

1. Парамзин В.Б. Анализ содержания физической подготовки в военных инженерно-технических Вузах Министерства обороны РФ на современном этапе / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 6 (50). – С. 30-36.
2. Парамзин В.Б. Подбор вращательных акробатических упражнений для развития и оценки динамического и статического равновесия у студентов летных специальностей / В.Б. Парамзин, В.З. Яцык, И.И. Горбиков, С.В. Разновская // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – №4. – С. 8-13.
3. Разновская С.В. Применение средств профессионально-прикладной физической культуры для повышения защитных механизмов организма от влияния негативных факторов, сопровождающих процесс обучения / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин, О.В. Фотина, А.В. Бочков // Евразийское Научное Объединение. – 2019. – Т. 5. – № 3 (49). – С. 330-333.

ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ, ПОСТУПАЮЩИХ В ВОЕННЫЕ УЧИЛИЩА

А.А. Дерецкий

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

Аннотация. В работе рассмотрены проблемы физической подготовки школьников, поступающих в военные училища и пути их решения.

Ключевые слова: школьники, абитуриенты, физическая подготовка, военные училища.

Недостаточная двигательная активность в быту и труде в результате механизации и автоматизации многих видов деятельности, ранее требовавших значительных физических нагрузок, привела к тому, что потенциальные абитуриенты еще в школьные годы имеют ряд отклонений от физической нормы телосложения (50% и выше) и другие заболевания организма (25% и выше).

Исследования показали, что гигиеническая норма двигательной активности, обеспечивающая здоровье и нормальное, гармоническое развитие [1] школьника, составляет 5-8 часов только организованных занятий физическими упражнениями в неделю. Но получает он в большинстве случаев гораздо меньше – всего 3 часа в неделю. Анализ требований для школьников и курсантов показал, что для последних требования выше за счет усложнения нормативов и увеличения объемов беговых, силовых и военно-прикладных упражнений [2].

Следует учитывать, что военно-прикладные упражнения, приемы и действия курсанты выполняют в военной форме одежды, что требует дополнительных усилий и хорошей физической подготовки [2].

Проблема ликвидации разрыва между уровнем физической подготовленности молодого поколения и нормативами, предъявляемыми к курсантам I курса, в школах решается учителями-энтузиастами и системой физического воспитания в суворовских (нахимовских) училищах. Проблема решается положительно при применении специально разработанной программы, в которую входят упражнения для курсантов I курса, но с облегченными нормативами и заинтересованностью обучаемых [3]. В последнее время большую роль в подготовке потенциальных абитуриентов, поступающих в военные училища, играют создаваемые кадетские и казачьи корпуса. Анализ контрольных проверок, проведенных в первом семестре обучения, показал положительную динамику роста физических показателей курсантов-кадетов, даже не прибегая к изменению требований и условий выполнения программных упражнений по физической подготовке, что нельзя сказать о курсантах, поступивших из общеобразовательных школ.

Литература:

1. Парамзин В.Б. Физическое состояние школьника – как основной компонент построения процесса физического воспитания / В.Б. Парамзин, М.Т. Рахмонова // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО: материалы конференции. – КГУФКСТ. – 2013. – 92 с.

2. Парамзин В.Б. Анализ содержания физической подготовки в военных инженерно-технических вузах Министерства обороны РФ на современном этапе / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 6 (50). – С. 30-36.

3. Подгорная А.С. Признаки заинтересованности студентов в обучении / А.С. Подгорная, В.Б. Парамзин // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО: Материалы конференции. – 2019. – 53 с.

ТЕРПЕНИЕ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ЕГО РАЗВИТИЯ

А.О. Киселев

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

Аннотация. В работе рассматривается терпение как одна из сторон волевых качеств человека. Дается сравнительная характеристика показателей терпения у курсантов юношей и девушек летного училища в начальном периоде обучения.

Ключевые слова: курсанты, волевые качества, пробы Штанге и Генчи.

В процессе развития физических и специальных качеств курсантов происходит воспитание необходимых для военнослужащего морально-волевых способностей, уровень проявления которых зависит от психологических явлений, таких как эмоции, чувства, мотивы и действия [2]. Одной из сторон волевых качеств является способность человека преодолевать субъективное ощущение усталости во время физических и нервно-психических нагрузок, то есть терпеть. Волевые характеристики обеспечивают регуляционную функцию, выражающуюся через умение преодолевать внутренние и внешние трудности, встречающиеся в спортивной и профессиональной деятельности.

Наиболее простыми тестами являются пробы Штанге и Генчи, которые определяют способность человека к длительному пребыванию без воздуха, а также уровень терпения (волевой компонент) [1]. Во время проведения проб испытуемому предлагается подать сигнал о наступлении субъективного наступления ощущения дискомфорта, после которого задерживать дыхание еще можно, но это уже связано с преодолением негативного ощущения

$$VK = \frac{OB - VD}{OB}$$

нехватки воздуха [3]. Волевой компонент (VK) рассчитывается по формуле, где OB – общее время задержки дыхания; VD – время наступления ощущения дискомфорта. Чем ближе рассчитанный показатель (VK) к единице, тем выше развито волевое качество терпение. Субъективность данных тестов проявляется в ощущении дискомфорта испытуемого. Проведенные исследования по определению VK показали, что у девушек волевой компонент по пробе Штанге ($0,57 \pm 0,04$) и Генчи ($0,59 \pm 0,03$) оказался развит лучше, чем у юношей ($0,40 \pm 0,04$; $0,46 \pm 0,04$), несмотря на то что общие показатели в пробах Штанге и Генчи у юношей выше. Это еще раз подтвердило, то, что качество терпение к внутреннему дискомфорту у женщин в силу природных данных развито достаточно высоко.

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. Парамзин В.Б. Анализ содержания физической подготовки в военных инженерно-технических вузах Министерства обороны РФ на современном этапе / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 6 (50). – С. 30-36.
3. Парамзин В.Б. Характеристика факторов военно-профессиональной деятельности и физического состояния курсантов-девушек, обучающихся в военном училище летчиков / В.Б. Парамзин, А.О. Киселев, С.В. Разновская // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование Материалы МНПК. – 2019. – С. 135-137.

**ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ РАЗМИНКИ
ПЕРЕД ПРЕДСТОЯЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКОЙ**

Н.В. Перебейнос

Научный руководитель кандидат педагогических наук О.В. Мащенко

Аннотация. В работе рассматривается содержание общей и специальной разминки, которую необходимо проводить для исключения травм и подготовки организма к выполнению основной тренировочной работы.

Ключевые слова: разминка, тренировочная нагрузка, физические упражнения.

Для эффективной и качественной работы в основной части тренировочного занятия необходима соответствующая общая и специальная подготовка организма занимающегося, которая происходит в процессе правильно организованной разминки. Основными принципами разминки являются постепенность в увеличении интенсивности и доступность в подборе и выполнении разминочных упражнений. Повышение интенсивности дает возможность подготовить не только мышцы, связки и суставы, но и кардиореспираторную систему [1, 2].

Как правило, разминку необходимо начинать с общеразвивающих упражнений, влияющих на весь опорно-двигательный аппарат, это различные виды ходьбы и бега с выполнением упражнений, общеразвивающие упражнения на месте. В зависимости от погодных условий возможно применение разогревающих мазей [3].

Специальная разминка направлена на подготовку организма к выполнению упражнений, включенных в основную часть занятия. Интенсивность специальной разминки должна быть выше, чем общей. Целесообразно использовать больше подводящих упражнений. Разминка должна занимать от 15 до 25 мин.

В процессе разминки не должно появляться чувство усталости. Если разминка проведена правильно, должно появиться желание тренироваться. Заканчивать разминку следует за 5 минут до начала тренировки или сдачи нормативов. После разминки следует сохранить тепло разогретого тела. Если тренировка проходит в прохладном помещении или на открытом воздухе, необходимо одеться. Сохранению тепла в перерыве между выполнением упражнений способствует применение согревающих мазей.

Литература:

1. Мащенко О.В. Гимнастика и атлетическая подготовка / О.В. Мащенко, А.В. Мацибурский, А.А. Попов // Техника выполнения и методика обучения упражнениям с гирями (рывок и толчок) для курсантов-летчиков: Учебно-методическое пособие. – Краснодар, 2012.

2. Мащенко О.В. Модернизация тренировочных нагрузок в гиревом спорте на этапах подготовительного периода / О.В. Мащенко // Всероссийская научно-практической конференция «Актуальные проблемы развития гиревого спорта в России и за рубежом». – Омск, 2014. – С. 35-41.

3. Парамзин В.Б. Анализ содержания физической подготовки в военных инженерно-технических вузах Министерства обороны РФ на современном этапе / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 6 (50). – С. 30-36.

ВЛИЯНИЕ ЗНАНИЙ О САМОКОНТРОЛЕ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОГО И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ НА ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМАТИВОВ

Д.А. Петрунин

Научный руководитель доцент А.В. Бочков

Аннотация. В работе рассмотрена необходимость знаний и умений по управлению своим нервно-психическим и эмоциональным состоянием в процессе выполнения контрольных нормативов курсантами на проверках различного уровня.

Ключевые слова: предстартовое состояние, разминка, проверка, курсант.

Анализ результатов выполнения упражнений на зачетах и экзаменах показал, что не все курсанты могут показать максимальные результаты. По опросу обучаемых, получавших низкие оценки, и сравнительному анализу их действительной физической подготовленности (текущий контроль) пришли к выводу, что некоторые не могут справиться с нервно-психическим и эмоциональным напряжением, которое приводит к скованности и неуверенности при выполнении нормативов [3]. Теоретические знания по саморегуляции нервно-психического и эмоционального состояния, преодоления напряженности и скованности с помощью упражнений, приемов и действий, включаемых в элементарную разминку, у них отсутствуют [1].

С данными курсантами в течение трех недель были проведены теоретические и практические занятия по изучению изменений, происходящих в организме в состоянии предстартовой лихорадки, апатии и состоянии готовности. Объяснены факторы, влияющие на содержание разминки, такие как индивидуальные особенности организма, его психологическое и физическое состояние, условия окружающей среды и тип предстоящего упражнения. Разучены упражнения для саморегуляции дыхания, произвольного напряжения и расслабления мышц, самоконтроля за эмоциональным состоянием [2]. Пояснены возможные изменения, происходящие в процессе выполнения упражнения, которые приводят к невозможности (отказу) выполнения норматива и необходимость восстановительных мероприятий для увеличения возможности продолжать выполнение нормативов.

По опросам и результатам выполнения упражнений с применением полученных знаний был сделан вывод: курсанты, которые не показывали результат, соответствующий своей подготовленности, из-за нестабильной нервно-психической и эмоциональной устойчивости, показали его на 90%. А те, у которых уровень подготовки был невысоким, смогли четко определить причины неудовлетворительных оценок.

Литература:

1. Парамзин В.Б. Целесообразность формирования теоретических знаний по физической культуре курсантов и слушателей военно-учебных заведений с помощью экспресс тестов / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 5 (49). – С. 68-72.

2. Разновская С.В. Эффективность специальной тренировки по оптимизации уровня эмоциональной и нервно-психической устойчивости обучаемых в процессе учебных и самостоятельных занятий по физической культуре / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин // Туризм и образование: исследования и проекты: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции. – 2018. – С. 229-233.

3. Яцык В.З. Дефиниция состояния тревожности у единоборцев при подготовке к соревнованиям / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, А.В. Каргопольцев // Материалы НиНМК ППС КГУФКСТ. – 2018. – №1. – С. 308-309.

САМОКОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

М.Д. Сунатов

Научный руководитель доцент А.В. Мацибурский

Аннотация. В работе представлены инструменты самоконтроля физического развития, функционального состояния и физической подготовленности обучаемого в процессе физической подготовки.

Ключевые слова: функциональное состояние, физическое развитие, обучающийся.

Основным инструментом контроля за физическим состоянием обучающегося является оценка, определяемая по изменению показателей установленных норм, тестов и контрольных упражнений [1, 2].

В большинстве случаев показатели физического развития связывают с ростом и массой. Нормативным соотношением между ростом (Р) и массой (М) является величина массы, равная показателю роста минус 100, а для большей точности при соотношении учитываются и градации роста по формулам: $M=P-100$ при $P=155-165$ см; $M=P-105$ при $P=166-175$ см; $M=P-110$ при $P=176$ и более. Наличие избыточной массы от 10 до 30% сверх нормальной свидетельствует о наличии I степени ожирения. Такие показатели физического развития, как жизненная емкость легких (ЖЕЛ) и динамометрия, установленная при врачебном контроле, помогают самостоятельно оценить динамику изменений в уровне тренированности. Считается нормальным, когда на 1 кг массы приходится 30-60 см³ показателя ЖЕЛ, а показатель динамометрии кисти составляет 70-75% от массы тела. При правильной тренировке соотношение улучшается. Наиболее доступный показатель функциональной готовности организма – частота сердечных сокращений (ЧСС). В состоянии покоя ЧСС обычно составляет 60-80 ударов в минуту и у тренированных обучающихся оно ближе к нижнему пределу. Для оценки функционального состояния важна информация об изменениях ЧСС под влиянием дозированной физической нагрузки – проба с приседаниями (проба Руфье). В этом случае, после измерения пульса в покое, совершают 20 приседаний за 30 с и затем вновь измеряют ЧСС сразу после физической нагрузки. Учащение пульса не более чем на 25% от исходных данных оценивается как отличное функциональное состояние. Могут использоваться и более нагрузочные пробы, но во всех случаях при анализе важно изучать динамику сдвигов в показателях физического состояния [3].

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. Парамзин В.Б. Анализ содержания физической подготовки в военных инженерно-технических вузах Министерства обороны РФ на современном этапе / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 6 (50). – С. 30-36.
3. Парамзин В.Б. Физическое состояние школьника – как основной компонент построения процесса физического воспитания / В.Б. Парамзин, М.Т. Рахмонова // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа: материалы конференции. – КГУФКСТ. – 2013. – 92 с.

ТАВРИЧЕСКАЯ АКАДЕМИЯ КРЫМСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМ. В.И. ВЕРНАДСКОГО

УДК: 28(477.75)

КОММУНИКАТИВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ИНТЕРНЕТ-РАДИО «ИРФАН» В ПРОСВЕЩЕНИИ МУСУЛЬМАНСКОЙ УММЫ КРЫМА

М.А. Мамадиева

Научный руководитель доцент З.З. Хайрединова

Аннотация. В связи с возрождением ислама в Крыму, одним из инновационных проектов стало интернет-радио «Ирфан» при Духовном управлении мусульман Крыма и Севастополя. В данной работе обозначены коммуникативные возможности проекта, контент-наполнение радиовещания. Проанализирована аудитория, также отмечены дальнейшие перспективы развития.

Ключевые слова: ислам в Крыму, ДУМК, радио «Ирфан».

Исследуя мусульманскую умму нашего полуострова, безусловно, мы можем отметить интернет-радио «Ирфан» Духовного управления мусульман Крыма, которое является одним из самых современных, инновационных источников просвещения мусульман во всей республике [1, с. 196]. Презентация первого в Крыму исламского интернет-радио состоялась в резиденции ДУМК 15 апреля 2018 г. Инициатором идеи создания является заместитель муфтия Крыма Эсадуллах Баиров [2].

Радио «Ирфан» повествует о религии Ислам и образе жизни мусульман. В программе имеется около 50 передач, которые транслируются на русском и крымскотатарском языках. В сетке вещания – актуальная информация и новости мусульманского мира, есть литературно-поэтические, исторические, философские, религиоведческие проекты, программы для детей, самореализации, о науке, психологии. Имеется обширный теологический блок, в котором повествуется о жизни пророка Мухаммада и его сподвижников, истории ислама. Рассказываются интересные факты об исламе, хадисы, толкование Корана, а также обучение отдельным сурам из него. Радиослушателям предлагается изучение арабского, английского и крымскотатарского языков. Всей деятельностью руководит координатор проекта Анвар Тушаков. Организаторами радио также проводились розыгрыши в социальной сети Инстаграм, победителям вручали различные материальные и нематериальные призы от спонсоров. Имеются также аккаунты в Инстаграме, ВКонтакте и Фейсбуке где можно просмотреть анонсы тех или иных программ, прослушать дублированную информацию [3]. Важной составляющей просвещенческого процесса является ведение прямых включений с пятничных намазов, хутб, и других религиозных мероприятий, которые позволяют в режиме online, а также offline приобщаться к религии, общественной жизни мусульман [1, с. 196]. На данный момент проект обладает 8-тысячной аудиторией.

В настоящее время слушать интернет-радио «Ирфан» можно в режиме online на сайте ДУМ Крыма или посредством мобильного приложения. В перспективе планируется вывести радио на FM вещание, а также открыть целый мусульманский телеканал, который так же обладал бы просветительской функцией, возможно, это произойдет на базе видео-хостинга «Youtube».

Литература:

1. Мамадиева М.А. Репрезентация деятельности духовного управления мусульман Крыма в FACEBOOK // Информация и общество: Сборник тезисов научных статей I студентческой научно-практической конференции, Симферополь, 30 марта 2017 г. / Под ред. к.т.н., доцента О. М. Назаренко. – Симферополь, 2017. – 380 с.
2. Официальный сайт Духовного управления мусульман Крыма <http://qmdi.org/v-kryimu-otkryilos-pervoe-islamskoe-internet-radio-irfan-foto/>
3. Радио «Ирфан» официальная страница <https://vk.com/irfanradio>

КРАСНОДАРСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ **ИНСТИТУТ ВЫСШЕГО** **СЕСТРИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

УДК: 616.33-002.44

ОСОБЕННОСТИ ПЕРИОДИЧЕСКОЙ МОТОРНО-СЕКРЕТОРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЖЕЛУДКА У БОЛЬНЫХ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ

Ю.Ю. Борисов, И.Г. Щербинина

Аннотация. В работе представлены результаты изучения периодической деятельности верхних отделов пищеварительного тракта у больных язвенной болезнью, ее сопоставление с параметрами секреторной деятельности желудка.

Ключевые слова: периодическая деятельность, пищеварительный тракт, язвенная болезнь.

Материал и методы. Обследованы 64 человека: 10 практически здоровых людей (4 мужчины и 6 женщин) и 54 больных язвенной болезнью двенадцатиперстной кишки (36 мужчин и 18 женщин в возрасте от 22 до 54 лет). Периодическую моторную активность желудка и двенадцатиперстной кишки и желудочную секрецию исследовали методом открытых катетеров.

Результаты. У 10 здоровых людей в течение трехчасовой записи зарегистрировано 14 полных циклов: длительность циклов и отдельных фаз варьирует в весьма широком диапазоне не только у разных испытуемых, но и у одного и того же человека. В желудке длительность полного цикла колеблется от 74 до 146 мин. ($95 \pm 6,4$ мин.), I-й фазы (покоя) – от 35 до 104 мин. ($52 \pm 6,1$ мин.), II фазы (нерегулярной активности, во время которой регистрируются одиночные или групповые сокращения) – от 22 до 9 мин. ($7 \pm 0,6$ мин.). В двенадцатиперстной кишке длительность цикла варьирует от 58 до 145 мин. ($94 \pm 7,7$ мин.), I-й фазы – от 35 до 99 мин. ($55 \pm 5,7$ мин.), II фазы – от 20 до 66 мин. ($34 \pm 4,1$ мин.), III фазы – от 2 до 8 мин. ($6 \pm 1,8$ мин.). Эти данные близки к приводимым в литературе [1, 2].

У больных дуоденальной язвой периодическая деятельность желудка и двенадцатиперстной кишки характеризуется рядом отличий. У 42 больных в течение трехчасового исследования зарегистрировано 55 полных циклов в желудке и 69 – в двенадцатиперстной кишке. Для больных дуоденальной язвой характерно удлинение II фазы в желудке в 1,5 раза (до 52 ± 3 мин. $P < 0,01$) и в двенадцатиперстной кишке в 1,3 раза (до $45 \pm 2,8$ мин. $P < 0,05$). У 10 других больных наблюдалось чередование кратковременных периодов покоя (5-10 мин.) и нерегулярной активности без наступления III фазы, а у двух больных не было периода покоя. У 26 (48,1%) больных III фаза в двенадцатиперстной кишке начиналась после одноименной фазы в желудке. А у 16 (29,6%) больных III фаза в двенадцатиперстной кишке начиналась во время III фазы в желудке, при этом у 3 из них эта фаза в желудке и двенадцатиперстной кишке оканчивалась одновременно, чего не наблюдается у здоровых людей. Анализ ЭМГЭГ обнаружил у 3/4 больных существенное увеличение амплитуд желудочных и тонкокишечных волн.

Таким образом, изучение периодической деятельности желудка и двенадцатиперстной кишки у больных дуоденальной язвой выявило ряд характерных нарушений: большую, чем у здоровых, вариабельность длительности циклов и отдельных фаз, укорочение периода покоя, вплоть до полного исчезновения, удлинение II фазы, одновременное окончание III фазы в желудке и двенадцатиперстной кишке.

Литература:

1. Борисов Ю.Ю. Межпищеварительная периодическая секреторная деятельность желудка у больных язвенной болезнью двенадцатиперстной кишки / Ю.Ю. Борисов, В.В. Борисенко // Экспериментальная и клиническая гастроэнтерология. – 2014. – № 5. – С. 43-44
2. Borisov Yu.Yu. Secretory function of the stomach and rheological properties of gastric mucus in peptic ulcer disease // The Scientific Heritage. – 2017. – № 9. – P. 16-19.

РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ (РИНХ)

УДК: 316.334.23

АНАЛИЗ РИСКОВ МАЛОГО И СРЕДНЕГО БИЗНЕСА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

А.С. Бормотко

Научный руководитель доцент К.Н. Самойлова

Аннотация. Малый и средний бизнес не только решает экономические задачи, но и затрагивает социальную сферу, в целях выполнения задач стратегического развития «Малое и среднее предпринимательство и поддержка индивидуальной предпринимательской инициативы» в Ростовской области утвержден паспорт регионального приоритетного проекта, реализация которого рассчитана на шесть лет, завершение планируется к декабрю 2024 года.

Ключевые слова: малое и среднее предпринимательство, риски, популяризация предпринимательства, бизнес.

В настоящее время предпринимательство приобретает особое значение. В условиях конкуренции и возникновения непредсказуемых ситуаций, производственная, коммерческая и хозяйственная деятельность не будет существовать без определенного риска. Тема является актуальной, так как в последнее время резко увеличилось количество закрывших свой бизнес индивидуальных предпринимателей. По данным исследования «Глобальный мониторинг предпринимательства», всего 3,4% из создаваемых в России предприятий малого бизнеса удается продержаться на рынке дольше трех лет. Вероятно, риски малого и среднего бизнеса имеют определенные причины их проявления, и у каждого вида индивидуальны. Как правило, главной проблемой развития малого и среднего предпринимательства в современной России является дефицит финансовых ресурсов, а также отсутствие финансовой грамотности у будущих предпринимателей, и они не знают о различных видах государственной поддержки своей деятельности. Состоявшиеся предприниматели понимают, что управление риском в бизнесе является одним из важнейших навыков [1].

Сегодня в Российской Федерации реализуется национальный проект «Малое и среднее предпринимательство и поддержка индивидуальной предпринимательской инициативы». Основная цель проекта – популяризация предпринимательства. Так, например, в Ростовской области проводится специализированное тестирование «Молодой предприниматель России», по итогам которого будут выявлены наилучшие кандидатуры для ведения предпринимательства [2]. В связи с подобными специализированными мероприятиями ожидается значительное увеличение доли малого и среднего бизнеса в ВВП страны.

Таким образом, можно констатировать, что для ведения бизнеса и максимизации прибыли необходимо выбрать верную стратегию развития. Комплекс мероприятий по минимизации рисков обязательно должен содержать определение предельно допустимых уровней рисков, поиск методов их снижения, а также всестороннее изучение воздействия всех неблагоприятных факторов.

Литература:

1. Самойлова К.Н. Усиление роли иностранных инвестиций в экономике региона / К.Н. Самойлова, С.Н. Рукина, А.С. Такмазян // НАУЧНЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ-2019: сборник статей Международного научно-исследовательского конкурса (28 апреля 2019 г.). – Петрозаводск: МЦНП «Новая наука», 2019. – 190 с.: ил. – Коллектив авторов
2. Самойлова К.Н. Национальный проект «Малое и среднее предпринимательство и поддержка индивидуальной предпринимательской инициативы» как инструмент популяризации предпринимательской деятельности в регионе / К.Н. Самойлова, С.Н. Рукина, А.С. Такмазян // Региональные проблемы преобразования экономики. – 2019. – № 10.

РАЗВИТИЕ НАЛОГОВОГО КОНТРОЛЯ В РФ
И.И. Денисенко
Научный руководитель доцент О.И. Карепина

Аннотация. В данной работе представлены основные проблемы налогового контроля, пути их решения. И выделены самые перспективные направления улучшения налогового контроля и увеличение его эффективности.

Ключевые слова: государственный налоговый контроль, мониторинг, проблемы.

Результативно действующая система налогового контроля создаст стойкую материальную базу функционирования государства и обеспечивает интересы государства при одновременном соблюдении прав налогоплательщиков. На данный момент существуют некоторые проблемные вопросы в реализации налогового контроля.

- Сокращение качества проведения камеральных проверок, но количество налоговых агентов растет. Это объясняется тем, что механизм отбора объектов для проверки плохо развит, так как состояние экономики меняется каждый год, деятельность налогоплательщиков также меняется, разрабатываются новые способы и схемы избегания налогов, появляются способы для ведения теневого бизнеса. Все это становится основой изменения правил отбора налоговых агентов для проведения камеральной проверки, которая является необходимым элементом в сфере администрирования над уплатой сборов и налогов.

- Низкий уровень культуры уплаты налогов и сборов. Данная ситуация спровоцирована некоторым отношением налогоплательщиков к зафиксированным Конституцией Российской Федерации обязанностям и правам граждан.

По нашему мнению, необходимы следующие мероприятия по решению обозначенных проблем:

- для увеличения результативности налогового контроля, по нашему мнению, необходим предварительный налоговый контроль, так как при его реализации выполняется превентивная функция, то есть предупредительно-профилактическая, которая направлена на предупреждение налоговых правонарушений.

- одним из основных показателей эффективности деятельности является общий коэффициент эффективности, который может быть рассчитан как отношение суммы, взысканной из дополнительно начисленных сумм в расчете на одного работника, к сумме, израсходованной на одного работника. Федеральная налоговая служба России изменила свой подход к оценке результативности работы налоговых органов. Главным стал уровень доначисленных денежных сумм, а также уровень их взыскания, а не количество проверок.

Литература:

1. Карепина О.И. Некоторые направления совершенствования налогового контроля в Российской Федерации // Конкурентоспособность в глобальном мире: экономика, наука, технологии. – 2018. – № 1 (60). – С. 179-182.

2. Карепина О.И. Развитие государственного финансового контроля в контексте программно-проектного бюджетирования / О.И. Карепина, Л.В. Богославцева, О.Ю. Богданова // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. – 2019. – № 4. – С. 204-211.

3. Богославцева Л.В. Перспективы применения методов сбалансированности бюджетов субъектов Российской Федерации / Л.В. Богославцева, О.Ю. Богданова, О.И. Карепина // Финансовые исследования. – 2019. – № 2 (63). – С. 67-75.

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ СТРАХОВОГО РЫНКА В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ЭКОНОМИКИ РОССИИ

Е.Д. Салтунова

Научный руководитель доцент К.Н. Самойлова

Аннотация. В работе рассматриваются тенденции развития страхового рынка в условиях цифровизации экономики России.

Ключевые слова: страхование, страховые отношения, цифровизация, интернет-страхование.

В современном мире страхование уже давно является неотъемлемой частью жизни. Значимость данного инструмента по уменьшению рисков сложно переоценить. Страхование играет значимую роль не только в жизни людей, но и в жизни государства. Страховые отношения играют огромную роль в реализации государственных социальных программ, в том числе страхование снимает нагрузку с федерального, регионального и местных бюджетов по многим видам страховой защиты граждан. Поэтому развитие национальной экономики требует создания эффективной системы страховой защиты. [1]

В настоящее время в зарубежных странах оказывается поддержка системному внедрению информационных технологий в различные секторы экономики и социальную сферу. Не является исключением и Россия. 28 июля 2017 года Правительством Российской Федерации была утверждена программа «Цифровая экономика Российской Федерации».

Цифровые технологии стимулируют инновационный механизм развития финансового сектора экономики. Тем самым процесс цифровизации экономики оказывает значительное влияние и на страховщиков. Они все активнее используют цифровые технологии для того, чтобы упростить процессы и механизмы страхования.

Развитие цифровых технологий способствует расширению интернет-продаж. Электронное страхование значительно повышает доступность страховых услуг и снижает издержки на обслуживание договоров страхования и минимизирует убытки.

По данным Банка России, в 2018 году продажи страховых продуктов через Интернет за год увеличились в два раза и составили величину в 5% от общего объема страховых взносов, или около 74 млрд руб. [2].

С ростом влияния цифровизации на экономику увеличивается и число рисков, связанных с интернет-страхованием. На данный момент практика страховой защиты от киберрисков в нашей стране осуществляется полностью на добровольной основе по договорам комплексного имущественного страхования. Однако в настоящее время обсуждается идея введения обязательного страхования киберрисков в рамках правительственной программы «Цифровая экономика».

Помимо проблем с киберрисками российский рынок интернет-страхования сталкивается также с рядом других проблем, такими как: необходимость перестроения внутренних процессов страховой компании; трудности с квалифицированными кадрами, которые подготовлены к работе с IT-технологиями.

Устранение данных проблем, а также применение на практике новых технологий производства и схем управления данной отраслью позволит выйти национальному рынку страхования на совершенно новый уровень.

Литература:

1. Ахвледиани Ю.Т. Страховой бизнес как элемент устойчивого развития национальной экономики // Вестник Российского экономического университета имени Г.В. Плеханова. – 2018. – №3. – С. 92-98.

2. Музаев М.З. Тренды развития страховых продуктов в условиях цифровизации экономики / М.З. Музаев, И.П. Денисова, К.Н. Самойлова, В.Ю. Ширшов // Финансовые исследования. – 2019. – №3. – С. 170-177.

РАЗВИТИЕ ВНУТРЕННЕГО ФИНАНСОВОГО АУДИТА

О.В. Смольянинов

Научный руководитель доцент О.И. Карепина

Аннотация. Необходимость организации современной системы внутреннего финансового аудита определяется требованиями принципов программно-целевого планирования. Рассмотрены основные проблемы системы внутреннего финансового аудита и предложены способы решения каждой из них.

Ключевые слова: аудит, государственный контроль, финансовый, внутренний.

Ключевыми задачами внутреннего государственного финансового контроля являются повышение эффективности бюджетных расходов, контроль за целевым использованием бюджетных средств, противодействие коррупции [1], которые возможно решить с помощью организации системы внутреннего финансового аудита. Стоит отметить, что в условиях реализации государственной программы Российской Федерации «Управление государственными финансами» внедрена система внутреннего финансового аудита, целями которого являются: повышение результативности и экономности расходования бюджетных средств; подтверждение соответствия порядка ведения бюджетного учета действующему законодательству, а также достоверности бюджетной отчетности; оценка надежности и повышение эффективности внутреннего финансового контроля. О том, что цели внутреннего финансового аудита не достигаются, говорится уже несколько последних лет. К таким же выводам в декабре 2019 года пришла и Счетная палата Российской Федерации [2].

В связи с этим, нами выявлены основные проблемы современной системы внутреннего финансового аудита и предложены способы решения:

– проблема низкой квалификации сотрудников подразделений, осуществляющих внутренний финансовый аудит [3], для решения данной проблемы необходимо, по нашему мнению, внести изменения в квалификационные требования к должностям и новую систему повышения квалификации государственных гражданских служащих;

– проблема законодательной базы;

– проблема подмены внутреннего финансового аудита иными видами контроля, для решения данной проблемы необходимо закрепить в нормативно-законодательной базе критерии внутреннего финансового аудита;

– проблема осуществления внутреннего финансового аудита, для решения данной проблемы необходимо конкретизировать органы исполнительной власти, которые будут наделены полномочиями по осуществлению данного вида контроля.

Литература:

1. Карепина О.И. Развитие внутреннего государственного финансового контроля в России / О.И. Карепина // Аудиторские ведомости. – 2018. – № 2. – С. 54-57.

2. Блинова Т.В. Отчет о результатах экспертно-аналитического мероприятия «Анализ достижения федеральными органами исполнительной власти целей внутреннего финансового аудита и влияние их результатов на повышение экономности и результативности использования бюджетных средств в 2016-2018 годах», [Электронный ресурс] / Т.В. Блинова // Бюллетень Счетной палаты РФ. – 2019. – №12 (264). – Режим доступа: <http://audit.gov.ru> (дата обращения: 05.01.2020).

3. Мартыненко С.В. Внутреннего финансового контроля нет? [Электронный ресурс] / С.В. Мартыненко // Бюджет. – 2018. – № 4. – Режим доступа: <http://bujet.ru> (дата обращения: 05.01.2020).

РОЛЬ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СТРАХОВАНИИ КАК НОВОГО НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ

А.С. Халатян

Научный руководитель доцент К.Н. Самойлова

Аннотация. В работе дается понятие интернет-страхованию, описываются внедряемые российскими страховщиками цифровые технологии.

Ключевые слова: страхование, маркетплейс, КАСКО, блокчейн, Big Data.

Цифровые технологии играют важную роль в организации страхового дела, так как являются важнейшими показателями эффективности финансовой системы страны [1].

В России используется именно интернет-страхование (в отличие от электронного), где страховая услуга оказывается как с использованием электронных каналов связи, так и с участием посредников, т.е. это развитие традиционного страхования с использованием современных интернет-технологий [2].

Отечественный рынок находится на первых этапах внедрения уже разработанных зарубежными специалистами технологий. Ученые выделяют три направления данных технологий. К первой относят удаленную взаимосвязь с клиентами и объектами страхования, представлена телематикой в КАСКО, страховании имущества и здоровья.

Второе направление представлено технологией обработки «больших данных» Big Data, открывающего возможности автоматического сбора и анализа персональных данных для персонификации предоставляемых услуг и тарифов. Например, on-demand insurance позволяет «включать» КАСКО лишь во время самой поездки, а страховую защиту дома во время отъезда. Третье направление подразумевает диджитализацию каждой стадии страхования, например основанные на блокчейне проекты защищают данные как самой компании, так и ее клиентов от изменения и мошенничества.

В России основными направлениями электронных продаж являются личный кабинет страхователя на официальном сайте компании, предоставляющий информацию о страховых продуктах и возможности приобретения полиса без посредников; мобильное приложение компании, позволяющее не только застраховаться, но и быть на связи со страховщиком, узнавать о всех акциях, последних новостях компании и даже оставлять свои отзывы и рекомендации. Свои мобильные многофункциональные приложения имеют лишь девять крупных компаний, из них АльфаСтрахование Мобай (лидер по скачиванию), ВСК страхование и Согласие, но судя по невысокому рейтингу и отрицательным отзывам, компаниям еще предстоит совершенствовать свою работу. Набирает популярность использование мессенджеров WhatsApp, Viber для круглосуточной связи с компанией; и маркетплейсов, позволяющих страхователям выбрать страховщика с подходящими по стоимости и обслуживанию услугами, а компаниям – оценить востребованность их продуктов в конкурентной среде.

Таким образом, уже сегодня цифровые технологии способны оптимизировать работу отечественных страховщиков, минимизировать их потери от мошенничества, а для клиентов увеличить доступность и ассортимент страховых продуктов.

Литература:

1. Музаев М.З., Денисова И.П., Самойлова К.Н., Ширшов В.Ю. Тренды развития страховых продуктов в условиях цифровизации экономики / М.З. Музаев, И.П. Денисова, К.Н. Самойлова, В.Ю. Ширшов // Финансовые исследования. – 2019. – №3. – С. 170-177.
2. Сафина Л.М. Серспективы развития электронного страхования в РФ на 2018-2020гг. / Л.М. Сафина, К.С. Смоляницкий, С.С. Асташкин // Сборник трудов XIX Международной научно-практической конференции «Страхование в эпоху цифровой экономики: проблемы и перспективы». – 2018. – С. 1-94.

РАЗВИТИЕ ЦИФРОВОЙ ЭКОНОМИКИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

А.Ю. Шадрин

Научный руководитель доцент О.И. Карепина

Аннотация. Проведен анализ факторов, оказывающих непосредственное влияние на развитие цифровой экономики в России.

Ключевые слова: цифровая экономика, факторы, проблемы развития.

Актуальность рассматриваемой темы определяется объективной неизбежностью трансформации всей мировой экономики, подразумевая переход экономики России в ее новое состояние – «цифровая экономика». Подтверждением вышесказанному может служить программа «Цифровая экономика Российской Федерации», утвержденная правительством. В условиях реализации национальной программы «Цифровая экономика Российской Федерации», проводимой в соответствии со Стратегией развития информационного общества в Российской Федерации на 2017-2030 гг., утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 9 мая 2017 г. №203 «О Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017-2030 гг.», происходит трансформация российской экономики. По нашему мнению, к факторам, указывающим на необходимость трансформации российской экономики, можно отнести следующие.

Во-первых, это удовлетворение все более растущих потребностей человека, влекущее за собой развитие системы хозяйственной деятельности.

Во-вторых, экономика страны должна быть конкурентоспособной, в противном случае национальная безопасность может оказаться под угрозой.

Цели и задачи, выделенные в рамках программы «Цифровая экономика Российской Федерации», предполагается реализовать по восьми направлениям на период до 2025 года. Успешное выполнение намеченного плана позволит создать цифровую экономику в России до 2025 года, а также приведет к увеличению ВВП страны на 4,1-8,9 трлн руб. О таких цифрах можно с уверенностью говорить благодаря тотальной автоматизации существующих процессов, внедрению принципиально новых бизнес-моделей и технологий [1].

Рассматривая данный вопрос с другой стороны, стоит выделить и проблемы, связанные с технологической частью данного процесса: формирование нормативной базы не успевает за внедрением новых технологий, так как новые технологии внедряются в короткие сроки, а регулирующие их нормативные документы принимаются в среднем в течение года; кибербезопасность и управление рисками, при внедрении новых IT-технологий замечен рост кибермошенничества в 2-3 раза; идентификация личности в цифровом пространстве и защита персональных данных, широкое распространение новых типов проведения финансовых операций влечет за собой риски с некорректной идентификацией личности и утечкой важной информации [2]; низкая гибкость кадров, процесс переподготовки кадров проходит медленнее, нежели внедрение новых IT-технологий; низкий уровень технической оснащенности [3].

Литература:

1. Цифровая Россия: новая реальность [Электронный ресурс] URL: <http://www.mckinsey.com/russia/our-insights/ru-ru> (дата обращения: 10.01.2020).
2. Иванова О.Б. Развитие государственного финансового контроля за реализацией национальных проектов на региональном уровне / О.Б. Иванова, О.И. Карепина // Финансы. – 2019. – № 11.
3. Карепина О.И. Организация государственного финансового контроля государственных закупок в Российской Федерации // Аудиторские ведомости. – 2019. – № 1.

Научное издание

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

ЧАСТЬ 3

Ответственный редактор
Технический редактор
Корректор
Оригинал-макет

О.О. Айвазян
Г.А. Ярошенко
С.А. Савенко
Л.И. Просоедова

Подписано в печать 04.05.2020.
Формат 60×90/16. Бумага для офисной техники.
Усл. печ. л. 16,3. Тираж 255 экз. Заказ №70.
Отпечатано на множительной технике.

Редакционно-издательский отдел
Кубанского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

