

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



**ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ
XLVIII НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ
ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА
(февраль - март 2021 г.)**

ЧАСТЬ 2

**КРАСНОДАР
2021**

УДК 796(06)
ББК 75.1
Т 29

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

Редакционная коллегия:

профессор Г.Д. Алексянц
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 XLVIII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2021 г.) г. Краснодар:** материалы конференции / ред. коллегия Г.Д. Алексянц, И.Н. Калинина, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Т.А. Самсоненко, М.М. Шестаков, Е.А. Еремина, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2021. – Часть 2. – 324 с.

УДК 796 (06)
ББК 75.1

©КГУФКСТ, 2021.

ОГЛАВЛЕНИЕ

КАФЕДРА СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО СЕРВИСА И ТУРИЗМА	18
СОВРЕМЕННЫЕ МАРКЕТИНГОВЫЕ СТРАТЕГИИ В ТУРИЗМЕ И УПРАВЛЕНИЕ ИМИ.....	18
И.А. Айвазьян, О.В. Шпырня	18
ПРОЕКТИРОВАНИЕ АВТОМОБИЛЬНОЙ ЭКСКУРСИИ ПО г. КРАСНОДАРУ В РАМКАХ ГОСТЕВЫХ ПРОГРАММ.....	20
Д.К. Акалелова, Т.Н. Поддубная.....	20
ОСОБЕННОСТИ УПРАВЛЕНИЯ ПЕРСОНАЛОМ ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ	22
Е.Р. Акульшина, М.В. Коренева	22
ТЕХНОЛОГИИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПОСТАВЩИКОВ УСЛУГ С ГОСТИНИЧНЫМ ПРЕДПРИЯТИЕМ.....	23
Н.С. Бедная, И.В. Макрушина	23
РЕСУРСНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ВЪЕЗДНОГО ТУРИЗМА В РЕГИОНЕ	25
А.А. Безрук, И.М. Кучеренко.....	25
СУЩНОСТЬ И ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА.....	27
Е.М. Богачева, М.В. Коренева.....	27
ВЛИЯНИЕ АРМЯНСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА РАЗВИТИЕ ЭТНОГРАФИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ	28
Т.Н. Бондаренко, Е.Л. Заднепровская	28
ЮЖНОКОРЕЙСКИЙ ФЕНОМЕН «ХАЛЛЮ» КАК ФАКТОР ТУРИСТСКОЙ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ СТРАНЫ	30
Е.Г. Васильева, Т.Н. Поддубная.....	30
СОВРЕМЕННАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ КАК ОДИН ИЗ ЭФФЕКТИВНЫХ МЕТОДОВ ПРОДВИЖЕНИЯ В ТУРОТРАСЛИ	32
В.Б. Веремьева, И.В. Макрушина.....	32
КВЕСТ КАК ЭЛЕМЕНТ КУЛЬТУРНОГО ДОСУГА МОЛОДЕЖИ.....	34
И.В. Гавазюк, А.А. Юрченко.....	34
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ОРГАНИЗАЦИИ ЭКСКУРСИИ ДЛЯ ВОЛЕЙБОЛИСТОК ВЫСШЕЙ ЛИГИ «А».....	35
А.В. Гарбуз, Е.А. Еремина.....	35
МАРКЕТИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ РЫНКА ЭКСКУРСИОННЫХ УСЛУГ В ГОРОДЕ СЕВАСТОПОЛЬ	37
Ю.М. Гончарова, О.В. Шпырня	37
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ УПРАВЛЕНИЯ ПЕРСОНАЛОМ НА ТУРИСТСКОМ ПРЕДПРИЯТИИ.....	38
В.А. Григорьева, И.М. Кучеренко	38

ОРГАНИЗАЦИЯ КОМПЛЕКСНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ БОЛЕЛЬЩИКОВ ГОНОЧНОЙ СЕРИИ DTM В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ	40
С.Д. Девдариани, Д. А. Кружков	40
ФОРМИРОВАНИЕ ИМИДЖА И РЕПУТАЦИИ В ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА	41
В.С. Дибижева, О.В. Шпырня	41
К ВОПРОСУ О СОВРЕМЕННЫХ ПРОБЛЕМАХ РЕФОРМИРОВАНИЯ В СФЕРЕ ГОСТИНИЧНОЙ ИНДУСТРИИ	42
Е.А. Евсюкова, Е.В. Ползикова	42
ФОРМИРОВАНИЕ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО И ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ НА ПРИМЕРЕ КАЗАЧЕСТВА	43
Д.В. Железняк, А.А. Юрченко	43
АВТОМАТИЗИРОВАННЫЕ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ В СФЕРЕ ГОСТЕПРИИМСТВА В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ЭКОНОМИКИ	44
А.В. Зайцев, Е.В. Василенко	44
ЦЕНОВАЯ ПОЛИТИКА ГОСТИНИЧНЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ COVID-19	47
А.В. Зайцев, О.В. Шпырня	47
ОБОБЩЕНИЕ ОПЫТА РАБОТЫ ВОЛОНТЕРОВ ПО УПРАВЛЕНИЮ ИНФОРМАЦИОННЫМИ ПОТОКАМИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ	49
А.С. Ивонина, И.В. Макрушина	49
МЕРОПРИЯТИЯ СОБЫТИЙНОГО ТУРИЗМА КАК УСЛОВИЕ ПРИВЛЕЧЕНИЯ ТУРИСТОВ В ЕЙСКИЙ РАЙОН	51
А.С. Ильченко, А.А. Юрченко	51
РЫЦАРСКИЕ ФЕСТИВАЛИ КАК ОБЪЕКТ СОБЫТИЙНОГО ТУРИЗМА.....	53
А.В. Карманова, Т.Н. Поддубная	53
ПРИРОДНО-РЕКРЕАЦИОННЫЕ И СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ПЛЯЖНОГО ОТДЫХА В НОВОРОССИЙСКОМ РАЙОНЕ.....	55
А.А. Кизиль, А.А. Юрченко	55
ПОТЕНЦИАЛ НОВОРОССИЙСКОГО РАЙОНА ДЛЯ РАЗВИТИЯ ГАСТРОНОМИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ	56
А.А. Кизиль, А.А. Юрченко	56
К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ РАСШИРЕНИЯ СПЕКТРА ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫХ УСЛУГ ПРЕДПРИЯТИЕМ ПИТАНИЯ	57
А.В. Коваленко, М.В. Коренева	57
КОНЦЕПЦИЯ ПРОДВИЖЕНИЯ УСЛУГ РЕСТОРАНА С ПОМОЩЬЮ КОМПЛЕКСА МАРКЕТИНГА.....	58
Т.В. Кравченко, А.А. Юрченко	58

ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ЭКСКУРСИЯ ПО КРЫМУ КАК СРЕДСТВО ОРГАНИЗАЦИИ ДОСУГА ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА	59
А.М. Крашенинникова, Е.А. Еремина	59
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ САФАРИ-ТУРИЗМА НА АЗИАТСКОМ СЕВЕРЕ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ	62
Д.В. Кушнарера, А.А. Юрченко	62
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ТЕПЛОХОДНОГО ТУРИЗМА НА АЗОВО- ЧЕРНОМОРСКОМ ПОБЕРЕЖЬЕ	64
М.В. Кушнарера, А.А. Юрченко	64
КИНОТУРИЗМ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ	65
Е.Ю. Лагошина, Е.Л. Заднепровская.....	65
НЕПАЛ – «МАКУШКА МИРА» ДЛЯ РОССИЙСКИХ ПУТЕШЕСТВЕННИКОВ	67
А.Н. Лапшина, А.А. Юрченко	67
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СПЕЛЕОТУРИЗМА В НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ	69
А.Н. Лапшина, А.А. Юрченко	69
РЕГУЛИРОВАНИЕ ЦЕНОВОЙ ПОЛИТИКИ ПРЕДПРИЯТИЙ ПРИТАНИЯ В ПЕРИОД ВВЕДЕНИЯ КАРАНТИННЫХ МЕР	70
Р.М. Лукаш, О.В. Шпырня	70
ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ	71
Я.П. Маврина, Е.Л. Заднепровская.....	71
ПОПУЛЯРНОСТЬ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В СТРАНАХ ЕВРОПЫ	73
И.Р. Маслюк, И.В. Макрушина.....	73
ВИРТУАЛЬНЫЕ ЭКСКУРСИИ ВОЕННО-ИСТОРИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ КАК ФАКТОР ДИВЕРСИФИКАЦИИ УСЛУГ МУЗЕЕВ	75
И.А. Мязин, Д.А. Кружков	75
ИВЕНТ-МЕНЕДЖМЕНТ НА СЛУЖБЕ ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА.....	76
А.Д. Новокрещенова, Е.А. Еремина	76
СЕГМЕНТАЦИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО ТУРИСТСКОГО РЫНКА	78
А.Г. Обухова, О.В. Шпырня	78
ПРОБЛЕМЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ КАЧЕСТВА ПРОДУКТА КАК ГЛАВНОГО ФАКТОРА В КОНКУРЕНТНОЙ БОРЬБЕ НА РЫНКЕ ТУРИСТСКИХ УСЛУГ	79
А.А. Остроух, Е.В. Ползикова	79
РОЛЬ ИСТОРИКО-КУЛЬТУРНОГО ПОТЕНЦИАЛА ОСТРОВА СИЦИЛИЯ В РАЗВИТИИ ТУРИЗМА.....	80
К.Т. Петросян, Т.Н. Поддубная	80
ПРАЗДНИК «DIA DE LOS MUERTOS» В МЕКСИКЕ КАК ОБЪЕКТ ТУРИСТСКОГО ИНТЕРЕСА	82
К.Т. Петросян, Т.Н. Поддубная	82

ВЛИЯНИЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19 НА ДАЛЬНЕЙШЕЕ РАЗВИТИЕ ПРЕДПРИЯТИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ	84
А.С. Попова, И.В. Макрушина	84
ЭЛЕКТРОННАЯ ВИЗА КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ ВЪЕЗДНОГО ТУРИЗМА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ	86
А.С. Пузик, А.А. Юрченко	86
НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ	88
М.В. Ромащенко, Т.Н. Поддубная.....	88
ОНЛАЙН-ПОДДЕРЖКА ДОБРОВОЛЬЦЕВ-ПСИХОЛОГОВ В УСЛОВИЯХ РАСПРОСТРАНЕНИЯ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19	90
Д. Савинов, И.В. Макрушина.....	90
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ DIGITAL-МАРКЕТИНГА В СФЕРЕ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА	92
Д.Г. Сафаргалиева, Е.В. Василенко	92
РАЗРАБОТКА ПЕШЕХОДНОЙ КУЛЬТУРНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ЭКСКУРСИИ ПО ГОРОДУ КРАСНОДАРУ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КУЛЬТУРНО-ИСТОРИЧЕСКОГО НАСЛЕДИЯ	94
Д.В. Свинин, Т.Н. Поддубная	94
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРОДВИЖЕНИЯ ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА	96
Ю.Д. Свириденко, О.В. Шпырня	96
СПЕЦИФИКА ОБСЛУЖИВАНИЯ ИНОСТРАННЫХ ТУРИСТОВ В СВЯЗИ С ОСОБЕННОСТЯМИ ИХ ЭТНИЧЕСКИХ И КУЛЬТУРНЫХ РАЗЛИЧИЙ	97
Э.В. Солдаткин, И.В. Макрушина.....	97
АНТИКРИЗИСНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ТУРБИЗНЕСОМ В УСЛОВИЯХ ПОСЛЕДСТВИЙ ПАНДЕМИИ.....	98
Э.А. Солдаткин, Е.В. Василенко	98
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ SMM-МАРКЕТИНГА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ГОСТЕПРИИМСТВА.....	101
Т.А. Стародубцева, Е.А. Еремина.....	101
УПРАВЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКИМИ РЕСУРСАМИ В КАДРОВОЙ ПОЛИТИКЕ ПРЕДПРИЯТИЙ ТУРИНДУСТРИИ.....	103
Е.А. Степанова, Е.А. Еремина.....	103
ЭТНОГРАФИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ СЕВЕРНОГО КАВКАЗА КАК КАТАЛИЗАТОР РАЗВИТИЯ ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА В РЕГИОНЕ	106
Э.Э. Тропина, Е.В. Ползикова	106
ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ КОНКУРЕНТНОЙ СРЕДЫ СОВРЕМЕННОГО ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ	108
Е.Р. Федченко, О.В. Шпырня	108

ДЕФИНИЦИЯ «ЛИЧНОСТНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В СОВРЕМЕННЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ.....	109
И.А. Целещева, Т.Н. Поддубная.....	109
АНАЛИЗ ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ ЭТНОГРАФИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В СИБИРСКОМ ФЕДЕРАЛЬНОМ ОКРУГЕ.....	111
А.Д. Шатская, М.В. Коренева	111
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ РЫНКА ТУРИСТСКИХ УСЛУГ КАК ОБЪЕКТ МАРКЕТИНГА.....	112
А.В. Шелудько, О.В. Шпырня.....	112
ОРГАНИЗАЦИЯ КАЧЕСТВЕННОГО СЕРВИСА НА ПРЕДПРИЯТИИ ПИТАНИЯ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ.....	113
П.А. Ширяева, Е.В. Ползикова	113
ОСНОВНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ КОМПЛЕКСА ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ ГОСТИНИЦЫ.....	114
Е.А. Шиян, Е.В. Ползикова.....	114
ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИИ И СТИМУЛИРОВАНИЕ ТРУДА НА ПРЕДПРИЯТИИ ПИТАНИЯ	115
Е.В. Щукина, М.В. Коренева	115
КОНКУРЕНТНЫЕ СТРАТЕГИИ ВЕДУЩИХ ГОСТИНИЧНЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ	116
А.В. Ярошук, Е.Л. Заднепровская	116
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ	118
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ	118
Т.Г. Аванян, И.В. Тихонова	118
РОЛЬ И МЕСТО СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ В ПРОГРАММЕ ДРЕВНИХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР.....	119
Т.Г. Аванян, И.В. Тихонова	119
ОСОБЕННОСТИ СОСТАВЛЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ КОМПОЗИЦИЙ В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.....	120
В.В. Агеева, В.А. Кузьменко	120
СТРЕТЧИНГ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ У ГИМНАСТОК 9-10 ЛЕТ	122
А.А. Алейникова, О.Ф. Барчо.....	122
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ В СИСТЕМЕ ТРЕНИРОВКИ ЕДИНОБОРЦЕВ.....	124
Р.М.-О. Алиев, И.В. Тихонова	124
ВОПРОСЫ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ СИСТЕМЫ ТРЕНИРОВКИ ЕДИНОБОРЦЕВ	125
Р.М.-О. Алиев, И.В. Тихонова	125
КОМПОНЕНТЫ ПРОИЗВОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ С БУЛАВАМИ ГИМНАСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	126
А.Д. Ахалаури, О.Ф. Барчо	126

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ АКРОБАТОВ	128
М.М. Бахтиярова, В.В. Тронеv	128
О ВОПРОСЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ГИМНАСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ	129
А.А. Брызгалова, В.В. Тронеv	129
СОДЕРЖАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ	131
М.С. Бурко, Н.В. Береславская	131
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ЧЕРЛИДИНГЕ СРЕДСТВАМИ ХОРЕОГРАФИИ	133
А.В. Волкова, И.Н. Ронь	133
МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ АРТИСТИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ 10-12 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ	134
П.В. Воложанинова, Т.В. Лукашова, Н.Н. Пилюк	134
СПОСОБЫ ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТСМЕНОК В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ	136
М.В. Волошина, Н.В. Береславская	136
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ АКРОБАТОВ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА ПОДГОТОВКИ	138
М.В. Гребеник, Ф.Ю. Жигайлов, Л.В. Жигайлова	138
ПРИНЦИПЫ И ОСОБЕННОСТИ СУДЕЙСТВА ДЕТСКИХ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	140
А.А. Дерикьянц, И.Н. Ронь	140
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ГИМНАСТОВ В ПРЫЖКАХ НА АКРОБАТИЧЕСКОЙ ДОРОЖКЕ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ СРЕДСТВАМИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ	142
И.В. Дрозд, Г.М. Свистун	142
ОСОБЕННОСТИ ВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО ПОЕДИНКА В ГРЕКО- РИМСКОЙ БОРЬБЕ	144
М.Г. Евлоев, И.В. Тихонова	144
ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СТИЛЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БОРЦОВ	145
М.Г. Евлоев, И.В. Тихонова	145
ОСОБЕННОСТИ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА	146
А.А. Ерофеева, И.Н. Ронь	146
РОЛЬ ИМПРОВИЗАЦИИ В СОВРЕМЕННОЙ ХОРЕОГРАФИИ	147
А.А. Ерофеева, И.Н. Ронь	147
КООРДИНАЦИОННАЯ ПОДГОТОВКА РЕГБИСТОВ 15-16 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ГИМНАСТИКИ	148
П.Ю. Жигайлов, Л.В. Жигайлова	148

ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ.....	149
И.И. Иванов, И.В. Тихонова	149
КОМПЛЕКСНОЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ БОРЦА	150
И.И. Иванов, И.В. Тихонова	150
ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ТАНЦЕВАЛЬНОГО СПОРТА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ.....	151
Е.А. Илькив, И.Н. Ронь	151
ОСОБЕННОСТИ УПРАЖНЕНИЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ	153
С.А. Крушанова, О.Ф. Барчо	153
ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ НЕ ВКЛЮЧЕН В ПРОГРАММУ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР.....	155
В.А. Кузьменко, И.Н. Ронь	155
ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ДЕВУШКАМИ.....	156
Э.Р. Кунбутаева, О.Ф. Барчо	156
ИМИТАЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ В СИСТЕМЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННЫХ ВИДОВ СПОРТА	158
А.В. Курочкина, С.С. Муравьев, Л.В. Жигайлова	158
КОМПОНЕНТЫ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО МАСТЕРСТВА АКРОБАТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	160
Н.А. Лаврентьев, Н.В. Береславская	160
СТАНОВЛЕНИЕ АКРОБАТИЧЕСКОГО РОК-Н-РОЛЛА В ОЛИМПИЙСКОЙ ПРОГРАММЕ	162
М.А. Лаптева, И.Н. Ронь	162
АРТИСТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ СПОРТИВНОЙ КОМПОЗИЦИИ В ГИМНАСТИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА.....	163
Т.В. Лукашова, О.Ф. Барчо	163
К ВОПРОСУ СОПРЯЖЕННОГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ГИМНАСТОК НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	165
Д.С. Лунева, Н.В. Береславская.....	165
ПРЫЖКОВАЯ ПОДГОТОВКА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ	166
Т.Ю. Мамонтова, О.Ф. Барчо.....	166
ОСНОВЫ КОМПОЗИЦИОННОГО ПОСТРОЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ	167
Н.А. Манукян, Н.В. Береславская.....	167
ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПЕДАГОГА С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ	169
Д.А. Масленко, А.В. Благодарева, И.Н. Ронь.....	169

КРИТЕРИИ ПОСТРОЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В ВОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГИМНАСТОК.....	170
А.В. Ошатинская, Н.В. Береславская.....	170
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ТАНЦЕВАЛЬНЫМ СПОРТОМ НА РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	172
А.М. Павлова, Е.И. Кизнер, И.Н. Ронь.....	172
ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ПРИСПОСОБЛЕНИЯ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ УПРАЖНЕНИЙ НА БРУСЬЯХ РАЗНОЙ ВЫСОТЫ.....	174
М.М. Пащенко, П.Ю. Жигайлов, Л.В. Жигайлова.....	174
ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ	176
Г.В. Пепеляева, П.Ю. Жигайлов, Л.В. Жигайлова.....	176
СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОГО КОЛЛЕКТИВА ГИМНАСТОК, ВЫСТУПАЮЩИХ ПО ПРОГРАММЕ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ.....	178
П.М. Пластинина, В.А. Кузьменко.....	178
ПРОБЛЕМЫ ВИДА ПРОГРАММЫ «ТЕХНИКА НОГ» В ДИСЦИПЛИНАХ «А» И «М» КЛАСС-МИКСТ МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ.....	180
В.Д. Подлесных, И.Н. Ронь	180
ВЛИЯНИЕ СЕНСОРНЫХ СИСТЕМ НА ПОДДЕРЖАНИЕ РАВНОВЕСИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ	181
Е.О. Пупенко, Н.В. Береславская	181
ОСОБЕННОСТИ ОТБОРА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ И ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ	183
М.М. Саватеева, О.Ф. Барчо	183
К ВОПРОСУ ОПТИМИЗАЦИИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГИМНАСТОВ (НА ПРИМЕРЕ ПРЫЖКОВ НА БАТУТЕ)	185
А.А. Семенихина, Н.В. Береславская.....	185
РОЛЬ СКОРОСТНЫХ КАЧЕСТВ В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ.....	187
М.А. Сенченко, И.Н. Ронь	187
ЗАДАЧИ ПЕРИОДОВ ПОДГОТОВКИ В ОПОРНЫХ ПРЫЖКАХ ГИМНАСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	188
Д.С. Скрышник, Ф.Ю. Жигайлов, Л.В. Жигайлова.....	188
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ГИМНАСТОК СПОРТИВНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЭТАПА ПОДГОТОВКИ.....	190
М.А. Тозлян, Л.В. Жигайлова	190
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ ЮНЫХ ГИМНАСТОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ	192
А.Ю. Ухабова, В.В. Тронев	192

ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.....	194
А.А. Фисак, Н.В. Береславская	194

СПЕЦИФИКА ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОМУ ДЕЙСТВИЮ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ	196
Ф.А. Чичиян, И.В. Тихонова	196

ТРАВМАТИЗМ В СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННЫХ ВИДАХ СПОРТА (НА ПРИМЕРЕ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ)	197
И.Е. Шикунов, С.С. Муравьев, Л.В. Жигайлова.....	197

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ, ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКИ И СТРЕЛКОВОГО СПОРТА198

ОСОБЕННОСТИ СТАНОВЛЕНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ДЗЮДО	198
А.А. Арзуманян, А.А. Близнюк	198

МЕТОДИКА ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В НАЧАЛЬНЫХ ГРУППАХ ТХЭКВОНДО	199
Т.Н. Барковская, Д.А. Корицкая, И.А. Коротких	199

ВКЛЮЧЕНИЕ МУЗЫКАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРИ ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ.....	200
В.А. Борисевич, А.А. Близнюк	200

ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА «СНАЙПЕРСКИЙ РУБЕЖ» В РАМКАХ «АРМИ-2020»	202
А.Н. Гниденко, А.А. Близнюк	202

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА БОРЦОВ НА ОСНОВЕ УПРАВЛЕНИЯ ПРЕДАТАКОВЫМИ ПОДГОТОВКАМИ	205
А.С. Головин, П.Г. Омарова	205

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА БОРЦОВ.....	206
К.М. Кортоев, П.Г. Омарова.....	206

ОСОБЕННОСТИ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ.....	207
К.М. Кортоев, П.Г. Омарова.....	207

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ	208
Д.А. Лазько, Ю.В. Кузнецов	208

ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ БОКСЕРОВ	209
Д.Д. Пигида, И.Г. Малазоня	209

ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПЕРЕВОРОТА НАКАТОМ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ.....	210
С.В. Семенов, П.Г. Омарова	210

ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВКИ ЮНЫХ БОРЦОВ.....	211
Б.З. Туаев, П.Г. Омарова	211
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ.....	212
Д.Г. Чакветадзе, П.Г. Омарова	212
СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ НАДЕЖНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ БОРЦОВ	213
Г.А. Чичиян, П.Г. Омарова	213
АЛГОРИТМ ПРИМЕНЕНИЯ БРОСКОВ СКРУЧИВАНИЕМ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ.....	214
Ю.М. Шишхов, И.А. Коротких	214
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЗИМНИХ ВИДОВ, ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТА И СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА.....	215
МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АТЛЕТОК-ПОЖАРНИЦ В ПОДЪЕМЕ ПО ШТУРМОВОЙ ЛЕСТНИЦЕ	215
Е.О. Аллаева, В.З. Яцык	215
МОДЕЛЬ ПРЕОДОЛЕНИЯ АТЛЕТАМИ-ПОЖАРНИЦАМИ ШТУРМОВОЙ ЛЕСТНИЦЫ В ПОЖАРНО-ПРИКЛАДНОМ СПОРТЕ	218
Е.О. Аллаева, В.З. Яцык	218
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ 13-14 ЛЕТ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	220
В.В. Артемьева, И.И. Горбиков	220
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЛЫЖНИКОВ НА ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ	221
С.А. Архипенко, И.И. Горбиков	221
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ СКАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ- ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ГОРНАЯ».....	222
Ю.М. Аушева, Л.П. Долгополов	222
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ ЛАЗАНИЯ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГОРНИКОВ В МЕЖСЕЗОНЬЕ НА ИСКУССТВЕННОМ РЕЛЬЕФЕ	223
К.Д. Болотников, Ю.М. Аушева, Л.П. Долгополов	223
ОСНОВЫ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ	224
Л.С. Бушуева, Л.П. Долгополов	224
«ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ» КАК МЕТОД САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ.....	225
О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин	225
ВНИМАНИЕ КАК ФУНКЦИЯ КОНТРОЛЯ И ОСОБЕННОСТИ ЕГО РАЗВИТИЯ У ДЕТЕЙ В ГОРНОЛЫЖНОМ СПОРТЕ.....	227
С.Р. Верина, В.З. Яцык	227

ИСТОРИЯ ЗАРОЖДЕНИЯ ХОККЕЯ И ЕГО АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ	229
В.А. Волнышев, В.Б. Парамзин.....	229
УПРАВЛЕНИЕ ПРЕДСТАРТОВЫМ СОСТОЯНИЕМ В ОДИНОЧНОМ ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	231
А.В. Гладкова, В.З. Яцык	231
РОЛЬ И МЕСТО ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ КАК СРЕДСТВА ОЗДОРОВЛЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ	232
К.Е. Голиков, Л.П. Долгополов.....	232
АКТУАЛЬНОСТЬ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИГУРИСТОВ В СИСТЕМЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА	233
А.А. Жданова, О.С. Васильченко	233
АКТУАЛЬНОСТЬ ОРГАНИЗАТОРСКО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ИХ ОБУЧЕНИЯ	235
О.С. Васильченко, А.А. Жданова, В.Б. Парамзин.....	235
ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ПРЫЖКОВ НА ЛЫЖАХ С ТРАМПЛИНА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ	237
С.С. Зырянов, О.С. Васильченко.....	237
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФИГУРИСТОВ	239
М.П. Касьянова, И.И. Горбиков	239
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК РАЗНЫХ КУРСОВ ОБУЧЕНИЯ В ЛЕТНОМ УЧИЛИЩЕ.....	240
А.О. Киселев, О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин	240
МОТИВАЦИОННЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ И ВОЕННО- ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ ЖЕНСКОГО ПОЛА ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ НА ВОЕННУЮ СЛУЖБУ	242
А.О. Киселев, О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин	242
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ.....	244
А.О. Киселев, В.Б. Парамзин.....	244
АКТУАЛЬНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОГРАММЫ СИТУАЦИОННОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.....	246
А.О. Киселев, О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин	246
АКТУАЛЬНОСТЬ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ К ПОСТУПЛЕНИЮ В ВОЕННЫЕ УЧИЛИЩА	248
А.О. Киселев, В.Б. Парамзин.....	248
ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ НА БЕГОВЫХ ЛЫЖАХ В ШКОЛЕ	249
Г.А. Коковкин, И.И. Горбиков.....	249

СОВРЕМЕННАЯ ЭКИПИРОВКА И ИНВЕНТАРЬ ХОККЕИСТА	250
Е.Д. Мазалов, И.И. Горбиков	250
ОСОБЕННОСТИ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ»	251
А.Н. Махлычев, Л.П. Долгополов	251
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ	252
И.Д. Митин, И.И. Горбиков	252
ОПЫТ СКАЙРАННИНГА В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНА-ТУРИСТА В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ».....	253
А.И. Никитенко, Л.П. Долгополов	253
РАЗВИТИЕ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ В РОССИИ.....	255
А.А. Платовская, В.Б. Парамзин	255
ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ТЕХНИКЕ КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ	258
А.С. Погребняк, И.И. Горбиков	258
РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ-ГОРНАЯ».....	259
Ю.Ю. Предко, Л.П. Долгополов	259
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА-ТУРИСТА ПЕРЕД ВОСХОЖДЕНИЕМ	260
Д.А. Ромме, Л.П. Долгополов	260
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА «СКАЛОДРОМ» В ПРОЦЕССЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ-ГОРНАЯ».....	262
М.С. Самойленко, Ю.М. Аушева, Л.П. Долгополов	262
ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЛЫЖНОГО И ЛЫЖЕРОЛЛЕРНОГО СПОРТА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ	263
О.В. Сеймениди, О.С. Васильченко	263
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ ПОДГОТОВКИ ТРЕЙЛРАННЕРОВ В ПРОЦЕССЕ ТРЕНИРОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»	265
Н.Е. Ситникова, Л.П. Долгополов.....	265
СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»	266
А.С. Солдатова, Л.П. Долгополов.....	266
МЕТОДИКА ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ НА ОСНОВЕ МОЩНОСТНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПЕДАЛИРОВАНИЯ	267
В.А. Сучков, В.А. Агасьян, В.З. Яцык	267

ГОДИЧНАЯ ПЕРИОДИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА БЕГУНОВ-МАРАФОНЦЕВ ВЫСШЕГО КЛАССА.....	268
Н.А. Филиппов, В.З. Яцык	268
ТРЕНИРОВКИ ПО ТРЕЙЛРАННИНГУ КАК СПОСОБ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА-ТУРИСТА В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «МАРШРУТ».....	270
В.А. Хаустова, Л.П. Долгополов	270
ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В УДАЛЕННЫХ НАСЕЛЕННЫХ ПУНКТАХ	271
И.С. Чубенко, Л.П. Долгополов	271
ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА РЕЗУЛЬТАТ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ	272
А.А. Шевченко, Л.П. Долгополов	272
РАЗВИТИЕ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «МАРШРУТ ГОРНЫЙ».....	273
Д.С. Шилов, Л.П. Долгополов	273
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ	274
«КАЗАЧЬЯ» ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ КАК РЕГИОНАЛЬНЫЙ ВИД ИСПЫТАНИЙ КОМПЛЕКСА ГТО В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ	274
Д.Р. Алдушина, О.Д. Мельчуков, С.П. Аршинник	274
СОДЕРЖАНИЕ РЕГИОНАЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО – «КАЗАЧЬЯ» ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ	275
Д.Р. Алдушина, А.Р. Путинцева, С.П. Аршинник	275
К ВОПРОСУ ОБ ЭФФЕКТИВНОСТИ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ.....	276
Д.Р. Алдушина, А.Р. Путинцева, С.П. Аршинник	276
ПОНЯТИЕ О МОТИВАХ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК ФАКТОРЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	279
А.В. Анищенко, Н.А. Амбарцумян, М.С. Шубин	279
ЦИФРОВИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	281
М.С. Аршинник, С.П. Аршинник	281
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ 13-15 ЛЕТ	282
А.А. Белоус, В.А. Мартынова	282
К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ КОМПЛЕКСНОГО КОНТРОЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	284
М.В. Гилдаш, С.П. Аршинник	284
К ВОПРОСУ О ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ ТЕСТОВ И НОРМАТИВОВ ДЛЯ ГРУПП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА БАСКЕТБОЛ.....	285
М.В. Гилдаш, С.П. Аршинник	285

К ВОПРОСУ О СОДЕРЖАНИИ И НОРМАТИВАХ ТЕСТОВ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ	286
М.В. Гилдаш, С.П. Аршинник	286
ВЛИЯНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРОГРАММЫ WORLD ATHLETICS «ДЕТСКАЯ ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА» НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	287
С.А. Гзогян, Н.Г. Шубина	287
К ВОПРОСУ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ НОВОГО ФОРМАТА	290
Т.П. Гончаренко, Н.Г. Шубина	290
СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ЖЕНЩИН В БЕГЕ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ.....	292
Ю.С. Кондрашкина, Н.Г. Шубина.....	292
ДИНАМИКА ПРОЦЕНТНОГО СООТНОШЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ, ОТНЕСЕННЫХ ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К РАЗЛИЧНЫМ МЕДИЦИНСКИМ ГРУППАМ	295
А.Ю. Косухина, С.П. Аршинник.....	295
К ВОПРОСУ О ТЕСТИРОВАНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ, ЗАЧИСЛЯЮЩИХСЯ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ...	297
Е.А. Мертвищева, С.П. Аршинник	297
СРЕДСТВА СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ СПРИНТЕРА НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА.....	299
Е.С. Плохой, Н.Г. Шубина	299
К ВОПРОСУ О СИНХРОНИЗАЦИИ ОЦЕНОК ПРОГРАММ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И НОРМАТИВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ ВФСК ГТО.....	302
А.Д. Фаддеева, С.П. Аршинник	302
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ПЛАВАНИЯ, ПАРУСНОГО И ГРЕБНОГО СПОРТА	303
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ УДАРНЫХ МИКРОЦИКЛОВ В ПОДГОТОВКЕ ГРЕБЦОВ-АКАДЕМИСТОВ	303
Д.В. Андриенко, К.С. Пигида	303
ВЛИЯНИЕ СТИЛЕЙ РУКОВОДСТВА НА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	304
Л.М. Гавриков, И.С. Ступак, К.С. Пигида	304
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У ЮНЫХ БРАССИСТОВ.....	305
Т.Р. Гасанов, М.С. Малиновски, А.В. Аришин.....	305
РОЛЬ ТЬЮТОРА В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ С ОВЗ.....	306
В.П. Дремин, А.В. Хороших, К.С. Пигида.....	306

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ ПЛАВАНИЯ СПОСОБОМ КРОЛЬ НА ГРУДИ ПЛОВЦОВ 12-13 ЛЕТ НА ОСНОВЕ ОПТИМИЗАЦИИ ТЕМПА И ДЛИНЫ ШАГА	307
И.Е. Евтушенко, Е.А. Сальникова	307
ПРИМЕНЕНИЕ АКВАПРОГРАММ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В СФЕРЕ ФИТНЕС-ИНДУСТРИИ.....	308
Д.Ю. Елькин, А.А. Джанкишиев, К.С. Пигида.....	308
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ДОСТИЖЕНИЙ В ПЛАВАНИИ СПОРТСМЕНАМИ США И РОССИИ В ПЕРИОД С 2000 ПО 2020 ГГ.	309
М.Е. Крохина, Д.С. Лямина, К.С. Пигида.....	309
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ В ПЛАВАНИИ У ДЕТЕЙ 9-10 ЛЕТ	310
А.А. Лавенек, Е.А. Сальникова	310
К ВОПРОСУ НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ БАЗЫ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩЕЙ КРИТЕРИИ ОТБОРА В СПОРТИВНОМ ПЛАВАНИИ.....	312
М.Е. Леонова, Е.А. Сальникова.....	312
IMPROVEMENT OF SPECIAL PHYSICAL QUALITIES IN ELITE SWIMMERS.....	315
M.S. Malinovskiy, A.V. Arishin, L.G. Yarmolinet.....	315
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ЮНОШЕЙ-СПРИНТЕРОВ.....	317
Д.В. Онищенко, М.С. Малиновский, А.В. Аришин	317
УЧЕТ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЖЕНЩИН ПРИ ПЛАНИРОВАНИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В СПОРТЕ	318
Е.С. Орябинская, А.В. Маринина, К.С. Пигида	318
ПЛАНИРОВАНИЕ ПЛАВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПОЛИАТЛОНИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП НА СПЕЦИАЛЬНО-ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ.....	319
Ю.Д. Сидоров, А.В. Погожев, К.С. Пигида.....	319
ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В ТЕЧЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ГОДА ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ 8-12 ЛЕТ.....	320
Г.А. Ускова, Е.А. Сальникова.....	320
ПРИМЕНЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ	321
Д.В. Хмельницкий, Е.А. Сальникова	321

КАФЕДРА СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО СЕРВИСА И ТУРИЗМА

УДК: 338.48

СОВРЕМЕННЫЕ МАРКЕТИНГОВЫЕ СТРАТЕГИИ В ТУРИЗМЕ И УПРАВЛЕНИЕ ИМИ

И.А. Айвазян

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

Аннотация. В данной работе рассматривается сущность и структура процесса управления маркетингом в туризме, представлена соответствующая классификация.

Ключевые слова: маркетинг, управление маркетингом, стратегия маркетинга, туризм.

Понятие «маркетинг» происходит от английского термина «market». В дословной русскоязычной интерпретации это означает «рынок». Именно поэтому сама процедура управления маркетингом, прежде всего, трактуется как определенная философия управления, осуществляемая в рыночных условиях, что в конечном итоге ориентирует процессы производства, продвижения и реализации туристских продуктов и (или) туристских услуг на удовлетворение большого количества, постоянно дифференцирующихся потребностей туристов [2]. Филипп Котлер, профессор Нью-Йоркского университета, являющийся одним из идеологов современного маркетинга, как концепции управления, считает, что данный процесс в индустрии туризма является в какой-то мере искусством и наукой эффективного определения целевого рынка, ставя своей целью привлекать, сохранять и накапливать число туристов посредством создания у них уверенности в том, что они представляют собой самую главную ценность для туристского предприятия [1].

Стратегия управления маркетингом в ходе производства, продвижения и реализации туристских продуктов и (или) туристских услуг является набором определенных приоритетов предприятия индустрии туризма, носящих стратегический характер, обусловленный необходимостью достижения цели компании на рынке. Помимо этого, предприятие индустрии туризма должно учитывать в своей маркетинговой деятельности классификацию стратегий продвижения туристских продуктов и (или) туристских услуг, прежде всего, в зависимости от конъюнктуры рынка туристских услуг в целом и туристских продуктов и (или) туристских услуг в частности. Как правило, необходимо учитывать и конкурентное положение туристского предприятия на рынке [3]. Необходимо постоянно держать в фокусе внимания конкурентные преимущества и недостатки предприятия индустрии туризма и гостеприимства, так как именно сильные стороны обуславливают выбор той или иной стратегии управления маркетингом туристского предприятия. Также наличие у предприятия индустрии туризма четко сформулированной маркетинговой стратегии позволяет, прежде всего, снизить уровень рисков при производстве, продвижении и реализации туристских продуктов и (или) туристских услуг; обеспечить концентрацию ресурсов для максимального удовлетворения запросов туристов; скорректировать имеющийся комплекс маркетинга, направив его на достижение целей управления; донести информацию до персонала о целях маркетинговой деятельности и приоритетах распределения ресурсов.

Таким образом, обобщая вышесказанное, можно сделать вывод о том, что управление маркетингом в туризме представляет собой важнейший процесс, включающий в себя последовательную реализацию определенных действий, например, анализ рыночной конъюнктуры, определение перспективных сегментов туристского рынка, формирование комплекса маркетинга, контроль комплекса маркетинга, что в итоге обеспечивает эффективность процесса управления маркетинговыми стратегиями.

Литература:

1. Василенко Е.В. Ориентация на потребителя как маркетинговый актив туристских предприятий // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – №1. – С. 62-64.
2. Кучеренко И.М. Разработка механизма партнерских взаимоотношений в туризме / И.М. Кучеренко, Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская, Я.В. Коробенко // Финансовая экономика. – М.: Некоммерческий фонд содействия развитию экономической науки и образования «Экономика», 2019. – № 1. – С. 353-355.
3. Шпырня О.В. Новые технологии развития рынка туристских услуг / О.В. Шпырня, М.В. Коренева // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2019. – № 4 (28). – С. 113-116.

ПРОЕКТИРОВАНИЕ АВТОМОБИЛЬНОЙ ЭКСКУРСИИ ПО г. КРАСНОДАРУ В РАМКАХ ГОСТЕВЫХ ПРОГРАММ

Д.К. Акалелова

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

Аннотация. В работе предложен авторский проект автомобильной экскурсии по г. Краснодару в рамках гостевых программ. Кратко изложены требования по разработке экскурсий на основе соответствующего ГОСТ. Описана целевая аудитория, объекты туристского показа, время экскурсии, а также некоторая дополнительная информация, которая используется при проектировании автомобильной экскурсии.

Ключевые слова: автомобильная экскурсия, автопутешествие, транспорт, проектирование, туристские ресурсы, город Краснодар, гости, гостевая программа.

В настоящее время в Российской Федерации заметно вырос спрос на автомобильный туризм. Это обусловлено несколькими факторами. Наблюдается весомый рост собственного автотранспорта благодаря импорту автомобилей из-за рубежа. Увеличилась безопасность автомобильного транспорта. Расширился спектр способов по ремонту иностранных автомобилей, а также увеличилось качество дорожной сети. Стало больше туристов на автомобилях, которые распространяют этот вид туризма, постоянно открывая новые туристские зоны и маршруты. Довольно значимым фактором стало улучшение безопасности на российских дорогах.

Автопутешествия – вид отдыха для самостоятельных и состоятельных людей, которые и дня не могут прожить без автомобиля. Для такого вида путешествий важно не только иметь собственный автомобиль, но можно взять автомобиль на прокат. Автомобильный туризм подразделяется на самостоятельный и организованный. Он различается по возможности ночевки в транспортном средстве; по разновидности используемого транспорта (автокемпинг, автомобильный, автобусный); комбинированный, в том числе «автостоп». Выделяют и разные типы заказчиков автомобильных туров, которые основываются на социально-демографических особенностях людей и их туристских предпочтений [1].

Уникальные в г. Краснодаре природные ресурсы, культурно-исторические памятники и объекты культурного наследия дают возможности для организации автомобильных экскурсий, которые обеспечат разнообразные потребности туристов в отдыхе и т.д. Обозначим некоторые туристские ресурсы города, которые могут быть объектом туристского интереса для проектирования автомобильной экскурсии: главная площадь города, старые дома и улицы, Краснодарский краевой художественный музей имени Ф.А. Коваленко, Литературный Музей Кубани, Городская роща, Краснодарская бальнеолечебница, Ботанический сад, которые расположены вблизи основных транспортных маршрутов, соединяющих их с любым районом города [2].

Нами разработан проект автомобильной экскурсии по г. Краснодар, который можно использовать для гостевых программ. При разработке проекта автомобильной экскурсии применялся ГОСТ 50681-2010. Туристские услуги. Проектирование туристских услуг. При разработке проекта предлагаемой экскурсии нами учитывались главные факторы: желания (требования, запросы) туристов/заказчиков турпродукта (услуги); состояние и устройство объектов в туристской отрасли; итоги актуальных маркетинговых исследований; соблюдение правил безопасности во время реализации предлагаемого турпродукта – автомобильной экскурсии; следование экологическим и санитарно-эпидемиологическим стандартам; предоставление договора туристских услуг с соисполнителями [3].

Во время экскурсии предполагается знакомство гостей нашего города с большинством знаковых достопримечательностей исторического центра: центральной улицы Красной, Царскими воротами, Театральной площади, сквером маршала Жукова, Александро-Невским собором. В ходе экскурсии предполагается осмотр посвященных казачеству, героям

литературных, художественных и кинематографических произведений памятников, современных зданий международных гостиничных сетей. В технологическую карту экскурсии включена возможность насладиться местными живописными аллеями и парковыми зонами. В процессе экскурсии туристам будет рассказано, как связаны с городом Краснодар А.С. Пушкин, И.Е. Репин и Ф.А. Коваленко, а также чем знаменита кубанская кухня.

Предлагаемая нами автомобильная экскурсия рассчитана на 1-4 человека, длительность экскурсии составляет 2 часа, включая время остановок для фото достопримечательностей. Предполагается использование личного автотранспорта, но если он отсутствует, можно воспользоваться альтернативной услугой найма профессионального водителя.

Таким образом, предлагаемая нами экскурсия является достаточно оптимальной и экономически выгодной, включая минимальные затраты. Данный турпродукт можно реализовывать в любое время года. Потенциальными потребителями его выступают гости нашего города, в т.ч. и семейные пары с детьми. Экскурсия ориентирована на рациональную организацию свободного времени гостей города в направлении повышения культурного уровня.

Литература:

1. Аксенов А.П. Развитие автомобильного туризма в России / А.П. Аксенов, Д.Ю. Монастыренко // Известия Московского государственного технического университета МАМИ. – 2016. – № 2. – С. 18-22.

2. Заднепровская Е.Л. Городской туризм как способ привлечения туристов к культурному наследию и истории г. Краснодара / Е. Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. - Краснодар: КГУФКСТ. – 2017. – Т. 1. – С. 94-98.

3. Поддубная Т.Н. Требования к разработке культурно-познавательной экскурсии для учащихся старших классов / Т.Н. Поддубная // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере: материалы V Международной науч.-практ. конференции, посвященной 30-летию Олимпийской академии Юга (25-26 сентября 2019 г.). – Краснодар, 2019. – С. 204-207.

Аннотация. В работе рассмотрены роль персонала туристского предприятия в предоставлении качественных услуг, а также особенности управления им для формирования у потребителей туристского продукта чувства удовлетворенности.

Ключевые слова: управление персоналом, особенности управления, туристское предприятие, персонал туристского предприятия.

К одной из важнейших составных частей конечного туристского продукта относится персонал туристского предприятия, который представляет собой основной ресурс, обеспечивающий конкурентные преимущества компании. Из этого следует, что на качество обслуживания туристов большое влияние оказывает сознательность и мастерство сотрудников предприятия, а их вежливость и отзывчивость обеспечивают удовлетворенность потребителей туристских услуг. Именно поэтому эффективное управление трудовыми ресурсами переходит в одну из самых важных функций туристского предприятия – управление персоналом [2, 3].

Принципиальное отличие туристского продукта, в первую очередь, от товаров широкого потребления заключается в широком вовлечении людей в производственную деятельность, в связи с чем именно человеческий фактор оказывает значительное влияние на его качество и разнородность [1].

С целью поддержания качества предоставления туристских услуг многие предприятия разрабатывают свои стандарты обслуживания, которые представляют собой свод правил обслуживания туристов, являющихся обязательным для следования и исполнения персоналом. В том числе эти стандарты направлены на обеспечение гарантии установленного уровня качества для всех оказываемых услуг. А стандарты, в свою очередь, определяют критерии, в соответствии с которыми производится как оценка уровня обслуживания туристов, так и деятельность персонала предприятия.

При этом стоит учесть, что стандартизация не может решить все вопросы, связанные с качеством предоставления туристских услуг, поскольку данное свойство направлено на формирование чувства удовлетворенности потребителей. При этом у каждого туриста свое видение мира и ожидания, которые обусловлены личностными особенностями сознания, психики. В этой связи и реакция на получаемое обслуживание индивидуальна, что делает невозможным представление восприятия в виде какого-либо определенного алгоритма, подходящего на все случаи жизни [3].

Таким образом, на сегодняшний день для качественного предоставления услуг туристским предприятием необходима не только технологическая подготовка со знаниями в сфере туристской индустрии, но и психологическая подготовка с владением персоналом навыками межличностного общения.

Литература:

1. Еремина Е.А. Состояние и перспективы профессиональной подготовки персонала для индустрии туризма / Е.А. Еремина, О.Н. Костюкова, А.И. Кузьменко, А.А. Тарасенко // Conference Proceedings. – 2015. – С. 121-125.
2. Ползикова Е.В. Адаптация персонала в организации / Е.В. Ползикова // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2017. – С. 255-256.
3. Шпырня О.В. Повышение квалификации специалистов индустрии туризма как инструмент роста их конкурентоспособности на рынке труда / О.В. Шпырня // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2017. – № 3. – С. 89-95.

ТЕХНОЛОГИИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПОСТАВЩИКОВ УСЛУГ С ГОСТИНИЧНЫМ ПРЕДПРИЯТИЕМ

Н.С. Бедная

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

Аннотация. В работе определяются предприятия, которые являются поставщиками услуг, а также рассматриваются вопросы взаимодействия гостиничных предприятий с поставщиками услуг.

Ключевые слова: гостиничные предприятия, поставщики услуг, турагентства, туроператоры, технологии взаимодействия, агентский договор.

В процессе обслуживания гостей гостиничных предприятий между собой взаимодействует большое количество предприятий и организаций разной направленности. Поэтому необходимо уделять значимую роль взаимодействию отеля с его существующими партнерами для успешного функционирования, что определяет качество предоставляемых услуг [1].

К поставщикам гостиничного предприятия относят предприятия питания (рестораны, кафе, столовые и др.); экскурсионные фирмы; транспортные компании; спортивные предприятия и сооружения; рекреационные предприятия, бытовые фирмы; торговые организации и другие.

Особое внимание необходимо уделить взаимодействию гостиничных предприятий с туроператорами и турагентствами. Сотрудничество с туроператорами и турагентствами гостиничные предприятия основано на определенных технологиях. Для взаимодействия с турагентствами гостиницы предоставляют скидки, так как турагентства – это небольшие предприятия, которые не имеют достаточно средств для ведения широкой рекламной деятельности. Именно такая скидка позволяет турагентству покрыть расходы на поиск клиентов и бронирование. Скидка составляет 10%.

С туроператорами гостиницы также взаимодействует с применением системы скидок. Обычно скидка составляет 20% от обозначенной цены в договоре.

Между гостиницей и туристскими предприятиями составляется агентский договор, на основе которого гостиничные услуги для туристов оплачивает турпредприятие. Для этого туристам выдаются ваучеры. На другие виды услуг, которые являются дополнительными, оплата осуществляется отдельно и самостоятельно клиентом.

Договор между гостиницей и туристским предприятием предполагает выплату комиссионного вознаграждения гостиницей, причем это осуществляется ежемесячно и сумма указывается в договоре.

В договоре между гостиничным предприятием и туристскими предприятиями прописаны все финансовые взаимодействия. Все расчетные мероприятия между предприятиями осуществляются посредством банковских расчетов. При возникновении разногласий обоими предприятиями представляются все копии квитанций о проведении оплаты. Также между предприятиями предусмотрены авансовые взаиморасчеты.

Если туристское предприятие нарушает договор о ежемесячном отчислении, причем до начала каждого месяца, то гостиничное предприятие оставляет за собой право не принимать ваучеры на обслуживание туристов от данного туристского предприятия. Туристы в этом случае оплачивают свое проживание без скидки. И в последующем гостиница не предоставляет выплаты туристскому предприятию, как комиссионное вознаграждение.

При взаимодействии гостиничных предприятий с поставщиками услуг важно ответственное отношение к предлагаемым и потребляемым услугам. Важно обращать внимание на соответствие организации обслуживания и предоставление услуг предприятий питания, их типов и классности, на представление транспортных услуг, соответствующих

типу гостиницы. Репутация поставщиков услуг должна иметь решающее значение при их выборе. Значительное внимание необходимо обращать при оформлении договорной документации о сотрудничестве с поставщиками услуг, так как это может еще больше повлиять на доверие к гостиничной компании. Ведь отель будет нести ответственность перед гостем за всех партнеров [2].

Таким образом, важно тесно сотрудничать с третьими лицами (поставщиками услуг), что определяет продвижение и успешное развитие гостиничного бизнеса.

Литература:

1. Кучеренко И.М. Разработка механизма партнерских взаимоотношений в туризме / И.М. Кучеренко, Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская, Я.В. Коробенко // Финансовая экономика. – М.: Некоммерческий фонд содействия развитию экономической науки и образования «Экономика», 2019. – № 1. – С. 353-355.

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

3. Ползикова Е.В. Специфика планирования ассортимента продукции гостиничного предприятия / Е.В. Ползикова, Е.А. Еремина, Ж. Воробьева // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы научно-практической конференции. Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики. – 2019. – С. 699-703.

РЕСУРСНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ВЪЕЗДНОГО ТУРИЗМА В РЕГИОНЕ

А.А. Безрук

Научный руководитель доцент И.М. Кучеренко

Аннотация. Краснодарский край принято считать ресурсной туристской дестинацией для развития въездного туризма в соответствии со стратегией и этапами развития въездного туризма, которые отображены в паспорте федерального проекта РФ.

Ключевые слова: ресурс, потенциал, въездной туризм, джиппинг-туры, культурное наследие, экологическая безопасность, экспорт услуг.

Краснодарский край можно считать вполне ресурсной туристской дестинацией для развития въездного туризма. Территория Краснодарского края располагается на юге России, в юго-западной части Северного Кавказа. Краснодарское побережье омывается Черным и Азовским морями на протяжении 740 км, поэтому приоритетным туристическим направлением в регионе является пляжный отдых [2].

Принято считать, что туризм стал восприниматься как полноценная экономическая отрасль, приносящая доход в бюджет и обеспечивающая рабочие места населению, только после перехода в ведение Минэкономразвития. В связи с этим обстоятельством и трансформацией отрасли в целом была разработана стратегия развития въездного туризма, основные направления которой представлены в паспорте федерального проекта «Экспорт услуг» [1]. И если ранее основное внимание в рамках развития въездного туризма было уделено Москве и Санкт-Петербургу, то пришло время освоить и ресурсный потенциал других туристских территорий.

Краснодарский край обладает мощной минерально-сырьевой базой, обеспечивающей целый ряд отраслей и предприятий края запасами сырья; здесь обнаружен крупный Азово-Кубанский бассейн пресных подземных вод, располагающий значительными запасами минеральных и термальных вод. На территории Большого Сочи находится уникальный бальнеологический курорт Мацеста, основанный на ресурсах сероводородных источников, известных в мире не одну сотню лет. Современный потенциал Сочи располагает ресурсами для проведения международных событийных мероприятий, благодаря сложившейся туристской инфраструктуре и уникальному сочетанию Горного и Прибрежного кластеров. Бальнеологический курорт Горячий Ключ расположен на склонах Кавказского хребта. Ресурсный потенциал данной территории представляют: питьевые минеральные источники, чистый горный воздух, реки, водопады, леса. В районе сложились благоприятные условия для развития санаторно-курортной базы. Для активных туристов разработан кольцевой веломаршрут: Горячий Ключ – п. Кутаис – хр. Котх – долина р. Хатыпс – г. Горячий Ключ. На Кубани сложились благоприятные условия для развития культурно-познавательного, активного, экологического, сельского туризма.

Разнообразие туристских направлений представляют: джиппинг-туры, пеший туризм, прогулки верхом на лошади, катание на квадроциклах, морская рыбалка и подводное погружение. Горнолыжный курорт Красная Поляна – уникальное место, которое функционирует круглый год. Летний сезон на Красной Поляне радует туристов пешими маршрутами, велопрограммами, спортивными и экологическими турами [3].

Культурное и природное наследие является важнейшей составляющей для развития внутреннего и въездного туризма. Среда обитания, национальные традиции, обычаи, объекты культуры запечатлены в многовековой истории развития народов определенной туристской дестинации и являются ресурсной базой для проектирования новых маршрутов и программ с целью привлечения в край иностранных гостей [2].

Литература:

1. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / В.Г. Минченко, Е.Л. Заднепровская, О.В. Шпырня, Т.Н. Поддубная, Т.А. Самсоненко, Т.А. Джум, М.В. Коренева, Е.В. Ползикова, Е.А. Еремина., Д.А. Кружков, А.А. Юрченко, Е.В. Василенко, А.Г. Василиади, И.С. Иванова // Под общ. редакцией В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 269 с.

2. Коренева М.В. Использование объектов наследия XXII Олимпийские Зимние Игры, XI Паралимпийские Зимние Игры в г. Сочи в постолимпийский период на основе его трансформации в туристский продукт / М.В. Коренева, Е.А. Еремина, О.В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2019. – № 2 (26). – С. 108-114.

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

СУЩНОСТЬ И ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА

Е.М. Богачева

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

Аннотация. В работе рассматриваются сущность и особенности спортивного туризма, а также представлены основные принципы разработки программ данного направления.

Ключевые слова: спортивный туризм, разработка программ, сущность спортивного туризма, особенности спортивного туризма.

С каждым годом российские туристы отдают предпочтение внутреннему туризму. Помимо этого, возрастающая популярность активного образа жизни оказывает влияние на выбор концепции их отдыха в целом. Пляжный отдых начинает передавать свое преимущество таким видам туризма, как пеший, горный, конный, водный и другие, которые относятся к спортивным видам туризма [2].

Спортивный туризм имеет далеко не одно определение. К нему относятся походы, целью которых является преодоление запланированной дистанции в условиях дикой природы с использованием различных видов передвижения (сплав, лыжи, велосипед и пр.) [1]. Такие походы подразделяются на шесть категорий сложности. На принадлежность к той или иной категории влияет их продолжительность, протяженность и сложность маршрута. К тому же спортивный туризм является самостоятельным видом спорта. Его также подразделяют на активный и пассивный. В первом случае он подразумевает непосредственное участие в спортивных программах. Основной идеей активного спортивного туризма является как проявление двигательной активности, так и волевых качеств человека. Из этого можно сделать вывод, что данный вид туризма требует хорошей физической и моральной подготовки от участника, а также его профессиональных навыков. Пассивный спортивный туризм отражается в организации поездок на спортивные мероприятия, где турист играет роль зрителя, наблюдает и болеет за команду [1].

Но тем не менее спортивный туризм чаще носит характер экстремальных путешествий. Он находит свое предназначение у любителей того или иного спорта, которые необязательно являются профессиональными спортсменами. Чаще всего такие туристы предпочитают сами организовывать свои поездки без помощи туристских фирм, от чего спортивный туризм может приобретать характер самостоятельного туризма [3].

Планирование и подготовка программ спортивного туризма представляет собой некий проект, основой которого является поиск необходимых условий и мест проведения, разработка спортивного маршрута, подбор и обеспечение спортивным инвентарем и оборудованием. Немаловажно уделить внимание самим туристам-участникам, а конкретно соответствию их физической подготовки туру, наличие определенных знаний и навыков, а также владение такими качествами, как воля и самодисциплина [2].

Таким образом, процесс разработки программ спортивного туризма является сложным комплексом действий, учитывающих множество нюансов и деталей и имеющих этапный характер, начиная от идеи создания и заканчивая доведением продукта до потребителя.

Литература:

1. Еремина Е.А. Спонсирование спортивных клубов / Е.А. Еремина // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2019. – С. 285.
2. Кружков Д.А. Компетентностный подход в преподавании учебной дисциплины «Комплексное туристское обслуживание спортивных мероприятий» / Д.А. Кружков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – № 1. – С. 115-117.
3. Юрченко А.А. Теория и методика спортивного и самостоятельного туризма: учебное пособие / А.А. Юрченко, В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 112 с.

ВЛИЯНИЕ АРМЯНСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА РАЗВИТИЕ ЭТНОГРАФИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

Т.Н. Бондаренко

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

Аннотация. В работе рассматривается влияние армянской культуры на развития этнографического туризма в Краснодарском крае; описываются объекты туристского показа, имеющие аттрактивную значимость для туристов.

Ключевые слова: этнографический туризм, армянская культура, потенциал туризма, духовная культура.

Этнографический туризм (этнотуризм) – вид туризма, который осуществляется с познавательной и развлекательной целями, включающий знакомство с историей, бытом, культурой определенного народа. Этнотуризм привлекает туристов из разных профессиональных сфер и возрастных категорий – всех тех, кто хочет окунуться в жизнь и творчество этносов.

Этнографический туризм включает в себя элементы культурно-познавательного, событийного, гастрономического и антропологического видов туризма. Познакомиться с жилищем, традициями и обычаями, языком, верованием, кухней, национальными костюмами, развлечениями можно в специально созданных этнографических комплексах или в реальных традиционных поселениях интересующего вас народа.

На территории Краснодарского края исторически проживало более ста народов: русские, украинцы, греки, армяне, адыги, белорусы, крымские татары, немцы, молдаване и другие. Но в основном на Кубани развивают этнотуризм на основе культуры казаков, хотя армянский народ считается вторым по численности в крае. А если говорить о регионах России, в которых проживают армяне, то по количеству лидирует Краснодарский край. Следовательно, этнографический туризм на основе армянской культуры имеет огромный потенциал для развития именно на территории рассматриваемого региона.

Разберем, чем интересна армянская культура для туристов. С древних времен Рим, Греция, Парфия (Иран) влияли на жизнь армянского народа, поэтому традиции и быт восточных и западных античных цивилизаций послужили основой для формирования самобытной армянской культуры, даже несмотря на частые гонения и переселения армянского народа. Переплетение двух противоположных начал – Востока и Азии – позволяет сегодня окунуться в национальный колорит и прочувствовать всю силу армянского характера.

Важнейшей составляющей духовной культуры является религия. Отказавшись от язычества Рима и маздеизма Ирана, в 301 году Армения стала первым в мире христианским государством. Созданный Месропом Маштоцем в 405 году армянский алфавит поспособствовал быстрому распространению христианства.

Архитектура и скульптура выражают величие Армении, которую называют «Страной Камней». Крест-камни (хачкары) до сих пор поражают своей изящностью и, одновременно, мощью [4].

Музыка и танцы сопровождают армян на протяжении всех событий в жизни. Невозможно полно описать чувства, которые возникают при прослушивании ритмичной музыки, создаваемой ударными, струнными и духовными инструментами. Дудук был внесен в список нематериального культурного наследия ЮНЕСКО за свою способность передавать печальные и радостные моменты истории армян. Национальные танцы, такие как папури, берд, кочари, выражают способность народа к объединению в борьбе за мир.

Воспитанию в армянской семье придается большое значение. Почитание старших, вежливость, взаимоуважение мужчин и женщин, трудолюбие и стремление к обучению, любовь к искусству, гостеприимство – все эти качества характеризуют армян. Упорство, упрямство, вспыльчивость, преданность Родине отражают сложное прошлое и настоящее армянского народа.

В Краснодарском крае возможно окунуться в атмосферу богатой армянской духовной и материальной культуры. Главная улица Краснодара знакомит с архитектурой XX века. Магазины и частные дома армянских купцов сейчас являются архитектурными памятниками города. Библиотека имени А.С. Пушкина изначально являлась армянским училищем, открытым армянским купцом Б.В. Чарачевым. Здание Армянской Успенской церкви начала XX века в настоящее время используется краевой прокуратурой. В центре Краснодара находится «зеленый» дом – гостиница «Централь», принадлежавшая армянским купцам Богарсуковым. Неподалеку находится и дом братьев, в котором сейчас расположен историко-археологический музей им. Е.Д. Фелицына. В общем счете армянскими купцами на улице Красной города до 1917 года было построено 95 зданий [2].

Армянский культурный центр «Арин-Берд» находится вблизи Анапы. Это колоритное место дает возможность познакомиться с историей Древней Армении, поучаствовать в мастер-классах, попробовать национальную кухню и посмотреть шоу-представление, сопровождаемое национальной музыкой и танцами [1].

В сочинских селах проживает большое количество армян, поэтому здесь находятся интересные объекты этнографического туризма. В с. Нор-Луйс был открыт Музей истории амшенских армян. Также в селе есть памятник создателю армянской письменности Месропу Маштоцу [3]. В с. Казачий Брод расположен целый этнографический комплекс «Амшенский двор». Он состоит из тематических ресторанных залов, археологической выставки, этнографического музея, мемориала и часовни [5].

Чтобы больше узнать о религии армян, туристы могут посетить храмы Армянской Апостольской церкви в Краснодаре, Гай-Кодзоре, Новороссийске, Армавире и других населенных пунктах.

Событийные мероприятия, в том числе национальные праздники, которые организуются на Кубани, позволяют привлечь местное население и внутренних туристов. В Армавире ежегодно проводится фестиваль национальных культур «Многонациональный Армавир», на котором армяне, чеченцы, евреи, дагестанцы, русские и другие этносы города могут представить свою культуру.

Таким образом, этнотуризм в Краснодарском крае на основе армянской культуры имеет огромный потенциал. Данный вид туризма способствует экономическому и социальному развитию региона, а также играет важную роль в сближении этносов и сохранении мира.

Литература:

1. Армянский культурный центр «Арин-Берд»: [Электронный документ] URL <https://www.arin-berd.ru/> (дата обращения 09.12.2020).
2. Заднепровская Е.Л. Этнографический туризм как один из механизмов возрождения и сохранения культурного наследия (на примере Кубани) / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы международной научно-практической конференции. – Донецк: ДАУГС, 2017. – С. 291-296.
3. Заднепровская Е.Л. Роль культурно-познавательного туризма в развитии этнографического туризма / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Филологические и социокультурные вопросы науки и образования: материалы II Международной научно-практической конференции. – Краснодар: КГТУ, 2017. – С. 592-597.
4. Мхитарян Х.В. Улица Красная и армянское купечество / Х.В. Мхитарян // Информационный портал hyak.media: [Электронный документ] URL <https://hayk.media/ulica-krasnaya-i-armyansko-kupchestvo-3/> (дата обращения 09.12.2020).
5. Ползикова Е.В. Роль этнокультурного фактора в развитии туризма на Северном Кавказе / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская, Э.Э. Тропина // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы международной научно-практической конференции. - Донецк: ДАУГС, 2020. - с. 481-485.
6. Этнографический ресторанный комплекс «Амшенский двор»: [Электронный документ] URL <https://amshen-dvor.ru/> (дата обращения 10.12.2020).

ЮЖНОКОРЕЙСКИЙ ФЕНОМЕН «ХАЛЛЮ» КАК ФАКТОР ТУРИСТСКОЙ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ СТРАНЫ

Е.Г. Васильева

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

Аннотация. Описан феномен «халлю» («корейской волны»), характерный для Южной Кореи. Обосновано влияние феномена «халлю» как основного фактора, способствующего повышению туристской привлекательности страны.

Ключевые слова: туризм, культура, «корейская волна», халлю, Республика Корея.

Понятие «халлю», или «корейская волна», относят к распространению массовой культуры Республики Корея во всем мире. Рождение данного термина произошло в середине 1990-х годов в Китае. Журналисты из Пекина ввели этот термин как ответную реакцию на стремительно растущую популярность в стране южнокорейской индустрии развлечений. Явление «халлю» вносит огромный вклад в бюджет Южной Кореи. В настоящий момент данный феномен реализуется и спонсируется с помощью поддержки государства и крупного бизнеса Южной Кореи. «Корейская волна» продолжает укреплять свои позиции в Азии, распространяясь на территорию Америки, Европы и Ближнего Востока [3]. Изначально «халлю» ограничивался популярностью корейских телешоу в Азии, но затем эта концепция была расширена музыкой в стиле K-POP Music. Активное распространение наблюдалось в первой половине 2000-х годов, начиная с развитием популярности таких телевизионных шоу, как «Осенняя сказка» (2000), «Зимняя соната» (2002) и «Жемчужина дворца» (2004) [3]. Правительство Южной Кореи считает, что феномен «корейской волны» благоприятно влияет на экономику, повышает конкурентоспособность страны и помогает продвигать свои товары в других странах. Остановимся подробно на стилях феномена «корейская волна».

K-POP-Music – самое популярное направление массовой культуры на сегодняшний день. Эта музыка включает в себя множество разных стилей. Участники K-POP групп не только имеют вокальные, но и хореографические данные. Тексты песни в основном на корейском языке, но с припевом на английском. Все выступление сопровождается красочным шоу с синхронными танцами и необычными костюмами. Созданием и продвижением артистов занимаются крупные специализированные корейские агентства.

K-DRAMA – это корейские телесериалы (дорамы). Их жанры тоже весьма разнообразны. Это романтические сюжеты, драмы, детективы, мистика, вампирские саги и триллеры.

K-COMICS – корейские комиксы. Это печатная продукция, которую часто выпускают после экранизации дорам и фильмов в качестве дополнения к сюжету.

K-DESIGN – начинается от автомобилей и различных электронных устройств до одежды в корейском стиле. На сегодняшний день корейская косметика, одежда и аксессуары пользуются огромной популярностью. Она экологична и эффективна.

Нельзя не заметить, что история Кореи, ее язык, кухня, достопримечательности и традиционная музыка привлекают туристов со всех стран мира. Сегодня многие люди начинают заниматься изучением корейского языка, посещая языковые курсы в Южной Корее, затем поступая в высшие учебные заведения этой страны.

Таким образом, сегодня понятие «корейская волна» затронула не только поп-культуру, а носит интегрированный характер, включает в себя въездной туризм, изучение корейского языка, интерес к модной корейской одежде, корейской косметике, национальной кухне и другим направлениям.

История популярности среди других стран, помимо Восточной Азии, началась в 2012 году. Так, южнокорейский певец PSY загрузил на социальную платформу YouTube свой клип GangnamStyle. За 24 часа он набрал 38,4 млн. просмотров, а в 2018 году их было более

трех миллиардов [3]. В мае 2018 года группа BTS побила рекорд, набрав более 41 миллиона просмотров. Так, стиль K-POP-Music стал музыкальным феноменом всего мира.

Знаменитости корейской индустрии поддерживают тесную связь со своими фанатами. Огромное количество поклонников приезжает в Южную Корею и другие страны на концерт своих любимых K-POP-артистов. Так, билеты на концерт корейской группы BTS раскупаются за считанные секунды. Туристы из разных стран посещают места съемок музыкальных клипов и дорам, рестораны корейской еды, музеи, магазины и выставки, посвященные корейской культуре, мастер-классы по хореографии K-POP.

Многие компании создают пакет туров для поездки в Южную Корею и за границу фанатам, которые желают посетить концерт K-POP. Так, наиболее популярным является «SMGlobalPackage». В стоимость тура входит не только стоимость билетов до страны назначения, но и проживание в отеле, питание, экскурсии и посещение концерта.

Во многих странах проходят выставки, посвященные корейским товарам и культуре, танцевальные мероприятия. Одним из самых популярных является международный любительский танцевальный конкурс «K-POPCoverDanceFestival», организованный при участии южнокорейской телевизионной сети MBC [2]. Отбор участников происходит в несколько этапов: сначала отправление заявки, потом выступление в своих городах, позже выступление в Москве. Последнее дает возможность выиграть билеты в Южную Корею для всей группы и станцевать на одной сцене со своими любимыми артистами.

Музыкальное явление «халлю» затронуло и такое грандиозное событие, как зимние Олимпийские игры 2018 года, проводимые в Пхенчхане. В церемонии закрытия принимали участие корейские артисты: группа «EXO» и сольная певица CL.

Многие критики предсказывали «корейской волне» короткую жизнь, полагая, что интерес к южнокорейской культуре в скором времени пойдет на спад. Однако сегодня наблюдается резкий подъем интереса к данному феномену и его популяризация. Каждый год число поклонников увеличивается на 40% [3]. «Корейской волне» принадлежит роль так называемой новой эпохи в южнокорейской культуре, интерес к которой проявляет все мировое сообщество. Широко распространенное восприятие Южной Кореи как маленькой страны изменилось – страна стала привлекательным туристским направлением. Опыт Южной Кореи является прямым доказательством высокой степени влияния культурно-познавательного туризма на развитие туристической отрасли государства в целом.

Литература:

1. Аигина Е.В. «Халлю-туризм («Корейская волна») как новое направление развития туризма в Республике Корея» // Вестник РМАТ. – 2017. – № 1. – С. 4-6.
2. Василенко Е.В. Ориентация на потребителя как маркетинговый актив туристских предприятий // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2016. – №1. – С. 62-64.
3. Заднепровская Е.Л. Бренд и брендинг территории как основа территориального развития / Е.Л. Заднепровская, Т.А. Самсоненко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, 2017. – № 1-1. – 113 с.

СОВРЕМЕННАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ КАК ОДИН ИЗ ЭФФЕКТИВНЫХ МЕТОДОВ ПРОДВИЖЕНИЯ В ТУРОТРАСЛИ

В.Б. Веремьева

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы применения презентации как одного из наиболее эффективных методов продвижения туристского продукта в индустрии туризма. Обоснованием значимости ее использования в деятельности предприятия является повышение его конкурентоспособности на туристском рынке.

Ключевые слова: сфера туризма, туристское предприятие, презентация, туристский продукт, методы продвижения туристского продукта.

В настоящее время основным фактором развития в области туризма является растущая конкуренция, под влиянием которой работникам необходимо принимать более четкие рекламные решения по использованию различных элементов и средств коммуникации [1]. На сегодняшний день существует много различных методов стимулирования туристического продукта.

Одним из наиболее эффективных методов продвижения туристического продукта в сфере туризма является презентация, основной задачей которой является самоутвердиться и повысить важность туристской организации на рынке и ее конкурентоспособность.

Презентация представляет своего рода вид делового взаимодействия между продавцом и потребителем товара, услуги. Ее использование позволяет прорекламировать само предприятие, предлагаемые им услуги потребителю и оказывать положительное влияние на взаимодействие с партнерами.

Особенности презентации:

1. Презентация представляет информацию о товарах, услугах и самом предприятии.
2. Презентации чаще всего устраиваются не только для журналистов, но и для других целевых аудиторий рекламного воздействия (потенциальных потребителей, покупателей, инвесторов, партнеров, влиятельных госслужащих и т.п.), которые должны воспринимать презентуемое непосредственно.
3. Полномасштабная презентация требует больших интеллектуальных, организационных и материальных затрат.

Основная цель презентации – подача информации, сведений о товаре, услуге, самом предприятии, в таком виде, чтобы была узнаваемость и запоминаемость образов и брендов.

Цели презентации:

1. Продвижение общего бренда в целевой аудитории;
2. Удаление от конкурентов;
3. Создание имиджа компании, что поможет ей достичь своих бизнес-целей, с привлекательными атрибутами и функциями для целевой аудитории, что поможет предприятию в достижении своих целей;
4. Обеспечить оригинальный надежный и серьезный информационный ресурс для потенциальных клиентов и деловых партнеров о ваших продуктах, услугах, деятельности компании;
5. Убедить покупателя в приоритетности этих конкретных товаров, услуг и брендов, чтобы посетить эти конкретные развлекательные комплексы и т.д.;
6. Взаимодействовать с потребителями товаров и услуг туристского предприятия, а также с партнерами, с целью выбора ими именно предлагаемых данным предприятием товаров и услуг.

Презентации позволяют привлечь целевую аудиторию, если они в содержательном и технологическом направлении подготовлены на высоком уровне. Помимо этого подготовленные таким образом презентации позволяют повысить значимость туристской

компании на рынке и способствуют повышению узнаваемости предприятия для потребителей.

Обычно туристские компании в виде презентаций предлагают свои новые продукты компании или программы. Иногда проводятся беседы кем-то из старших менеджеров между поставщиками и турагентами о новых планах и продуктах. Эти встречи проводятся лучше всего для продвижения туристского продукта, но и дают возможность собрать информацию о потребностях туристского рынка. Информация, которая представлена в презентации, идет одновременно с отображением видеоконтента [2].

Правильная организация и проведенная работа по планированию презентации приводит к привлечению клиентов, возможности подписания с ними договоров о сотрудничестве, а также возможность создания положительного имиджа предприятия [3]. Во-первых, вам нужно установить точную дату и место проведения мероприятия. Престижная аренда места проведения в гостинице или бизнес-центре, в сочетании с модным стилем и отделкой, должны обязательным образом повысить имидж организации. Чтобы повысить посещаемость, такие события должны быть запущены во второй половине дня, особенно если они ориентированы на широкий круг потребителей. Лучше всего организовывать проведение таких мероприятий во время местных или национальных праздников, поскольку туристские продукты связаны с периодом каникул и курортным сезоном.

Малые туристские предприятия могут организовывать свои презентации, сотрудничая и объединяясь с другими туристскими предприятиями, что позволяет сэкономить деньги. Туроператоры, участвующие в совместном производстве, могут платить часть средств, если они надеются получить выгоду каким-то образом от события. Для продвижения какого-либо туристского центра агентства чаще всего сливаются с национальными туристскими организациями.

Таким образом, туристское предприятие становится конкурентоспособным, значимым на рынке, если проводится продуманная политика в области продвижения туристских продуктов, услуг, самой компании. Продуманная в технологическом и содержательном направлении презентация туристского продукта, услуг, компании дает возможность предприятию занять более высокий значимый уровень на туристском рынке.

Литература:

1. Федеральное агентство по туризму РФ: [Электронный ресурс] URL// http://www.russiatourism.ru/contents/turism_v_rossii
2. Быстров С.А. Организация туристской деятельности. Управление турфирмой: учебное пособие / С.А. Быстров. – М.: Форум: НИЦ Инфра-М, 2013. – 400 с.
3. Ползикова Е.В. Планирование ассортимента продукции гостиничного предприятия / Е.В. Ползикова, А.А. Величко // Актуальные проблемы развития туризма: Материалы IV международной научно-практической конференции. – М., 2020. – С. 96-101.

КВЕСТ КАК ЭЛЕМЕНТ КУЛЬТУРНОГО ДОСУГА МОЛОДЕЖИ

И.В. Гавазюк

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

Аннотация. В последнее время в туристской индустрии стало больше развиваться такое направление, как интерактивные программы (квесты, выездные анимационные программы, концерты). Все это было сделано для продвижения туристских продуктов и увеличения объема предоставляемых услуг. В результате техническая составляющая растет, а спрос на туристские компании повышается.

Ключевые слова: квест, туристская деятельность, развлечение, тенденция развития, участники.

Такие проблемы, как развлечения в туристском бизнесе, возникли недавно. Квесты становятся все более популярными среди потребителей туризма и иногда становятся независимыми услугами, закладывая основу для создания все большего числа организаций, специализирующихся на разработке и развитии квест-программ [1, 3]. Квест на сегодняшний день следует рассматривать как увлекательную игру, требующую от игрока решения умственных задач для продвижения по сюжету. Сценарий может быть подготовлен заранее, а может быть несколько вариантов, выбор зависит от действий игрока. Главный смысл реализации квест-проектов – объединить опыт участников при подготовке творческой работы, выбрать способ ее реализации и преодолеть трудности, возникшие в процессе ее решения. При его реализации участники узнают о связях с общественностью, устраняя лишнюю незащищенность, что приводит к положительному доверию участников к общественной программе. Зная время игры и находясь в свободном поиске, участники извлекают информацию, понимают и обрабатывают информацию, приобретают необходимую информацию, в том числе профессиональную, учатся применять их на практике [2].

При прохождении квеста, участниками игры обычно становится молодежь. Новозрастных ограничений для участников нет. Это могут быть люди любого возраста и пола, с активной жизнью, потребностями, интересами. При наилучшей организации квест-программ участникам предоставляется необходимое оборудование для занятий спортом, такое как фонари, ноутбуки, навигаторы, телефоны и Интернет.

Следовательно, игроки, участвующие в квест-программе, должны быть знакомы со всем вышеперечисленным оборудованием – в противном случае шансов на успех мало. На сегодняшний день квесты пользуются очень большой популярностью у молодежи, которая в поиске развлечений, разнообразий, эмоций и идей [1, 3]. Также квест-программы популярны среди организации корпоративного отдыха, в связи с тем, что офисная работа перестала быть уникальной и эмоциональной. В настоящее время туристская компания должна производить впечатление на своих клиентов, соблюдая тем самым правила жизни в современном бизнесе.

Литература:

1. Алексеева Н.Д. Квест-экскурсия как инновационная форма экскурсионной деятельности / Н.Д. Алексеева, Е.В. Рябова // Вектор науки ТГУ. – № 1 (20). – 2015 – С. 14-17.
2. Кучеренко И.М. Роль деловой игры в процессе обучения специалистов туристской отрасли / И. М. Кучеренко // Образовательный процесс в современной высшей школе: инновационные технологии обучения: материалы конференции (Краснодар, 31 марта-10 апреля 2014 г.). – Краснодар: ЮИМ, 2014. – С. 61-71.
3. Столпяга Д.А. Развитие досуговой деятельности в Краснодарском крае / Д.А. Столпяга, Е.В. Ползикова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО: материалы конференции (Краснодар, 01 февраля-31 марта 2018 г.). – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 287-288.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ОРГАНИЗАЦИИ ЭКСКУРСИИ ДЛЯ ВОЛЕЙБОЛИСТОК ВЫСШЕЙ ЛИГИ «А»

А.В. Гарбуз

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

Аннотация. В данной публикации раскрывается возможность решения проблемы по организации свободного времени волейболисток высокого класса во время соревновательного тура.

Ключевые слова: индивидуальный подход, экскурсия, свободное время, волейболистки, чемпионат России, индивидуальная экскурсия.

Теоретическим аспектом разработки экскурсии является закономерный процесс, сущность которого предопределена закономерностями – целеустремленность, привязка к теме, наглядность, эмоциональность, активность участников. Экскурсионная услуга направлена на удовлетворение познавательных интересов потребителей, погружение экскурсанта в восприятие определенных действий, ситуаций.

На сегодняшний день все шире применяют тренеры и педагоги в разделе идейно-воспитательной работы экскурсионную деятельность.

На основе теоретического анализа научно-методической литературы выявлено, что экскурсия представляет методически подготовленный показ достопримечательных мест, памятников, а также содержательный рассказ. А экскурсионная услуга – это удовлетворение познавательного интереса экскурсанта, плюс программа обслуживания в ходе экскурсии.

При разработке современной экскурсии в эпоху инноваций и цифровизации экономики необходимо опираться на имеющийся опыт и провести исследование имеющегося туристского рынка, выявить потребности, провести сравнение и выбрать ту или иную позицию, спроектировав инновационную экскурсию.

Предпосылками исследования послужили проблемы организации свободного времени и переключения на другие виды деятельности спортсменов высокого класса. В исследовании приняли участие спортсменки, принимающие участие в Чемпионате России по волейболу. Соревнования проводятся по туровой системе, позволяющей посещать разные города нашей страны. По данной системе, приехав к одной из команд «сетки» проводят три-четыре игры с разными соперниками и выходной день. Большинство команд ответило на вопрос анкеты, что предпочитают провести выходной день с пользой, посетив экскурсию и познакомившись с городом.

В качестве респондентов были определены волейболистки команд, участвующих в чемпионате России-2021 (высшая лига «А»): Уралочка-2-УРГЭУ (Екатеринбург), Сахалин (Южно-Сахалинск), Северянка (Череповец), ЮЗГУ-Атом (Курск), Тюмень (Тюмень), Луч (Москва), Уфимочка-УГНТУ (Уфа). Для создания адаптированного туристского продукта для участников данных соревнований было проведено анкетирование, в котором каждый участник команды высказал свое пожелание.

Ответы все были разноплановые: «посещение исторических достопримечательностей», «получение новой полезной информации», «посмотреть культурные достопримечательности», «погулять по городу», «зарядиться положительными эмоциями, провести время с пользой», «познакомиться со спортивной инфраструктурой города» – такой разброс мнений дал нам основание полагать, что только индивидуальный подход в организации экскурсии для спортсменок имеет место быть. Оптимальный экскурсионный продукт – это прогулка продолжительностью до трех часов, без физических нагрузок, с набором положительных эмоций и чтобы экскурсант мог получить полезную информацию. Следовательно, невозможно представить один продукт для всей волейбольной команды, для удовлетворения потребности каждого игрока приступили к разработке программы инновационного проектирования индивидуальных экскурсий, с использованием современных информационных технологий, возможностей Интернет и Гис-технологий.

Многие города России могут предложить огромное количество уникальных мест, которые обязательно нужно увидеть, посещая этот город. Очень часто в ходе самостоятельного знакомства с достопримечательностями города, куда приезжают спортсменки, им катастрофически не хватает необходимой информации. Пример индивидуальных экскурсий в Санкт-Петербурге (<https://spb-travel.com>) может быть использован на всей территории России. Доказано многими исследователями, что путешествие более продуктивно, информативно и познавательно, если оно сопровождается гидом или гидом-переводчиком, что очень важно для команд, где играют легионеры. Важно, что данная услуга заключается в том, что внимание экскурсовода не расплывается на группу, а принадлежит конкретному потребителю данной услуги, гид может ответить на все возникающие вопросы максимально развернуто в индивидуальном порядке. Индивидуальный подход применяется и при формировании маршрута с учетом всевозможных пожеланий путешественника. При индивидуальной экскурсии происходит экономия времени, потраченного на ожидание фотосессий при групповых экскурсиях. С таким подходом получается очень насыщенная, интересная экскурсия, которую запомнит каждая спортсменка надолго.

Таким образом, спортсменки получают не стандартную общую экскурсию, а выработанную исключительно под потребности каждой волейболистки, где будет продуман трансфер и все перемещения между пунктами показа, подобрано время, наиболее благоприятное для индивида, будут учтены все пожелания по видам активности.

Литература:

1. Коренева М.В. Использование объектов наследия XXII Олимпийские зимние Игры, XI Паралимпийские зимние Игры в г. Сочи в постолимпийский период на основе его трансформации в туристский продукт / М.В. Коренева, Е.А. Еремина, О.В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2019. – № 2 (26). – С. 108-114.
2. Koreneva M.V. Attraction of tourists to the sochi area on the basis of development and implementation of event tours // M.V. Koreneva, N.S. Leontieva, L.S. Leontieva / Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2019. – Т. 1. – С. 348-350.
3. Юрченко А.А. Теория и методика спортивного и самодеятельного туризма: учебное пособие / А.А. Юрченко, В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 112 с.

МАРКЕТИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ РЫНКА ЭКСКУРСИОННЫХ УСЛУГ В ГОРОДЕ СЕВАСТОПОЛЬ

Ю.М. Гончарова

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

Аннотация. В работе рассмотрены основные методы проведения маркетингового исследования, выявлены причины низкого спроса на экскурсионные услуги в городе Севастополь.

Ключевые слова: экскурсионные услуги, экскурсии, туризм, спрос, Севастополь.

В рыночной экономике развитие туризма, в частности развитие экскурсионной деятельности, играет важную роль. Рост денежных доходов населения способствовал росту потребности в экскурсионных услугах. В настоящее время рынок экскурсионных услуг находится в постоянной динамике, что является главной особенностью проведения маркетинговых исследований рынка экскурсионных услуг. Спрос на экскурсионные услуги зависит от многих факторов. Большое влияние на спрос оказывает не только внешняя среда (эпидемиологическая обстановка, погодные условия), но и выбранная политика ценообразования, способ ведения конкуренции, способ продвижения, метод проведения экскурсий и т. д. Во времена рыночной экономики, жесткой конкуренции за нового клиента, маркетинговые исследования экскурсионных услуг необходимы для каждого предприятия.

Для каждого маркетингового исследования проводится сбор, обработка и анализ информации [2]. Существует множество методов маркетингового исследования, с помощью которых можно получить достоверную информацию. Выделяют такие методы: опрос, интервью, анкетирование, наблюдение и эксперимент [1]. В данном исследовании был выявлен низкий спрос на определенные виды экскурсионных услуг в городе Севастополь. Благодаря проведенному с помощью Google-форм опросу, были выявлены несколько причин данной проблемы. Большинство участников выделили такие проблемы, как: устаревшие формы проведения экскурсий, отсутствие продвижения в социальных сетях, низкая информированность людей о проводимых экскурсиях и личная незаинтересованность. 70% опрошенных считают, что использование интерактивных методов смогло повысить интерес к экскурсии. Данные опроса еще раз доказывают необходимость пересмотреть формат проведения экскурсий. В мире современных технологий уже недостаточно просто знать и рассказывать историю города. Необходимо подстраиваться под изменяющиеся условия реальности, адаптироваться и создавать новый формат экскурсий [3]. Создание нового формата возможно благодаря разработке сценариев экскурсии, в котором участник экскурсии может быть вовлечен в происходящее, для детей школьного возраста разработать экскурсии в формате квеста или игры, с помощью видео- или аудиозаписей. Не стоит также забывать о прямой зависимости спроса на экскурсии и дохода экскурсионных предприятий.

Соответственно, можно сделать вывод, что, используя новые методы проведения экскурсий, повысив спрос на услуги, можно увеличить доход экскурсионной организации.

Литература:

1. Кружков Д.А. Становление и развитие самодеятельного туризма в России / Д.А. Кружков, В.О. Немцова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – № 1. – С. 110-112.
2. Ползикова Е.В. Современные каналы и методы продвижения туристского продукта/ Е.В. Ползикова, Д.М. Михайличенко / Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий: Материалы III международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 187-189.
3. Шпырня О.В. Современные маркетинговые технологии как фактор повышения конкурентоспособности предприятий индустрии туризма / О.В. Шпырня, Е.Ю. Глоба, В.А. Драгина, В.И. Мирошниченко // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2020. – № 2 (30). – С. 104-108.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ УПРАВЛЕНИЯ ПЕРСОНАЛОМ НА ТУРИСТСКОМ ПРЕДПРИЯТИИ

В.А. Григорьева

Научный руководитель доцент И.М. Кучеренко

Аннотация. Процесс управления персоналом на турпредприятии является актуальной темой сегодня. Нестабильная ситуация, вызванная пандемией 2020, предопределила психологические и социальные аспекты управления. Сфера туризма претерпевает сложную трансформацию, однако высокий уровень профессионализма персонала и индивидуальный подход к потребителям остаются важными факторами востребованности работников и трансформации отрасли.

Ключевые слова: персонал, управление, психологические аспекты, социальные аспекты, мотивация, стрессоустойчивость, высокий сезон, менеджер, вакансия, навыки, обучение.

Персонал должен вызывать у клиента психологический комфорт. Высокий профессионализм кадров – это 50% успеха. Высокопрофессиональные специалисты могут разбираться в понятийном материале, направлениях отдыха, туристско-рекреационных дестинациях, программах туров и таможенных формальностях, но невнимательное отношение к клиенту, низкий уровень коммуникативности, другие личностные качества сотрудника оттолкнут потенциального клиента. Какие инструменты помогут руководителю привести своих сотрудников к желанию совершенствовать свою деятельность и работать над деловой активностью? Топ-менеджеры в процессе управления персоналом приходят к убеждению, что нематериальная мотивация, индивидуальный подход, становятся все более значимыми при выстраивании взаимоотношений с работниками [1]. Из известных теорий нематериальной мотивации и нестандартных подходов является ориентация на психологические типы сотрудников (меланхолик, холерик, сангвиник, флегматик). Но наиболее жизнеспособной теорией принято считать теорию психотипов, основанную на потребительских мотивах людей, часто используемую в теории продаж [2].

Ситуация, сложившаяся в туризме в период пандемии-2020, показала, как важен профессионализм персонала в такое нестабильное время. Даже если менеджер по туризму эрудирован и коммуникабелен, инициативен, стрессоустойчив, доброжелателен, все это еще не гарантирует ему статус востребованного на рынке туризма. Какие же качества деловой активности и мотивирующие факторы должны быть свойственны персоналу [3]. Представители туристической индустрии сходятся во мнении, что сегодня важен индивидуальный подход к каждому гостю и как вторичный фактор – скорость решения вопросов. Персонал должен верить в высокое качество реализуемой туристической услуги, которую он предоставляет. Туристы особенно ценят доверительные отношения к ним и соответствие ожиданиям фактически реализуемым услугам [4].

Для экспертной оценки турпродукта (услуги) необходимо поощрять сотрудников совершать турпоездки в качестве бонусов и в период акций, с целью мониторинга направления. В этом случае менеджер сможет внести собственные предложения по корректировке сервиса. Большое внимание в компании следует уделять развитию навыка продаж у сотрудников. Сотрудник, поднатренированный в тренингах по продажам, будет цениться гораздо выше, чем эрудированный, но не продающий. Работодатели в сфере туризма подчеркивают, что основным показателем эффективной работы менеджера является обширная клиентская база. Для новичков-турагентов и сотрудников, планирующих оставаться в профессии, большим стимулом к работе станет возможность обучения, посещения всевозможных семинаров, тренингов, курсов. Руководители турагентств отмечают, что одним из главных требований к работе соискателя является возможность обучения, поскольку в быстроменяющемся рынке без новых знаний и навыков сотрудник будет неконкурентоспособен.

Литература:

1. Василенко Е.В. Комплексный подход к управлению персоналом на предприятиях общественного питания / Е.В. Василенко, М.В. Лысова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 1. – С. 110-114.
2. Немцова В.О. Отечественный опыт создания эффективной системы управления персоналом на предприятиях общественного питания / В.О., Немцова, Е.В. Василенко // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2018. – 265 с.
3. Юрченко А.А. Формирование и развитие эффективной корпоративной культуры предприятий индустрии гостеприимства // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – № 1. – С. 154-155.

ОРГАНИЗАЦИЯ КОМПЛЕКСНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ БОЛЕЛЬЩИКОВ ГОНОЧНОЙ СЕРИИ DTM В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

С.Д. Девдариани

Научный руководитель доцент Д. А. Кружков

Аннотация. Санкт-Петербург имеет богатый опыт в плане событийного туризма. Проведение гоночного этапа обеспечит приток не только иногородних, но и иностранных туристов.

Ключевые слова: событийный туризм, гоночный этап, кольцевые гонки, Deutsche Tourenwagen Masters, Игора Драйв.

Deutsche Tourenwagen Masters (Дойче Туренваген Мастерс, DTM) – немецкая серия кольцевых гонок, в ней принимают участие специализированные автомобили – кузовные прототипы, схожие с дорожными моделями. После длительного перерыва серия вновь возвращается в Россию на новый комплекс мирового уровня, соединивший в себе технические виды спорта и развлечения «Игора Драйв», расположенный под Санкт-Петербургом.

Современный DTM начал свою историю в 2000 г., он является возрожденным вариантом «старого DTM» 1984-1996 годов. Трасса Moscow Race way впервые приняла чемпионат в 2013 году. Заполняемость трибун на тот год составила 45 000 зрителей, показав лучшую посещаемость серии за пределами Германии, что признал глава серии DTM Ханс Вернер Ауфрехт, добавив также, что дебютный российский этап на Moscow Race way возглавил список лучших события сезона [3].

Гоночная серия DTM является самым популярным кузовным чемпионатом в Европе, собирающим 150 000 зрителей во время гонки, кроме всего прочего с технической точки зрения он является самым «быстрым». Аналогичные машины DTM присутствуют в чемпионатах SuperGT, V8 Supercars и International Czech Touring Cars Championship. Гоночный уик-энд DTM также включает в себя гонки Кубка Volkswagen Polo, Суперкубка SEAT León, Кубка Porsche Carrera и Евросерии Формулы 3.

Событийный туризм – это вид туризма, который посвящен определенному виду событий, имеющих отношение к сфере культуры, бизнеса, истории, спорта и т.д. [2].

Гоночный этап – это массовое событие мирового значения, проходящее на открытом пространстве. Его проведение имеет огромное значение, одним из основных аспектов является безопасность как участников, так и посетителей.

Основываясь на опыте прошлых лет, а также беря во внимание опыт зарубежных государств, в которых проходил чемпионат, можно организовать достойное проведение чемпионата после его двухгодичного отсутствия на территории Российской Федерации.

Литература:

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

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

3. Moscow Raceway [электронный документ]
<https://moscowraceway.ru/news/track/boss-dtm-etap-v-rossii-lucsee-sobytie-goda> (Дата обращения 11.11.2020)

ФОРМИРОВАНИЕ ИМИДЖА И РЕПУТАЦИИ В ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА

В.С. Дибижева

Научный руководитель О.В. Шпырня

Аннотация. В работе рассмотрены основные особенности формирования имиджа и репутации в индустрии туризма и гостеприимства, проблематика деятельности компаний, работающих в сфере гостиничных услуг.

Ключевые слова: имидж, индустрия туризма и гостеприимства, репутация, туризм.

Одним из основных факторов при выборе отеля человеком становится его внешний вид, внешняя и внутренняя эстетика, корпоративный имидж, политика организации, репутация, сложившаяся благодаря многочисленным отзывам других людей, рейтинг. В эпоху технологий и большой конкуренции владельцы гонятся за популярностью и добиваются успеха своей компании именно за счет имиджа и репутации в индустрии туризма и гостеприимства. Имидж – это стилистика, эстетика компании, вариант самоподачи и совокупность ряда переменных. Сильный имидж помогает укрепить позиции компании на рынке услуг, защитить организацию от притеснений конкурентов, облегчает доступ фирмы к ресурсам разного рода. Туристы выбирают компанию с лучшим имиджем, надеясь на лучший сервис [3]. Создать положительный имидж – это очень трудоемкий процесс, который основывается не просто на хорошей рекламной компании. Слаженная работа всех, причастных к организации, дает благоприятную среду для развития хорошей репутации. Ведь она имеет не менее важную роль в успешности кампании на рынке туризма и гостеприимства [2].

И.М. Асанова, А.А. Жуков выделяют три основные задачи имиджа в индустрии туризма и гостеприимства: достигнуть высокого уровня эффективности работы с потребителем (туристом); поддержать имидж отеля или турфирмы, который заставляет потребителей из предоставленному ему выбору других организаций остановиться именно на вашей компании; установить эмоциональную связь с покупателем и повысить продажи гостиничных услуг [1]. Одним из важнейших и основополагающих является имидж основателя компании или имидж основных руководителей организации. Здесь идет речь об индивидуальном имидже руководителя, который отражается на структуре организации. Его цели и мотивы, предпочтения и вкусы ставятся в основу создания имиджа компании. Имидж организации в основном является стабильным, но иногда компания переживает кризисные времена, и для того, чтобы компания получила шанс на новую жизнь и смогла снова стать конкурентоспособной, ей требуется кардинально сменить имидж с целью привлечь новую аудиторию.

Подводя итоги, можно констатировать, что положительный имидж в индустрии туризма и гостеприимства является ключом к успеху отеля, а создание имиджа – это длительный и очень сложный процесс, в котором принимает участие не только руководитель компании, но и каждый сотрудник делает свой вклад в развитие корпоративной культуры и организации сервисного менеджмента.

Литература:

1. Владимирова Е.А. Фирменный стиль гостиничного предприятия «Рэд Роял» как метод повышения конкурентоспособности // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. Материалы конференции. – 2019. – С. 209.
2. Кучеренко И.М. Современные каналы деловой коммуникации в туризме // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – Т. 48. – С. 120-122.
3. Шпырня О.В. Современные маркетинговые технологии как фактор повышения конкурентоспособности предприятий индустрии туризма / О.В. Шпырня, Е.Ю. Глоба, В.А. Драгина, В.И. Мирошниченко // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2020. – № 2 (30). – С. 104-108.

К ВОПРОСУ О СОВРЕМЕННЫХ ПРОБЛЕМАХ РЕФОРМИРОВАНИЯ В СФЕРЕ ГОСТИНИЧНОЙ ИНДУСТРИИ

Е.А. Евсюкова

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

Аннотация. В данной работе был проведен теоретический анализ современных проблем в сфере гостиничной индустрии. Описано влияние вспышки Covid-19 на современную организацию обслуживания на предприятиях гостиничной индустрии.

Ключевые слова: индустрия гостеприимства, гостиничные услуги, Covid-19, пандемия, предприятие размещения.

Индустрия гостеприимства претерпела огромные изменения за последние два десятилетия. Необходимо определить пути развития индустрии в ближайшем будущем и какие ключевые тенденции неуклонно меняют отрасль. Хотя пандемия Covid-19 заставляет многих игроков отрасли в краткосрочной перспективе выжить, понимание основных тенденций в сфере гостеприимства будет иметь важное значение для долгосрочной конкурентоспособности. Первой проблемой предприятий размещения являются тенденции гостиничного маркетинга, которые в корне поменялись в результате вспышки Covid-19. Вирус оказал серьезное влияние на гостиничную индустрию, поскольку предприятия размещения вынуждены выполнять новые юридические требования, принять во внимание изменение привычек и поведения клиентов, глобальные ограничения на поездки и экономические последствия.

Одна из важнейших тенденций гостиничного маркетинга связана с возросшей необходимостью подчеркивать меры безопасности. В конце концов путешественники нуждаются в заверениях в том, что предприятие размещения серьезно относится к угрозе Covid-19 и принимает меры для их максимальной безопасности. Меры гигиены и политика безопасности находятся в самом центре внимания клиентов при принятии решений о бронировании, и от того, насколько хорошо предприятие сообщает о предпринятых шагах, зависит увеличение его продаж. Об этом предприятию необходимо сообщать на его веб-сайте, на сторонних платформах, в электронных письмах и т. д. Еще одна тенденция, о которой следует помнить, – это повышенное внимание к «внутреннему» туристу. На это в первую очередь повлияли ограничения на поездки во время пандемии. Многие предприятия размещения отреагировали на это, переключив свои маркетинговые усилия на местных клиентов. Они обращают внимание на такие возможности предприятия, как: тренажерный зал, доступ к Wi-Fi и возможность выполнять удаленную работу из гостиничных номеров или из специальных рабочих зон. При обслуживании клиентов одной из важнейших проблем, которую следует принять во внимание предприятиям размещения, является то, что COVID создал много неопределенностей. Гости могут легко столкнуться с внезапным введением новых ограничений или даже с положительным результатом теста на вирус. Предприятиям размещения следует рассмотреть гибкую политику отмены бронирования для своих гостей [1, 2].

Таким образом, перспективы преодоления гостиничной индустрией проблем, вызванных последствием пандемии, заключаются в расширении использования цифровых технологий, реализации адекватных мер поддержки государством, использовании специальных программ планирования поездок в будущем, снижении риска отмены бронирования.

Литература:

1. Коренева М.В. Практика сервиса / М.В. Коренева, И.С. Иванова; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.
2. Макрушина И.В. Бизнес-план и его роль в инновационном развитии предприятия размещения / И.В. Макрушина, М.В. Коренева, Ю.С. Луганская / Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 2. – С. 75-77.

ФОРМИРОВАНИЕ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО И ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ НА ПРИМЕРЕ КАЗАЧЕСТВА

Д.В. Железняк

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

Аннотация. В работе обращается внимание на важность в деле нравственного и патриотического воспитания молодежи культурно-исторических традиций кубанского казачества. Важную роль в этой деятельности играют казачьи и кадетские классы, краеведческий музей и учебный курс «Кубановедение».

Ключевые слова: казачество, духовно-нравственное, патриотическое воспитание, культура, подрастающее поколение.

В современную эпоху цифровых технологий и глобализации, когда исторические традиции и нравственность подвергается очень сильному испытанию, задача патриотического воспитания молодежи становится все более актуальной [1, 3]. Новое поколение, воспитанное информационной свободой Интернета и псевдоисторическими неотражающими реальность взглядами, заставляет нас более ответственно относиться к своим корням. Молодежь должна иметь нравственно здоровую основу и быть воспитана в духе патриотизма. В таком регионе, как Кубань, с его казачьими традициями, основанными на патриотизме, воспитании духовно-нравственных качеств, уважении к истории, это сделать несложно [2]. В этом направлении делается довольно много, это и создание клубов, казачьих и кадетских классов, курс «Кубановедение» и пр. Кубанская казачья культура широко представлена в культурной сфере региона, в его памятниках, знаковых памятных и исторических местах.

В нашем обществе местом сохранения и передачи казачьей культуры являются краеведческие музеи. Благодаря историческому и этнографическому материалу музейных экспозиций, подрастающее поколение может впитать в себя дух казачьей культуры, проявив интерес к традициям, обычаям казаков. С целью нравственного, духовного и патриотического воспитания школьников в музейной деятельности проводятся экскурсии, встречи с атаманами, демонстрируются презентации о казачестве [2, 3].

В Краснодарском крае на базе средних общеобразовательных школ созданы классы казачьей направленности. Образовательная деятельность в этих классах строится на четырех учебных модулях. Особое внимание уделяется казачьим играм, общей военной подготовке, традициям кубанского казачества. Также организуются различные мероприятия: фестивали, викторины, конкурсы, спортивные смотры, осваивают туристскую подготовку и т.д. В патриотическом воспитании особое место занимает наставничество.

Средством духовно-нравственного и патриотического воспитания школьников является предмет «Кубановедение». Педагогическим составом разработана программа «Земля отцов – моя земля». Благодаря занятиям по традиционной культуре кубанского казачества школьники эмоционально раскрепощаются, у них появляется гордость и уважением к своим предкам [3]. В общеобразовательных учебных заведениях для патриотического и нравственного воспитания школьников используют тематические вечера, викторины, экскурсии, проводят олимпиады, пишут стихи и др. Данные мероприятия позволяют школьникам сформировать базовые компетенции.

Таким образом, необходимо продолжать работу по дальнейшему изучению и популяризации культурно-исторического наследия кубанского казачества как основы патриотического и нравственного воспитания подрастающего поколения.

Литература:

1. Василенко Е.В. Продвижение фестивалей казачьей культуры в Краснодарском крае / Е.В. Василенко, У.И. Плоцкая // Тезисы докладов XLVII Научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – 93 с.
2. Кучеренко И.М. Инвестиционный потенциал туристско-рекреационного комплекса южного региона // Социально-экономический ежегодник–2011. – Краснодар: ЮИМ, 2011. – С. 233-237.
3. Рагер Ю.Б. История развития законодательства в эпоху информационных технологий // Информация как объект гражданских прав предпринимателей: материалы междунар. научно-практ. конф. (21 декабря 2017 г.). – Краснодар, 2017. – С. 99-106.

АВТОМАТИЗИРОВАННЫЕ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ В СФЕРЕ ГОСТЕПРИИМСТВА В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ЭКОНОМИКИ

А.В. Зайцев

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

Аннотация. В данной работе рассматривается применение автоматизированных систем управления (АСУ) гостиницей как современная инновационная технология в условиях цифровизации экономики. Использование АСУ и других цифровых технологий выводит индустрию гостеприимства на новый технологический уровень, обеспечивая ее конкурентоспособность.

Ключевые слова: цифровизация, цифровые технологии, автоматизированные системы управления, автоматизация гостиничного бизнеса.

Актуальность темы определяется тем, что бизнес-процессы в сфере туризма и гостеприимства все больше переходят в цифровое пространство. Предприятия гостеприимства развивают тенденцию применения автоматических инструментов планирования, постановки задач, управления процессами обслуживания, эффективного взаимодействия с партнерами и клиентами [3].

Цифровизация индустрии гостеприимства, в том числе автоматизация гостиничного бизнеса, связана с применением следующих цифровых технологий:

- применение CRM-систем;
- искусственный интеллект и диджитал-обслуживание;
- открытые программные интерфейсы (Application Programming Interface, API);
- использование технологий дополненной реальности;
- использование голосовых помощников и дронов-курьеров;
- применение технологий биометрии, технологии распознавания лиц;
- транзакции через блокчейн и др.

На сегодняшний день в Российской Федерации насчитывается около 31 тысячи гостиниц, значительная часть которых активно внедряет инновационные цифровые технологии, что позволяет увеличить скорость работы, повысить качество обслуживания клиентов, обеспечить конкурентные преимущества, создавать и поддерживать благоприятные возможности для развития партнерских отношений и в целом решать более масштабные задачи.

Если раньше гостиницы могли менять свое техническое оснащение раз в восемь лет, то сегодня, в условиях активного внедрения на рынок гостиничных услуг цифровых технологий, этот срок сократился до трех лет. Это вызвано быстрыми темпами роста конкуренции и научно-технического прогресса в индустрии гостеприимства и в области цифровых технологий [2].

Наиболее широко на российском рынке применяются следующие программы для гостиниц:

- Фиделио – программное обеспечение, которое используется более 30 лет и, несмотря на то, что относится к числу дорогостоящих программных продуктов, активно используется в крупных и средних гостиницах, так как предназначено для максимального повышения эффективности всех бизнес-процессов гостиничного предприятия;
- Эдельвейс – профессиональная система управления российских разработчиков; имеет широкий набор функциональных модулей для комплексной автоматизации гостиницы;
- Smart Hotel – эффективное комплексное решение по организации информационно-технологических сервисов в малых и средних гостиницах;
- 1С Отель – недорогой и простой программный продукт для повышения эффективности работы гостиничного предприятия любого формата: от хостелов до гостиничных цепей.

Одним из направлений внедрения цифровых технологий в деятельность предприятий сферы гостеприимства является использование автоматизированных систем управления (АСУ). Автоматизированные системы управления – это особые программы, которые обеспечивают работу персонала гостиницы на своих рабочих местах и своевременное принятие решений на всех стадиях технологического цикла (от бронирования мест до получения отчета о деятельности гостиничного предприятия).

Автоматизированные системы управления для индустрии гостеприимства создают крайне эффективную и надежную среду взаимодействия между сотрудниками, их клиентами и партнерами (турагентствами и туроператорами). Их применение позволяет повысить производительность работы персонала, эффективно использовать все ресурсы гостиничного предприятия и получить преимущества в конкурентной борьбе.

Выбор подходящей АСУ зависит от многих факторов: расположение гостиницы; размер номерного фонда; основной контингент клиентов; наличие дополнительных услуг (питание, Интернет, телевидение и другие услуги) [1].

Для большего удобства в управлении гостиницей автоматизированную систему управления делят на подсистемы: управление номерным фондом; управление питанием; управление мероприятиями; управление телефонным сервисом; управление контролем доступа в номера; управление электронными мини-барами; управление телевидением; управление электроэнергией; управление обработкой кредитных карт; управление складским учетом и калькуляцией; управление финансово-бухгалтерским учетом; управление центральным бронированием номеров; управление бронированием номеров в Интернет-системах; управление кадровым учетом; управление безопасностью. Применение подсистем приводит к повышению производительности работы гостиницы в три раза.

Основой АСУ в гостиничном предприятии является PMS-подсистема управления номерным фондом, так как главной услугой гостиничных предприятий является услуга размещения. Последовательность действий новейшего модуля PMS (ПК «Портъе»):

- 1) подается запрос, связанный с бронированием номера;
- 2) далее ведется автоматический поиск подходящего номера, который будет удовлетворять запрос клиента;
- 3) клиенту приходит уведомление о подтверждении бронирования;
- 4) по приезду в гостиницу происходит идентификация клиента;
- 5) в дальнейшем осуществляется регулярный контроль обслуживания клиента (уборка номера; напоминание о завтраке, обеде или ужине; напоминание о мероприятиях и так далее);
- б) постоянное информирование об оплате всех оказанных услуг, включая проживание.
- 7) по истечении срока проживания уведомление с предупреждением о скором выселении [1].

Стоит отметить, что стоимость внедрения таких систем достаточно высока (стандартные программы в среднем могут стоить от 50000 рублей, с расширенным функционалом – от 100000 рублей). Вместе с тем применение АСУ в гостиничном предприятии объединяет в единую систему все элементы управления гостиницей, что позволяет сократить возможную потерю дохода и прибыли в ходе осуществления каждого бизнес-процесса.

В качестве примера можно привести филиал ООО «РогСибАл» ГК «Имеретинский», расположенный на побережье Черного моря рядом с Олимпийским парком в городе-курорте Сочи, в состав которого входит отель 4*, апарт-отель и санаторий. В ходе строительства комплекса особые требования предъявлялись к ИТ-инфраструктуре, удовлетворяющей его категории, международным стандартам и лучшим практикам, накопленным в индустрии NoReCa.

В ГК «Имеретинский» функционирует развернутая инфраструктурная автоматизированная система, поддерживающая все бизнес-процессы отельного комплекса,

которая включает локальную вычислительную сеть, телефонную связь, беспроводную сеть передачи данных и др. и обеспечивает базовым набором сервисов 3PLAY не только сам отель, но и 11 отдельно стоящих городских зданий, прилегающих к территории комплекса.

Покрытие всех помещений и территории «Имеретинского» сетью Wi-Fi обеспечивают 47 высокоскоростных и 215 дополнительных точек доступа. Емкость подключения до 2000 номеров обеспечивается системой устойчивой телефонной связи с использованием виртуальной АТС, работающей на современном оборудовании Avaya. Структура АТС обеспечивает возможность использования многих дополнительных сервисов для гостей, например получение информации о состоянии счета, личную голосовую почту, автоответчик, заказ услуг по короткому номеру, запись разговоров по желанию постояльца и др.

Кроме этого, АСУ обеспечивает безопасность проживания гостей и нахождения на территории гостиничного комплекса. Так, безопасность всех объектов ГК «Имеретинский» и его периметра обеспечивает система видеонаблюдения, работающая в режиме 24/7, а также автоматизированные системы охранной и тревожной сигнализации. Система контроля и управления доступом, интегрированная с замковой системой предприятия, разграничивает право доступа обслуживающего персонала по группам, времени и прочим параметрам.

В целом АСУ ГК «Имеретинский» решает целый комплекс задач, обеспечивая предоставление широкого спектра сервисов для комфорта гостей, объединяя информацию о деятельности всех департаментов отеля в общую информационную систему, повышая эффективность управления номерным фондом, совершенствуя логистику работы различных служб, обеспечивая доступность современных коммуникаций для персонала и гостей, повышая безопасность работы за счет использования видеонаблюдения и других систем.

Сегодня гостиничный комплекс является одним из самых высокотехнологичных предприятий сферы гостеприимства, задает высокие стандарты сервиса и формирует тренды для всей гостиничной индустрии Краснодарского края и России благодаря созданию современной технологичной цифровой платформы.

Дальнейшее внедрение цифровых технологий в сферу туризма и гостеприимства позволит создать качественно новые условия не только для развития отрасли, но и всей экономики России [3]. Наша страна занимает 1-е место среди европейских стран и 6-е место в мире по количеству пользователей Интернет, что является свидетельством того, что мы фактически уже живем в цифровой среде. Правительство Российской Федерации разработало Стратегию развития информационного общества в Российской Федерации на 2017-2030 годы, в реализации которой существенную роль играют предприятия сферы туризма и гостеприимства. Дальнейшее развитие цифровизации, по прогнозам аналитиков McKinsey, позволит к 2025 г. увеличить ВВП страны на 4,1-8,9 трлн. руб. [1].

В заключение необходимо отметить, что внедрение цифровых технологий в деятельность предприятий сферы гостеприимства станет ключевым фактором производства и условием трансформации гостиничного бизнеса.

Литература:

1. Автоматизированные системы управления гостиницами: [Электронный документ] URL <http://tourfaq.net/hotel-business/avtomatizirovannye-sistemy-upravleniya-gostinitsami/> (дата обращения 08.11.2020).
2. Коренева М.В. Практика сервиса в туристской индустрии: учебно-методическое пособие / М.В. Коренева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 287 с.
3. Юрченко А.А. Развитие инновационных форм культурно-познавательного туризма в Краснодарском крае / А.А. Юрченко, Ю.Б. Рагер, Т.А. Самсоненко // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 131-133.

ЦЕНОВАЯ ПОЛИТИКА ГОСТИНИЧНЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ COVID-19

А.В. Зайцев

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

Аннотация. В работе было рассмотрено влияние кризисной ситуации, вызванной пандемией COVID-19, на ценообразование в индустрии гостеприимства.

Ключевые слова: пандемия, COVID-19, ценовая политика, кризис, гостиничные предприятия, ценообразование.

Ценообразование выступает как метод управления гостиничными услугами в комплексе маркетинга. Также оно формирует весь объем прибыли в гостиничных предприятиях. Ценообразование всегда ориентируется на запросы и нужды клиентов, поэтому нынешние ценовые стратегии должны учитывать потребности покупателей. Качественное удовлетворение запросов клиентов поможет добиться положительных результатов деятельности гостиничных предприятий. Цена на гостиничные услуги является решающим фактором, который может повлиять на судьбу гостиничного предприятия (получит ли оно чистую прибыль или останется в убытках) [3].

Весной 2020 года Правительство РФ применило жесткие меры ко многим предприятиям индустрии гостеприимства: с 28 марта 2020 года до 1 июня этого года приостановлена любая деятельность (бронирование мест, прием и размещение граждан) в пансионатах, домах отдыха, санаториях, детских лагерях и гостиницах, расположенных в курортных зонах. Вследствие чего эти предприятия ушли в затишье на долгие месяцы, не получая при этом никакой прибыли. Те гостиничные предприятия, которых не коснулись данные меры, тоже пострадали из-за этой пандемии (резко упал потребительский спрос на услуги размещения, что сказалось на доходах этих предприятий). Гостиничные предприятия делают, делают и будут делать все возможное, чтобы увеличить потребительский спрос на гостиничные услуги, поэтому активно применяют метод ценообразования с ориентацией на спрос. Гостиницы готовы всеми силами цепляться за своих клиентов, оказывая услуги на высшем уровне. Для того чтобы во время пандемии увеличить спрос проводится активное стимулирование сбыта: скидки на гостиничные услуги (в основном до 30%), акции (к примеру, если гость проживет неделю в гостинице, то ему могут начать предоставлять бесплатный завтрак), бонусы (к примеру, если снять номер на месяц, то гостю предоставят абонемент на бесплатное посещение бассейна на весь срок проживания), сертификаты разных номиналов [1].

Многие гостиницы придумали совершенно новые тарифы. Гостиничные тарифы – это целая система, объединяющая совокупность всех цен, разработанных специально для конкретного сегмента потребителей, которые имеют одинаковые условия (условия отмены, оплаты и т.п.) и состав (к примеру, тариф «удаленная работа» – предоставляют гостю номер на целый день по сниженной цене с предоставлением бесплатного кофе, чая, Интернета; тариф «самоизоляция» – гостям предоставляют номера в долгосрочное пользование (на месяц, два месяца и т.д.) по цене арендованной квартиры и тому подобные тарифы) [1]. Гостиничные предприятия во время пандемии COVID-19 не придерживаются какой-либо постоянной ценовой стратегии, так как это неэффективно в нынешних условиях. Поэтому часто прибегают к стратегии периодического изменения цен, чтобы подстраиваться под потребительский спрос [2].

Таким образом, обобщая вышесказанное, был сделан вывод о том, что пандемия стала серьезной проблемой для гостиничного бизнеса. Большинство гостиничных предприятий не смогло привыкнуть к таким условиям и просто прекратило свою деятельность. Для того чтобы держаться на плаву, нужно проводить грамотную ценовую политику, и многие гостиницы так и поступают, поэтому они до сих пор остаются на рынке гостиничных услуг и ведут конкурентную борьбу.

Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Анализ предпринимательской активности на рынке гостиничных услуг / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова, Т.А. Джум, А.В. Казалиева // Финансовая экономика. – 2019. – № 4. – С. 615-619.
2. Ползикова Е.В. Маркетинговая проблематика анализа деятельности туристских предприятий / Е.В. Ползикова, Е. Ляликова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы научно-практической конференции. Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 708-712.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

ОБОБЩЕНИЕ ОПЫТА РАБОТЫ ВОЛОНТЕРОВ ПО УПРАВЛЕНИЮ ИНФОРМАЦИОННЫМИ ПОТОКАМИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ

А.С. Ивонина

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

Аннотация. В работе обобщается опыт работы волонтеров по управлению информационными потоками среди молодежи в условиях пандемии, а также даются рекомендации, направленные на успокоение психофизиологического состояния граждан, предоставление помощи пострадавшим и противодействие информационному мошенничеству.

Ключевые слова: опыт работы волонтеров, управление информационными потоками, социальные сети, фейковая информация, пандемия.

В XXI веке Интернет самая удобная и популярная площадка как для распространения информации, так и для ее поиска. Интернет-агитация не идентична работе со СМИ. Общение ведется не через посредника в лице редакции, а напрямую с аудиторией, которая значительно шире и куда менее однородна, чем в случае любого издания. Тем не менее у каждой социальной сети есть свои особенности, привычные жанры и способы подачи материала, которые необходимо учитывать при публикации той или иной новости [1].

Большое влияние на психологическое состояние населения оказывает непроверенная информация на сайтах и социальных сетях. Состояние паники дестабилизирует обстановку в стране из-за новостей в сети Интернет о нехватке продуктов и введении комендантского часа.

Для стабилизации общественной ситуации руководство государством обязало Роскомнадзор вести круглосуточное наблюдение за средствами массовой информации. Ведется отслеживание поступающей информации в социальных сетях, телеведущих компаниях, видеохостингах. Вся недостоверная информация, которая провоцирует панику и создает провокации, удаляется. Недостоверная информация носит название фейковой.

Распространение фейковой информации о коронавирусе преследуется законом. В отношении средств массовой информации и интернет-источников, которые занимаются распространением фейковой информации, принимаются жесткие меры с привлечением правоохранительных органов.

Для противодействия распространения недостоверной информации о COVID-19 вводятся следующие меры:

1. Виртуальный голосовой помощник Маруся, который озвучивает достоверные данные о количестве зараженных коронавирусом в стране и мире [3].
2. Также браузер «Яндекс» представляет на главной странице последние данные о состоянии ситуации пандемии [2].
3. Социальная сеть «ВКонтакте» в новостной ленте публикует информацию о COVID-19 только из проверенных источников.
4. Социальная сеть «Одноклассники» дает все последние сведения о количестве зараженных и выздоровевших.

Особое внимание необходимо уделить противодействию интернет-мошенникам, которые, используя рассылку новостей о коронавирусе, рассылают фейковую информацию с целью незаконного сбора персональной информации. Опасность представляет доступ к банковским реквизитам.

Роскомнадзор дает рекомендации для населения:

1. Пользоваться только проверенными источниками средств массовой информации, которые имеют лицензию.
2. Не пользоваться ссылками в письмах или сообщениях от неизвестных пользователей или организаций.

3. Не пользоваться интернет-магазинами, в адресной строке которых есть символы или буквы, не соответствующие подлинности сайтов.

Данную информацию рекомендуется распространять как можно активнее среди людей, например не только путем публикаций в интернет-ресурсах, но и раздаче листовок во всех городах страны. Стоит проводить как можно больше радио- и телепередач, посвященных борьбе с фейковой информацией на фоне сложной эпидемиологической ситуации на территории РФ.

Таким образом, необходимо настроить тесный контакт между властью и народом, устраивать как можно больше встреч, бесед и акций, направленных на успокоение психофизиологического состояния граждан, предоставление помощи пострадавшим и противодействие мошенничеству в регионах. Это касается не только местных властей, но и нашего президента, поскольку для большинства населения страны его мнение считается авторитетным и люди действительно увидят, что данной ситуацией обеспокоены не только они, но и работники всех органов власти. Доверие и отзывчивость - вот на чем должна строиться сплоченная борьба с коронавирусом на территории РФ.

Литература:

1. Коренева М.В. Передача олимпийских знаний и ценностей на олимпийских церемониях открытия как инструмент спортивной дипломатии / М.В. Коренева, Н.С. Леонтьева, Н.Ю. Мельникова // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. Материалы международной научно-практической конференции. Редколлегия: А.И. Погребной [и др.]. – 2020. – С. 193-194.

2. Леонтьева Н.С. Реализация компонентов фонда оценочных средств по олимпийскому образованию с учетом компетентностного подхода // Н.С. Леонтьева, Л.С. Леонтьева, М.В. Коренева, Д.В. Белинский, В.Е. Кузнецова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 2 (180). – С. 205-210.

3. Рубежанская И.В. Инструменты PR в системе олимпийского образования и продвижения ценностей волонтерского движения / И.В. Рубежанская, Д.А. Кружков //»Спорт, олимпизм, олимпийский край: навстречу XXII Олимпийским зимним играм и XI Паралимпийским зимним играм 2014 года в городе Сочи»: материалы III Всерос. науч.-практ. конф.– Краснодар,2013 - С. 151-157.

МЕРОПРИЯТИЯ СОБЫТИЙНОГО ТУРИЗМА КАК УСЛОВИЕ ПРИВЛЕЧЕНИЯ ТУРИСТОВ В ЕЙСКИЙ РАЙОН

А.С. Ильченко

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

Аннотация. Рассмотрены основные направления развития событийного туризма в Ейском районе. Фестивали, организованные администрацией Ейского района, направлены на привлечение туристов, они имеют разное направление и содержание.

Ключевые слова: Ейский район, событийный туризм, туризм, отдых, праздник, фестиваль.

Событийный туризм является одним из самых перспективных направлений в туризме в Ейском районе. Праздники, фестивали тесно связаны с историей данного района, так как огромный вклад в развитие территории внесло кубанское казачество [2]. Большинство мероприятий проходит преимущественно в летний период для привлечения туристов.

Наибольшей популярностью пользуется необычный фестиваль вареников. Праздник «Ейский вареник» посвящен традиционному блюду русской, украинской и кубанской кухонь. Мероприятие традиционно проходит 21 июля в районном центре [1, 3]. В программу праздника входят народные танцы, выступление кубанского хора, дегустация вареников с различной начинкой, конкурсы.

Фестиваль авторской песни и виноделия «Лоза и Муза» традиционно проходит на Косе Долгой (курорт «Казачий Берег») с 29 августа по 2 сентября. В это время все желающие могут продегустировать разные сорта вин, а также насладиться развлекательной программой.

Одним из самых ожидаемых событий считается летний праздник «Краски лета», связанный с открытием курортного сезона. В прошлом году праздник состоялся 18 июня и имел насыщенную культурную программу [1, 2]. В 2020 году из-за неблагоприятной эпидемиологической обстановки выступления артистов прошли в онлайн-форме.

30 июля ежегодно проходит День Нептуна, сопровождающийся театральным пляжным шоу.

«День города» проходит 19 августа. Праздник организует администрация города, также она составляет план мероприятий, определяет места их проведения, одобряет сценарий, назначает ответственные лица [2, 3]. По традиции День начинается торжественными богослужениями в храмах города и района. Далее возлагаются цветы к памятнику основателя города Воронцову М.С. с торжественной речью представителя Ейской администрации города. Остальная часть дня сопровождается выступлениями различных культурных коллективов. В 23 часа по традиции запускают праздничный салют.

В летний сезон городские площадки заполняются жителями и гостями для просмотра фильмов знаменитых российских режиссеров в период проведения кинофестиваля «Провинциальная Россия».

Любителей активного отдыха и современной музыки собирает фестиваль «A-ZOV», в рамках которого участники могут принять участие в мастер-классах, посоревноваться по нескольким видам спорта, заняться кайтингом, вэйкбордингом и многим другим [1, 2].

Таким образом, Ейский район имеет большой потенциал для развития событийного туризма с целью привлечения туристов и ознакомления с историей района, традициями кубанского казачества.

Литература:

1. Зубова В.М. Специфика комплексного обслуживания в сфере организации молодежного досугового отдыха / В.М. Зубова, И.М. Кучеренко // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – С. 59.

2. Василенко Е.В. Организация фестивалей как условие развития сферы туризма и гостеприимства в Краснодарском крае / Е.В. Василенко, У.И. Плоцкая // Формирование

качественной культурной среды в малых городских и сельских поселениях: материалы Всероссийской научно-практической конференции (г. Барнаул, 18-19 марта 2020 г.). – Барнаул: Изд-во АГИК, 2020. – С. 125-134.

3. Дуплова Е.О. Развитие лечебно-оздоровительного туризма в Ейском районе Краснодарского края / Е.О. Дуплова, Е.А. Еремина // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере: материалы IV междунар. науч.-практ. конф. Олимпийской академии Юга России (Краснодар, 25-27 сентября 2018 г.). – Краснодар, 2018. – С. 216-219.

РЫЦАРСКИЕ ФЕСТИВАЛИ КАК ОБЪЕКТ СОБЫТИЙНОГО ТУРИЗМА

А.В. Карманова

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

Аннотация. Описывается специфика организации рыцарских фестивалей как объектов событийного туризма. Раскрыта программа рыцарского фестиваля «Генуэзский Шлем» (г. Судак, Крым), а также возможные компоненты туристского обслуживания гостей фестиваля.

Ключевые слова: туристское обслуживание, событийный туризм, рыцарский фестиваль, г. Судак.

В настоящее время рыцарские фестивали являются популярным объектом событийного туризма, привлекая с каждым годом все больше туристов разного возраста. К числу грандиозных фестивалей общероссийского и европейского уровней относится ежегодный международный рыцарский фестиваль «Генуэзский Шлем» (проводится каждый год на территории Республики Крым в г. Судак), посвященный элементам рыцарского искусства и военного мастерства эпохи Средневековья. Местом проведения данного фестиваля является крупнейшая и известная местная достопримечательность – Генуэзская крепость (как правило, фестиваль проводится в теплое время года – в летний период в течение нескольких недель). Цель фестиваля заключается в распространении среди населения рыцарской культуры эпохи Средневековья и исторического туризма, приобщение молодежи к спортивным, культурным и историческим традициям Средневековья, поддержании мировых традиций проведения рыцарских фестивалей и популяризации исторического туризма, продвижении туристского брендинга Крыма как одного из крупнейших федеральных и международных туристских центров [3].

Программой фестиваля предусмотрены ярмарки народных промыслов, ремесленные состязания среди кузнецов, стрельбища из средневековых орудий (арбалетов, пушек и пр.), беговые соревнования на лошадях между всадниками на различных тематических фестивальных площадках.

История проведения таких фестивалей началась с августа 2001 года. Сегодня рыцарские фестивали относят к числу самых массовых по посещаемости туристами на территории государств СНГ. В г. Судак за весь период проведения такого рода событийных мероприятий участвовало от трехсот до восьмиста рыцарей, принадлежащих к многим известным клубам исторической реконструкции средневекового доспеха и средневекового военного искусства. На фестивале представлены более восьмидесяти клубов из разных стран – России, Белоруссии, Украины, Венгрии, Молдавии и др. В настоящее время «Генуэзскому Шлему» принадлежит почетное место в пятерке лучших европейских рыцарских фестивалей.

В фестивальные дни Судакская крепость, превращается в настоящий средневековый город, открытый для гостей с 8.00 до 20.00. Для туристов предусмотрены интересные культурно-досуговые программы на территории Судакской крепости, в том числе можно побывать на выставке-ярмарке народных промыслов «Город мастеров» с целью знакомства с широким ассортиментом сувенирной продукции европейских мастеров и участия в мастер-классах народных ремесел по гончарному ремеслу, лозоплетению, прядению и ткачеству, вязанию, вышивке, кожевенному производству, кузнечному делу, чеканке, мыловарению. В соответствии с программой фестиваля первый день начинается с торжественного открытия, сопровождающегося парадом. Далее туристы могут посетить бугурты (массовые сражения), рыцарские турниры по типу меч-меч, щит-меч и пр., развлечения (метание бревен, топоров, кинжалов, борьба), демонстрацию средневековой артиллерии, конкурс костюмов и доспехов, зрелищные концертные выступления танцоров и музыкантов[1]. В программу включены мастер-классы по обучению желающих искусству владения оружием, ремесленному мастерству. Зрителям предоставляется возможность увидеть условия жизни в крепостных

замках, а также выступить активными участниками средневековых развлечений – метания бревен, топоров, тире лучников. Неотъемлемой частью фестиваля является конкурс средневековых костюмов и доспехов [3].

Размещение участников и туристов фестиваля осуществляется в палаточном лагере на берегу Черного моря. Организаторами фестиваля предоставляется трансфер (автобус от крепости до моря и обратно) для желающих туристов и участников, медицинское обслуживание, услуги по хранению доспехов.

Итак, рыцарские фестивали рассматриваются как перспективное и зрелищное направление событийного туризма [2, 3], позволяющее гостям окунуться в историческую атмосферу средневекового периода, приобрести навыки древнейших видов ремесел, быть активным участником рыцарских забав, увезти домой яркие эмоции и особую атмосферу [3].

Литература:

1. Генуэзский Шлем: [Электронный документ] <https://festival-sudak.ru/o-festivale-genuezskij-shlem/> (дата обращения 12.01.2021).

2. Заднепровская Е.Л. Роль культурно-познавательного потенциала в развитии этнографического туризма / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Материалы II Международной научно-практической заочной интернет-конференции «Филологические и социально-культурные вопросы науки и образования». – Краснодар: КГТУ, 2017. – С. 592-597.

3. Шпырня О.В. Тенденции развития комплекса маркетинговых коммуникаций туристских предприятий в Интернете / О.В. Шпырня, В.Н. Печеницина // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 3. – С. 138-140.

ПРИРОДНО-РЕКРЕАЦИОННЫЕ И СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ПЛЯЖНОГО ОТДЫХА В НОВОРОССИЙСКОМ РАЙОНЕ

А.А. Кизиль

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

Аннотация. Работа посвящена возможностям и перспективам развития пляжного отдыха в Новороссийском районе с учетом географического положения, природных ресурсов и социально-экономической составляющей.

Ключевые слова: туризм, пляжный туризм, Новороссийский район, развитие, условия.

Территория Краснодарского края, особенно его приморские части, делятся на отдельные туристские местности, которые имеют большую привлекательность [1]. Например, Новороссийский район имеет выгодное географическое положение, на берегу Цемесской бухты, одной из самых удобных и обширных на Черном море.

Новороссийск – город-порт, а не курорт, однако его туристский потенциал и природная аттрактивность очень высоки и могут составить достойную конкуренцию таким приморским городам, как Геленджик и Анапа. Живописная природа, чистейший воздух и близость гор делают этот город притягательным для туристов [2].

Рассмотрим территории для развития пляжного отдыха.

Пляж Алексино. Гостям и туристам города предоставляется достойный уровень комфорта, морское дно покрыто галькой, можно покататься на различных надувных аттракционах, заняться аквааэробикой и позагорать под теплым солнцем. Работают рестораны и различные сувенирные лавки [2, 3].

Пляж Суджукская коса. Одно из привлекательных и любимых мест туристов, потому что пляжная зона оборудована всем необходимым для идеального отдыха. Берег и дно покрывает мелкая и крупная галька, за счет чего вода кажется чистой и прозрачной. Для проведения досуга предоставляются дополнительные услуги: водные аттракционы.

Пляж Мысхако. Первым на пути из Новороссийска встретится главный пляж Мысхако, который считается очень востребованным у туристов. Море очень спокойное, волн почти нет, берег засыпан мелкой галькой, рядом множество магазинов и кафе. Пляж подойдет не только для любителей поплавать в море и покататься на аттракционах, но и для любителей рыбалки.

Пляжи в Широкой Балке. Большинство туристов предпочитают приезжать именно сюда, так как инфраструктура курортной территории благоустроена, насыщена предприятиями размещения на любой вкус с видом на море, пунктами питания, гостям предоставляется широкий спектр услуг [1, 2, 3]. Также привлекает чистое море и побережье, удаленность от города, хорошая экология из-за отсутствия промышленных предприятий.

Таким образом, географическое положение, природные ресурсы, социально-экономическая составляющая Новороссийского района благотворно влияют на развитие пляжного отдыха не только для жителей города, но и для туристов.

Литература:

1. Василенко Е.В. Факторы повышения аттрактивности курорта / Е.В. Василенко // Материалы VI Междунар. науч.-практ. конф. «Туристско-рекреационный комплекс в системе регионального развития». – Краснодар, КГУ, 2018. – С. 12-15.
2. Кучеренко И.М. Современные возможности организации отдыха и развлечений в туристической индустрии / И.М. Кучеренко // Социально-экономический ежегодник-2012. Сборник научных статей. – Краснодар: ЮИМ, 2012. – С. 158-162.
3. Шпырня О.В. Особенности продвижения услуг предприятий индустрии развлечений / О.В. Шпырня, Е.А. Еремина, М.В. Коренева // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2020. – № 1(29). – С. 83-87.

ПОТЕНЦИАЛ НОВОРОССИЙСКОГО РАЙОНА ДЛЯ РАЗВИТИЯ ГАСТРОНОМИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

А.А. Кизиль

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

Аннотация. Работа посвящена потенциалу Новороссийского района для развития гастрономического туризма, с учетом географического положения и имеющихся ресурсов.

Ключевые слова: туризм, потенциал, гастрономический туризм, Новороссийский район, фестиваль.

Россия – страна с огромным потенциалом для развития гастрономического туризма, однако используется он не в полном объеме. Развитие данного вида туризма в Новороссийском районе способствует росту интереса как со стороны российских граждан, так и иностранных [1, 3]. Опираясь на климатические условия и географическое положение, эту территорию можно считать благоприятной.

Новороссийск – город-герой и крупный порт на Черном море. Современный город, имея военно-историческое прошлое, промышленный потенциал, благоустроенные пляжные зоны ежегодно привлекает туристов. Новороссийский район располагает множеством мест и мероприятий, фестивалей, в которых можно прочувствовать атмосферу и вкусную еду.

Наиболее привлекательным местом для гастрономического туризма является ресторан «Chateau Pinot», где каждый может насладиться живописным видом, улитками и бокалом вина. Ежегодно в ресторане проходит Фестиваль Молодого вина [2]. У гостей есть два дня, чтобы по-настоящему разделить радость собранного урожая с виноделами, стать участником розыгрыша множества призов и наполнить себя яркими эмоциями и воспоминаниями.

Излюбленным гастрономическим событием в Новороссийске является Фестиваль Хамсы. Он проводится в конце осени, проходят различные выставки, конкурсы, работает ресторанный дворик, где гости могут попробовать разнообразные рыбные блюда. В 2020 году фестиваль проходил онлайн.

В Абрау-Дюрсо существует гастрономическая школа, где проходят мастер-классы для профессионалов и любителей, где шеф-повар делится опытом, рассказывает об истории блюд и учит правильно подбирать вина. Преподаватели показывают гостям как приготовить редкие или популярные блюда из простых ингредиентов. Гастрономический фестиваль «Пикник Абрау» создает удивительное летнее настроение [1, 2]. Тематические зоны предлагают гостям различного рода развлечения.

Южно-Российский фестиваль меда в Новороссийске проводит продажу-выставку продуктов пчеловодства, желающие могут продегустировать медовуху, различные сорта меда с блинами, получить консультацию об апитерапии.

Проведению развлекательных мероприятий и гастрономических фестивалей способствует развитая туристская, транспортная инфраструктура [3].

Таким образом, можно сказать, что Новороссийский район обладает большим потенциалом для развития гастрономического туризма и уже сейчас прилагаются усилия для того, чтобы сделать это место более посещаемым туристами не только Краснодарского края, но и всего мира.

Литература:

1. Кучеренко И.М. Современные возможности организации отдыха и развлечений в туристской индустрии / И.М. Кучеренко // Социально-экономический ежегодник-2012: сборник статей. – Краснодар: ЮИМ, 2012. – С. 158-162.
2. Попова А.С. Молодежный гастрономический туризм как инструмент развития Краснодарского края и формирования профессиональной деятельности волонтеров / А.С. Попова, Е.В. Ползикова, А.А. Юрченко // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере: материалы VI Международной научно-практической конференции Олимпийской академии Юга. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020.
3. Рагер Ю.Б. Историко-культурный потенциал Кубани как фактор развития туризма / Ю.Б. Рагер // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – Краснодар: КГУФКСТ, 2013. – С. 235-239.

К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ РАСШИРЕНИЯ СПЕКТРА ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫХ УСЛУГ ПРЕДПРИЯТИЕМ ПИТАНИЯ

А.В. Коваленко

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

Аннотация. В работе рассмотрен вопрос необходимости расширения спектра предоставляемых услуг предприятием питания, проведен анализ проблем, с которыми сталкивается индустрия в целом, а также представлены мероприятия, проводимые для поддержания и повышения конкурентоспособности заведений общественного питания.

Ключевые слова: расширение спектра услуг, предприятие питания, конкуренция, персонал туристского предприятия.

В настоящее время индустрия питания развивается быстрыми темпами, увеличивается количество предприятий, предоставляющих обслуживание различного уровня и степени качества предлагаемой продукции [3]. На сегодняшний день практически невозможно определить точное число заведений общественного питания. Стремительными шагами происходит открытие новых предприятий и закрытие убыточных [2], а сама сфера характеризуется модернизацией технического оборудования, автоматизацией процессов приготовления блюд, в том числе и расширением диапазона предприятий на постоянной основе.

По мнению многих предпринимателей, важную роль в успешном функционировании предприятия играют не только различные нововведения и совершенствование технического оборудования, но также значительное место отводится высокой квалификации персонала, соблюдению ими моральных и этических принципов, которые применяются в обслуживании гостей. Также внимание стоит уделять уютному и удобному интерьеру помещений, хорошему качеству предлагаемых блюд и напитков, разнообразному меню, приемлемому уровню цен [1]. Но касаясь современного общества, всего вышеперечисленного недостаточно.

Принимая во внимание высокий уровень современной конкуренции, предприятиям индустрии питания приходится решать достаточно сложную задачу по удержанию своих позиций на рынке и сохранению эффективности деятельности. Как правило, руководители заведений осуществляют ряд мероприятий, направленных на снижение затрат с целью осуществить ценовую конкуренцию, но это происходит до момента предложения соперниками более выгодных предложений [2]. Но, к сожалению, чаще всего этого бывает недостаточно для выживания. Поэтому для функционирования на рынке предприятия питания занимаются поиском свободных ниш и осуществляют переориентацию на более узкие группы гостей.

Таким образом, учитывая растущую жесткую конкуренцию, предприятиям необходимо осуществлять поиск новых источников доходов, нацеливаться на новых гостей и расширять спектр оказываемых услуг.

Литература:

1. Владимирова Е.А. Организация работы службы питания в индустрии питания / Е.А. Владимирова, А.А. Юрченко // Туризм: гостеприимство, спорт, индустрия питания. – 2016. – С. 117-119.
2. Лысова М.В. Обслуживания на предприятии общественного питания / М.В. Лысова, Е.В. Василенко // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – С. 251.
3. Шпырня О.В. Совершенствование комплексного обслуживания потребителей услуг предприятия общественного питания на основе разработки программы лояльности / О.В. Шпырня, Н. Вдовенко // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов. – 2019. – С. 752-757.

КОНЦЕПЦИЯ ПРОДВИЖЕНИЯ УСЛУГ РЕСТОРАНА С ПОМОЩЬЮ КОМПЛЕКСА МАРКЕТИНГА

Т.В. Кравченко

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

Аннотация. В данной работе рассматривается концепция продвижения ресторана с помощью маркетингового анализа (SWOT, 4P) с целью привлечения новых клиентов и создания долгосрочной перспективы развития предприятия питания.

Ключевые слова: маркетинг, ресторан, продвижение, концепция, анализ, стратегия, индустрия.

Концепция продвижения ресторана заключается в том, чтобы определить, кому вы продаете свои продукты, почему они выбирают ваш ресторан и насколько эффективна ваша реклама для достижения наилучших результатов. Существуют основные маркетинговые стратегии, без которых невозможно представить концепцию продвижения ресторана. Это SWOT-анализ и анализ «четырёх П». Буквы в SWOT обозначают (S) сильные стороны, (W) слабости, (O) возможности и (T) опасности [1, 3]. Например, главной внутренней силой вашего ресторана может быть использование только органических, местных ингредиентов, что связано с внешней возможностью увеличения числа потребителей, заботящихся о своем здоровье в нашем обществе. Основным недостатком вашего ресторана может быть устаревшая система обслуживания, которая связана с угрозой со стороны конкурентов, использующих новые цифровые системы для обслуживающего персонала. Это базовый пример SWOT-анализа, применимый в ресторанной индустрии.

Помимо SWOT-анализа в концепции продвижения ресторана существуют маркетинговые принципы, известны под названием «Маркетинговый комплекс» [2, 3]. Маркетинговый комплекс определяет стратегии и тактики, которые компания использует для охвата целевых клиентов с точки зрения продукта, места, продвижения и цены, и обозначается как «Четыре P» – Product, Price, Promotion, Place. Данная модель определяет ключевые стратегические элементы бренда и отвечает на вопросы: когда, где, что, почему и как. Лучшие и наиболее эффективные маркетинговые планы включают правильное сочетание всех четырех факторов. Изменение одного может напрямую повлиять на продажу и прибыль всего предприятия. Маркетинговая стратегия и комплекс маркетинга – это элементы единого маркетингового плана [1, 3]. Маркетинговая стратегия относится к тому, как компания планирует увеличить продажи и зарекомендовать бренд на рынке. Маркетинговый комплекс состоит из инструментов, связанных с продвижением маркетинговой стратегии [2].

Таким образом, концепция продвижения ресторана невозможна без маркетинговой стратегии, учитывающей компоненты комплекса маркетинга. Несмотря на разные концепции, комплекс маркетинга и маркетинговая стратегия не существуют отдельно сами по себе, одно без другого невозможно. Эффективная маркетинговая стратегия включает в себя все элементы комплекса маркетинга как основную часть тактического плана.

Литература:

1. Василенко Е.В. Практический опыт продвижения услуг отечественных предприятий общественного питания / Е.В. Василенко, Т.В. Осипенко // Материалы всероссийской научно-практической конференции «Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар, КГУФКСТ, 2018. – С. 119-123.
2. Кучеренко И.М. Современные каналы деловой коммуникации в туризме / И.М. Кучеренко // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – Краснодар, 2019. – С. 120-122.
3. Ползикова Е.В. Маркетинговая проблематика анализа деятельности туристских предприятий / Е.В. Ползикова, Е. Ляликова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов. – Донецк: ДАУГС, 2019. – С. 708-712.

ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ЭКСКУРСИЯ ПО КРЫМУ КАК СРЕДСТВО ОРГАНИЗАЦИИ ДОСУГА ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

А.М. Крашенинникова

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

Аннотация. Данная публикация посвящена отдельным аспектам проектирования познавательной экскурсии для пожилых граждан как форме организации комфортного и содержательного отдыха, расширения круга общения и улучшения физической активности. Крым удерживает свои позиции в качестве объекта туристского интереса, поэтому и рассмотрен в проекте.

Ключевые слова: туризм, экскурсия, Крым, пожилой возраст, отдых, досуг.

Среди граждан пожилого возраста есть много людей, жаждущих новых впечатлений, и познавательный туризм для них один из способов продления их активной жизненной позиции. Постоянное пребывание граждан пожилого возраста в домашних условиях, в относительной социальной изоляции от внешнего мира, однообразие быта все это негативным образом сказывается на психологии. Специфика работы с такой категорией людей предусматривает применение особенных технологий, направленных на повышение активности и жизненного тонуса, поддержание здоровья, увеличение круга общения, удовлетворение личностных потребностей в путешествиях, организации культурного досуга и активного отдыха.

Отдельные представители «серебряного возраста» имеют ограничения в активном передвижении, из-за чего не могут принимать участие в культурно-досуговых мероприятиях, в экскурсионных выездах, в массовых праздничных мероприятиях. Выходом из сложившейся ситуации может стать создание и внедрение новых досуговых программ, разновидностью которых может выступать виртуальная познавательная экскурсия. Виртуальная экскурсия – это один из видов экскурсий, позволяющих с помощью применения современной техники и коммуникационных сетей создать и получить максимально реалистичную информацию о желаемой дестинации без фактического перемещения.

Объектами познавательной экскурсии могут послужить следующие достопримечательности Крыма: мыс Тарханкут, озера Сасык-Сиваш, Балаклавская бухта, мыс Фиолент, гора Демерджи, Генеральские пляжи.

Тарханкут – это мыс на западе Крыма, на одноименном полуострове, представляющий из себя плоскогорье, обрывающееся в море живописными скалами, которые привлекали в эти края многих кинематографистов. Помимо красивых скальных обрывов, здесь есть уютные пляжи и гроты с пещерами.

Одной из легенд этого места является маяк, расположенный на мысе. Точное время появления самого первого маяка неизвестно, однако на картах он появляется в четырнадцатом веке. Сохранилось древнее название этого места – Eski-Foros, что в переводе означает «старый маяк».

Самой известной частью мыса Тарханкут считается большой и малый Атлеш. Атлеш – это отвесные скалы, высотой достигающее до 64 метров над уровнем моря. По всей длине Атлеша расположено множество гротов, небольших пещер и скал, выступающих из воды. Мыс является заповедной зоной и ареалом обитания редких видов растений и животных, занесенных в Красную Книгу.

Мыс Тарханкут в Крыму подходит для дайвинга. Здесь расположена школа дайверов, где можно пройти курсы, получить соответствующий сертификат, а также взять необходимое для погружения оборудование в аренду.

Озеро Сасык-Сиваш ранее было мелким заливом, но в результате штормов постепенно возникла песчаная дамба, перекрывающая выход к морю. Сейчас оно занимает площадь в 75 300 м². А на его берегах возникли два крупных курортных города – Саки и Евпатория. Свое

название водоем получил за розовый оттенок воды, который образуется из-за морской соли. В результате испарения воды эта соль приобретает розовый цвет, так как в озере растет микроводоросль. Главное достоинство соли – высокая концентрация бета-каротина. Воздух на озере тоже целебен, так как пары хлора, выделяющиеся из воды, очищают его, благодаря чему он считается отличным профилактическим средством для ингаляции.

Балаклавская бухта – бухта в окрестностях Севастополя, особенностью которой является ее полузамкнутость и ограниченная связь с открытой частью Черного моря. Считается лучшей бухтой для яхтинга на Черноморском побережье с точки зрения ее географических, природных и навигационных особенностей. Она закрыта от ветра и волн со всех направлений. Балаклавская бухта не загружена крупнотоннажными судами, что создает меньше проблем и повышает безопасность. В Балаклавском районе Севастополя находится мыс Фиолент. Всего в пятнадцати километрах от города-героя, по направлению к Ялте. Мыс Фиолент является потухшим вулканом, некогда извергавшим из себя лавовые потоки. Ученые предполагают, что возраст объекта может превышать 160 миллионов лет. Следы бурного геологического прошлого можно обнаружить на склонах мыса - об этом свидетельствуют застывшие магматические образования. Мыс Фиолент привлекает туристов своей живописной бухтой и десятикилометровой пляжной зоной с лазурной водой, белоснежным песком. На мысе много минералов, в частности халцедона и яшмы. Именно яшму собирают на пляже, расположенном всего в двух километрах от Фиолента, в честь этого камня его и назвали – «Яшмовый пляж». Туристы приезжают полюбоваться чистой изумрудной водой и гротом Дианы. По легенде это место было сакральным и в далеком прошлом отсюда сбрасывали в море молодых женщин в дар богине Диане, покровительнице охоты.

Горы Демерджи, или Долина Приведений, такое название появилось благодаря каменным изваяниям причудливых форм, образовавшимся в результате воздействия природных стихий. В долине находятся каменные столбы различных размеров. Здесь их насчитывается более сотни. Суть в том, что все эти фигуры напоминают людей, животных, птиц, разнообразные предметы. На протяжении светового дня, когда меняется освещение в долине, одна и та же природная скульптура в разное время напоминает разные образы.

В двадцати километрах от города Керчи на берегах Азовского моря, омывающего полуостров, находятся уникальные живописные пляжи под названием Генеральские. Относится эта местность к природному парку под названием «Караларский». В послевоенный период на территории Караларского заповедника был основан военный полигон и аэродром. Тут базировались вооруженные силы Советского Союза, проводили учения и испытания новых видов оружия. В связи с этим местность была недоступна для населения и тщательно охранялась. Лишь только военные высоких чинов могли посетить эти живописные бухты. Береговая линия здесь представляет собой открытые бухты с пляжами, чередующиеся со скалистыми выступами. В общей сложности тут насчитывают около тридцати бухт разного ландшафта и размеров, от совсем небольших до довольно просторных.

Водопад Джур-Джур самый полноводный из крымских водопадов. Название его звучит в переводе с тюркского как «вечно журчащий». Он расположен в верховьях реки Улу-Узень и представляет собой несколько каскадов, самый высокий из которых расположен на уровне 15 м. Низвергающаяся каскадами вода образует небольшие озера, каждое из которых имеет свое название.

Согласно ГОСТ по туристско-экскурсионному обслуживанию при проектировании тура согласованы возможности и запросы по организации досуга граждан пенсионного возраста. Пункт 4.1 ГОСТа ограничивает рамки проекта требованиями к безопасности жизни и здоровья особой категории туристов.

Базисной основой проекта стала вербальная матрица тура, включающая комплекс требований к экскурсионным услугам, согласованным с заказчиками и их возможностями здоровья.

Данный проект позволит значительно упростить и сократить набор технологической документации тура. Содержание экскурсии, ее направленность, ценность зависят от компетентности коллектива специалистов туристической индустрии, психолого-педагогической подготовленности экскурсовода и методов и способов коммуникации. На первом этапе были определены объекты показа и проведено их исследование, основными критериями определены необычность и познавательная ценность. Особый методический прием, который предполагается положить в основу виртуальной экскурсии, – это прием движения и встречи с интересными людьми, старожилами.

Литература:

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

2. Заднепровская Е.Л. Роль культурно-познавательного туризма в развитии этнографического туризма / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Филологические и социокультурные вопросы науки и образования. – 2017. – С. 592-597.

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

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ САФАРИ-ТУРИЗМА НА АЗИАТСКОМ СЕВЕРЕ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

Д.В. Кушнарева

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

Аннотация. В данной работе рассматривается современное состояние и перспективы развития сафари-туризма на территории Азиатского Севера Красноярского края.

Ключевые слова: сафари, экстремальный туризм, гонки на упряжках, Красноярский край, праздник.

Красноярский край обладает огромными рекреационными ресурсами, что позволяет развивать практически все виды туризма: отдых на пляже, экотуризм, конный туризм, беговые и лыжные походы, санаторно-курортное лечение, рыбалка, охота, культурно-познавательный туризм, паломнический, деловой и событийный, а также изюминка зимнего сезона – сафари на оленьих и собачьих упряжках [2, 3].

Если говорить о таком виде активного приключенческого туризма, как катание на собачьих и оленьих упряжках, следует понимать, что это неизменный атрибут жизни Севера, средство передвижения. До появления дорог, полноценных автомагистралей, снегоходов, в зимний период нарты – были единственным способом быстрого передвижения [1, 3]. Сейчас это не более чем зимняя забава, но, безусловно, формирующая уникальность и привлекательность Красноярского края для туризма.

Однако современное состояние сафари-туризма в Красноярском крае занимает не самую высокую нишу. Рассказывая о сафари на собачьих и оленьих упряжках, в первую очередь необходимо упомянуть регионы, в которых этот вид туризма действительно развит: Камчатка, Карелия, окрестности Байкала, Алтай. Здесь эти экспедиции могут входить в обзорные туры (в качестве одного из развлечений), либо быть полностью самодостаточными. Продолжительность полноценных экспедиций составляет от 3 до 6 дней.

В Красноярском крае нет маршрутов, организованных для этого вида туризма [3]. Вместо этого в регионе огромное множество туристских баз, в которых катание на собачьих упряжках предлагается как дополнительная к отдыху услуга. Это такие турбазы, как «Дивные Хаски» в г. Дивногорск, «Море Эмоций» в г. Красноярск и многие другие. Также под Красноярском ежегодно проходят традиционные гонки на собачьих упряжках «Кара-Даг».

В Эвенкии также ежегодно проходит главное мероприятие района – традиционный праздник «День оленевода», который привлекает своей уникальностью множество туристов. Гости праздника наблюдают гонки на оленьих упряжках, за национальной борьбой и такими самобытными видами спорта, как метание тынзяна на хорей, метание топора на дальность, прыжки через нарты, а также лакомятся блюдами национальной кухни.

Безусловно, Красноярский край заинтересован в развитии туристской индустрии на своей территории. Согласно распоряжению правительства Красноярского края «Об одобрении Концепции развития туристской индустрии в Красноярском крае» главными направлениями для развития туризма в крае в первую очередь являются: речной, арктический, активный, культурно-познавательный, а также социальный и детский [1, 2]. Для развития указанных приоритетных направлений необходимо вовлекать в туристско-рекреационный оборот все соответствующие ресурсы края, развивать и улучшать инфраструктуру, повышать качество обслуживания и расширять ассортимент туристских и услуг, сопутствующих отдыху, и, безусловно, формировать привлекательный имидж туристской отрасли края.

Таким образом, можно заключить, что сафари-туризм в Красноярском крае в данный момент времени не имеет конкурентных преимуществ, однако правительство стремится

вывести край на более высокий конкурентный уровень, используя весь свой туристский потенциал по максимуму.

Литература:

1. Кучеренко И.М. Деловой и корпоративный туризм в рамках глобализации мировой экономики / И.М. Кучеренко // Социально-экономические проблемы развития южного макрорегиона: сборник научных трудов. – Краснодар: ЮИМ, 2015. – С. 79-84.

2. Путешествие на Север. Станет ли Красноярский край туристической Меккой? [Электронный документ] URL <https://krsk.ru/> (дата обращения (12.12.2020)).

3. Туризм в Красноярском крае: [Электронный документ] URL <https://rostur.ru/> (дата обращения (02.12.2020)).

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ТЕПЛОХОДНОГО ТУРИЗМА НА АЗОВО-ЧЕРНОМОРСКОМ ПОБЕРЕЖЬЕ

М.В. Кушнарева

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

Аннотация. В данной работе рассматривается современное состояние и перспективы развития теплоходного туризма на территории и акватории Краснодарского края.

Ключевые слова: теплоходный туризм, круиз, прогулки по воде.

Краснодарский край на сегодняшний день является одним из ведущих курортных регионов России, наличествующий значительным потенциалом для развития многих видов туризма, в том числе – теплоходного. Основными предпосылками к появлению такого вида водных путешествий стали выход к двум морям, Черному и Азовскому, а также протекающая по территории края река Кубань [1, 2].

Говоря о современном состоянии теплоходного туризма в регионе, можно смело утверждать, что он представлен немалым перечнем туристских продуктов, начиная от прогулок по воде и заканчивая круизами продолжительностью до 8 суток. На сегодняшний день прогулки по воде осуществляются на теплоходах «Кубань» и «Дон» в городе Краснодар от парка 30-летия Победы, теплоходе «Владимир Шапурко», курсирующем по Цемесской бухте в городе Новороссийск, теплоходе «Дагомыс», совершающем свои рейсы от морского порта города Сочи [3].

Как уже говорилось выше, теплоходный туризм представлен не только одночасовыми прогулками по воде. Разнообразны также экскурсионные и круизные сообщения. В рамках реализации проекта «Золотое кольцо Боспорского царства» осуществляются экскурсионные прогулки между Сочи и Туапсе на двухпалубном теплоходе «Акваллоо», также проходят маршруты «Тамань – Керчь», «Тамань – поселок Гаркуша: Античные вина Патрея» на теплоходе «Черноморье» и круизное сообщение «Сочи – Новороссийск – Ялта – Севастополь – Сочи» на девятипалубном лайнере «Князь Владимир» [1, 3].

Туристский маршрут проходит по местам, где в античное время находились города древнего государства, а в настоящее время располагаются археологические музеи, музеи древности, курганы, исторические музеи-заповедники, культурные центры, монастыри. Говоря о перспективах развития теплоходного туризма, стоит в первую очередь обратить внимание на географию путешествий, которая на 2021 год может включать заходы в такие города, как Сухум (Абхазия) и Стамбул (Турция).

По акватории Азовского моря помимо теплохода «Черноморье», также реализуются туры на комфортабельном пятизвездочном теплоходе «Мустай Карим» с сообщением «Ростов-на-Дону – Ейск – Новороссийск». В рамках круизного тура, туристы посещают Ростов, Азов, Таганрог, ст. Старочеркасскую. Кроме того, их ждут винодельческое хозяйство Эльбузд, винодельни, винзаводы, местная кухня, а еще южные базары, казачьи песни, уникальные места, кубанские степи и живописные прибрежные города с историческими достопримечательностями в Ейске, Темрюке и Новороссийске [2, 3].

Таким образом, можно заключить, что в теплоходном туризме на территории Краснодарского края по состоянию на 2020 год раскрывается значимый потенциал, а в перспективе теплоходный туризм может стать одним из привлекательных туристских направлений региона.

Литература:

1. Гричуха М.В. Перспективы развития круизного туризма на черноморском побережье / М.В. Гричуха, Е.В. Ползикова // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – 51 с.

2. Кучеренко И.М. Современные возможности организации отдыха и развлечений в туристской индустрии / И.М. Кучеренко // Социально-экономический ежегодник-2012: Сборник научных статей. – Краснодар: ЮИМ, 2012. – С. 158-162.

3. Прогулки на теплоходах [Электронный ресурс]. URL: <http://www.kubanship.ru/about/progulki-na-teplohodah/> (дата обращения 28.11.2020).

КИНОТУРИЗМ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

Е.Ю. Лагошина

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

Аннотация. Проанализировано развитие кинотуризма как перспективного направления развития внутреннего туризма в Краснодарском крае. Рассмотрены объекты туристского показа в процессе туристского киномаршрута по Кубани.

Ключевые слова: туристская индустрия, кинотуризм, киномаршрут, кинотуристский продукт, киномероприятия.

Мировая туристская индустрия давно создает кинотуристский продукт и успешно его реализует на рынке. Объектами показа являются Диснейленды; новозеландские фермерские поля (бывшие в кинофильмах страной Хоббитов); галереи Лувра (маршрут героев «Код Да Винчи»); места съемок приключений Джеймса Бонда и др. Разнообразие киномаршрутов и кинотуристских продуктов постоянно расширяется одновременно с созданием новых популярных кинофильмов.

Кинотуризм является перспективным и востребованным направлением развития внутреннего туризма в Краснодарском крае, о чем свидетельствуют ежегодные событийные киномероприятия, проводимые в регионе, посвященные премьерам новых кинофильмов: Открытый российский кинофестиваль «Кинотавр»; Открытый кинофестиваль «Киношок» и др. На Кубань приезжают многочисленные отечественные и зарубежные съемочные группы, регион стал базой для создания многих отечественных сериалов, чему способствуют разнообразная южная природа, комфортный климат, транспортная доступность для натуральных съемок. В крае созданы такие популярные сериалы, как: «Ищейка», «Марафон», «Горько!»; кинофильмы разных исторических периодов «Кочубей», «Сережа», «В моей смерти прошу винить Клаву К.», «Француз», «День Д» и многие другие.

К наиболее известным киноместам отнесем:

1. «Скалы Киселева». В 1949 году здесь проходили съемки знаменитой картины И. Пырьева «Кубанские казаки», которая была первым цветным полнометражным фильмом в истории нашего кино. Легендарный фильм стал туристским брендом города Курганинска, в котором центральная площадь названа в честь главной исполнительницы – Клары Лучко, а также ежегодно проводится фольклорный казачий фестиваль.

2. «Черноморский Голливуд». Города Черноморского побережья постоянно становятся съемочной площадкой для известных кинофильмов. К примеру, из Анапы отправился в путешествие герой фильма «Бриллиантовая рука» Семен Семенович Горбунков, а возле Геленджика (Черные скалы) снимали сцену рыбалки из этого же фильма. В Туапсе когда-то снимали комедию «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещен». На побережье также проходил съемочный процесс сериалов «День Д», «Морской патруль» и др.

3. «Грозные ворота». Для съемок сериала «Грозные ворота» был выбран город-курорт Геленджик. Боевые киносцены снимали в районе поселков Прасковеевка, Светлый и Темная Щель, для чего была построена декорация развалин древней кавказской крепости. Эти развалины затем стали туристской достопримечательностью.

4. «Кавказ предо мною». Возле хребта Азиш-Тау в Адыгее снимался популярный боевик «Блокпост», а также велись съемки сериала «Герой нашего времени» по мотивам произведения М. Лермонтова. У туристов имеется возможность увидеть величественные панорамы на долину и главный Кавказский хребет.

5. «Дворцы советского периода». В сочинских санаториях «Русь» и «Сочи» снимались фильмы «Парк Советского периода», «Старик Хоттабыч» и др.

В 2020-2021 годах в крае продолжают и завершатся съемки таких сериалов, как: «Любовь», «Менталистка», «Легенды «Орленка» «Нежность» и др.

Таким образом, Краснодарский край обладает необходимыми объектами туристского киноинтереса, природными и климатическими ресурсами, транспортной доступностью для активного развития кинотуризма в регионе.

Литература:

1. Коренева М.В. Привлечение туристов в Сочинский район на основе разработки и реализации программ событийных туров / М.В. Коренева, Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы научно-практической конференции. – Донецк: ДАУГС, 2018. – С. 436-441.

2. Кулагин А.С. Событийный туризм как один из важнейших инструментов брендинга Кубани / А.С. Кулагин, Е.Л. Заднепровская // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 241-242.

3. Овчаренко Л.А. Стратегический подход к управлению развитием внутреннего и въездного туризма в контексте современных вызовов / Л.А. Овчаренко, Е.Л. Заднепровская // Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий: материалы IV международной научно-практической конференции. – Донецк: ДАУГС, 2020. – С. 82-84.

Аннотация. Рассмотрен потенциал развития Непала на туристском рынке России, а также анализ общей инфраструктуры государства.

Ключевые слова: инфраструктура, туризм, развитие индустрии, сотрудничество стран, туристы из России, потенциал Непала, туристский рынок.

Непал – государство в Южной Азии, является самой высокогорной страной в мире. Характерные черты – паломничество и гора Эверест (8848 м). Интересно, что именно здесь находятся восемь из четырнадцати восьмитысячников, а половина территории расположена на высоте 3000 метров над уровнем моря [1, 3].

В Непале проживает более 60 этносов (непальцы, магары, тхару и др.), но, к сожалению, это одна из самых экономически отсталых стран, а экономика государства держится на туризме, производстве табака, чая и ковров. Сами же непальцы – достаточно открытые люди, религиозные и умиротворенные [2, 3]. Приветствуют друг друга словом: «Намасте», складывают ладони лодочкой, причем чем выше, тем больше непалец проявляет уважение к партнеру. Чтобы сократить масштаб нищеты и достигнуть большего мирового значения, правительство страны предпринимает меры для развития туристской индустрии. А именно:

1. Строительство объектов для размещения туристов.
2. Проект «Посетите Непал-2020».
3. Разработка плана развития инфраструктуры, т.к. Непал – государство с уникальными природными достопримечательностями, большинство которых расположены в отдаленных районах, ему необходимы дороги, для удобного проезда в нужную точку маршрута.
4. Расширяются сети национальных парков.
5. Открытие новых маршрутов (экологический туризм).

С другой стороны, такая изолированность государства способствовала сбережению его культурной самобытности.

Стоит отметить, что у российских туристов Непал является приоритетным направлением (из-за несложности получения визы, наличия доступных по ценовой категории средств размещения и факта, что в стране немало тех, кто понимает русский язык (студенты советских ВУЗов) [2].

Из Москвы в Катманду – столицу Непала – летают несколько авиакомпаний, одна из них входит в десятку лучших перевозчиков мира. (Вылеты шесть раз в неделю). В среднем туристы из России, посетившие Непал, оставались в стране около 11 дней. Значим и тот факт, что после распада Советского Союза, Российская Федерация сохранила дружеские отношения с Непалом. Оба государства имеют посольства в своих столицах. Помимо высочайшей вершины мира, российского туриста привлекают доступные маршруты, которые имеют различный уровень подготовки для их прохождения. Есть реальные перспективы роста, в чем заинтересованы обе стороны. Туроператоры прогнозируют стабильный рост спроса на поездки в Непал, тем более что цены на этот уникальный продукт более чем приемлемые – стандартный тур с перелетом и размещением в гостинице 3* обойдется не дороже \$1500. Кроме того, Непал легко комбинируется с посещением Тибета, Бутана [1, 3]. По словам генерального директора одной из известных компаний, сейчас на российском рынке предлагается множество вариантов непальского продукта. Хорошим спросом пользуются поездки просто на отдых, познавательные, экскурсионные программы, а в последнее время все более востребованы различные активные, экстремальные туры.

Таким образом, для развития туризма в Непале есть определенные предпосылки: природно-рекреационные ресурсы, предприятия размещения, упрощенный визовый режим.

Литература:

1. Еремина Е.А. Динамическое пакетирование туров в условиях перехода на цифровую экономику / Е.А. Еремина, Д.М. Джаббаров // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018, № 1. – С. 117-119.

2. Культура Востока. Вып. 2. Особенности регионального развития. Индия, Непал, Тибет. – М.: Красанд, 2009. – 288 с.

3. Электронная большая российская энциклопедия: [Электронный ресурс] <https://bigenc.ru/geography/text/2260947> / (дата обращения 06.12.2020).

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СПЕЛЕОТУРИЗМА В НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

А.Н. Лапшина

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

Аннотация. Рассмотрен потенциал развития спелеотуризма в Нижегородской области, являющейся одним из динамично развивающихся видов туризма.

Ключевые слова: спелеотуризм, спелеология, потенциал, Нижегородская область, спелеотуры.

Спелеотуризм – посещение природных пещер и передвижение по ним из спортивного интереса. Данный вид отличается от спелеологии тем, что получение научных сведений не является главной целью этого рода деятельности [3].

Стоит отметить, что в современном мире туризм набирает обороты, туристы в поисках новых впечатлений, чего-то нового, поэтому для любителей активного отдыха особо интересен спелеотуризм [1]. Спелеотуры – возможность посетить доступные, необорудованные пещеры, а также способ прикоснуться к секретам подземного мира и ощутить всю его уникальность [2].

Так, например, мало кто знает, но в Нижегородской области живописные равнины сменяются глубокими провалами, пещерами, и выемками в горных породах. Туристов привлекают необычные формы входов, легкодоступность и малый поток приезжающих [3]. Самым примечательным местом является массив, на правом берегу реки Пьяна, знаменитый Ичалковский бор, где ученые обнаружили десятки гротов и пещер карстового происхождения. Не менее интересны пещеры Балахонихинская, Борнуковская, доступные для туристов с различной физической подготовкой [2].

Особенности спелеотуризма в Нижегородской области:

1. Средняя сложность рельефа, необычные формы (завалы, узкие места проходимости).

2. Уникальная флора.

3. 180 миллионов лет – возраст образованных пород.

4. Наличие небольших озер с ледяной и прозрачной водой.

5. В Пешеланских шахтах можно посетить музей горного дела.

Исследование показало: спелеотуризм становится популярным и востребованным на рынке туристских услуг, а Нижегородская область – перспективный регион, с развитой инфраструктурой (т.к. Нижний Новгород – столица Поволжья – пятый по численности мегаполис России). Осмотр этих пещер – уникальная возможность увидеть то, что скрыто от глаз миллионов людей [2, 3]. Существует потребность в грамотно проводимой работе в сфере туризма Нижегородской области, которая привлечет еще большее количество туристов.

Таким образом, разнообразные неровности рельефа Новгородской области и наличие в них пещер благотворно влияют на развитие спелеотуризма в регионе, что делает его более привлекательным для посещения и повышения интереса к этому виду туризма.

Литература:

1. Кучеренко И.М. Современные возможности организации отдыха и развлечений в туристской индустрии / И.М. Кучеренко // Социально-экономический ежегодник-2012. Сборник научных статей. – Краснодар: ЮИМ, 2011. – С. 158-162.

2. Кружков Д.А. Становление и развитие самодетельного туризма в России / Д.А. Кружков, В.О. Немцова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – № 1. – С. 110-112.

3. Спелеотуризм: [Электронный ресурс]. URL:<https://www.vprohod.ru/> (дата обращения 03.11.2020 г.).

РЕГУЛИРОВАНИЕ ЦЕНОВОЙ ПОЛИТИКИ ПРЕДПРИЯТИЙ ПИТАНИЯ В ПЕРИОД ВВЕДЕНИЯ КАРАНТИННЫХ МЕР

Р.М. Лукаш

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

Аннотация. В работе рассмотрены понятие, виды и возможности ценовой политики на предприятиях питания. Проанализирована специфика ценообразования предприятий питания в условиях введения карантинных мер.

Ключевые слова: цена, ценовая политика, ценообразование, предприятия питания.

Цена – это денежное выражение стоимости товара, услуги. В свою очередь, ценовая политика – это принципы и методы определения цены на товар или услугу. Для современного человека сходить поужинать, перекусить в кафе, ресторан стало обыденным делом, из-за этого рынок готов предоставить заведения питания на любой вкус и предпочтения, дошло до того, что потребители, перед тем, как сходить в кафе выбирают не то заведение, где вкуснее, а где уютнее, антураж по душе и цены приемлемые [1]. Но введение карантинных мер существенно изменило положение дел на рынке услуг общественного питания. В условиях введения карантинных мер, когда рестораторы испытывают колоссальные проблемы со спросом, чтобы «выжить» предприятию питания необходима гибкая ценовая политика, которая поможет ему оставаться в конкурентной борьбе и, если политика грамотная во всех ее аспектах, выбиться в лидеры на рынке.

В индустрии питания ценообразование происходит по-другому, нежели в турагентствах, в гостиничном бизнесе и т.д. Одна порция блюда не имеет как таковых издержек, что не позволяет рассчитать себестоимость одного блюда, за основу берутся сразу сто порций из позиции в меню [2]. Цена за порцию рассчитывается путем калькуляции, этот процесс может осуществляться ежедневно, из-за того, что цена на сырье у поставщиков не фиксированная, а зависит от ряда условий. В большинстве случаев предприятия выбирают установку цен с помощью добавления наценки к стоимости сырьевого набора, из которого готовят то или иное блюдо для посетителей. Стоит отметить еще один способ ценообразования, к которому прибегают уже не такое большое количество заведений, в этом способе цена формируется с помощью добавления наценки к отдельным видам ингредиентов, входящих в то или иное блюдо предприятия общественного питания. Политика ценообразования на предприятиях питания может достаточно сильно дифференцироваться от конкурентов, но общие принципы ценообразования формируются, как правило, из таких аспектов, как особенность товара, конъюнктуры рынка, изменений в издержках, соотношения спроса и предложения, цены на такое же блюдо (порцию) у конкурентов, налоговые отчисления и многое другое [1].

Существуют множество стратегий, возможных к применению в условиях введения карантинных мер, например, стратегия высоких цен, стратегия приемлемой цены, стратегия целевых цен и т.п. Предприятие питания должно само решить, какая стратегия подходит именно ему в условиях введения карантинных мер [3]. Важно сделать это безошибочно, потому что выбор неверной стратегии ценообразования может не дать предприятию питания раскрыть свой конкурентный потенциал.

В качестве подведения итогов можно сказать, что ценовая политика в условиях введения карантинных мер, не всегда справедливых, по мнению рестораторов, играет важную роль в определении курса, который является крайне сложным процессом для любой фирмы, предприятия, а если говорить о предприятиях питания, то задача усложняется еще раз, не все заведения могут выдержать карантинные мероприятия и удовлетворить потребности потребителей без гибкой политики цен [3].

Литература:

1. Джум Т.А. Методические аспекты разработки маркетинговой стратегии предприятий ресторанного бизнеса / Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская, В.Г. Минченко. – Краснодар, 2018.
2. Шпырня О.В. Инновационные технологии в деятельности предприятия ресторанного бизнеса / О.В. Шпырня, В.Л. Эм // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 147-149.
3. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

Я.П. Маврина

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

Аннотация. Отмечено, что экологический туризм – это вид туризма, целью которого является посещение различных заповедников, парков. Особенно важно уделить должное внимание этапам подготовки туристского продукта для школьников, его безопасности, познавательной и рекреационной составляющей.

Ключевые слова: туристский продукт экологической направленности, экологический туризм для школьников, этапы разработки экскурсии.

Туристский продукт экологической направленности относится к наиболее востребованному продукту школьной аудиторией, что объясняется его оздоровительной, познавательной функциями, возможностью совместить двигательную активность и интерес к объектам показа, а также развить коммуникативные навыки школьников.

Туристские продукты для школьников должны быть, в первую очередь, максимально безопасными, содержать соответствующую возрасту школьников познавательную ценность, что необходимо учитывать при разработке школьного продукта [1, 3]. Туристский экологический маршрут должен быть обеспечен соответствующими методическими документами (технологическая карта, путевой маршрут, портфель экскурсовода и др.); информация школьникам должна излагаться на доступном уровне, при ответе на вопросы используются понятные термины. Экскурсоводы-инструкторы должны иметь педагогическую подготовку. Этапы подготовки экологической экскурсии для школьников представим в таблице 1.

Таблица 1 – Этапы подготовки туристского продукта экологической направленности для школьников

Этапы	Описание этапов подготовки турпродукта для школьников
1	Определение цели и задач школьного экологического турпродукта, в том числе его безопасности
2	Выбор темы и разработка тематики школьного экологического турпродукта с учетом познавательно-развивающего элемента
3	Изучение и сбор информации по теме предстоящей экскурсии экологической направленности
4	Отбор и изучение природных объектов показа, которые будут включены в маршрутный лист и технологическую карту
5	Составление маршрутного листа экологической экскурсии
6	Апробация маршрута экологической экскурсии
7	Составление технологической карты турпродукта экологической направленности
8	Подготовка экскурсионной информации с учетом возраста школьников
9	Формирование портфеля объектов природного показа
10	Проведение пробной экскурсии экологической направленности для школьников
11	Утверждение экскурсии экологической направленности для школьников

Во время проведения экологической экскурсии экскурсовод-инструктор должен задавать вопросы школьникам, подталкивать их к размышлениям, пробуждать интерес к

участию в экскурсии, не забывая об активной двигательной особенности детей и поощряя ее через продуманные физические нагрузки [2].

Экскурсовод-инструктор, проводящий данное мероприятие, должен обладать навыками детской психологии, уметь правильно строить ход экскурсий, учитывать запросы своей группы, а также строить коммуникативные связи в группе [1].

Таким образом, этапы подготовки туристского продукта экологической направленности для школьников должны соответствовать направленности экскурсии, содержать вопросы безопасности, включать разработку продуманного маршрута с максимальной познавательной и физической пользой.

Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Развитие экологического туризма на особо охраняемых природных территориях Краснодарского края / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова, В.Г. Минченко / Монография. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 107 с.

2. Минченко В.Г. Развитие зеленого туризма на Кубани / В.Г. Минченко, Е.Л. Заднепровская // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы международной научно-практической конференции. – Донецк: ДАУГС, 2017. – С. 317-322.

3. Поддубная Т.Н. Экологическая обстановка региона как фактор развития туризма / Т.Н. Поддубная, А.М. Крашенинникова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы научно-практической конференции. – 2019. – С. 679-683.

ПОПУЛЯРНОСТЬ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В СТРАНАХ ЕВРОПЫ

И.Р. Маслюк

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

Аннотация. В работе рассматриваются преимущества экологического туризма, которые заключаются в сведении к минимуму воздействия на природную среду. Экотуризм, помимо положительного влияния на туризм и окружающую среду, дает местным сообществам возможность расширения путей экономического развития.

Ключевые слова: экологический туризм, страны Европы, массовый туризм, преимущества экологического туризма, популярность экологического туризма.

Экологический туризм зародился в 1970-80-х годах в самый разгар экологических движений. Растущее беспокойство об окружающей среде, смешанное с недовольством массовым туризмом, привело к увеличению спроса на природные развлечения.

Экотуризм можно определить как «туризм, направленный на сохранение природы и ознакомление посетителей с местной средой, культурой и природным окружением». Он также является частью концепции устойчивого туризма. Экотуризм поощряет главенство интересов местных жителей в туристском освоении территории, защищает местную флору и фауну и экономически стимулирует местных жителей сохранять окружающую среду [1].

В связи с постоянно растущим интересом к экологически безопасным путешествиям и мероприятиям многие туроператоры предлагают направления, которые привлекают туристов, обращая их внимание на проблему бережного отношения к природе [3].

Очевидно, что Европа является одним из самых популярных направлений в туризме. И многие страны и города здесь все больше осознают необходимость устойчивого развития, чтобы приносить пользу как туристам, так и местным жителям.

Недавнее исследование туристическим онлайн-агентством Opodo показывает рост тенденции экотуризма в Европе. Опрос, проведенный среди интернет-пользователей в Европе, обнаружил, что 7 из 10 европейцев готовы следовать всем необходимым мерам для экономии энергии, останавливаясь в отеле (выключать свет, не менять полотенца каждый день и т. д.). 70% респондентов утверждают, что готовы тратить больше на экологичные услуги во время путешествия [2].

Швеция – одно из лучших направлений экотуризма в мире. Страна имеет сертификат качества экотуризма «Nature's Best», который был уникальным сертификатом в Европе, когда он был впервые присужден этому туристическому направлению. Цель экотуризма в этой стране – обеспечить добавление экономической ценности ресурсам, имеющим экологическое и культурное значение. Экологические туры организованы государственными туристическими организациями, такими как Общество экотуризма Швеции, которое работает над тем, чтобы предоставить незабываемый опыт путешествия туристам, одновременно улучшая экономику за счет доходов, полученных от такой деятельности.

Ирландия – одна из самых зеленых территорий в Европе. Проект Greenbox, который проводился с 2006 по 2009 год, позволил сделать северо-запад Ирландии местом для экологического туризма, выделив ее природные ресурсы. Sustainable Travel Ireland выросла из этого проекта и, в свою очередь, продолжает продвигать и обучать ирландский бизнес в области ответственного и устойчивого туризма.

В Ирландии есть множество замечательных ландшафтов, которые можно найти по всей стране. Скалы Мохер чрезвычайно популярны среди посетителей, которые приезжают, чтобы увидеть их огромную красоту над Атлантическим океаном. Дальше на юг путешественники могут насладиться Кольцом Керри, круговым маршрутом длиной 179 км, который ведет путешественников по полуострову Айверах, озерам Килларни и другим уникальным местам.

Крит приобрел легендарный статус благодаря своему здоровому образу жизни, который заключается в диете, состоящей из выращенных в домашних условиях сезонных овощей и фруктов. Деревня Энагрон на Крите, известная как деревня экотуризма, включает в себя все традиционные аспекты критской жизни. Некоторые мероприятия включают пешие экскурсии по деревне, чтобы узнать об истории местности, традиционные уроки кулинарии по критской диете и ботанические прогулки. Процветающее сельское хозяйство и животноводство Крита помогает острову не зависеть полностью от туризма, позволяя процветать проектам экотуризма.

Норвегия – лидер инициатив в области экотуризма. Страна призывает своих граждан уважать и сохранять природу. Одна из величайших, хорошо известных и популярных достопримечательностей Норвегии – Гейрангер-фьорд. Туристы могут выбрать велосипедную экскурсию по фьорду, полюбоваться его красотой с лодки или отправиться в поход. Компания Romsdal Aktiv, расположенная в городе Ондалснес, является одной из первых компаний в области экотуризма в Норвегии, которая с 1982 года занимается организацией мероприятий и проектов в данном направлении.

Ожидается, что продолжающиеся споры о влиянии массового туризма на окружающую среду повлияют на спрос в устойчивом туризме, в том числе и на экотуризм, которые оказывают значительное влияние на сохранение природной среды. Преимущества экологического туризма заключаются в сведении к минимуму воздействия на природную среду. Экотуризм приносит пользу не только туристам и окружающей среде, местным сообществам, которые получают возможность экономического развития, благодаря различным мероприятиям.

Литература:

1. Ахметов С.М. Анализ потенциала и перспектив развития экологического туризма в Краснодарском крае (по материалам отчета о выполнении первого этапа исследований в рамках гранта европейского фонда «Tempus» на реализацию проекта «Netour»)/ С.М. Ахметов, Г.Д. Алексанянц, Д.А. Кружков // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2013. – № 3. – С. 2-4.

2. Заднепровская Е.Л. Развитие экологического туризма на особо охраняемых природных территориях Краснодарского края / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова, В.Г. Минченко. – Краснодар, 2018.

3. Минченко В.Г. Инвестиции в развитие экологического туризма на юге России (по материалам анализа вторичной информации в рамках проекта «NETOUR» / В.Г. Минченко, А.Ю. Пахомова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2013. – С. 174-176.

ВИРТУАЛЬНЫЕ ЭКСКУРСИИ ВОЕННО-ИСТОРИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ КАК ФАКТОР ДИВЕРСИФИКАЦИИ УСЛУГ МУЗЕЕВ

И.А. Мязин

Научный руководитель доцент Д.А. Кружков

Аннотация. В работе рассмотрены возможности виртуальных военно-исторических экскурсий, их важность в эпоху инноваций. Представлен проект экскурсии по военно-исторической экспозиции Музея истории физической культуры и спортивной славы Кубани.

Ключевые слова: виртуальные экскурсии, диверсификация услуг, экскурсионный туризм, проект виртуальной экскурсии.

Многие люди удовлетворяют свои культурные потребности посещением музеев, чтобы обогатить свой кругозор новыми знаниями и получить эстетическое наслаждение от экскурсионных объектов. Но, к сожалению, в настоящее время в связи с эпидемиологической обстановкой многие музеи закрыты, и одним из самых лучших способов решить возникший вопрос – придать экскурсиям виртуальный характер.

Актуальность данной проблемы состоит в том, что ввиду незастрахованности нашей жизни от каких-либо чрезвычайных ситуаций, которые могут повлиять на привычный образ жизни огромного количества людей, не представляющих свой культурный отдых без посещения экскурсий, нужно предоставить им возможность «посещать» их в виртуальном режиме, в связи с чем требуется развитие и совершенствование виртуальных экскурсий.

Цель исследования: разработка и внедрение проекта виртуальной экскурсии военно-исторической направленности.

Задачи исследования:

- изучить понятие виртуальной экскурсии;
- проанализировать экскурсии военно-исторической направленности;
- определить формы и методы диверсификации услуг.

Гипотеза исследования заключается в том, что благодаря результатам, освещенным в данной работе, можно повысить заинтересованность виртуальными экскурсиями у людей, не имеющих возможности в определенный период посещать музеи, тем самым превратив виртуальные экскурсии в динамично развивающуюся отрасль экскурсионного туризма.

Теоретическая значимость – результаты исследования виртуальных экскурсий военно-исторической направленности могут найти применение в дальнейшем изучении рынка виртуальных экскурсий, дополнив уже имеющиеся исследования в данной области.

Практическая значимость – изучение преимуществ виртуальных экскурсий в те периоды, когда обычные экскурсии становятся труднодоступными для посещения, разработка собственного проекта виртуальной экскурсии могут положительным образом повлиять на развитие экскурсионной сферы, на успешный итог диверсификации музейных услуг в будущем, что скажется на увеличении спроса на экскурсионный туризм и на повышении качества самих экскурсионных услуг.

Планируется, что разработка и размещение на сайте университета виртуальной экскурсии по военно-исторической экспозиции Музея истории физической культуры и спортивной славы Кубани будет способствовать не только повышению привлекательности сайта, но и использованию данного материала в системе профориентационной работы для привлечения потенциальных абитуриентов.

Литература:

1. Ползикова Е.В. Состояние и перспективы развития экскурсионного туризма в Краснодарском крае / Е.В. Ползикова, Д.М. Михайличенко, О.Н. Бянкина // Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий: Материалы III международной научно-практической конференции. – Краснодар, 2019. – С. 75-78.
2. Поддубная Т.Н. Развитие культурно-познавательного туризма на территории Северного Кавказа: Коллективная монография / Т.Н. Поддубная, А.А. Юрченко, М.В. Коренева, В.Г. Минченко, Заднепровская Е.Л., Кружков Д.А., Е.А. Еремина, О.В. Шпырня, Е.В. Ползикова, И.В. Макрушина, И.М. Кучеренко, Е.В. Василенко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 160 с.

ИВЕНТ-МЕНЕДЖМЕНТ НА СЛУЖБЕ ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА

А.Д. Новокрещенова

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

Аннотация. В работе рассматриваются основные виды ивентов, способы влияния на индустрию гостеприимства

Ключевые слова: ивент-менеджмент, событийный менеджмент, индустрия гостеприимства, услуги.

Средства размещения в системе комплексного туристского обслуживания без остановки обязаны себя продвигать всеми доступными законными приемами – это и есть комплекс мероприятий, организуемых менеджерами индустрии гостеприимства. Благоприятный имидж предприятий гостеприимства формируется для привлечения целевой аудитории через ивент-мероприятия, которые позволят занять лидирующие позиции в гостиничном бизнесе, где сегодня очень высокая конкуренция. Проблему преодоления конкуренции отельеры решают через ивент-маркетинг для продвижения и презентации, увеличения узнаваемости бренда, построения и сохранения эффективных связей с общественностью. Один из предлагаемых путей формирования имиджа – это специальные мероприятия и нестандартные акции.

Ивент-менеджмент известен и под другим названием – «событийный менеджмент». Его основная задача заключается в организации масштабного мероприятия [1].

Современный цифровой мир и меняющиеся запросы потребителей и конкурентов дают предпосылки поиска более утонченных и нестандартных подходов представления рекламы и продвижения средств размещения в целом.

Основные типы событийных мероприятий:

1. Спортивный ивент – это различные турниры: теннисные, волейбольные, футбольные и прочие.
2. Гастрономический ивент – всевозможные кулинарные мастер-классы с гостями, фестивали еды.
3. Фестивали – специальное зрелищное событие, акция, запоминающаяся и вызывающая эмоции.
4. Детские мероприятия – детский событийный маркетинг отличается тем, что не значим ценовой вопрос, а покупку делают взрослые.
5. Регулярные ивенты в отелях ориентированы на взрослых потребителей и являются аттрактором, с небольшими затратами.
6. Ивенты, приуроченные к праздничным датам и юбилеям – различные праздничные мероприятия, театрализованные представления, тематические вечера и др. Их называют дополнительной услугой, приносящей доход.

Дополнительную прибыль и привлечение целевой аудитории могут принести отелю тематические выставки. А основным инструментом ивента и его продвижения становятся новости, их создание и распространение в СМИ. Отели при взаимодействии с партнерами при проведении мероприятий только предоставляют свои площади для проведения и поднимают процент загрузки отеля и доход.

В плане подготовки мероприятия-события необходимо провести качественную подготовительную организационную работу. Важно знать состав участников, подготовить сценарий, заняться приглашением гостей, получить подтверждения. Провести необходимую подготовку помещения или площадки. Специалистам необходимо использовать при подготовке ивента приглашения, пресс-релизы, сувенирную продукцию с брендом отеля.

Аудиовизуальное оборудование необходимо готовить заблаговременно, так как качество представления делает мероприятие более интересным и запоминающимся. Персонал на мероприятие либо привлекается свой, либо нанимается дополнительно для события.

При организации и проведении ивент-мероприятий является особая работа со СМИ – необходимо пригласить журналистов, подготовить акценты для освещения, отработать материал в социальных сетях. Это очень узко специализированная работа, требующая специальной квалификации сотрудников, знание рынка и конъюнктуры города. Необходимо создать инфоповод и преобразовать его в запоминающийся праздник для реализации бизнес-плана. Для определенных ивентов привлекаются дополнительно управляющие конгресс-центров, спортивных объектов и других объектов, задействованных в мероприятии [2].

В результате проведенного исследования предложено внедрение интерактивного телевидения и системы «умный дом», а также организация и проведение конгрессов и переговоров с партнерами. В итоге отель превращается в комплекс услуг гостеприимства, включающий конгресс-центр для деловых туристов. В комплексе ивента задействуются большой набор ресторанов, услуги панорамного ресторана на верхнем этаже, бары с кухней разных стран, шоколадный бутик, сигарный клуб, спорт-бар, лобби-бар, лаунж зона, фитнес-центр и пространство для конфиденциальных деловых встреч. Введена должность ивент-менеджера.

Выявлены ключевые аспекты ивент-менеджмента в гостинице Crowne Plaza Krasnodar и сформулированы предложения по дальнейшему развитию данного отеля через повышение качества комплексных мероприятий.

Таким образом, ивент-менеджмент – отличный способ заинтересовать необходимую целевую аудиторию, повысить спрос на продукцию гостеприимства. Профессиональные event-менеджеры любой повод могут сделать ярким уникальным событием, решающим основную бизнес-задачу.

Литература:

1. Копылова Н.А. Что такое event management. [Электронный документ] URL: <http://www.advlab.ru/articles/article340.htm> (дата обращения: 02.07.2020)
2. Кучеренко И.М. Современные каналы деловой коммуникации в туризме / И.М. Кучеренко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – Т. 48. – С. 120-122.
3. Шпырня О.В. Повышение квалификации специалистов индустрии туризма как инструмент роста их конкурентоспособности на рынке труда. //Вестник Майкопского государственного технологического университета. – Майкоп, 2017. – № 3. – С. 89-95.

СЕГМЕНТАЦИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО ТУРИСТСКОГО РЫНКА

А.Г. Обухова

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

Аннотация. В работе исследуется понятие международной сегментации рынка, ее роль на современном этапе рыночных отношений.

Ключевые слова: сегментация, сегмент, международный туристский рынок, туризм, турист.

Международный туризм приобрел большую популярность в двадцатом веке, прежде всего, после окончания второй мировой войны. Повышение популярности и техническое совершенствование авиаперелетов и формирование мировых гостиничных сетей привели к появлению признанных дестинаций массового международного туризма. Диверсификация различных туристских направлений началась в 70-х годах XX века, что обусловило появление огромного количества путешественников [2].

Туристы, посещающие многие страны мира, ежегодно тратят миллиарды долларов, что сделало туризм одной из самых прибыльных генерирующих отраслей во многих странах. Это привело к тому, что страны выступили с новыми и инновационными идеями по улучшению и перезапуску текущих туристских продуктов, доступных для различных сегментов международного рынка, в надежде привлечь больше посетителей для ускорения экономического роста отрасли.

Сегментация международного туристского рынка представляет собой совокупность рыночных механизмов формирования информационной базы о предпочтениях туристов по отношению к тем или иным туристским услугам. Предприятия индустрии туризма постоянно осуществляют мониторинг международного туристского рынка для его дальнейшей сегментации, что позволяет получить больше возможностей для повышения своей конкурентоспособности [3].

Сегментация, широко используемый в туризме метод, опирается на такие конструкции, как выгода, мотивация и предпочтения, в качестве основы для сегментации международного туристского рынка. Сегментирование разнородных туристов на основе их мотивации позволяет менеджерам по туризму создавать турпродукты и услуги, которые предпочитают целевые международные рынки.

В результате можно сделать вывод, что эффективный процесс сегментации международного туристского рынка базируется на обобщенных качественных и количественных изысканиях, где все внимание уделяется туристскому рынку в целом, а в дальнейшем уже идет группировка по определенным признакам сегментации. После указанной группировки формируются определенные сегменты, для которых туристское предприятие разрабатывает комплекс маркетинга [1].

Литература:

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

2. Шпырня О.В. Современные маркетинговые технологии как фактор повышения конкурентоспособности предприятий индустрии туризма / О.В. Шпырня, Е.Ю. Глоба, В.А. Драгина, В.И. Мирошниченко // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2020. – № 2 (30). – С. 104-108.

3. Юрченко А.А. Страноведение. Ч.1 – Зарубежная Европа. Австралия: учебное пособие / А.А. Юрченко. Л.И. Демидова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 11 с.

ПРОБЛЕМЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ КАЧЕСТВА ПРОДУКТА КАК ГЛАВНОГО ФАКТОРА В КОНКУРЕНТНОЙ БОРЬБЕ НА РЫНКЕ ТУРИСТСКИХ УСЛУГ

А.А. Остроух

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

Аннотация. В работе освещаются проблемы обеспечения туристских предприятий и качества предоставляемых ими услуг. Представлен ряд факторов, которые необходимо учитывать при формировании качественного туристского продукта или услуги.

Ключевые слова: качество туристского продукта, туристская услуга, качество сервиса.

Главной особенностью туристского продукта является его неосязаемость как практически полностью, так и частично. Предоставляемые предприятиями туризма услуги воспринимаются потребителями в определенном эмоциональном состоянии, которое в определенный момент времени зависит от ряда факторов, таких как пол, возраст, культурные традиции, привычки, потребности и т. д. Поэтому из-за данного свойства неосязаемости услуги туристских предприятий воспринимаются каждым потребителем индивидуально, под непосредственным влиянием его личных качеств. Помимо этого существует целый ряд факторов, которые необходимо учитывать предприятиям туристской сферы при формировании качественного турпродукта и предоставлении качественной услуги.

1. Дискретность (прерывистость) подразумевает под собой процесс создания туруслуг и целостность их потребления. Это можно определить в расхождении в области решения задач по управлению качеством туристского продукта или услуги. Несущественные недостатки в обслуживании или при реализации турпродукта одним из работников могут оказать колоссальное влияние на неудовлетворенность клиента. При распределении ответственности за организацию качества необходимо учитывать равнозначное влияние всех сотрудников, занятых в предоставлении продукта или при предоставлении услуги.

2. Сохранение идентично высокого уровня туристской услуги. Эта задача является самой сложной для туристских предприятий, так как от данного фактора зависит конкурентоспособность продукта или услуги. Влиять на выполнение данного фактора может целый ряд обстоятельств: необеспечение сотрудников необходимыми условиями труда, неэргономичность рабочих мест, недостаточно мотивированный персонал и т. д. [1, 2].

Качество сервиса требует основного внимания при организации всей индустрии туризма. Качество сервиса является ключом коммерческой успешности предприятия туризма. Даже имея практически идентичную материальную базу, предприятия индустрии туризма могут колоссально отличаться по качеству сервиса. Причем при организации качества сервиса необходимо опираться на мировой опыт, так как он имеет конкретные правила его организации.

Поэтому необходимо отметить, что все внимание предприятий индустрии туризма должно быть направлено в сторону организации обеспечения качества туристского продукта. Главным фактором конкурентоспособности предприятий является качество. Оно проявляется в конкуренции профессионализма работников каждого из предприятий индустрии туризма.

Литература:

1. Робакидзе Е.А. Влияние мотивации персонала туристского предприятия на качество туристских услуг / Е.А. Робакидзе, Е.В. Василенко / Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма: Материалы научной конференции. – Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – С. 122-123.

2. Шпырня О.В. Особенности продвижения услуг предприятий индустрии развлечений / О.В. Шпырня, Е.А. Еремина, М.В. Коренева // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2020. – № 1. – (29). – С. 83-87.

РОЛЬ ИСТОРИКО-КУЛЬТУРНОГО ПОТЕНЦИАЛА ОСТРОВА СИЦИЛИЯ В РАЗВИТИИ ТУРИЗМА

К.Т. Петросян

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

Аннотация. В данной работе рассматривается историко-культурный потенциал о. Сицилия как фактор развития туризма в регионе. Описано влияние историко-культурного потенциала о. Сицилия на развитие внутреннего и международного туризма.

Ключевые слова: туризм, Италия, о. Сицилия, культура, побережье Средиземного моря, историко-культурный потенциал.

Сицилия является крупнейшим островом Италии, отделенным от материка Мессинским проливом и омываемым Ионическим, Тирренским и Средиземным морями. В дополнение к его территориальной замкнутости две особенности помогают объяснить историческую и монументальную важность острова: с одной стороны, его географическое положение, с другой – длительное и бесперебойное строительство и реконструкция его ландшафтов под воздействием человека [2].

Стратегически расположенный в самом сердце Средиземного моря о. Сицилия на протяжении своего исторического развития был захвачен и колонизирован финикийцами, греками, римлянами, арабами, норманнами и испанскими бурбонами, что подтверждает его уникальное культурно-историческое достояние. Здесь есть сказочные греческие храмы, потрясающие римские мозаики, интригующие планы арабских улиц, норманнские соборы и некоторые из самых ярких барочных сооружений в Европе. На о. Сицилия сохранилось великое культурное наследие от классического Эсхила, который умер в 456 г. до н.э., до художника Антонелло де Мессина, музыканта Виченцо Беллини, а также современных авторов, среди которых выделяют двух нобелевских лауреатов – Сальваторе Квазимодо и Луиджи Пиранделло.

Территория острова богата археологическими останками, которые рассказывают нам о древнем происхождении Тринакрии (старое название Сицилии) и ее многочисленных памятников, свидетельств искусства, которое создавалось на протяжении веков.

Современная Сицилия имеет полицентричную городскую сеть с преобладанием трех крупных городов или городских районов. Во-первых, мегаполис Палермо, столица региона, затем область между Катанией и Сиракузами, и, наконец, Мессина, связывающая с ее портом и в будущем, возможно, с мостом, который соединит его с континентом [3].

Сицилия представляет собой модель гармоничного баланса использования ее в качестве туристского региона для развития экологического, культурно-познавательного, событийного туризма [1]. На сегодняшний день большинство средиземноморских островов поддались монокультуре солнечного и пляжного туризма, которая монополизирует и скрывает другие туристские ресурсы данных территорий. В связи со сложившейся ситуацией объекты туристского интереса острова теряют свою привлекательность для определенных групп туристов, а следовательно, и доход от туризма у данного региона уменьшается. Остров Сицилия обладает характеристиками, сочетающимися в себе традиционное солнце и пляж с экотуризмом, культурным, гастрономическим и спортивным туризмом. Несмотря на наличие сходных с другими островами Средиземного моря ресурсов, изолированность острова Сицилия выступает важным фактором туристской привлекательности, где гармонично сочетаются географическое положение, достопримечательности, природный ландшафт, а также историческое и художественное наследие.

Таким образом, Сицилия – это одна из жемчужин юга Италии с развитой туристской инфраструктурой. Наряду с прекрасной едой, великолепными пейзажами, удивительной береговой линией и знаменитым сицилийским солнцем, остров является идеальным местом для «культурного путешествия».

Литература:

1. Трапизонян А.А. Особенности организации экологического туризма в регионе / А.А. Трапизонян, Т.Н. Поддубная // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы межд. науч.-практ. конф. (25-26 октября 2017 г., г. Донецк). – Донецк: ДонАУиГС, 2017. – С. 368-371.
2. Развитие культурно-познавательного туризма на территории Северного Кавказа / Т.Н. Поддубная, А.А. Юрченко, М.В. Коренева и др. – Коллективная монография. – Краснодар, 2019.
3. Юрченко А.А. Страноведение. Ч.1 – Зарубежная Европа. Австралия: учебное пособие / А.А. Юрченко. Л.И. Демидова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 11 с.

ПРАЗДНИК «DIA DE LOS MUERTOS» В МЕКСИКЕ КАК ОБЪЕКТ ТУРИСТСКОГО ИНТЕРЕСА

К.Т. Петросян

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

Аннотация. В работе описан праздник «Dia de los muertos» как объект туристского интереса в Мексике. Представлены статистические данные туристского потока на праздник «Dia de los muertos» за последние годы.

Ключевые слова: праздник «Dia de los muertos», фестиваль, туристский интерес, Мексика, международный туризм.

Сочетание древнего наследия культур коренных народов с Днем всех святых связано с проведением одного из крупнейших и наиболее важных фестивалей в мире, который, по официальным данным, привлекает в Мексику ежегодно более 7,5 миллиона иностранных гостей в конце октября – начале ноября. «Dia de los muertos» – это один из языческих праздников, который берет свое начало со времен древних цивилизаций майя и ацтеков. Каждый год в конце августа они устраивали жертвоприношения в знак покорности и уважения богини смерти Миктлансиуталь. Местные жители до завоевания Мексики испанцами хранили в своих домах черепа умерших членов семьи как символ памяти, смерти и воскрешения.

Хотя с появлением испанцев в Новом Свете мексиканцы принудительно приняли католичество, но все же 500 лет христианской веры не смогли искоренить языческий праздник. В настоящее время этот праздник отмечается в Мексике в первых числах ноября, в дни, когда католики празднуют «День всех святых». Праздник «Dia de los muertos» входит в список нематериального культурного наследия человечества по версии ЮНЕСКО с 2003 года, являясь объектом этнографического и событийного туризма [1, 2, 3].

Данный праздник привлекает внимание многих туристов, являясь объектом повышенного интереса гостей страны. В эти дни по всей Мексике продаются шоколадные и искусственные черепа и скелеты всевозможных цветов. Современные мексиканские дети с юных лет видят и играют в скелетов, едят шуточные пирожные в виде ритуальных предметов. Это во многом объясняет отсутствие страха перед смертью у маленьких мексиканцев, для которых она является обыденным явлением.

Во время фестиваля в домах мексиканцев устанавливается небольшой алтарь в память об усопших родственниках, чтобы в этот день они смогли вернуться в свою семью. На постаменты кладут любимые вещи, еду, напитки родственника, сладости, зажигают свечи. Считается, что душа умершего человека должна вспомнить вкус земных блюд. Многие выставляют алтари прямо на улицах, участвуя в конкурсах на определение лучшего пьедестала.

Как правило, первого ноября мексиканцы празднуют «день маленьких ангелов», то есть день умерших младенцев и детей, а второго ноября празднуется день умерших взрослых. На этом празднике нет места трауру. У местных жителей в это время принято смеяться над смертью и активно наслаждаться жизнью. Местные жители красят свое лицо, тем самым превращаясь в ходячих скелетов. Таким своеобразным поступком они демонстрируют, что жизнь после смерти не заканчивается.

Кульминация праздника сопровождается посещением кладбища, которое на период праздника украшено разноцветными флажками, большим количеством цветов и горящих свечей. Мексиканцы устраивают там шумные вечеринки с песнями и танцами, проводят долгие беседы с усопшими родственниками и вспоминаются веселые факты из жизни умершего. Завершением фестиваля служит красочный фейерверк.

Праздник «Dia de los muertos» приобретает все большее значение в последние годы благодаря широкой рекламной кампании, проводимой на различных мероприятиях:

Международной туристической ярмарке (Fitur), чемпионате мира по футболу в 2018 году в России, в кинотеатрах. Данный праздник стимулирует национальный и международный туризм.

Министерство туризма Мексики (SECTUR) сообщило, что праздничные мероприятия в 2018 году принесли доход более 208 миллионов долларов для всех участников индустрии гостеприимства. Фестиваль проходил по всей стране, особенно активно в Агуаскальентес, Гуанахуато, Мичоакан, Оахака, Сан-Луис-Потоси и Мехико, где 27 октября 2018 г. состоялся традиционный столичный парад с участием более миллиона человек [3]. «Нигде больше посетители не смогут испытать такое красочное, волшебное и сюрреалистическое празднование», – заявил в пресс-релизе исполнительный директор Мексиканского совета по туризму Эктор Флорес Сантанаю. Туристское предложение является сегодня одной из причин, по которой Мексика стала шестой наиболее посещаемой страной в мире. По официальным данным, в первом квартале 2019 года Мексика приняла 10,6 млн. туристов, что является рекордным показателем роста на 12,6%, по сравнению с 2018 годом (9,4 млн. туристов) [3].

Итак, праздник «Día de los muertos» в настоящее время как объект туристского интереса пользуется большим спросом у гостей Мексики. В перспективе предполагается дальнейший рост туристского интереса к участию в событийных мероприятиях такого уровня.

Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Роль культурно-познавательного потенциала в развитии этнографического туризма / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Материалы II Международной научно-практической заочной интернет-конференции «Филологические и социально-культурные вопросы науки и образования». – Краснодар: КГТУ, 2017. – С. 592-597.

2. Джураева Д.Б. Активное развитие событийного туризма в России / Д.Б. Джураева, Т.Н. Поддубная // Актуальные вопросы в сфере туризма: Материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 157-158.

3. Pulsoturistico: [Электронный ресурс] URL http://www.pulsoturistico.com.ar/mas_informacion.asp?id=11294&titulo=Crece-el-turismo-por-el-Dia-de-los-Muertos-en-Mexico (дата обращения 18.01.2021).

ВЛИЯНИЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19 НА ДАЛЬНЕЙШЕЕ РАЗВИТИЕ ПРЕДПРИЯТИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

А.С. Попова

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

Аннотация. В работе рассматривается оказываемое влияние последствий различного рода ограничений в связи с новой коронавирусной инфекцией. Борьба с пандемией COVID-19 и приспособление к новым условиям существования изменили поведение потребителей многих сфер. Все это повлекло за собой изменения в индустрии общественного питания, которые могут продолжать развиваться и после того, как будет найдена вакцина.

Ключевые слова: туризм, предприятия общественного питания, коронавирус, пандемия, тенденции.

Коронавирус быстро распространился по всему миру с момента его открытия в начале января, оказывая влияние почти на все аспекты повседневной жизни, включая предприятия общественного питания. В попытке обеспечить безопасность гостей и персонала, а также стабилизировать бизнес, индустрия отреагировала оперативными изменениями, отменой массовых мероприятий и даже закрытием некоторых предприятий в некоторых сильно пострадавших районах. Но по мере того, как ситуация становилась все более тяжелой, государственные и местные органы власти начали отдавать приказы о массовом закрытии ресторанов.

На данный момент можно выделить несколько тенденций, которые вполне возможно останутся после пандемии.

Во-первых, проникновение различных цифровых технологий и средств доставки набирало обороты до начала борьбы с COVID-19. На данный момент внедрение приложений онлайн-заказа доставки продуктов и блюд идет семимильными шагами. Это позитивный фактор для отрасли, так как использование мобильных устройств может привести к более длительному хранению данных клиента.

Во-вторых, работа населения на дому меняет то, как часто потребители тратят средства на еду из предприятий общественного питания. С одной стороны, это означает снижение спроса на завтраки и обеды в будние дни, а также использование сервисов «возьми кофе с собой». Но с другой стороны, расходы на ужин возрастают, особенно, если потребители продолжают использовать удаленные предприятия отрасли.

В-третьих, рыночная доля более крупных ресторанных сетей может укрепиться. Небольшие независимые бары и рестораны вынуждены были закрыться без должных денежных потоков посетителей, особенно не предлагающие чего-то уникального для сферы. Чем меньше компания, тем сильнее удар. Малому бизнесу с числом сотрудников менее двадцати не хватает денежных потоков и капитала. Эти компании были первыми, кто сократил рабочее время сотрудников или вовсе уволил их.

В-четвертых, распределение недвижимости вполне может измениться. Ресторанные сети рассматривают более широкий доступ, а именно две или более сетевых организации могут делить площадь. В целом развитие цифровых технологий сделает более актуальными обслуживание прямо в автомобилях. Также предприятия общественного питания могут сокращать обеденные залы и увеличивать площади для заказа и получения еды на вынос.

Также можно отметить вполне вероятное развитие складских помещений, размещающих несколько ресторанов с доставкой. Еще в отрасли наблюдается рост числа слияний и поглощений, увеличение роли автоматизации приготовления и упаковки блюд, так как вопрос здоровья работников является одной из остро стоящих вопросов отрасли.

Сроки борьбы с пандемией, в том числе посредством социальной дистанционности, остаются неясными, и могут пройти годы, прежде чем придет осознание долгосрочных экономических последствий этого кризиса.

Таким образом, последствия действий против распространения новой коронавирусной инфекции особенно значительны для индустрии общественного питания. Экономический спад, государственные рынки в бедственном положении, прерывание цепочки поставок, остановка туризма, пребывание потребителей дома и огромная неопределенность могут иметь долгосрочные последствия для многих ресторанных предприятий. Глобальный экономический спад оказывает влияние на бизнес во всем мире, хотя есть основания полагать, что все эти изменения, в конечном счете, полезны для ресторанной индустрии.

Все происходящее показывает важность наличия планов действий в чрезвычайных и кризисных ситуациях. Планирование – это нечто большее, чем финансовые прогнозы, и чем тщательнее они составлены, тем меньше беспокойства резкие изменения принесут руководству предприятия общественного питания во время очередного кризиса.

Литература:

1. Василенко Е.В. Практический опыт продвижения услуг отечественных предприятий общественного питания / Е.В. Василенко, Т.В. Осипенко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 1. – С. 119-123.

2. Заднепровская Е.Л. Особенности стандартов туристских организаций / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская // Актуальные проблемы правового и экономического знания: теория и практика: Материалы международной научно-практической конференции. В 2-х томах. Ответственный редактор И.П. Подмаркова. – 2018. – С. 208-211.

3. Трефилова А.А. Современные тенденции в организации питания клиентов гостиниц / А.А. Трефилова, Е.В. Василенко // Молодежь-науке – X. Актуальные проблемы туризма, гостеприимства, общественного питания и технического сервиса: Материалы Всероссийской молодежной научно-практической конференции. отв. ред. Приходько Л.Н., Сочи, 2019. – С. 615-620.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВИЗА КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ ВЪЕЗДНОГО ТУРИЗМА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

А.С. Пузик

Научный руководитель доцент А.А. Юрченко

Аннотация. В работе рассмотрены понятие «электронная виза» и технология ее получения иностранными туристами для посещения России. На базе приведенных в статье статистических данных установлена эффективность внедрения данной технологии.

Ключевые слова: электронная виза, E-Visa, въездной туризм, IT-технологии, визовые формальности, законопроект.

Электронная виза (E-Visa) – это специальное разрешение иностранного правительства на въезд в свою страну, которое выдается иностранному туристу, преследующему гостевые, деловые, познавательные, оздоровительные, спортивные цели визита. Данная виза оформляется через Интернет. Впервые электронная виза была применена в Австралии. Постепенно технологии электронной визы внедрили в свою деятельность другие государства, в том числе Россия.

На введение упрощенных визовых формальностей в России в августе 2017 года, прежде всего, повлияли мероприятия международного формата, в том числе крупнейшее спортивное соревнование – чемпионат мира по футболу [3].

Глава Ростуризма Зарина Догузова на прошедшей в Санкт-Петербурге Генеральной ассамблее ЮНВТО отметила, что подобное нововведение поможет сделать нашу страну одной из самых либеральных в области визового режима среди развитых стран [2].

Федеральный закон №114-ФЗ «О порядке выезда из Российской Федерации и въезда в Российскую Федерацию» определяет, что иностранный турист может подать заявление на получение электронной визы на интернет-портале федеральных исполнительных органов, управляющих иностранными делами [1]. В России оформление подобной визы возможно на сайте Консульского департамента Министерства иностранных дел Российской Федерации [3].

В России срок оформления E-Visa со дня подачи заявления не превышает четырех дней. Для ее получения иностранному туристу не требуется предъявлять документы, подтверждающие цели поездки.

В настоящее время электронная виза в России работает в тестовом режиме и выдается для посещения только одного из трех регионов: Дальневосточный федеральный округ, Калининградская область, Ленинградская область или Санкт-Петербург.

Благодаря этому эксперименту с электронными визами в Приморье в 2018 году был рекордный наплыв иностранных туристов в край – около 780 тыс., что составило прирост 20%. Это зафиксированный в крае за последние 10 лет максимальный объем иностранного турпотока. В крае с начала эксперимента более 140 тыс. зарубежных гостей воспользовались услугой получения визы через Интернет.

В Калининградскую область электронная виза пришла позже, в июле 2019 года. Как отмечает министр туризма Калининградской области Андрей Ермак, только за первые три месяца заявки на облегченную визу подали около 60 тыс. человек из 50 стран. Туроператоры области отмечают, что 44% всех посещений осуществили граждане Литвы, далее по списку идут граждане Польши, Латвии и Германии.

В Санкт-Петербург и Ленинградскую область за первые две недели поступило более 15 тыс. заявок.

На основании положительных результатов введения электронной визы для краткосрочного пребывания иностранных граждан в трех российских регионах, правительством Российской Федерации был представлен законопроект о введении электронной визы на всей территории нашей страны. Данный закон вступает в силу с 1

января 2021 года, что позволит гражданам 52 государств оформить визу в Россию, не выходя из дома [3].

Нововведения также коснулись продолжительности пребывания в стране. Сейчас электронная виза оформляется на срок до 30 суток с разрешением пребывания по ней в России до 8 суток. В новом году эти цифры изменятся на 60 и 16 соответственно. Также будет изменен размер консульского сбора, сейчас оформление электронной визы осуществляется бесплатно.

Эксперты оценивают рост числа туристов после полноценного внедрения электронных виз во всех регионах, как минимум, на 25%.

Данный инструмент развития въездного туризма эффективен за счет удобства оформления. Это способно привлечь, в первую очередь, европейцев, не привыкших обращаться в визовые центры и тратить много времени на оформление документов. При этом ожидается, что это будут платежеспособные граждане развитых государств. Такое нововведение способствует притоку средств в государственный бюджет.

Выводы. Изучив статистику по увеличению турпотока в Россию за счет смягчения визовых формальностей, можно сделать вывод, что данная технология является эффективным и прогрессивным способом привлечения иностранных туристов. Это, безусловно, является одним из факторов развития въездного туризма в Российской Федерации.

Вместе с этим расширение возможностей электронной визы, предоставляющей право на въезд в Россию, в настоящих реалиях дает преимущество в скором восстановлении въездного туризма после пандемии COVID-19.

Литература:

1. Федеральный закон «О порядке выезда из Российской Федерации и въезда в Российскую Федерацию» от 15.08.1996 № 114-ФЗ // Собрание законодательства Российской Федерации.
2. Кучеренко И.М. Деловая коммуникация и реформирование туристского рынка в период возникновения обстоятельств непреодолимой силы / И.М. Кучеренко // Материалы науч. и науч.-метод. конф. ППС КГУФКСТ. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – С. 113-114.
3. Особенности электронной визы и условия ее выдачи // Министерство иностранных дел Российской Федерации. Консульский департамент URL: <https://evisa.kdmid.ru/ru-RU> (дата обращения: 31.10.2020).

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

М.В. Ромащенко

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

Аннотация. В работе раскрываются особенности и рекомендации по совершенствованию деятельности гостиничного предприятия в современных условиях. Предложены наиболее важные ключевые аспекты, которые необходимо развивать в условиях конкурентной борьбы гостиничной индустрии.

Ключевые слова: отель, конкуренция, гостиничное предприятие, индустрия гостеприимства, средства продвижения услуг.

Индустрия гостеприимства представляет собой обширную категорию, включающую туристскую и ресторанный деятельность, сферу обслуживания и развлечений, а также все другие сферы, имеющие определенные предпосылки к дальнейшему устойчивому развитию [1]. Следует отметить факторы, влияющие на развитие гостиничного бизнеса. К этой группе факторов относят, прежде всего, внешние факторы, например общий уровень жизни населения, курс валюты, геополитическую ситуацию, экологическую обстановку, природные факторы (стихийные бедствия и пр.). К внутренним факторам относят уровень обслуживания, наличие современных гостиниц, отвечающих определенным международным стандартам.

В условиях повышающейся конкуренции среди предприятий индустрии гостеприимства с каждым годом необходимо адаптировать гостиничный бизнес под меняющиеся условия рынка и спроса на туристские услуги, совершенствовать и повышать эффективность услуг гостеприимства с помощью определенных методов.

Следует помнить и о наиболее важных участниках гостиничного бизнеса – его потребителях. Общеизвестно, что если отель не предлагает качественные услуги своим клиентам, они найдут альтернативный отель по аналогичной ценовой категории, но с более высоким уровнем сервиса.

Другим не менее важным аспектом, который необходимо учитывать при разработке стратегии улучшения деятельности предприятий гостеприимства, является этическая составляющая гостеприимства. Выполнение правил этики обслуживающим персоналом позволяет сформировать имидж гостиницы и может существенно повлиять на ее рейтинг. Соблюдение персоналом гостиниц этических норм ориентировано на реализацию главного правила отельного бизнеса: «Необходимо давать клиентам лучшее, а не худшее». По этой причине в компетенцию руководства отеля входит разработка правил, которые будут регулировать поведение сотрудников по отношению к активам отеля, клиентам, руководству и коллегам. Вместе с тем необходимо проводить тренинги, направленные на формирование этических компонентов профессиональной деятельности сотрудников отелей [2].

Следующим важным аспектом в индустрии гостеприимства является деловой дресс-код обслуживающего персонала, который создает у гостя первоначальное впечатление об отеле. Поэтому руководству гостиничного предприятия необходимо заботиться о том, чтобы сотрудники имели соответствующий стандартам внешний вид, выглядели нарядно и ухоженно. Многие гостиницы включают в стратегию улучшения деятельности предприятий гостеприимства мероприятия по совершенствованию униформы персонала службы приема и размещения [2, 3].

Сегодня, в век Интернета, необходимо активно использовать современные интернет-технологии как средство продвижения услуг индустрии гостеприимства. Присутствие в социальных сетях, таких как Facebook или Instagram, имеет жизненно важное значение, особенно для получения самых свежих новостей для потенциальных клиентов. Необходимо также уделять внимание стилю языка в информации об отеле в деловой переписке и

социальных сетях. Социальные сети сегодня могут привлечь огромную аудиторию. Их содержание, как правило, включает информацию об истории отеля, его мероприятиях, акциях, фотографии сотрудников и посетителей, окрестностей и пр.

Таким образом, в условиях тяжелой конкуренции на рынке индустрии гостеприимства необходимо осуществлять процессы внедрения новшеств и совершенствования предприятия, что существенно повысит рейтинг отеля и увеличит поток потребителей.

Литература:

1. Гиравенко Д.С. Совершенствование деятельности гостиничного предприятия на основе интеграции с выставочным залом (на примере отеля «Бристоль») / Д.С. Гиравенко, Т.Н. Поддубная // Молодежь-науке – XI. Актуальные проблемы туризма, гостеприимства, общественного питания и технического сервиса: Мат. молодежной науч.-практ. конференции, г. Сочи, 18-19 апреля 2020 г./отв.ред. Прихидько Л.Н. – Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2020. – С. 491-495.

2. Заднепровская Е.Л. Основы формирования и развития конкурентного преимущества предприятий сферы услуг / Е.Л. Заднепровская, Т.А. Джум // Материалы международной научно-практической конференции: Актуальные проблемы правового, экономического и социально-психологического знания: теория и практика. – Донецк: ООО «Цифровая типография», 2017. – С. 85-89.

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

ОНЛАЙН-ПОДДЕРЖКА ДОБРОВОЛЬЦЕВ-ПСИХОЛОГОВ В УСЛОВИЯХ РАСПРОСТРАНЕНИЯ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19

Д. Савинов

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы онлайн-поддержки добровольцев-психологов в условиях распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19.

Ключевые слова: добровольцы-психологи, онлайн-поддержка, психологическая помощь, новая коронавирусная инфекция COVID-19, психологическая помощь нуждающимся.

В период пандемии активно расширяются уже существующие меры по борьбе с коронавирусной инфекцией, в том числе и в рядах волонтерских организаций по всей России.

В последние несколько месяцев волонтеры оказывают социальную помощь, психологическую, юридическую, онлайн-помощь, а также помощь в медицинских организациях. В зависимости от вида помощи к волонтерам могут предъявляться специальные требования, касающиеся, например, наличия соответствующего образования.

Профессия волонтера не имеет значения, однако кандидат должен обладать базовыми знаниями по оказанию социальной помощи. Если есть опыт работы в социальной сфере или в благотворительной организации, это будет преимуществом [3]. Подать заявку можно онлайн на соответствующих сайтах. С кандидатами проводит онлайн-собеседование психолог.

Оказание психологической поддержки может осуществляться по телефону или с использованием телемедицинских технологий (компьютерных и телекоммуникационных технологий для обмена медицинской информацией); посредством сотрудничества с профильными некоммерческими организациями (например, эксперты общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги задействованы в проверке компетенций волонтеров, подготовке образовательных материалов и в текущей поддержке добровольцев горячей линии).

На данный момент более 500 квалифицированных волонтеров-психологов включились в работу круглосуточной горячей линии помощи в условиях распространения коронавируса. Волонтеры-психологи оказывают поддержку всем участникам акции и особое внимание уделяют операторам горячей линии: обучают техникам самостоятельного снятия стресса, курируют онлайн-чаты и проводят ежедневные онлайн-тренинги, направленные на развитие навыков борьбы со стрессом [1].

Федеральным штабом было получено более 2500 заявок от волонтеров, желающих оказывать психологическую помощь. Чтобы присоединиться к работе горячей линии, волонтеры-психологи должны подтвердить свое образование и опыт работы в чрезвычайных ситуациях, умение выводить человека из панической атаки и навыки работы со сложными психологическими состояниями, после чего пройти онлайн-собеседование. И только после этого волонтер получает возможность оказывать психологическую помощь [2].

В основном свою помощь в организации квалифицированной психологической помощи предлагают и частные специалисты.

Необходимо привлечь к работе большее количество чат-ботов психологической поддержки, которые всячески помогали бы людям не чувствовать себя одинокими в условиях временной изоляции.

Как известно, на сайте DocDoc проводятся онлайн-лекции, посвященные теме коронавируса, где затрагиваются многие психологические и физиологические аспекты жизни человека во время карантина. Мы рекомендуем активно распространять подобные материалы не только на специализированных сайтах, но и прочих интернет-ресурсах,

например те же соцсети или же различные видеохостинги, среди которых самый популярный – YouTube.

Стоит расширять сферу онлайн-консультаций и сделать ее более доступной для старшего поколения, путем создания подробной пошаговой инструкции по использованию того или иного сервиса или приложения, также не стоит пренебрегать привлечением сотрудников по технологическому и функциональному консультированию людей, пользующихся ранее неизвестными им интернет-ресурсами. Это сделает оказание услуг удобным и быстрым для нуждающихся в срочной помощи.

Рассылки в соцсетях также могут помочь многим людям, которые по определенным причинам стесняются разговоров по телефону и предпочитают общаться с людьми при помощи переписок. Если рассылка будет интересна человеку, то его могут связать со специалистом и оказать необходимую психологическую поддержку, в ином случае он может легко от нее отказаться.

Таким образом, прохождение психологического теста всеми желающими позволит собрать статистические данные и выявить предпосылки социальной напряженности во всех регионах нашей страны. Предлагаемые нами ряд мер и внедрение их позволит ускорить оказание помощи нуждающимся, предотвратить возникновение психофизиологического напряжения людей, увеличить продуктивность и оперативность работы волонтерских организаций, привлечь новых добровольцев и внимание СМИ, тем самым улучшить экономическую обстановку в стране.

Литература:

1. Кружков Д.А. Феномен волонтерства в общественной жизни и олимпийском движении: исторический аспект: Учебно-методическое пособие / Д.А. Кружков, М.В. Коренева. – Краснодар, 2008. – 40 с.

2. Леонтьева Н.С. Интерактивные формы проведения занятий по олимпийскому образованию (на примере деловых игр) / Н.С. Леонтьева, Л.С. Леонтьева, М.В. Коренева, Д.А. Кружков // Олимпийский бюллетень № 19. Посвящается 100-летию со дня основания Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). Москва, 2018. С. 168-174.

3. Микитась С.А. Развитие волонтерской деятельности на юге России / С.А. Микитась, Д.А. Кружков // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере: Материалы IV Международной научно-практической конференции Олимпийской академии Юга. – 2018. – С. 40-45.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ DIGITAL-МАРКЕТИНГА В СФЕРЕ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА

Д.Г. Сафаргалиева

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

Аннотация. В работе рассмотрены возможности применения digital-маркетинга в сфере туризма и гостеприимства и основные тенденции его развития

Ключевые слова: цифровые технологии, digital-маркетинг, современные тенденции digital-маркетинга.

Актуальность темы обоснована тем, что настоятельным требованием времени является развитие и применение цифровых технологий во всех сферах деятельности. Не случайно XXI век все чаще называют веком цифровых технологий. Определение понятия «цифровые технологии» постоянно меняется в связи с появлением новых технологических решений, пользовательских устройств, способов взаимодействия с другими устройствами и людьми. Мы рассматриваем цифровые технологии как отрасль научно-технических знаний, целью которой является создание и практическое применение цифровых или компьютеризированных систем, устройств, методов и т.п.

Наряду с этим понятием все чаще используется термин «диджитализация общества» (от англ. digitaltechnology), отражающий активное использование цифровых технологий.

В процессе диджитализации появился и новый специальный термин – цифровой маркетинг, или digital-маркетинг, который рассматривается как деятельность по обеспечению коммуникаций с потребителями посредством цифровых каналов.

Digital-маркетинг в сфере туризма и гостеприимства позволяет:

- осуществить комплексный подход к продвижению предприятий туристской индустрии, турпродукта, основных и дополнительных услуг в цифровой среде;
- обеспечить интеграцию большого количества разнообразных технологий с продажами и клиентским сервисом;
- поддерживать оптимальное сочетание технологий и человеческих ресурсов исходя из потребностей целевого сегмента рынка и свойств предлагаемого продукта и/ или туристских услуг;
- оперативно анализировать и оценивать и результаты продвижения, своевременно реагировать на изменение потребностей рынка и корректировать свой продукт или услугу [1].

В число современных тенденций цифровизации и digital-маркетинга в сфере туризма и гостеприимства входят следующие [2].

1. В наше время большинство туроператоров используют чат-боты для общения со своими клиентами на сайте предприятия. Чат-бот разработан на основе искусственного интеллекта и представляет собой программу круглосуточного обмена мгновенными сообщениями для общения в реальном времени. Последние опросы туроператорских и гостевых служб показали, что 63% опрошенных предпочитают чат-боты, нежели живое общение; в 2020 году чат-боты обеспечили безопасное (в связи с коронавирусной инфекцией) обслуживание 85% клиентов.

В зависимости от выполняемых функций чат-боты консультируют клиентов, помогают выбрать продукт или услугу, предлагают скидки и участие в акциях, информируют о статусе заявки; отвечают на запросы, информируют о вариантах перелетов, ценах и т.п.; собирают данные посетителей сайта; осуществляют различные транзакции; интегрируются с другими платформами, позволяя пользователю решать сразу несколько задач.

Клиенты транспортных служб также могут использовать цифровое меню, в котором чат боты помогают выбрать тип поездки, отследить местоположение автомобиля, отправить кому-либо время своего прибытия и даже произвести онлайн-оплату.

2. Ведущим трендом в сфере сервиса на ближайшие 10-15 лет является видео-маркетинг, который все больше набирает обороты. Подтверждением этому могут служить данные последних опросов: 91% специалистов по видео-маркетингу считают видеоролики важной составляющей маркетинговой стратегии компании, 83% отметили, что видео дает высокую рентабельность инвестиций; 84% маркетологов подтвердили, что видео-контент помог увеличить посещаемость сайта предприятия, что привело к увеличению конверсии клиентов на 86%.

Демонстрация продукта и услуги, работа гостиничных цепей, наглядные примеры создания турпакетов, SEO видео на платформе Youtube, видео 360 и т.п. – это современные возможности видеомаркетинга.

3. Маркетинг влияния или маркетинг рекомендаций в современном мире является наиболее распространенной формой рекламы, распространяемой в социальных сетях, включающей рекомендации лидеров мнений. Чаще всего с этой целью используются социальные сети Instagram и Youtube, посредством которых блогеры распространяют среди своих подписчиков информацию о турпродукте и туристских услугах, тем самым мотивируя их на приобретение. По данным опросов, 84% подписчиков доверяют онлайн-отзывам так же, как советам друзей, а 71% из них принимают решение о покупке на основе рекомендаций в социальных сетях.

4. Еще одним трендом в области digital-маркетинга является разработка собственных приложений для смартфонов. Свои мобильные приложения сегодня есть у крупных гостиничных сетей, у небольших отелей, у туроператоров, транспортных компаний и предприятий питания. Например, мобильное приложение гостиниц выполняет функции: бронирование, регистрацию/выезд из номера, «виртуальный ключ», ведение бонусной системы, информирование клиентов о специальных предложениях, общение с гостем через чат, мобильный консьерж-сервис. Мобильные приложения дают возможность предоставлять клиентам широкий спектр услуг и общаться с ними с помощью единого мобильного сервиса, благодаря чему эти технологии стали одним из самых эффективных способов взаимодействия с клиентами.

5. Персонализация в индустрии туризма и гостиничного бизнеса является новым и очень перспективным направлением. Персонализация происходит на базе клиентов, которые зарегистрированы на сайте предприятия. Например, если клиент при регистрации указал свою дату рождения, то в будущем это позволит чат-боту делать рассылку за месяц до дня рождения клиента с предложением о том, чтобы провести этот праздник в путешествии. Такой способ общения с клиентом повышает его заинтересованность в самой организации и в приобретении продукта/услуги.

6. А/Б сплит-тестирование – популярный и практичный метод, позволяющий анализировать эффективность рекламной кампании, сильные и слабые стороны продвижения продукта/услуги и определить способы оптимизации рекламы туристского предприятия.

Таким образом, используя вышеперечисленные технологии digital-маркетинга, отвечающие современным тенденциям развития цифровой экономики, предприятия сферы туризма и гостеприимства могут повысить эффективность маркетингового воздействия на потребителей.

Литература:

1. Грудистова Е.В. Цифровой маркетинг в сфере сервиса и туризма как инструмент развития цифровой экономики / Е.В. Грудистова [Электронный документ]. – Режим доступа URL <https://cyberleninka.ru/article/n/tsifrovoy-marketing-v-sfere-servisa-i-turizma-kak-instrument-razvitiya-tsifrovoy-ekonomiki> (дата обращения 21.11.20).

2. Шпырня О.В. Тенденции развития комплекса маркетинговых коммуникаций туристских предприятий в Интернете / О.В. Шпырня, В.Н. Печеницина // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2018. – Т. 3. – С. 138-140.

РАЗРАБОТКА ПЕШЕХОДНОЙ КУЛЬТУРНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ЭКСКУРСИИ ПО ГОРОДУ КРАСНОДАРУ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КУЛЬТУРНО- ИСТОРИЧЕСКОГО НАСЛЕДИЯ

Д.В. Свинин

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

Аннотация. Обосновывается возможность использования культурно-исторического наследия г. Краснодара для разработки культурно-познавательной экскурсии для гостей города. Описаны важные достопримечательности г. Краснодара – объекты туристского интереса для создания экскурсионного маршрута «Красный путь». Представлена краткая характеристика маршрута предлагаемой экскурсии, ее цель, продолжительность, портрет потенциального потребителя, оптимальный сезон для проведения.

Ключевые слова: экскурсия, маршрут, туризм, достопримечательность, г. Краснодар, культурно-историческое наследие.

Экскурсия – коллективное посещение достопримечательностей, музеев, мест исторических событий, памятных монументов и прочих мест, основанное на удовлетворении учебных и культурно-просветительских интересов участников. Данный вид относится к разновидности туристских услуг и зачастую включается в турпакет, являясь компонентом тура. Показ объектов туристского интереса осуществляется при ведущей роли квалифицированного специалиста (сотрудника туристской фирмы, экскурсионного бюро и пр.) – экскурсовода, который передает аудитории видение объекта, оценку памятного места, понимание исторического события, связанного с этим объектом. Экскурсии могут быть как самостоятельной деятельностью, так и частью комплекса туристских услуг [1].

Территория Краснодарского края очень богата достопримечательностями. К подобным объектам можно отнести, например, определенные локальные участки с наиболее красивыми ландшафтами и живописными озерами, реками, привлекательными участками лесных массивов и т.д. [2]. Краснодарский край обладает интересными культурно-историческими достопримечательностями, которые привлекают туристов со всего мира. Особенно регион прославился благодаря Олимпийским играм в 2014 году в г. Сочи и чемпионату мира по футболу в 2018 году [2]. Проведение этих мероприятий позволило Краснодарскому краю продемонстрировать свою туристскую инфраструктуру и достопримечательности, что способствовало еще большему привлечению туристских потоков в регион, число которых ежегодно увеличивается.

Особенно богата объектами культурно-исторического наследия столица края – город Краснодар. Этот город имеет древнейшую историю, которая делает его индивидуальным и неповторимым. Представляет собой крупный экономический и культурный центр Северного Кавказа и Южного федерального округа, центр историко-географической области Кубань. Неофициально именуется столицей Кубани, а также столицей Юга России [3]. Нами разработана культурно-познавательная экскурсия «Красный путь», в рамках которой туристам предоставляется возможность познакомиться с важнейшими достопримечательными местами г. Краснодара в его центральной части. При разработке данной экскурсии в основу легли общие положения теории экскурсоведения, научные положения культурно-познавательного туризма, а также информационные сведения сети Интернет, касающиеся туристско-рекреационного потенциала столицы Кубани.

Маршрут экскурсии «Красный путь» начинается от парка «Чистяковская Роща», далее в сторону улицы Красной через Екатерининский Зал до кинотеатра «Аврора», проходит по центральной части улицы Красной до храма имени Александра Невского. Продолжительность экскурсии составляет 3 часа. Потенциальными потребителями экскурсии являются туристы и новые жители города, которые хотели бы познакомиться с местными достопримечательностями и узнать историю нашего города. В ходе экскурсии

предполагается познакомить гостей с культурой и историей города и края в целом, акцентировав особое внимание экскурсантов на важнейших исторических событиях региона и его административного центра. У экскурсантов будет возможность сделать фотографии на фоне достопримечательностей центральной части города.

С экономической точки зрения экскурсия является выгодной, так как требует минимальных затрат, охватывая самую живописную часть города. Экскурсия направлена на ознакомление экскурсантов с культурно-исторической частью города в сочетании с возможностью отдохнуть на свежем воздухе со всей семьей. Маршрут поддерживает все возрастные категории и приспособлен для людей с ограниченными возможностями. Экскурсия доступна в любое время года, но наиболее популярным может быть весенне-летний период, когда растительность в городе начинает расцветать. В целом предложенная экскурсия позволяет рационально организовать свободное время, повысить свой культурный и интеллектуальный уровни.

Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Характеристика олимпийских объектов г. Сочи как ресурса для развития культурно-познавательного туризма / Е. Л. Заднепровская, Т. Н. Поддубная // Актуальные проблемы правового и экономического знания: теория и практика: материалы Международной науч.-практ. конференции 17 мая 2018 года: ГОУ ВПО «Донбасская юридическая академия». В 2-х т. Т.2. Сб. статей и тезисов по секции 2: «Экономическая безопасность: теория и практика»; отв. ред.: к.э.н., доц. И.П. Подмаркова. – Донецк: «Цифровая типография», 2018. – С. 202-205.

2. Заднепровская Е.Л. Городской туризм как способ привлечения туристов к культурному наследию и истории г. Краснодара / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. - Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Т. 1. – С. 94-98.

3. Шевлюга А.И. Организация экскурсионного обслуживания в Ростовской области / А.И. Шевлюга, А.А. Юрченко // Молодежь-науке-IX: развитие сферы туризма, гостеприимства и спорта в контексте повышения уровня и качества жизни населения. – 2018. – С. 67-71.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРОДВИЖЕНИЯ ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА

Ю.Д. Свириденко

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

Аннотация. В работе проанализирован процесс продвижения туристского продукта, рассмотрены особенности турпродукта и специфика его продвижения.

Ключевые слова: туризм, турпродукт, турист, рынок, продвижение турпродукта.

Туризм – это крупнейшая индустрия, которая имеет свои принципы, законы, это механизм, ориентированный на удовлетворение потребностей туристов в развлечении и отдыхе. Целью является получение прибыли компанией от реализации туристских продуктов. Успех маркетинговой политики туристской компании во многом зависит от правильно выбранного метода продвижения туристского продукта.

Рынок туризма активно развивается, ежедневно усиливается конкуренция в сфере предложения туристской продукции, что вынуждает руководство современных туристских предприятий уделять особое внимание внедрению и усовершенствованию используемых технологий продаж и активного применения инструментов маркетинга для продвижения своей продукции. Нынешний покупатель туристских предложений предъявляет высокие запросы не только к качеству покупаемого турпродукта, но и к самому процессу оказания услуг в туристских офисах продаж [3]. Разнообразие туристских фирм и их сходство, а временами и абсолютное соответствие предлагаемой покупателю продукции, вынуждает турфирмы соперничать за каждого потребителя.

Продвижение туристского продукта – это комплекс мер, который направлен на реализацию туристского продукта (реклама, издание буклетов, каталогов, участие в специализированных ярмарках, выставках и т.д.) [2]. Туристский продукт, представляя собой комплекс минимум трех туристских услуг (транспорт, питание, размещение), подразумевает наличие определенной специфики, дифференцирующей его от сферы материального производства: неосязаемость, несохраняемость, непостоянство и изменчивость качества предоставляемых туристских услуг турпродукта, разрыв во времени между моментом покупки туристского продукта (его оплатой) и оказанием услуг по нему. Указанная выше специфика обуславливает основные отличительные процедуры организации процесса обслуживания туристов.

Соответственно для того, чтобы обеспечить рост объемов продаж туристских услуг, повысить их прибыльность и рентабельность относительно вложенных средств, каждое туристское предприятие должно стимулировать спроса на данные услуги. Инструментом стимулирования спроса в данном случае является комплекс маркетинговых коммуникаций [1].

Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Инструменты интернет-маркетинга при продвижении туристских молодежных услуг на микроуровне / Е.Л. Заднепровская, Т.Н. Поддубная, А.И. Погребной // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2020. – № 1. – С. 102-103.

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

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

СПЕЦИФИКА ОБСЛУЖИВАНИЯ ИНОСТРАННЫХ ТУРИСТОВ В СВЯЗИ С ОСОБЕННОСТЯМИ ИХ ЭТНИЧЕСКИХ И КУЛЬТУРНЫХ РАЗЛИЧИЙ

Э.В. Солдаткин

Научный руководитель доцент И.В. Макрушина

Аннотация: В работе рассматривается специфика менталитета русских туристов, а также даются рекомендации по организации работы по обслуживанию русских туристов с учетом совокупности их эмоциональных и культурных особенностей.

Ключевые слова: обслуживание туристов, этнические и культурные различия, менталитет, факторы, влияющие на формирование менталитета, рекомендации по обслуживанию русских туристов.

В настоящее время изучение менталитета русских гостей актуально, так как позволяет предотвратить возникновение различных конфликтных ситуаций в связи с особенностями этнических и культурных различий, что способствует улучшению работы туристического персонала принимающей стороны.

С целью изучения менталитета были рассмотрены факторы, влияющие на формирование менталитета; проанализировано значение фразы «русский менталитет» применительно к туризму, изучены основные аспекты психологии «русского менталитета»; причины появления возможных конфликтных ситуаций.

Исходя из изучения особенностей менталитета, разработана определенная специфика работы с русскими туристами, а именно:

1. Правильный подбор слов, интонации, манеры поведения; разработка индивидуальных программ тура и распорядка дня; учет конфессиональных особенностей туристов как части их менталитета; соответствие общим правилам встречи и сопровождения туристов; разъяснение правил поведения в стране пребывания.

2. Индивидуальный подход к гостю, улучшение качества обслуживания, сокращение вероятности возникновения конфликтов, повышение эффективности работы компании и удержание одного из лидирующих мест на рынке туристских услуг.

Также нами предложены практические рекомендации по обслуживанию русских туристов с учетом совокупности эмоциональных и культурных особенностей, присущих русским гостям:

1. Проведение тематических мероприятий (в зависимости от должности персонала и сферы его деятельности), например по вопросам питания, размещения и др.;

2. Разработка индивидуальных программ с учетом потребностей туристов и особенностей их образа жизни;

3. Внедрение рекламных предложений, ориентированных на потребности русского туриста – акции, выгодные бонусные программы на основе специфики национальной рекламы;

4. Распространение корпоративных, профессиональных и деловых рекомендаций по поведению с учетом определенных правил общения в зависимости от типа клиента.

На основании предложенных рекомендаций возможно преодоление сложившихся представлений об эмоциональных и культурных особенностях и моделях поведения русских туристов на отдыхе.

Литература:

1. Коренева М.В. Практика сервиса: учебное пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 152 с.

2. Кучеренко И.М. Разработка механизма партнерских взаимоотношений в туризме / И.М. Кучеренко, Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская, Я.В. Коробенко // Финансовая экономика. – М.: Некоммерческий фонд содействия развитию экономической науки и образования «Экономика», 2019. – № 1. – С. 353-355.

АНТИКРИЗИСНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ТУРБИЗНЕСОМ В УСЛОВИЯХ ПОСЛЕДСТВИЙ ПАНДЕМИИ

Э.А. Солдаткин

Научный руководитель старший преподаватель Е.В. Василенко

Аннотация. В представленной работе дан обзор основных мер антикризисного управления и поддержки туристской отрасли в условиях пандемии COVID-19.

Ключевые слова: кризис, антикризисное управление, пандемия COVID-19, государственная поддержка, общественные инициативы.

Актуальность темы определяется тем, что туристская отрасль России была одной из первых, которая прочувствовала на себе всю мощь негативного влияния пандемии COVID - 19. Такого кризиса в туристской отрасли не наблюдалось со времен Второй мировой войны.

Особенно сильно пострадала финансовая составляющая туризма. Ростуризм оценивает общие потери туристского бизнеса России по итогам 2020 года более чем в 1,3 трлн. руб.

По оценкам АТОР, организованный выездной туристский поток в 2019 году составил 12,2 млн. туристов, а по итогам 2020 года – 2,753 млн. туристов, т.е. общий спад выездного турпотока по итогам 2020 года составил – 77,5% [1]. В связи с закрытием государственных границ многие ранее забронированные туры были перенесены на более поздний срок либо вовсе отменены, от чего пострадали многие участники туристского рынка – туроператоры, турагенты, транспортные компании, средства размещения, предприятия питания и др.

Глава Росавиации А. Нерадько оценивает убытки российских авиакомпаний в 100 млрд. руб. [2].

Снижение въездного туристского потока по итогам 2020 года фиксируется на уровне – 93,6%. Наша страна потеряла 4,77 млн. иностранных туристов.

В результате закрытия границ основным туристским направлением для россиян стал внутренний туризм. В частности наблюдался повышенный спрос на пляжный туризм и отдых на курортах Юга России, включая курорты премиального класса. Вместе с тем существенные потери понес и внутренний туризм: общий турпоток уменьшился на 35-40%. В наибольшей степени пострадал внутренний экскурсионный туризм в результате ограничения доступа и закрытия многих культурно-исторических объектов.

По прогнозу Ассоциации туроператоров России, данному еще до закрытия массовых туристских направлений, к концу летнего сезона 2020 года российский рынок не досчитается около 30% работающих в регионах малых и средних туристских предприятий, до четверти малых гостиничных объектов. Наибольшему риску подвержены хостелы и гостиницы на 10-25 номеров и несетевые объекты. Особенно страдает гостиничный бизнес в Москве, Санкт-Петербурге, на Байкале и на Дальнем Востоке – регионах, которые чаще всего посещали туристы из Китая и стран Евросоюза.

Так, по данным объединения РСТ - Северо-Запад, на 20 октября 2020 года среднее падение загрузки в гостиницах Санкт-Петербурга составило 60-70% по сравнению с 2019 годом. Показатели доходности на номер и средняя цена номера снизились более чем на 60%, а доля туристической отрасли в валовом региональном продукте уменьшилась в 10 раз.

Туристские компании столкнулись не только с финансовыми проблемами, но и массовыми претензиями туристов, которые потребовали вернуть им деньги за приобретенные ранее туры, что оказалось невозможным в силу крайне неблагоприятного обстоятельства. Многие турфирмы выплатили крупные налоговые суммы перед началом введения ограничительных мер и не успели получить новые финансовые средства, а некоторые денежные суммы и вовсе были заморожены в виде холдов, что и привело к массовому недовольству потребителей [2].

Для поддержки турбизнеса государство разработало ряд мер по антикризисному управлению отрасли, полный перечень которых опубликован на сайте Ростуризма и включает как общие меры для всех отраслей экономики, так и специальные для поддержки туристской отрасли. В период с апреля по октябрь правительством на федеральном уровне было разработано 11 различных мер, 9 из которых ориентированы на поддержку малых и средних предприятий турбизнеса

Приведем некоторые из них [3].

1) Субсидии для туроператоров на возмещение убытков, связанных с авиаперевозками.

2) Доступ к фонду персональной ответственности туроператора.

3) Продление срока официальных разрешений и лицензий.

4) Введение отсрочек по выплате аренды.

5) Утверждение «налоговых каникул» (получение отсрочки по налоговым и авансовым платежам).

6) Снижение размера страховых взносов (общий объем страховых взносов упадет ровно на половину, с 30 до 15%).

7) Увеличение срока подачи бухгалтерской отчетности, в силу большого количества нерабочих дней.

8) Учет нерабочих дней при налогообложении туристских предприятий.

9) Возрастание максимальной суммы кредитного займа (до 300 тысяч рублей) и так далее.

Однако с появлением данных мер возникла проблема их реализации. Как отмечают многие бизнесмены нашей страны, занятые в сфере туризма, более чем у половины туристских предприятий России нет возможности воспользоваться помощью по той причине, что они не соответствуют установленным критериям для получения государственной поддержки. В связи с этим эксперты в сфере туризма выступили со своими предложениями по внесению поправок в утвержденный перечень мер по содействию туризму.

Не остались в стороне и представители общественных организаций, которые совместными усилиями разработали свои меры по поддержке и развитию туристской отрасли в это непростое время. Примерами таких общественных инициатив являются:

1) разработка новой визовой политики (отмена виз для граждан многих развитых государств мира, таких как Австрия, Германия, Франция, США и многие другие);

2) введение налоговых каникул сроком на три года для вновь открываемых предприятий гостиничного бизнеса;

3) изменение транспортной инфраструктуры (данная идея связана с реализацией режима «открытого неба», когда на территории России смогут приземляться самолеты тех авиакомпаний, которые еще не зарегистрированы в нашей стране);

4) повышение качества обслуживания на предприятиях питания (дублирование меню на английском языке и введение языковых курсов для сотрудников на бесплатной основе) и др. [3].

Представители общественных организаций уверены, что реализация этих предложений позволит увеличить вклад туризма в экономику России не менее чем на 8%.

Стоит отметить, что в результате пандемии коронавируса значительно повысился спрос на внутренние туристские направления, чему во многом способствовала государственная программа кешбэка за туры по России. 15 октября 2020 года стартовал второй этап этой программы. В первые дни после начала второго этапа спрос на путевки вырос на 68% по сравнению с прошлым годом.

Стабильность по объемам спроса в 2020 году демонстрирует премиальный сегмент, доля которого составила около 20% и, по прогнозам, будет увеличиваться.

Кризисная ситуация в туризме проявила две противоположные тенденции: с одной стороны, туроператоры отмечают увеличение числа коротких и частых поездок; с другой

стороны, растет продолжительность поездки на все время отпуска – 14 и более дней. Кроме того, наблюдается существенный спрос на новый вид отдыха – удаленная работа «без отрыва от отдыха», в связи с этим все более востребованными становятся продолжительные туры в Сочи, Крым и др.[1].

Более четырех тысяч юридических лиц продолжают свою работу в сфере туризма и планируют развивать свою деятельность. С января 2021 года граждане 52 государств, включая страны Европы и Китай, получают возможность посещать Россию посредством электронной визы.

Таким образом, в целом туристский рынок держит удар негативных последствий пандемии. По словам исполнительного директора АТОР Майи Ломидзе, это произошло во многом благодаря мерам антикризисного управления и поддержки со стороны государства.

Дальнейшее применение этих мер и адаптация организованного турбизнеса к последствиям пандемии, по прогнозам аналитиков АТОР, позволяет рассмотреть три варианта развития ситуации в туристской отрасли в 2021 году [1].

Пессимистичный вариант: сохраняются ограничения в сегменте выездного и въездного туризма; во внутреннем туризме увеличивается доля самостоятельных туристских поездок, а в организованном туризме – прирост спроса в премиальном и массовом туристском сегменте; закрытие малых и средних туристских предприятий и укрепление крупных многопрофильных туроператоров.

Среднеоптимистичный вариант: открытие границ и возобновление авиаперелетов будет зависеть от эффективности применения вакцины от коронавируса; дальнейшее внедрение российской электронной визы позволит постепенно восстановить въездной туризм; внутренний туризм по-прежнему будет доминирующим туристским направлением, но его объемы будут ниже докризисных; туристы будут выбирать турпродукт, гарантирующий безопасность транспортировки и отдыха, а также возможность оперативного отказа или замены оплаченного турпродукта в фиксированные сроки; основным методом продажи туруслуг станет онлайн-продажа.

Оптимистичный вариант: почти полное снятие ограничений; спрос на внутренние, выездные и въездные направления будет соответствовать показателям лета 2017 года: 48 млн. внутренних туристов, 9 млн. выездных поездок, 3 млн. – въездных.

Все три варианта развития будут сопровождаться ростом цен в среднем от 5 до 15%.

Таким образом, несмотря на предпринимаемые меры по антикризисному управлению, перспективы развития туристской отрасли в ближайший год крайне размыты. По мнению Майи Ломидзе, дальнейшее восстановление туристического рынка будет зависеть в основном от роста заболеваемости CoViD-19 [3]. При благоприятном развитии событий возврат туризма к нормальным показателям будет возможен уже во второй половине 2021 года.

Литература:

1. В АТОР подвели туристические итоги 2020 года и рассказали о трех сценариях в 2021 году: [Электронный документ] URL: <https://www.atorus.ru/news/press-centre/new/53770.html> (дата обращения 11.01.21).
2. Ползикова Е.В. Анализ влияния пандемии на сферу авиаперевозок и туризм в России / Е.В. Ползикова, А.А. Юрченко // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2020. – № 2 (30). – С. 98-103.
3. Туризм-2020 и COVID-19: туристическая отрасль в условиях пандемии и после нее: [Электронный документ] URL: <https://www.garant.ru/article/1376805/> (дата обращения 05.11.2020).

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ SMM-МАРКЕТИНГА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ГОСТЕПРИИМСТВА

Т.А. Стародубцева

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

Аннотация. В работе предложены современные и актуальные механизмы совершенствования smm-маркетинга на предприятии гостеприимства.

Ключевые слова: smm-маркетинг, гостиница, Интернет, продвижение, контент, услуги.

Грамотный маркетинг предприятия размещения может свести на ноль влияние сезонности, расположения объекта и максимально привлечь потенциальных гостей, изучив особенности целевой аудитории и рассчитав, на какой доход может рассчитывать бизнес. Познакомить с позитивной информацией как можно больше потенциальных гостей и пропорциональность заполнения – это стратегия smm-маркетинга гостиницы в сложных экономических условиях развития бизнеса в постковидный период и время карантинных ограничений.

В нашем современном мире очень актуальна тема продвижения предприятия и услуг в Интернете на самых разных площадках, при этом информация должна быть грамотно построена, привлекательна и честна. Большая конкуренция гостиниц, а Интернет, в свою очередь, увеличивает постоянно аудиторию, что позволяет развиваться и делать рынок глобальным. Наивысшее мастерство специалистов маркетинга – это так представить информацию, чтобы недостатки предстали как преимущества и достоинства для потенциальных потребителей, с представлением бонусов, которые отвлекут на себя внимание гостя.

Отсутствие информации о предприятии размещения в Интернете отпугивает людей и воспринимается как показатель низкого уровня организации, независимо от реального качества предоставляемых услуг. Персональный (официальный) web-ресурс является ключевым инструментом продвижения. Обращает внимание потенциальных потребителей уникальный дизайн сайта и качественный контент на русском и английском языках. Важно, чтобы был удобный интерфейс и функционал сайта гостиницы, пускающий гостей бронировать в режиме online. Люди сами могут забронировать себе номер, без помощи туроператора. Для того чтобы привлечь к гостинице большее количество туристов, им можно рассказать и показать гостиницу на сайте. Актуальность работы обусловлена тем, что в настоящее время бизнес средств размещения в системе туристической индустрии развивается очень динамично, а также аккумулирует в себе основные функции сферы услуг населению.

Основными каналами и рекламными средствами для продвижения гостиницы «Винговер» являются: web-сайт, поисковая оптимизация, e-mail – рассылки, регистрация на порталах online-бронирования, продвижение в социальных сетях.

Цель исследования – построение сбалансированной системы гостиничных услуг через совершенствование инструментов продвижения отеля «Винговер» через внедрение и совершенствование smm-маркетинга.

В результате проведенного исследования выявлено, что нужно нашей потенциальной аудитории и как привлечь необходимое количество гостей в гостиницу. Найдены механизмы, благодаря которым гостиница экономит время и деньги для разработки новой стратегии.

Были определены ступени для запуска smm-отеля:

1) Позиционирование – все отели хотят выделиться, быть не такими, как все. Чтобы выйти из «тени», нужно целевую аудиторию «задеть за живое», трогать эмоции. Нужно найти свою «фишку».

2) Создаем, оформляем страницы и настраиваем сайт. Определены самые популярные социальные сети, это Instagram и Facebook, они более раскрученные и

продвинутые, таргетинговую рекламу можно настроить на две социальные сети сразу, что очень удобно.

3) Подбираем аудиторию – стало ясно, кто является нашей аудиторией, находим их в социальных сетях с помощью рекламных кабинетов.

4) Создаем контент-стратегию и контент-план. Нужно понять, как привлечь клиента, чтобы он зашел на нашу страницу, прочитал пост. Контент-стратегия отвечает на вопрос: «О чем пишем и какие главные темы?» Контент-план отвечает на вопрос: «Посты на какие темы мы публикуем каждый день?»

5) Составляем план рекламных кампаний. Будут прописаны методика, технологии реализация маркетинговых целей и рекламной стратегии.

С помощью социальных сетей в двадцать первом веке, можно узнать географическое положение человека, его возраст, ценности, хобби, привычки, его страхи. Работая с аудиторией в социальных сетях каждый день, отель планирует повысить прибыль и выйти на новый уровень. Опубликовывая все о жизни гостиницы в целом, проведение мероприятия, постоянно подогревая гостей уникальным контентом.

Возрастающая конкуренция дает толчок smm-маркетингу, обращая внимание потенциальных гостей на внутренние услуги предприятия, привлекая внимание к ресторану, магазинам с уникальными товарами и другими доп.услугами. Гостеприимство в данном случае должно учитывать мельчайшие нюансы пребывания гостя, оправдывая и превосходя ожидание потребителя услуги, не забывая об индивидуальности отеля.

Таким образом, в заключение хотелось обобщить влияние маркетинга в эффективном управлении и развитии гостиницы «Винговер», успешное применение smm-маркетинга способствует увеличению потока гостей и их удовлетворенности услугой. Особое внимание уделено привлечению и подогреву интереса у старых клиентов, то есть нужно постоянно работать с целевой аудиторией и над ее расширением.

Литература:

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

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

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

УПРАВЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКИМИ РЕСУРСАМИ В КАДРОВОЙ ПОЛИТИКЕ ПРЕДПРИЯТИЙ ТУРИНДУСТРИИ

Е.А. Степанова

Научный руководитель доцент Е.А. Еремина

Аннотация. Данная работа раскрывает основные аспекты отбора и набора персонала, раскрываются методы управления человеческими ресурсами, от которых напрямую зависит современное развитие туриндустрии.

Ключевые слова: управление, человеческие ресурсы, отбор, набор, персонал, бизнес, туриндустрия.

Люди являются ключевым источником устойчивого конкурентного преимущества организации, продолжая оставаться главной темой в исследовательской литературе и рычагом для специалистов по кадрам. Актуальность исследования заключается в поиске путей эффективного использования труда персонала и получения максимальной экономической выгоды.

Цель исследования – на основе теоретического исследования дать четкое представление о том, какие методы управления человеческими ресурсами в настоящее время используются для отбора и найма сотрудников в туризме и гостеприимстве.

В результате исследования выявлено, что современное управление человеческими ресурсами возникло из традиционного управления персоналом. Управление человеческими ресурсами определяется как стратегический и последовательный подход к управлению наиболее ценными активами организации – людьми, которые индивидуально и коллективно вносят свой вклад в достижение ее целей. Именно люди всегда представляют организацию, поэтому управление людьми внутри организации очень важно. Обученный и квалифицированный персонал приносит прибыль и дает организации более выгодные позиции на рынке. В наши дни организации даже соревнуются в том, кто имеет лучший персонал. Огромная проблема в индустрии гостеприимства – это текучесть кадров. Национальная ассоциация ресторанов сообщила, что в 2019 году оборот превысил 70% третий год подряд. Люди уходят в поисках более высокооплачиваемой работы, либо по причине отсутствия роста по карьерной лестнице.

Есть способы противодействовать этому негативному восприятию высокой текучести кадров. Когда вкладываются больше в своих сотрудников, они обычно возвращают эти деньги. Проведя исследование, выяснилось, что работодатели считают наиболее эффективным способом борьбы с текучкой персонала наличие ДМС (72% респондентов), выплату материальной помощи (60% респондентов) и повышение квалификации за счет работодателя (56% респондентов). Вместе с тем, как показало исследование, самый эффективный способ борьбы с текучкой – высокая заработная плата. Так называемый социальный пакет мало влияет на текучку.

За последние два десятилетия способ найма людей для своего бизнеса изменился и перешел другой уровень. Главный принцип кадровой работы – найти подходящего человека для правильной работы. Организации всегда придают большое значение своим кадрам, поскольку они являются их представителем и источником прибыли. Оперативный персонал не менее важен, чем менеджеры, работающие на предприятии. Бизнесу нужны разные люди для выполнения различных действий внутри организации, не менее важно выбрать и нанять подходящего кандидата на эту работу. Практика управления человеческими ресурсами в организации невозможна, если в организации не принят на работу подходящий кандидат. Отбор и набор – это два очень взаимосвязанных процесса, когда один процесс заканчивается, другой процесс начинается. Они являются очень важной процедурой для организации и отличаются друг от друга.

Планирование – это первый этап процесса найма. Планирование дает четкое представление о количестве и типе кандидатов, претендующих на работу. Важной частью планирования является привлечение большего количества людей. После принятия решения о том, сколько людей требуется и какой квалификации, руководство сосредоточивается на стратегическом развитии. Первое, что нужно решить при стратегическом развитии, – это нанять ли кого-то с опытом или кого-то со свежими знаниями и инвестировать в будущее обучение этого сотрудника.

Процесс поиска начинается после планирования и стратегического развития. Если первые два работают хорошо, то в процессе поиска организация должна получить много заявок, потому что на этом этапе все активизируется, так как менеджер по персоналу дает зеленый сигнал о вакансии внутри организации. Все заявки должны быть проверены, и после тщательной проверки кандидаты, которые прошли, должны быть вызваны на собеседование, а кандидатам, которые не прошли, должно быть отправлено письмо с объяснением причины отказа.

Существенным критерием при выборе дополнительных методов является то, что они должны предоставлять информацию, которая напрямую связана с производительностью на работе. Это должно быть руководящим принципом, как при выборе готовых тестов, так и при разработке упражнений, адаптированных для конкретного рабочего места.

Психологическое тестирование. Термин «психологические тесты» также известен как психометрический тест. Они разработаны, чтобы судить людей на основе их различных способностей. Тест профессионально разработан и проверен на надежность. Управляется и оценивается стандартным образом. Стандартизованное проведение тестов означает, что все кандидаты отвечают на одни и те же вопросы в одинаковых условиях, а объективная оценка означает, что оценки не подлежат индивидуальной интерпретации, как в случае с ответами на собеседовании.

Тест на интеллект – это наиболее широко применяемый в процессе отбора. Диапазон охватывает словесное, арифметическое и схематическое мышление. Отборочная группа использует данный тест как один из первых инструментов для оценки кандидата.

Тест способностей – это более конкретный тест, предназначенный для индивидуума, чтобы показать свою способность к определенному действию. Через него также можно проверить, насколько хорошо человек может выполнять определенную работу. Существует два типа тестов способностей, один – это тест достижений, а другой – тест способностей. Тест достижений оценивает навыки и знания, которые были приобретены благодаря опыту и обучению, а тест способностей измеряет потенциал людей для развития креативных способностей. Их использование не требует специальной подготовки. В большинстве случаев тест на способности проводится, когда кандидат не имеет предыдущего опыта. Это указывает на то, насколько успешно человек может заниматься специализированной деятельностью.

Тест интереса. Связь между интересами, мотивацией и успешной работой не является однозначной. По этой причине эти тесты не используются для отбора. Но тест на интерес можно использовать при профориентации и консультировании. При этом можно получить представление о симпатиях и антипатиях, а иногда подсказку, почему сотрудник хочет изменить свою карьеру.

Анкета личности. При прохождении личностного теста нет правильных или неправильных ответов, они скорее указывают на привычные результаты, а это означает, что они отражают устойчивые черты, которые могут быть обнаружены при типичном поведении. Тест личности очень важен при приеме на работу. Претендент может хорошо пройти все тесты, но с одним не справиться из-за отсутствия мотивации. Он показывает зрелость, навыки межличностного общения и поведение в сложной ситуации.

Работа в сфере питания вне дома может быть интересной и увлекательной. Однако успешное предприятие питания может ассоциироваться с долгим рабочим днем, особенно в вечернее время. Не всем нравится работать сверхурочно, но нормы и регламенты РФ носят

ограничительные каноны. Для бизнеса важнее строить работу на научной основе, чем проще и продолжительнее.

Самое замечательное в эпоху высоких технологий – это то, что можно приобретать программы для автоматизации многих бизнес-практик. От планирования сотрудников до расчета заработной платы, программы позволяют больше сосредоточиться на работе с гостями, посредниками и партнерами. Гости требуют больше персонализированного сервиса, а не автоматизации. Между планированием и выполнением услуг в системе комплексного туробслуживания может быть разрыв, необходимо выделить время на обучение персонала. Многие работодатели в сфере общественного питания не считают обучение приоритетным в бизнесе. Обучение должно начинаться с первого дня для всех новых сотрудников и продолжаться пока сотрудник находится в бизнесе. Недостаточно показать сотруднику процессы в первый день и пустить в свободное плавание. Владелец или по его поручению менеджер должны стремиться к тому, чтобы сотрудники росли вместе с бизнесом.

Для бизнеса важно поддерживать удовлетворенность гостей (потребителей услуги) и сотрудников. Таким образом, для поддержания статуса компании удовлетворенность жизненно важна, поскольку неудовлетворенный работник может не предоставлять гостям качественные услуги. Тот, кто счастлив на работе, с большей вероятностью будет оказывать положительное влияние на других, чтобы сделать и других счастливыми. Следовательно, для повышения уровня важно, чтобы сотрудники на разных должностях были довольны. Как на уровне руководства, так и на уровне работы «на полу», где осуществляется фактическое обслуживание гостей.

Ключевой характеристикой подхода отдела персонала является привлечение личной функции на стратегическом уровне. Современное развитие туризма базируется на трудовых ресурсах. Основным ресурсом прогресса индустрии туризма и гостеприимства всегда будут человеческие ресурсы. Выведено правило отбора сотрудников – подходят те претенденты, в которых нуждается предприятие в данный момент – это опыт узконаправленного набора «McDonald's».

Растущая глобализация мира, занятости и конкурентный рынок спровоцировали появление системы управления человеческими ресурсами. Управление персоналом – это часть организации, которая занимается людьми на работе и их отношениями с предприятием. Управление персоналом нацелено на достижение эффективности и направлено на обеспечение справедливых условий найма.

Таким образом, невозможно определить алгоритм реализации и выявить круг оптимальных методов управления компанией, также невозможно предложить набор методов управления человеческими ресурсами. Появляется новый понятийный аспект – «универсальный менеджмент человеческих ресурсов».

Литература:

1. Еремина Е.А. Состояние и перспективы профессиональной подготовки персонала для индустрии туризма / Е.А. Еремина, О.Н. Костюкова, А.И. Кузьменко, А.А. Тарасенко // Conference Proceedings. – 2015. – С. 121-125. Официальный сайт федеральной службы по труду и занятости. Статистика по рынку труда региона
2. Лапшова О.А. Управление человеческими ресурсами. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – 406 с.
3. Шпырня О.В. Использование информационных технологий в подготовке кадров для индустрии туризма / О.В. Шпырня, А.А. Юрченко // Теоретические и прикладные аспекты формирования информационного и правового пространства в современном мире: Материалы Международной Российско-Казахской научно-практической конференции. – 2019. – С. 124-126.

ЭТНОГРАФИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ СЕВЕРНОГО КAVKAZA КАК КАТАЛИЗАТОР РАЗВИТИЯ ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА В РЕГИОНЕ

Э.Э. Тропина

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

Аннотация. В работе рассматривается становление и развитие туристской индустрии в республиках Северного Кавказа, описываются характерные черты, присущие развитию туризма в конкретном регионе, а также обрисовывается ряд проблем, стоящих на пути развития.

Ключевые слова: инфраструктура, путешествия, туризм, этнография, культура, обычаи.

На данный момент в связи с пандемией и трудностями передвижения по миру можно отметить возросший спрос на внутренний туризм, особенно на Юг России в республиках Северного Кавказа. Такие путешествия привлекают гостей со всей России и способствуют экономическому подъему регионов, что благоприятно сказывается на их общей обстановке.

В первую очередь гостей Северного Кавказа интересуют природные богатства, в связи с развитием инфраструктуры многие достопримечательности стали открыты широкой публике. Изучая юг России, нельзя не обратить внимание на этнографическое разнообразие региона, на относительно небольшой территории вместе уживаются народы Республики Дагестан, чеченцы, русские, осетины, черкесы, карачаевцы и еще много других национальностей, каждая из которых имеет свою неповторимую культуру, отличную от соседей [1].

Посещая Дагестан, туристы окунаются в многогранную культуру региона. Посещая село Кубачи, наслаждаются видами и знакомятся с древним ювелирным делом жителей этого села, кубачинские ювелирные изделия знают и ценят во всем мире. Двигаясь южнее, можно посетить Махачкалу, где живут представители всех наций Республики, попробовать национальную кухню, сходить в театр, а также этнографический музей. Посещая Дербент, можно проникнуться историей древнего города, узнать историю древнего государства Кавказская Албания и увидеть народный лезгинский промысел – ковроткачество.

Ингушетия и Чечня славятся своими строгими нравами, но народ там очень радушный и гостеприимный. Правительство этих регионов делает все, чтобы путешествия там были максимально комфортными и безопасными. Из особенностей этих республик можно отметить девственную природу, из-за небольшого потока туристов пока еще не тронутую, познакомиться с вайнахской кухней, имеющей интересные вкусовые сочетания, ранее не известные туристам из других регионов нашей страны.

В Карачаево-Черкесии и Кабардино-Балкарии гости окунаются в культуру адыгских народов, посещая этнографические музеи и имея возможность примерить на себя национальную одежду, которая считается одной из самых красивых на Кавказе, а уехать отсюда, не попробовав знаменитые балкарские хчины, просто невозможно. Туризм тут давно и активно развивается благодаря горнолыжным курортам Домбай и Приэльбрусье [2, 3].

Нельзя обойти стороной и Северную Осетию. Гости, посещая республику, знакомятся с нартским эпосом, погружаясь в древние легенды, передающиеся из поколения в поколение, а еще пробуя знаменитые на всю Россию осетинские пироги.

Таким образом, можно сделать вывод, что Северный Кавказ богат этнографическими ресурсами и имеет огромный потенциал для развития индустрии туризма, как одного из главных двигателей региональной экономики, на данный момент разрабатываются программы для помощи и поддержки туризма в субъектах. Особо перспективные объекты развития стараются развивать, их рекреационный потенциал велик, как и интерес со стороны

туристов, по этой причине регионы нуждаются в большем финансировании, привлечении компетентных лиц в сфере управления и обслуживания.

Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Особенности регионального брендинга туристской территории / Е.Л. Заднепровская, Т.А. Джум, О.В. Шпырня. – Краснодар, 2019. – 95 с.

2. Заднепровская Н.Ю. Специфические особенности регионального туристско-рекреационного комплекса / Н.Ю. Заднепровская, И.М. Кучеренко // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – С. 334-335.

3. Юрченко А.А. Развитие гастроэтнографического туризма в Краснодарском крае / А.А. Юрченко, Е.А. Еремина // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2020. – № 1. – С. 165-167.

ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ КОНКУРЕНТНОЙ СРЕДЫ СОВРЕМЕННОГО ГОСТИНИЧНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

Е.Р. Федченко

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

Аннотация. В работе рассмотрены основы конкурентоспособности гостиничных предприятий на российском рынке и пути ее повышения в условиях высокой конкуренции.

Ключевые слова: конкурентоспособность, гостиничное предприятие, рынок, туризм.

В современном обществе выбор гостиничного предприятия при организации путешествий для туристов является одним из важных аспектов. Учитывается множество факторов при выборе того или иного предприятия, к примеру звездность, интерьер, обслуживающий персонал и многое другое. Все это влияет на конкурентоспособность предприятия и его нахождение на рынке гостиничных услуг. При выборе гостиничного предприятия турист будет в первую очередь учитывать состояние предприятия, какие услуги в нем предоставляются и конечно же его популярность [2].

Одна из самых важных проблем на данный момент состоит в том, чтобы привлечь клиентов и создать достаточно высокий уровень сервиса. Для повышения уровня конкурентоспособности многие гостиничные предприятия нанимают высококвалифицированных работников, создают гибкую систему скидок, продвигают рекламу своего предприятия в социальных сетях, улучшают не только внешний вид гостиницы или отеля, но и весь номерной фонд [3].

Сейчас на рынке гостиничных предприятий появляется множество конкурентов, которые стараются привлечь к себе клиентов любыми способами, но для того, чтобы закрепить свое место на рынке, они должны учитывать как сильные, так и слабые стороны своего предприятия.

На данный момент в сфере туризма аспект качества обслуживания является одним из самых главных. К этому должны стремиться как малые предприятия, только вышедшие на рынок, так и крупные, ведь первые за счет этого могут приобрести клиентскую базу, а вторые сохранить ее и приумножить.

Каждая услуга в туризме не может обойтись без финансового обеспечения, в том числе гостиничное предприятие не будет существовать без него. Также конкурентоспособность на данном рынке будет только повышаться, если у фирмы помимо надежного финансового состояния будет развита его инфраструктура, соблюдены все меры безопасности и развита система маркетинговых стратегий [1].

Подводя итог, можно сказать, что сегодня не существует какого-то определенного способа повышения конкурентоспособности, предприятие должно развиваться со всех сторон, как внутренне, так и внешне, для достижения своих целей и привлечения клиентов.

Литература:

1. Ползикова Е.В. Специфика планирования ассортимента продукции гостиничного предприятия / Е.В. Ползикова, Е.А. Еремина, Ж.В. Воробьева // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы научно-практической конференции. Донецкая академия управления и государственной службы при главе Донецкой Народной Республики. – 2019. – С. 699-703.
2. Шпырня О.В. Современные маркетинговые технологии как фактор повышения конкурентоспособности предприятий индустрии туризма / О.В. Шпырня, Е.Ю. Глоба, В.А. Драгина, В.И. Мирошниченко // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2020. – № 2 (30). – С. 104-108.
3. Шпырня О.В. Использование информационных технологий в маркетинге гостиничного предприятия / О.В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2019. – № 2 (26). – С. 115-118.

ДЕФИНИЦИЯ «ЛИЧНОСТНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В СОВРЕМЕННЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ

И.А. Целещева

Научный руководитель профессор Т.Н. Поддубная

Аннотация. Раскрыта дефиниция «личностная физическая культура» в современных педагогических исследованиях. Изложено краткое представление о существующих авторских подходах к пониманию физической культуры личности и ее компонентов.

Ключевые слова: личностная физическая культура, компоненты личностной физической культуры, физкультурно-спортивная деятельность, физическое воспитание, здоровье.

Внедряясь во все сферы жизнедеятельности человека, физическая культура и спорт оказывают большое влияние на отдельно взятую личность, культивируя аспекты здоровья – физического, психического, а также социального [3]. Анализ современных педагогических исследований, посвященных дефиниции «личностная физическая культура», позволил определить разные подходы к пониманию данной категории и ее структурных компонентов.

М.А. Савченко определяет личностную физическую культуру как часть общей культуры, содержащую комплексное усвоение знаний, умений, двигательных навыков в области физического воспитания, необходимых всестороннему, гармоничному развитию индивида. В данном контексте физическая культура призвана охватить важнейшие задачи образовательной, воспитательной, развивающей и оздоровительной деятельности. Основным средством их реализации является осознанный подход к формам двигательной активности, формирование здоровых привычек, расширение границ и возможностей для самореализации в процессе физкультурно-спортивных занятий. Интересной нам представляется духовная составляющая категории «личностная физическая культура», в рамках которой рассматривается «духовный компонент» личностной физической культуры, под которым ученый понимает интегрированную совокупность знаний в области физического развития и их усвоение, что отвечает социальным потребностям общества [2].

М.В. Кудряшов и Н.А. Кудряшова в своей работе рассматривают физическую культуру личности как совокупность физического совершенствования и духовных ценностей человека. Ежедневные практические занятия являются основным показателем формирования физической культуры личности, реализуя необходимые знания в области физической культуры и спорта в практической деятельности. Важным звеном в формировании физической культуры личности выступает физическое воспитание. В качестве основных компонентов личностной физической культуры авторы выделяют мотивационно-ценностный, интеллектуально-познавательный, физкультурно-деятельностный и двигательно-функциональный [1].

Педагог-исследователь С.Н. Жуков излагает идею о личностной физической культуре как о целостной культуре человека, формирующейся в результате физкультурно-спортивной деятельности, культуры образа жизни, духовности и психоэмоционального здоровья. Отмечается взаимосвязь и единство физического и интеллектуального начала. В качестве структурных компонентов физической культуры личности автором выявлены следующие: базисные, поведенческие и социально-ценностные [3].

Таким образом, несмотря на множественность альтернативных подходов к рассматриваемой нами дефиниции, личностная физическая культура большинством ученых представлена в контексте общей культуры, при этом акцент делается на духовную составляющую, реализуемую через сознательную двигательную деятельность человека с учетом индивидуальных особенностей его развития.

Литература:

1. Кудряшов М.В. Физическая культура личности как объект педагогического познания и деятельности. / М.В. Кудряшов, Н.А. Кудряшова // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: Материалы XII Международной научной конференции (19-20 апреля 2016 г.). – Белгород, 2016. – С. 173-177.
2. Савченко М.А. Развитие физической культуры личности как основа личностно-ориентированного образования по физической культуре. / М.А. Савченко // Управление социально-экономическим развитием регионов: проблемы и пути их решения: Сборник научных статей 9-й Международной научно-практической конференции (28 июня 2019 г.). – Курск: ЮЗГУ, 2019. – С. 6-8.
3. Целешева И.А. К вопросу о формировании физической культуры у музыкантов-исполнителей в процессе обучения в средних специальных учебных заведениях музыкального профиля / И.А. Целешева, Т.Н. Поддубная // Теория и практика олимпийского образования: Традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере: Материалы VI Международной научно-практической конференции, Олимпийской академии Юга (28-30 сентября 2020 г.). – Краснодар, 2020. – С. 74-79.

АНАЛИЗ ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ ЭТНОГРАФИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В СИБИРСКОМ ФЕДЕРАЛЬНОМ ОКРУГЕ

А.Д. Шатская

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

Аннотация. В работе представлены возможности и перспективы Сибирского федерального округа для развития этнографического туризма для путешествующих с познавательной целью, которые проявляют интерес к местным жителям, их истории, традициям, обычаям и культуре.

Ключевые слова: Сибирский федеральный округ, этнографический туризм, туристы из Краснодарского края.

В наше время туристская индустрия довольно разнообразна и является неотъемлемой частью повседневной жизни, которая направлена на отдых, развитие и повышение качества жизни населения. Для развития регионального туризма необходимо проанализировать туристско-рекреационный потенциал, выявить ряд проблем, которые сдерживают развитие этнографического туризма в Сибирском федеральном округе [1, 3].

Этнографический туризм в Сибири – это доступное, но малоразвитое направление отдыха как для местных жителей, так и для туристов из Краснодарского края. Для того чтобы данное направление стало развиваться, необходимо улучшить инфраструктуру, решить вопросы, связанные с организацией трансфера и предоставлением гостиничных услуг для увеличения потока туристов по этнографическим местам, фестивалям, музеям, паркам [2].

Местные жители Сибири чаще всего посещают горнолыжные курорты, национальные парки, ярмарки народного искусства, традиционные и фольклорные праздники и этнографические музеи под открытым небом. Популярными горнолыжными курортами Сибири являются такие спортивно-туристические комплексы, как «Шерегеш», «Танай», «Горная Саланга».

Для туристов из Краснодарского края большой интерес могут представлять этнографический музей под открытым небом «Тазгол», который находится на территории Шорского государственного природного национального парка. Также существует музей под открытым небом «Томская писаница», у которого имеются около 300 наскальных рисунков, жилище доисторических людей [3].

Таким образом, проанализировав потенциал Сибирского федерального округа, можно сделать вывод, что туристы из Краснодарского края могут посещать Сибирь с культурно-познавательной целью как в летний, так и в зимний период.

Литература:

1. Заднепровская Е.Л. Роль культурно-познавательного туризма в развитии этнографического туризма / Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Филологические и социокультурные вопросы науки и образования. – 2017. – С. 592-597.
2. Коренева М.В. Практика сервиса: учебно-методическое пособие / М.В. Коренева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 287 с.
3. Поддубная Т.Н. Требования к разработке культурно-познавательной экскурсии для учащихся старших классов / Т.Н. Поддубная // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере. – 2019. – С. 213-216.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ РЫНКА ТУРИСТСКИХ УСЛУГ КАК ОБЪЕКТ МАРКЕТИНГА

А.В. Шелудько

Научный руководитель доцент О.В. Шпырня

Аннотация. В работе рассмотрены основные направления маркетинговой деятельности туристских предприятий на рынке в Российской Федерации, описаны специфика и проблематика маркетинговых мероприятий компаний, работающих в сфере туризма.

Ключевые слова: рынок, маркетинг в туризме, туристская услуга, маркетинговая стратегия.

В настоящее время отличительными чертами туристского рынка являются специфические рыночные отношения, обусловленные очень большим выбором разнообразных туристских услуг, острой борьбой между конкурентами за предпочтения потребителей, способностью предпринимателей, занимающихся туристским бизнесом, самостоятельно определять цели, стратегии и задачи. Именно это является главной причиной развития туристского маркетинга [1]. Маркетинг в туризме – это деятельность, включающая в себя планирование, разработку, продажу, продвижение туристских товаров и услуг, а также стимулирование на них спроса и ценообразования [3]. Для правильной организации работы туристских предприятий необходимо применение определенных маркетинговых стратегий, с помощью которых осуществляется анализ данных о спросе и предложении на рынке. Кроме того, применение маркетинговых стратегий позволяет получить актуальную информацию о тенденциях развития туристского рынка. Большая часть туристских предприятий на сегодняшний день вынуждена использовать маркетинговые стратегии в своей деятельности под влиянием внешних факторов, которые связаны с развитием современного рынка туристских услуг [2].

Формирование системы, наиболее полно удовлетворяющей потребности потребителей туристского продукта с помощью повышения качества обслуживания, является целью маркетинга в туризме. С помощью туристского маркетинга осуществляется торговля не только услугами, но и товарами, а их потребление происходит в месте их производства. В этом и заключается специфика туристского маркетинга. Для повышения уровня организации, для создания эффективной системы планирования, координации и контроля деятельности туристской компании разрабатываются маркетинговые мероприятия [1]. Объектами, на которые направлены маркетинговые мероприятия, являются турпродукт, конкуренты и посредники туристского предприятия. Туристский маркетинг имеет ряд функций, направленных на эффективное взаимодействие туристских предприятий с окружающей средой и потребителями. Такими функциями является установление связи с потребителями, развитие туристской организации и осуществление контроля [3]. Не стоит также забывать об основных принципах маркетинга в туризме, среди которых четкая нацеленность на коммерческий результат и создание комплексности, включающей улучшение продаваемого туристского продукта, формирование нового разнообразного предложения, усовершенствование ценовой политики с учетом изменений, происходящих на туристском рынке, усовершенствование системы сбыта туристского продукта, налаживание коммуникации с потребителем для выявления текущих потребностей туристов.

Литература:

1. Шпырня О.В. Современные маркетинговые технологии как фактор повышения конкурентоспособности предприятий индустрии туризма / О.В. Шпырня, Е.Ю. Глоба, В.А. Драгина, В.И. Мирошниченко // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2020. – № 2 (30). – С. 104-108.
2. Шпырня О.В. Маркетинг в индустрии туризма: учебное пособие / О.В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.
3. Шпырня О.В. Технологии продаж в туристской индустрии / О.В. Шпырня, В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012 – 200 с.

ОРГАНИЗАЦИЯ КАЧЕСТВЕННОГО СЕРВИСА НА ПРЕДПРИЯТИИ ПИТАНИЯ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ

П.А. Ширяева

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

Аннотация. В работе освещаются проблемы обеспечения предприятиями питания качественного сервиса, так как именно он влияет на выбор клиента и повышение конкурентоспособности предприятия.

Ключевые слова: общественное питание, туристская услуга, качество сервиса, франшиза, конкурентное преимущество.

Общественное питание – это очень широкая сфера деятельности, в основу которой входят предприятия общественного питания, характеризующиеся разнообразием форм обслуживания и широким ассортиментом предлагаемой продукции. Чтобы конкурировать с другими компаниями-единомышленниками, необходимо постоянно развивать, улучшать и обновлять тактику и стратегии. Дать огромное конкурентное преимущество может повышение качества обслуживания. Необходимо повышать ценность услуги и уделять внимание заказчику, чтобы компания развивалась. В настоящее время представление клиентов о качественных услугах радикально изменило их значение. Теперь это удобное место для организации, широкий спектр товаров и услуг, узнаваемость бренда, а иногда и стоимость, подходящая потребителю. Однако суть услуги осталась неизменной. Клиенты нуждаются в услужливости, полной информации о продукте, а также во всегда готовых помочь сотрудниках. Высококачественный сервисный процесс – это сочетание всех доступных элементов (сотрудников и ресурсов), направленных на удовлетворение потребностей клиентов. Требуется участие всего персонала. Сервис включает в себя различные элементы: реализацию товаров и услуг, хранение и состав ресурсов, обработка и доставка заказов, командная атмосфера, бухгалтерия, реклама и СМИ и другие. Обслуживание происходит во всем, потому что любая деятельность влияет на качественные характеристики продукта или услуги. Лояльность, поддержание и развитие сегмента потребителей – главные задачи по обеспечению качества сервисного процесса. Основная задача предприятий общественного питания – организация общественного питания населения с целью получения льгот. Организации общественного питания выполняют три взаимосвязанные функции: производство, продажу и организацию готовой продукции потребителям. Установлены обязательные правила и требования к организации работы для разных типов и классов предприятий. От выбранной стратегии развития бизнеса, ценовой и маркетинговой политики, а также управления качеством внутренних и внешних услуг компании зависит успех в конкурентной среде и развитие институтов [1,2].

Обслуживание клиентов ресторана - один из важнейших факторов успеха всего заведения. Плохое обслуживание может испортить впечатление от самой вкусной и качественной еды. Франчайзинговые предприятия подлежат более серьезной проверке. При покупке франшизы в документах есть не только рекомендации по выбору оборудования или внутренней отделки, но и определенные стандарты обслуживания, которые необходимо соблюдать в заведении.

Литература:

1. Коренева М.В. Практика сервиса: учебно-методическое пособие / М.В. Коренева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 287 с.
2. Кучеренко И.М. Современные каналы деловой коммуникации в туризме / И.М. Кучеренко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – Т. 48. – С. 120-122.

ОСНОВНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ КОМПЛЕКСА ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ ГОСТИНИЦЫ

Е.А. Шиян

Научный руководитель доцент Е.В. Ползикова

Аннотация. Работа раскрывает основные направления развития дополнительных услуг в сфере гостеприимства. Описана важность правильного внедрения дополнительных услуг на предприятии.

Ключевые слова: дополнительные услуги, гостеприимство, гостиницы, сегмент потребителей, современные тенденции.

Одной из важных составляющих деятельности современной гостиницы являются дополнительные услуги. Главным при выборе предоставления той или иной дополнительной услуги является определение предприятием своего сегмента потребителей. Необходимо правильно соотнести внешние и внутренние условия, имеющиеся у предприятия размещения, ресурсы, а также правильное управление предприятием для благоприятного развития данного направления. При организации дополнительных услуг необходимо использовать нестандартные подходы. Гостиничному предприятию необходимо положительно позиционировать себя на рынке, а также выделиться среди множества похожих предприятий используя для этого и, нестандартные подходы при организации дополнительных услуг. Сегодня предприятия размещения оказывают множество дополнительных услуг, таких как: организация различных экскурсий, продажа билетов в кино, театры, зрелищные мероприятия, продажу билетов на различные виды транспорта и т. д. Благодаря этому предприятие может привлечь не только приезжих гостей, но также и жителей города. На сегодняшний день гостя невозможно удивить только обычным номером с завтраком, поэтому предприятиям размещения приходится придумывать все новые и актуальные дополнительные услуги [1].

Одной из таких современных тенденций является предоставление услуг конференц-залов, которыми пользуется большое количество бизнес-туристов. Это может принести предприятию около половины его дохода, но для этого нужно иметь соответствующую площадь и оборудование. Помимо предложения актуальной услуги предприятию необходим опыт и предложение данной услуги профессионально, так как это в противном случае предприятие может получить негативный опыт вместо выгоды [2]. Еще одной тенденцией в сфере дополнительных услуг выступает организация различных мероприятий на территории гостиницы, например проведение различных выставок, показов мод, мастер-классов, выступлений артистов, причем для участников данных мероприятий возможно предоставление скидок, что повысит уровень заполненности предприятия даже в не сезон.

Умеренное разнообразие и креативность перечня предоставляемых предприятием размещения услуг поможет ему в привлечении новых гостей, а также удержанию имеющихся постоянных потребителей. Причем руководителям предприятий необходимо помнить, что дополнительные услуги не должны принудительно предоставляться гостям, а должны быть привлекательными для них, поэтому необходимо правильно определить целевой сегмент потребителей для введения новой дополнительной услуги.

Литература:

1. Кучеренко И.М. Современные возможности и требования к подготовке специалистов в сфере гостиничного и ресторанного менеджмента за рубежом / И.М. Кучеренко // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2016. – № 3. – С. 66-69.
2. Макрушина И.В. Бизнес-план и его роль в инновационном развитии предприятия размещения / И.В. Макрушина, М.В. Коренева, Ю.С. Луганская // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 2. – С. 75-77.

ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИИ И СТИМУЛИРОВАНИЕ ТРУДА НА ПРЕДПРИЯТИИ ПИТАНИЯ

Е.В. Щукина

Научный руководитель доцент М.В. Коренева

Аннотация. В работе раскрывается понятие и сущность мотивации персонала, рассматриваются основные теории мотивации, а также представлены мероприятия по повышению мотивации и стимулированию труда на предприятии.

Ключевые слова: мотивация, стимулирование труда, предприятие питания, управление персоналом.

В управлении персоналом предприятия питания наиболее важным аспектом является мотивация сотрудников. Мотивация персонала является одним из основных способов повышения производительности труда. Задача любого руководителя состоит в том, чтобы заинтересовать работника в достижении целей организации. Необходимо понимать, что движет человеком, побуждает его к активной трудовой деятельности, мотивы, лежащие в основе его действий. Зная все вышеперечисленное, можно разработать эффективную систему методов стимулирования труда [3].

При этом важно понимать, что процесс воздействия мотивации на каждого человека уникален, одинаковые мотивы могут оказывать различное влияние, а степень зависимости действия одних мотивов от других может отличаться. Разные люди по-разному могут стремиться к достижению результата [1].

Необходимость стимулирования труда обуславливается тем, что при текущей экономической ситуации и в условиях сильной конкуренции на рынке к сотрудникам и предприятиям выдвигаются новые требования, требуется прикладывать большие усилия для получения наибольшей прибыли [2].

Предприятия питания относятся к тем типам предприятий, в которых роль персонала особенно высока. Он представляет собой главное конкурентное преимущество предприятия, напрямую влияет на качество конечного продукта. От уровня мастерства и ответственного отношения сотрудников зависит качество предоставляемых услуг [2].

Стимулирование сотрудников на предоставление качественного обслуживания, удовлетворяющего потребности гостей является главной целью управления персоналом на предприятии питания. Для того, чтобы достигнуть данную цель, необходима соответствующая мотивация, координирование действий персонала, развитие корпоративной культуры, помогающей увеличить лояльность потребителей [1].

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что целью стимулирования труда является формирование совокупности таких условий, которые побуждают человека к достижению поставленных целей и задач. Поощрение помогает людям поверить в свои силы, способности, повышает уверенность в себе, усиливает инициативность, желание трудиться для достижения лучших результатов. Мотивация оказывает прямое влияние на эффективность трудовой деятельности, а для предприятия питания особую роль играет персонал, целью которого является качественное обслуживание гостей.

Литература:

1. Eremina E.A. Kuban state physical education, sports and tourism university / E.A. Eremina, O.N. Kostukova, A.I. Kuzmenko, A.A. Tarasenko // *Tourism in transition economies: Issues and challenges for destination competitiveness. Conference Proceedings.* – 2015. – С. 121-125.
2. Ползикова Е.В. Разработка практических рекомендаций по формированию системы управления качеством услуг на примере отдельного ресторана / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская, Г.Г. Гаданова // *Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере.* – 2019. – С. 242-244.
3. Ползикова Е.В. Адаптация персонала в организации / Е.В. Ползикова // *Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО.* – 2017. – С. 255-256.

КОНКУРЕНТНЫЕ СТРАТЕГИИ ВЕДУЩИХ ГОСТИНИЧНЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ

А.В. Ярошук

Научный руководитель доцент Е.Л. Заднепровская

Аннотация. Успешное функционирование гостиничного предприятия во многом зависит от верно выбранной и примененной конкурентной стратегии. На сегодняшний день существует достаточный выбор видов конкурентных стратегий, которые могут быть применены к средствам размещения любой специализации.

Ключевые слова: гостиничное предприятие, конкурентоспособность предприятия, конкурентная стратегия, виды конкурентных стратегий, сегментация, рынок гостиничных услуг.

В условиях современной конкурентной рыночной ситуации с многообразием средств размещения, гостиничным предприятиям необходимы продуманные стратегии развития и уникальные инновации, способные принести успех на рынке. Крупные эффективные гостиничные цепи, «Marriott International», «Hilton Hotel&Resorts», «Radisson Hotel&Resorts», «Hayat Hotel Corporation», «Accor Hotels» и многие другие ведущие корпорации, имеют продуманные конкурентные стратегии, позволяющие им быть лидерами рынка.

Продуманная стратегия развития гостиничного предприятия является основным фактором усиления конкурентоспособности отеля в условиях жесткой конкуренции, быстро изменяющихся потребностей рынка. Успешным будет тот отель, в котором тщательно изучают, спрогнозируют потребности потенциальных клиентов, а также продумают варианты делового поведения [2]. Анализ литературных источников позволил прийти к выводу о том, что многообразие предлагаемых рыночных стратегий пока не имеет четкой классификации, а предлагаемые рынком стратегии не сгруппированы по признакам.

Конкурентные преимущества гостиницы строятся на таких основных направлениях, как концентрация имеющихся ресурсов (финансовых, трудовых, материальных) с целью упреждения действий конкурентов; сохранение бизнес-инициативы в конкурентной борьбе; разработка гибкой системы бизнес-планирования, позволяющей построить эффективную стратегию взаимодействия с конкурентами [1, 3].

Существует ряд сил конкурентных стратегий, оказывающих влияние на оценку конкурентной позиции предприятия гостиничной индустрии:

- 1) сила трудности – объем необходимых капиталовложений;
- 2) сила большого числа участников – гостиница, имеющая долю рынка, должна точно оценивать свои конкурентные позиции и преимущества в пределах своих возможностей (своего сегмента рынка);
- 3) сила покупателя – покупатель имеет возможность заменить один тип гостиничной услуги на другой тип. Поэтому гостиничные предприятия должны предлагать качественный продукт и проводить эффективную маркетинговую политику.

Далее построим собственную классификацию деловых рыночных стратегий:

- стратегия диверсификации – изменение ассортимента гостиничных услуг или расширение деятельности;
- стратегии бренда – продвижение на рынке уникального бренда и поддержание высокого имиджа;
- стратегия специализации – концентрация усилий и ресурсов на определенном сегменте рынка;
- стратегия франчайзинга – сетевое расширение гостиничного бизнеса;
- стратегия управления по контракту – заключение договоров на управление с владельцами гостиничной собственности.

Отметим, что крупнейшие гостиничные корпорации часто применяют одновременно несколько стратегий, которые позволяют им эффективно функционировать на рынке

(«Marriott International», «Hilton Hotel&Resorts», «Radisson Hotel&Resorts», «Hayat Hotel Corporation», «Accor Hotels»).

Таким образом, анализ применяемых конкурентных стратегий развития на гостиничном рынке позволил прийти к следующим выводам: чем продуманнее конкурентная стратегия, тем успешнее гостиничное предприятие.

Литература:

1. Джум Т.А. Конкурентоспособность услуг как результат стратегического развития ресторанно-гостиничного комплекса / Т.А. Джум, Е.Л. Заднепровская // Молодежь – науке – VIII. Актуальные проблемы туризма, спорта и бизнеса: материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. – Сочи: СГУ, 2017. – С. 158-161.

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

3. Ползикова Е.В. Создание стандартов обслуживания VIP-гостей на предприятии размещения как способ привлечения нового сегмента потребителей гостиничных услуг / Е.В. Ползикова, М.В. Коренева, Е.А. Евсюкова // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы международной научно-практической конференции. – Донецк: ДАУГС, 2020. – С. 486-489.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ

УДК:796.81

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ

Т.Г. Аванян

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

Аннотация. Наличие спортивной борьбы в программе Олимпийских игр современности является необходимым фактором ее прогрессивного развития в мировом сообществе. Проблема развития спортивной борьбы важна для нашей страны, поскольку этот вид спорта занимает лидирующее место по количеству завоеванных медалей российскими борцами.

Ключевые слова: тенденции, спортивная борьба, Олимпийские игры.

Современные Олимпийские игры, определяющие в своей политике гуманистическое направление, в настоящее время представляют собой систему мирового общества с ярко выраженными чертами политики и экономики.

Сегодня олимпийский спорт понимается не как феномен культуры общества, а как вид коммерциализации в современном обществе.

Однако и деятельность Международного олимпийского комитета (МОК) сегодня также имеет коммерческий аспект. При соблюдении демократии и идей олимпизма МОК расширяет свою сферу влияния на мировое сообщество и заинтересовано в получении финансовой прибыли. Как отмечает Г.П. Брюсов: « ... именно так специалисты спорта расценили решение Исполкома МОК об исключении спортивной борьбы из числа обязательных олимпийских видов спорта» [2].

Следует особо отметить, что Объединенный мир борьбы (UWW) за весь период своей деятельности не попадала в такую несправедливую ситуацию. По мнению Р.Н. Апойко (2015), « ...международная федерация систематически проводит работу по изменениям правил соревнований с целью повышения зрелищности соревновательного поединка. Это включает изменение времени и регламента проведения соревнований, количества и границ весовых категорий, формы и характеристик ковра, особенностей судейства и оценки технических действий».

Анализируя тенденции развития спортивной борьбы в олимпийском движении, были отмечены и систематизированы сведения о спортивных результатах борцов различных стран мира на Олимпиадах современности по греко-римской, вольной и женской борьбе.

Сегодня к тенденциям развития спортивной борьбы следует отнести: увеличение стран-участниц и борцов на международных соревнованиях, что свидетельствует об интенсивном развитии этого вида спорта и его позитивным влиянии на мировой спортивной арене [3].

Таким образом, современная спортивная борьба занимает достойное и заслуженное место в программе Олимпийских игр, постоянно прогрессирует с целью приобщения еще большего количества занимающихся и повышения зрелищности на соревнованиях.

Литература:

1. Апойко Р.Н. Эволюция спортивной борьбы в международном олимпийском движении и ее влияние на основные компоненты подготовки борцов высшей квалификации: дис. ... д-ра пед. наук / Р.Н. Апойко. – СПб., 2015. – 305 с.
2. Брюсов Г.П. Модель деятельности спортивной федерации по развитию вида спорта в современных социально-экономических условиях (на примере Федерации спортивной борьбы России): автореф. дис. ... канд. пед. наук / Г.П. Брюсов. – СПб., 2014. – 24 с.
3. Тихонова И.В. Разновидности занятий спортивной борьбой / И.В. Тихонова, И.И. Иванов, П.Г. Омарова // Мат-лы научн. и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2018. – С. 70-71.

РОЛЬ И МЕСТО СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ В ПРОГРАММЕ ДРЕВНИХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

Т.Г. Аванян

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

Аннотация. Спортивная борьба всегда входила в программу Олимпийских игр, но исключение борьбы из программы Игр могло нанести непоправимый ущерб ее историческому развитию в дальнейшем. Допустить такого сценария развития спортивной борьбы мирового спортивное сообщество не могло и вступилось за ее сохранение в Олимпийских играх.

Ключевые слова: спортивная борьба, Олимпиада, исторический ракурс.

Предложение Международного олимпийского комитета (МОК) об исключении спортивной борьбы из программы Олимпиады 2020 года стало неожиданностью для всей спортивной мировой общественности. Ведь борьба является одним из древнейших видов спорта Олимпийских игр (Афины, 1986). Попытка исключить все виды спортивной борьбы была воспринята мировым сообществом неоднозначно, для большинства спортсменов была совершенно непонятна позиция МОК. Это повлекло бы за собой отрицательное влияние на мировое развитие этого вида спорта [1, 2].

В историческом ракурсе хочется отметить, что греко-римская борьба была включена в программу Олимпийских игр и как самостоятельный вид спорта, и как дисциплина пятиборья. Это обстоятельство имеет особое значение, так как никакой другой вид спорта не занимал такую влиятельную позицию на античных Олимпийских играх.

Как утверждает Р.Н. Апойко (2015): «При возрождении современных Олимпийских игр греко-римская борьба была одним из самых распространенных видов спорта в мире и поэтому, без всякого сомнения, была одной из первых включена в программу I Олимпийских игр. В программу III Олимпийских игр была включена и вольная борьба, а ровно через 100 лет признание получила женская борьба, что свидетельствует о большом авторитете спортивной борьбы в мировом спортивном сообществе».

Мировому спортивному сообществу, включая и руководителей НОК России и федерации спортивной борьбы России, пришлось приложить немало усилий, чтобы убедить руководство МОК в необдуманности своего заявления об исключении спортивной борьбы из Олимпийских игр.

В настоящее время в программу Олимпиады, которая состоится в 2021 году из-за пандемии, входит три вида спортивной борьбы. Всего разыгрывается 72 комплекта медалей [3].

Таким образом, особое место спортивной борьбы в программе летних Олимпийских игр весьма очевидно, так как она всегда входила и занимала лидирующее место в Играх, что подтверждает абсурдность заявления МОК об исключении спортивной борьбы из Олимпийских игр из-за недостаточной динамичности и зрелищности.

Литература:

1. Апойко Р.Н. Эволюция спортивной борьбы в международном олимпийском движении и ее влияние на основные компоненты подготовки борцов высшей квалификации: дис. ... д-ра пед. наук / Р.Н. Апойко. – СПб., 2015. – 305 с.
2. Брюсов Г.П. Модель деятельности спортивной федерации по развитию вида спорта в современных социально-экономических условиях (на примере Федерации спортивной борьбы России): автореф. дис. ... канд. пед. наук / Г.П. Брюсов. – СПб., 2014. – 24 с.
3. Тихонова И.В. Разновидности занятий спортивной борьбой / И.В. Тихонова, И.И. Иванов, П.Г. Омарова // Мат-лы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2018. – С. 70-71.

ОСОБЕННОСТИ СОСТАВЛЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ КОМПОЗИЦИЙ В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

В.В. Агеева

Научный руководитель преподаватель В.А. Кузьменко

Аннотация. Групповые упражнения художественной гимнастики стремительно развиваются из года в год. В этой связи ужесточаются требования к исполнительскому мастерству гимнасток и к содержанию соревновательных композиций.

Ключевые слова: соревновательные композиции, групповые упражнения, художественная гимнастика, артистизм, постановка композиции.

Композиции в художественной гимнастике строятся в соответствии с правилами соревнований по виду спорта, сочетающего в себе искусство и спорт. Современные упражнения гимнасток в групповых упражнениях выделяются предельно сложными элементами, перебросками, различными построениями и оригинальными взаимодействиями, выполняемыми под музыкальное сопровождение [2]. Рациональное применение всех этих компонентов, позволяет каждой команде гимнасток приобрести свой индивидуальный стиль, который подобрал для них хореограф.

Анализируя соревновательные программы на чемпионате Краснодарского края 2020 г. в групповых упражнениях, было выявлено, что около 35% композиций составлены с грубыми или мелкими ошибками, среди которых: несоответствие музыкального сопровождения с хореографией композиции, нерациональное перемещение по площадке и т.д. Для того, чтобы исключить ошибки, предлагается строить процесс составления композиций поэтапно (рисунок 1).



Рисунок 1 – Последовательность составления композиций в групповых упражнениях

Весь процесс постановки композиций для гимнасток, выступающих по программе групповых упражнений, осуществляется в пять вышеизложенных этапов.

1. Подбор трудности упражнений предполагает оценку уровня подготовленности различных сторон гимнасток, для дальнейшего выбора элементов, взаимодействий, перебросок в соответствии с текущими правилами соревнований по виду спорта. Перед тренерами и хореографами стоит задача консолидировать элементы таким образом, чтобы новое упражнение было не только эффектным и сложным, но и стабильным в своем исполнении.

2. Музыкальное сопровождение необходимо выбрать для определенного предмета, с которым выполняется композиция. Для групповых упражнений это может быть как один предмет, так и их сочетание (три обруча и две ленты, три мяча и две скакалки и т.д.) в зависимости от программы, установленной правилами соревнований. Помимо двигательных способностей нужно учитывать и возрастные, морфологические, психологические особенности, объем их музыкального «багажа», степень образного мышления, музыкальной грамотности (понимание сущности понятий – мелодия, темп, ритм, музыкальный размер и т.д.), эмоциональную составляющую и уровень артистичности по вышеперечисленным критериям [1].

3. Далее следует представить схему передвижений гимнасток по площадке, определить построения для перебросок и элементов, чтобы придать упражнению уникальность и выбрать подходящий ракурс исполнения.

4. На этапе составления композиции создается индивидуальный образ для команды гимнасток или сюжетное действие, которое гимнастки передают зрителям посредством движений. В процессе формирования упражнения хореограф подбирает оригинальные соединения элементов, применяет разноуровневые положения гимнасток и чередует динамические и статические элементы [3].

5. Коррекция композиции направлена на исправление ошибок артистизма и техники для реализации всех составляющих исполнительского мастерства команды. Процесс коррекции осуществляется не только на заключительном этапе составления группового упражнения, но и на протяжении всего подготовительного и соревновательного периода и заканчивается перед ответственными соревнованиями сезона.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что для того, чтобы добиться высокой оценки за выполнение композиции в групповых упражнениях, необходимо придерживаться вышеизложенных этапов составления, основываясь на обновления содержания правил соревнований по художественной гимнастике.

Литература.

1. Барчо О.Ф. Исполнительское мастерство в эстетической гимнастике как фактор успешной соревновательной деятельности / О.Ф. Барчо, Т.В. Лукашова // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. Материалы конференции. – Краснодар 2020. – 140 с.

2. Винер-Усманова И.А. Артистичность и пути ее формирования / И.А. Винер-Усманова, Е.С. Крючек, Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина // Теория и методика художественной гимнастики. – М.: Спорт, 2015. – 120 с.

3. Ильичева В.А. Содержание соревновательных программ в женских групповых упражнениях с учетом основных тенденций правил соревнований по спортивной акробатике / В.А. Ильичева, Н.В. Береславская, В.И. Иванасова, В.В. Тронеv, П.М. Пластинина // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации (11-12 декабря 2020 года, г. Краснодар). – Краснодар, 2020. – С. 64-65.

СТРЕТЧИНГ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ У ГИМНАСТОК 9-10 ЛЕТ

А.А. Алейникова

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

Аннотация. В работе на основе аналитического обзора раскрыты особенности развития гибкости гимнасток 9-10 лет средствами стретчинга. Выявлены основные средства и методы развития гибкости и дана характеристика применения упражнений на растягивание посредством оздоровительной гимнастики.

Ключевые слова: гибкость, художественная гимнастика, оздоровительная гимнастика, стретчинг, средства и методы развития физических качеств.

Главными задачами стретчинга являются постепенное укрепление мышц всего тела и плавное, медленное растягивание мышц. Благодаря стретчингу мышечные волокна становятся более эластичными, что способствует гибкости и свободе движений [1].

Оздоровительная гимнастика стретчинг – один из эффективных и доступных способов достижения гибкости, поддержания здоровья, осанки, фигуры и душевного спокойствия.

При занятиях стретчингом мышечные волокна, за счет снабжения питательными веществами через кровь, становятся более эластичными, вытесняя жировой слой, происходит рост мышечной ткани, предотвращается риск травмирования мышц во время тренировок и обеспечивается исправление осанки.

Еще одним важным фактором занятий стретчингом является улучшение лимфотока, что положительно сказывается на работе организма в целом и помогает в борьбе с целлюлитными отложениями [1].

Преимущества занятий стретчингом:

- увеличивается амплитуда движений;
- увеличивается сила;
- снижаются боли в мышцах после тренировок;
- снижается усталость.

Ну и конечно же, о чем говорилось ранее, стретчинг способствует улучшению осанки, усилению циркуляции крови, улучшению координации движений, повышению энергии и улучшению настроения, а также помогает противостоять стрессу [3].

Существует большое многообразие видов стретчинга:

1. Статическая растяжка является наиболее распространенной, заключается в фиксации позы с большой амплитудой в течение длительного времени, от 10 с до нескольких минут. Такая растяжка происходит под собственным весом, это могут быть наклоны вперед, шпагаты, складка из различных положений.

2. Пассивная растяжка схожа со статической растяжкой, но при растягивании нет собственных усилий, усилия выполняет партнер, тренер, тренажерное устройство.

3. Динамическая растяжка заключается в мягких пружинящих движениях руками и ногами, не превышающих диапазона возможностей.

4. Баллистическая растяжка. В этом виде растяжке нужно быть осторожнее и лучше всего не использовать ее на начальном этапе занятий.

5. Активная изолированная растяжка, заключается в растягивании отдельных мышц, что способствует хорошему разогреву мышц, снижает нагрузку на суставы, увеличивает их подвижность.

6. Изометрическая растяжка. Чередование напряжения с расслаблением мышц, сокращая растянутую мышцу в течении 10-15 с, в дальнейшем ее необходимо расслабить на 20 с.

7. Проприоцептивная нервно-мышечная растяжка. Этот вид сочетает в себе пассивную растяжку с изометрическим сокращением мышц. Самостоятельные занятия этим видом растяжки лучше всего избегать и выполнять ее только со специалистом,

Для точных измерений подвижности суставов применяют электрогониометрический, оптический и рентгенографический способы [2].

Анализ применения упражнений стретчинга в тренировочном процессе гимнасток дает возможность утверждать, что именно они позволяют быстрее и эффективнее развивать гибкость, что без сомнения является условием для их физического развития и оздоровления.

Литература:

1. Москаленко Е.А. Общая характеристика гибкости как физического качества и факторы, влияющие на развитие гибкости / Е.А. Москаленко, В.В. Ходыкина // Обучение и воспитание: методики и практика. – 2014. – №11. – С. 1-4.
2. Смирнов В.М. Физиология физического воспитания и спорта / В.М. Смирнов, В.И. Дубровский – М., 2002 – 608 с.
3. Терехина Р.Н. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Художественная гимнастика» / Р.Н. Терехина, И.А. Винер-Усманова, Е.Н. Медведева / Под общей редакцией Р.Н. Терехиной – М.: 2016. – 326 с.

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ В СИСТЕМЕ ТРЕНИРОВКИ ЕДИНОБОРЦЕВ

Р.М.-О. Алиев

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

Аннотация. Единоборства занимают особое место в системе физической культуры молодежи и профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных органов. Приоритетным направлением в спортивной тренировке единоборцев является скоростно-силовая направленность.

Ключевые слова: физическая подготовленность, единоборец, скоростно-силовые качества.

В настоящее время спортивные виды единоборств стали популярны не только как профессионально-прикладной вид спорта, но и как средство физического воспитания молодежи [1].

Важное место в системе спортивной подготовки единоборцев занимает учет и контроль тренировочных нагрузок на уровень подготовленности занимающихся с целью его повышения в процессе соревновательной деятельности и профессиональной деятельности.

Физическая подготовленность единоборца является самой важной стороной его подготовки, так как она фундамент развития специальной двигательной подготовленности. Она зависит от уровня развития физических качеств, функционального состояния всех систем организма занимающихся, включая устойчивость параметров двигательных действий к утомлению, состояние центральной нервной системы, показатели сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

Следует отметить, что взаимосвязь физической подготовленности и техники борьбы обусловлена различными морфофункциональными особенностями развития организма занимающегося, лежащими в основе развития двигательных навыков и физических качеств.

Знание структуры и содержания физической подготовки единоборцев (борцов, боксеров, каратистов, тхэквондистов) обуславливает применение некоторых закономерностей:

- особое место в повышении эффективности соревновательного поединка квалифицированных единоборцев играют скоростно-силовые качества и соответствующий уровень функционального состояния;

- состав средств и методов физической подготовки зависит от индивидуальных особенностей единоборца (антропометрических, физиологических, психологических);

- учет весовой категории единоборца;

- соотношение всех сторон подготовленности единоборца в прямой зависимости от качества проявления тех или иных физических качеств индивидуально у спортсмена [2].

Единоборцы с высоким уровнем развития скоростно-силовых качеств более надежны и перспективны в соревновательной деятельности, так как лучше овладевают техническими приемами различных единоборств.

Таким образом, рациональное построение тренировочного процесса единоборцев должно включать на всех этапах физическую подготовку, направленную на развитие скоростно-силовых качеств.

Литература:

1. Супрунов Е.П. Специальная физическая подготовка в системе тренировки квалифицированных рукопашных бойцов: дис. ... канд. пед. наук / Е.П. Супрунов. – М., 1997. – 124 с.

2. Шестаков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / М.М. Шестаков. – М., 1992. – 44 с.

ВОПРОСЫ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ СИСТЕМЫ ТРЕНИРОВКИ ЕДИНОБОРЦЕВ

Р.М.-О. Алиев

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

Аннотация. В настоящее время вопросы индивидуализации занимают ведущее место в спортивной тренировке единоборцев. Учет индивидуальных особенностей спортсмена позволит повысить результат его соревновательной деятельности.

Ключевые слова: индивидуализация, физическая подготовленность, единоборец.

Индивидуальный подход к организации тренировочного процесса единоборца обусловлен особенностями физической и функциональной подготовленностями, а также ведением им соревновательного поединка. В исследованиях некоторых специалистов говорится о технико-тактическом арсенале единоборцев, благодаря которому чаще всего и достигается высокий спортивный результат [1].

По манере ведения соревновательного поединка единоборцев можно разделить на следующие группы:

- побеждающие за счет преимущества в технико-тактическом мастерстве;
- имеющие высокий уровень развития силовых и скоростно-силовых качеств;
- имеющие высокий уровень развития выносливости;
- обладающие комплексом всех вышеуказанных качеств.

Одним из перспективных направлений спортивной тренировки единоборцев является разработка модели соревновательной деятельности и физической подготовленности по принципу схожести структуры со специальной физической подготовленностью как одного из путей индивидуализации тренировочной деятельности [2].

При сравнительном анализе специальных способностей единоборцев с модельными характеристиками был определен алгоритм индивидуализации тренировочного процесса:

- определение показателей технико-тактической подготовленности единоборцев на основе видеоанализа соревновательных поединков;
- определение уровня всех сторон подготовленности единоборца с использованием комплекса тестов;
- сравнение полученных результатов тестирования всех сторон подготовленности единоборца с модельными;
- выявление отстающих и внесение коррекций по этому направлению с учетом индивидуального подхода;
- составление индивидуальной программы тренировки.

Таким образом, использование индивидуальной программы спортивной тренировки единоборцев, направленной на развитие физических качеств и совершенствование технико-тактического мастерства, позволит повысить надежность и результативность его соревновательной деятельности.

Литература:

1. Супрунов Е.П. Специальная физическая подготовка в системе тренировки квалифицированных рукопашных бойцов: дис. ... канд. пед. наук / Е.П. Супрунов. – М., 1997. – 124 с.
2. Шестаков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / М.М. Шестаков. – М., 1992. – 44 с.

КОМПОНЕНТЫ ПРОИЗВОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ С БУЛАВАМИ ГИМНАСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

А.Д. Ахалаури

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

Аннотация. Художественная гимнастика становится динамичным, рискованным, быстроразвивающимся видом спорта, с регулярно меняющимися требованиями к выполнению сложных двигательных действий. Существенные изменения связаны с изменением компонентов выполнения композиций с предметами, усложнением программы соревновательных композиций художественной гимнастики.

Ключевые слова: художественная гимнастика, булавы, соревновательная композиция.

Художественная гимнастика является высококоординационным видом спорта, где выполнение упражнения строится из физических, технических, а также тактических компонентов. При выполнении соревновательной композиции используются следующие предметы художественной гимнастики: скакалка, обруч, мяч, булавы, лента [2].

Упражнения с предметом являются обязательными в классификационной программе в данном виде спорта. Соревновательная композиция на всех этапах подготовки включает в себя выполнение разнообразных движений телом в сочетании с движением предмета под музыкальное сопровождение. В нашем исследовании мы рассматривали компоненты упражнений с булавами в художественной гимнастике [1].

Упражнения с булавами включают в себя различные манипуляции двумя предметами. Работа выполняется одной или двумя руками. Спортсмен выполняет различные броски, мельницы, круги, махи и перекаты с последующей ловлей, в сочетании с разнообразными хватками в различных позах. Гимнастка выполняет это в согласовании с основными элементами художественной гимнастики: прыжками, равновесиями, поворотами и танцевальными дорожками [3].

Для определения основных компонентов произвольных программ с булавами мы провели анкетирование. В нем приняли участие 20 тренеров и судей Краснодарского края, стаж работы которых составил от 3 до 20 лет работы, в их числе были заслуженные тренеры России, тренеры высшей квалификации. Проводилось анкетирование по вопросам, связанным с техническими ошибками, которые чаще всего встречаются при выполнении упражнений с булавами, а также определялось время на их устранение. Это позволило спрогнозировать последующее развитие соревновательных программ по художественной гимнастике.

Полученные результаты анкетирования позволили определить, какие ошибки чаще всего допускаются при выполнении упражнений с булавами, а также необходимое время на развитие компонентов данных видов.

При выполнении упражнения с булавами ошибки чаще всего допускались на следующих элементах: риски (34%), мастерство (22%) и повороты (21%). Во время выполнения равновесий (13%) и прыжков (10%) ошибки компонентов допускались реже.

Для выявления и устранения ошибок при выполнении движения в анкетировании были представлены вопросы, связанные с определением времени для отработки элементов. Было определено время для отработки бросков и ловли с булавами, при учете, что тренировка длится 4 часа.

Тренеры, имеющие стаж тренерской работы от 3 до 10 лет, ответили, что занимающиеся должны уделять 50 минут совершенствованию бросков с булавами; тренеры, имеющие тренерской работы от 10 до 20 лет, ответили, что гимнастка должна уделить 40 минут на данный вид специальной работы.

Таким образом, в связи с усложнением соревновательной программы необходимо увеличивать объем тренировочной нагрузки с акцентом на техническую подготовку гимнасток с использованием предметов в художественной гимнастике.

Литература:

1. Абруцини Э. Художественная гимнастика: Правила судейства соревнований / Сост. Э. Абруцини. – Женева: Р.Ю., 2014. – 10 с.
2. Правила соревнований по художественной гимнастике / Международная федерация художественной гимнастики. – ФИЖ, 2017-2020. – 31 с.
3. Шишковская М. Оценка компонентов исполнительского мастерства в художественной гимнастике: автореф. дис. ... канд. пед. наук / М. Шишковская. – Санкт-Петербург, 2011. – 26 с.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ АКРОБАТОВ

М.М. Бахтиарова

Научный руководитель преподаватель В.В. Тронеv

Аннотация. В спортивной акробатике наблюдается тенденция повышения уровня сложности соревновательных упражнения. Для того чтобы результативность на соревнования различного масштаба росла, техническая подготовленность акробатов должна быть на высоком уровне постоянно. Обеспечить и поддерживать данный уровень подготовленности может позволить внедрение и использование эффективных средств и методов совершенствования технической подготовленности.

Ключевые слова: спортивная акробатика, техническая подготовленность, техническое мастерство, спортсмены высокой квалификации.

В настоящее время в связи с усложнением и совершенствованием правил соревнований по спортивной акробатике, профессиональная деятельность в этом направлении должна осуществляться с учетом актуальных требований к осуществлению педагогической деятельности в спортивных школах [1], а также с учетом специфики вида спорта, которая заключается прежде всего в повышении сложности акробатических элементов и учете новых требований к соревновательной деятельности.

На этапе высшего спортивного мастерства в подготовке акробатов различают техническую, физическую, хореографическую, психологическую и теоретическую подготовку. При этом приоритет отдается технической подготовке, так как в настоящее время уровень выполнения элементов очень высок [2]. Акробаты должны постоянно совершенствовать свою технику, добиваясь еще большей экономичности и рациональности движений, увеличивая максимальную функциональность, иными словами увеличивать свое техническое мастерство. Обычно изучение и совершенствование техники движения, закрепление ее на новом уровне происходит в ходе тренировочных занятий.

Совершенствовать техническую подготовленность в спортивной акробатике позволяют физические упражнения специальной направленности. Из общепринятой классификации для достижения поставленного результата используются специально-подготовительные упражнения (т.е. элементы соревновательных действий, их вариации, а также существенно сходные с ними по форме или характеру проявляемых способностей действия) и избранные соревновательные упражнения (действия или упражнения, являющиеся предметом собственно соревновательной борьбы). Данные виды упражнений могут быть включены в комплексы совершенствования технической подготовленности. Для контроля технической подготовленности акробатов целесообразнее использовать специально разработанные модельные характеристики [3].

Совершенствование системы технической подготовки и реализации физических качеств, в особенности их качественных проявлений у акробатов на этапе высшего спортивного мастерства, должно основываться на изучении закономерностей их соревновательной и тренировочной деятельности, т.е. структуры самых упражнений.

Литература:

1. Ильичева В.А. Анализ результатов первенства Европы по спортивной акробатике среди мужских групп / В.А. Ильичева // Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма: Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов с международным участием, посвященной 75-летию Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг. – 2020. – С. 233-234.
2. Береславская Н.В. Анализ основных показателей тренировочных нагрузок акробатов высокой квалификации – представительниц женских групп в соревновательном периоде подготовки / Н.В. Береславская, Н.Н. Пилюк, Г.М. Свистун, Л.В. Жигайлова, А.С. Двужилова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – №1. – С. 14-18.
3. Жигайлова Л.В. Педагогический контроль специальной технической подготовленности спортсменов высокой квалификации в прыжках на батуте / Л.В. Жигайлова, Н.Н. Пилюк, Н.В. Береславская, Г.М. Свистун, Я.В. Павлова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2020. – №1. – С. 43-48.

О ВОПРОСЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ГИМНАСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

А.А. Брызгалова

Научный руководитель преподаватель В.В. Тронеv

Аннотация. В работе рассматриваются особенности построения технической подготовки у гимнасток высокой квалификации, знание которых позволит эффективно и результативно совершенствовать двигательные навыки, влияющие на соревновательную деятельность гимнасток.

Ключевые слова: техническая подготовка, техническая подготовленность, спортивная гимнастика, высокая квалификация.

Современную спортивную гимнастику можно охарактеризовать как зрелищный вид спорта, где спортсменки демонстрируют модернизированные сложнокоординационные грациозные элементы, выступая на пике своих возможностей.

Этап высшего спортивного мастерства – является четвертым по счету этапом подготовки спортивных гимнасток. В него зачисляются девушки, достигшие возраста 14 лет, имеющие спортивный разряд мастера спорта России. Он длится без ограничений по времени. Данный этап направлен на достижение наивысших результатов в личной карьере каждой гимнастки и характеризуется стабильностью и эталонными выступлениями на соревнованиях [2].

Так как большое значение в спортивной гимнастике придается технической подготовке спортсменок, из чего возникают проблемы совершенствования, а именно такие проблемы как искажение техники исполнения элементов, вследствие чего возникает нестабильность выполнения технических элементов, что в совокупности представляет серьезные препятствия в дальнейшем развитии спортсменок и достижении ими наивысших спортивных результатов.

С этой целью в тренировочный процесс гимнасток необходимо внедрять правильно подобранные, разнообразные программные компоненты специальной технической подготовки, при этом неуклонно повышая общий и специальный уровень подготовленности спортсменок с обязательным учетом их индивидуальных особенностей [3].

Так, чаще всего под спортивной техникой спортсменок понимают самый оптимальный способ выполнения двигательных действий, характеризующийся эффективностью и рациональностью использования спортсменками своих психофизических возможностей [3]. В спортивной гимнастике посредством техники демонстрируется искусство движений, обеспечивается их красота, точность, грациозность, выразительность [2].

Техническая подготовка включает в себя две объединенные, но разные категории, первая категория – как процесс и вторая категория – как уровень. Что в свою очередь позволяет нам считать техническую подготовку в разрезе второй категории как уровень технической подготовленности спортсменки, как способность усваивания и воспроизведения движений, характерных для избранного вида спорта, заключающейся в результативности спортивных достижений [3].

Процесс совершенствования технической подготовленности гимнасток на этапе высшего спортивного мастерства осуществляется на основе ошибок в искажении техники и недостатков в двигательной структуре, ритме.

В структуре технической подготовленности можно выделить, во-первых, базовые движения, а во-вторых, дополнительные движения, что позволяет нам определить критерии технического мастерства гимнасток, объем техники, которую выполняют спортсменки, разносторонность техники, определяемой ее вариативностью и способностью к приспособлению, эффективность и освоенность техники [1].

В каждом виде женского гимнастического многоборья существуют специальные требования, выполнение которых демонстрирует техническую подготовленность гимнасток.

Таким образом, для правильного выполнения элемента и доведения его до совершенствования гимнастки должны обладать высоким показателем технической подготовки и уровнем технической подготовленности, которые создают предпосылки для успешной спортивной карьеры каждой высококвалифицированной гимнастки и достижения наивысших результатов.

Литература:

1. Виноградов Г.П. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки: учебник / Г.П. Виноградов, И.Г. Виноградов. – М.: Спорт, 2017. – 406 с.

2. Савельева Л.А. Спорт высших достижений: спортивная гимнастика: учеб. пособие / Л.А. Савельева, Р.Н. Терехина и др. – НГУФКСиЗ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – М.: Человек, 2014. – 148 с.

3. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001. – 478 с.

СОДЕРЖАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ

М.С. Бурко

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

Аннотация. В работе рассматривается содержание технической подготовки художественных гимнасток на тренировочном этапе. Регламентация ее содержания позволит повысить эффективность процесса подготовки спортсменок.

Ключевые слова: техническая подготовка, тренировочный этап, художественная гимнастика.

Сохранению лидирующих позиций российских гимнасток на вершине олимпа должно способствовать дальнейшее совершенствование технической подготовки в процессе многолетней подготовки в художественной гимнастике. С целью повышения уровня спортивного мастерства, надежности и стабильности выступлений, необходимо обладать богатым арсеналом технических навыков, которые позволили бы осваивать сложные упражнения в сочетании с манипуляциями спортивными предметами и тем самым усложнять соревновательные программы.

Знание же особенностей различных сторон подготовленности на всех ее этапах позволит индивидуализировать и интенсифицировать тренировочный процесс с учетом возрастных особенностей развития организма гимнасток и создать предпосылки для достижения спортивного мастерства [3].

Особенно важно уделять внимание формированию и развитию двигательных способностей на тренировочном этапе подготовки, когда на фоне всевозрастающего объема и интенсивности нагрузок происходит создание надежной базы двигательных умений и навыков в беспредметной подготовке и при работе с предметами. Формируются личностные особенности гимнасток и индивидуализация тренировочного процесса.

Техническая подготовка в художественной гимнастике – чрезвычайно многогранный процесс формирования умений и навыков, которые позволили бы спортсменкам с наибольшей эффективностью продемонстрировать свою индивидуальность в сочетании с трудностью и оригинальностью упражнений, выполненных в единстве с музыкой, и обеспечить дальнейший рост спортивного мастерства [1, 2]. Ее основные задачи представлены на рисунке 1.



Рисунок 1 – Задачи технической подготовки в художественной гимнастике

Техническая подготовка на тренировочном этапе должна быть представлена специально отобранными и систематизированными упражнениями, применение которых позволит заложить необходимую техническую базу перспективного технического совершенствования. Основные ее разделы и компоненты представлены на рисунке 2.



Рисунок 2 – Разделы и компоненты технической подготовки в художественной гимнастике

Таким образом, результатом технической подготовки на тренировочном этапе должна стать сформированная техническая база гимнастики, состоящая из комплекса освоенных элементов и целостных упражнений, обуславливающих совершенствование спортивного мастерства.

Литература:

1. Барчо О.Ф. Содержание начальной специализированной технической подготовки гимнасток 8-9 лет в упражнениях с предметами / О.Ф. Барчо, И.А. Корнеева, Ю.Р. Ефремова, Г.М. Свистун // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2018., Краснодар). – Часть 1. – 310 с.
2. Жигайлова Л.В. Исследование функциональной взаимосвязи и отношение хореографических упражнений со структурными элементами художественной гимнастики / Л.В. Жигайлова, Н.В. Береславская, Е.С. Гемиджи, А.В. Свириденко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ /под ред. А.И. Погребного. Т. 16. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – С. 13-17.
3. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика): курс лекций для студентов 3-4 курса / Н.Н. Пилук, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская и др. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – Часть 2. – 163 с.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ЧЕРЛИДИНГЕ СРЕДСТВАМИ ХОРЕОГРАФИИ

А.В. Волкова

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

Аннотация. В данной работе на основе анализа литературы рассматривается вопрос совершенствования тренировочного процесса в черлидинге. Элементы хореографии в системе подготовки черлидеров обеспечивают более эффективное развитие специальных двигательных и эстетических способностей спортсменов, повышают результативность их соревновательной деятельности. При использовании средств хореографии черлидеры повышают физическую, техническую и эстетическую стороны исполнения, что ведет к росту спортивного мастерства.

Ключевые слова: хореография, средства, тренировочный процесс, черлидинг, спорт.

Хореография – важное средство эстетического воспитания, а также развития творческих способностей. Именно в процессе занятий хореографией спортсмены ближе всего соприкасаются с искусством. У занимающихся воспитывается правильное ощущение красоты движений, способность передавать в них определенные эмоциональные состояния. Кроме того, при занятиях хореографией развивается гибкость, музыкально-ритмическая координация движений, укрепляется опорно-двигательный аппарат.

Задачи хореографии в черлидинге – это развитие профессиональных танцевальных навыков, музыкальности и выразительности исполнения, воли, характера учеников и их эстетическое воспитание.

Черлидинг в настоящее время представляет собой огромный интерес как синтез искусства и спорта. Поэтому, учитывая специфичность данного вида спорта, а также анатомо-физиологические и психологические особенности детей, необходимо постоянно совершенствовать тренировочный процесс. У спортсменов, занимающихся черлидингом, с помощью использования средств хореографии развивается координация движений, происходит укрепление опорно-двигательного аппарата. Также в черлидинге с помощью регулярных тренировочных занятий с внедрением хореографических элементов, выполняется и раскрывается множество функций, таких как специальная физическая подготовка, техническая подготовка, увеличение сложности танцевальных движений, а также композиционная структура. Увеличение сложности технических элементов в соревновательной композиции способствует повышению соревновательной результативности черлидеров.

Таким образом, проанализировав задачи обучения спортсменов черлидеров, можно выделить следующие специальные качества, развиваемые средствами хореографии: координационные способности, гибкость, специальная выносливость, ритмичность, прыгучесть, равновесие. Учитывая то, что морфологическое и функциональное развитие осуществляется неравномерно в различных возрастных группах, периоды ускоренного роста чередуются с замедлением, стабилизацией, следует уделять также внимание развитию таких качеств, как равновесие и специальная выносливость. Вследствие этого, в основу тренировочных занятий включены группы упражнений, целенаправленно формирующие механизмы управления движениями и создающие предпосылки для развития технического мастерства спортсменов.

Литература:

1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 2016. – 200 с.
2. Зинченко И.А. Совершенствование технической подготовки в черлидинге (работа с помпонами) / И.А. Зинченко // Физическое воспитание студентов. – 2016. – № 3. – С. 31-37.

МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ АРТИСТИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ 10-12 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ

П.В. Воложанинова, Т.В. Лукашова

Научный руководитель профессор Н.Н. Пилюк

Аннотация. В данной работе на основе аналитического обзора представлены методы, способствующие развитию артистических способностей детей 10-12 лет, занимающихся эстетической гимнастикой.

Ключевые слова: эстетическая гимнастика, артистизм, артистические способности, методы развития.

Эстетическая гимнастика – относительно новое направление в гимнастическом спорте, в данном спорте гармонично сочетается физическое и художественно-эстетическое воспитание.

Артистичность в эстетической гимнастике – это способность выражать эмоции, донести до зрителей и судей образ и историю соревновательной программы, с помощью жестов, мимики и пантомимики [1].

В представлены нами методы, которые помогут в развитии артистических способностей гимнасток.

Словесный метод. С помощью данного метода детям можно донести задумку (историю) соревновательной композиции, которую с помощью движений тела и эмоций необходимо передать зрителям и судьям. В эстетической гимнастике возрастной категории 8-10 лет присуще легкие непосредственные идеи программ, созданные на основе мультфильмов, сказок, народных историй, главная задача гимнастки воплотить эту историю в танце [1, 2].

Наглядный метод. Его можно считать самым важным для развития артистизма у спортсменок. Суть заключается в просмотре спортсменками многочисленных танцевальных и спортивных видео, различных театральных постановок и спектаклей, попутно пробуя повторить эмоцию, которую передает показывающий. Также полезны будут посещения различных танцевальных и актерских мастер-классов, после которых с помощью заданий от тренера спортсмену легче передать нужную эмоцию и заинтересовать зрителя [1, 2].

Метод «эмоционального погружения». Сущность данного метода заключается в моделировании конкретного эмоционального состояния через собственный, полученный опыт. Тренер, отталкиваясь от задумки композиции, предлагает спортсменкам творческие задания, направленные на раскрытие заданной эмоции. С помощью метода эмоционального погружения мы имеем возможность улучшить уровень музыкального восприятия у занимающихся [4].

Метод ассоциаций. Данный метод заключается в возникновении ассоциаций у спортсменки после прослушивания музыкального фрагмента программы, задача гимнастки – рассказать о возникших ощущениях во время прослушивания музыки, с чем ассоциируется данный фрагмент и какое настроение присуще данной композиции. Важно, чтобы музыка вызывала эмоциональный отклик, тогда спортсменка с большей вероятностью сможет воплотить сюжет композиции на соревнованиях [4].

Практический метод. Тренер ставит гимнасткам определенные задачи на перемену эмоции, от грустных и меланхоличных, до веселых и активных. Например, с помощью рассказа о животном или герое сказки, в зависимости от происходящих событий персонаж испытывает различные эмоции, именно их посредством мимики и движений спортсменки должны передать в танце [2].

Игровой метод. Данный метод также развивает и танцевальные способности. Отлично характеризует игровой метод упражнение «Импровизация», суть которого заключается в

срочном реагировании гимнастки на задачу педагога, как правило, спортсмену необходимо сымпровизировать (отыграть) по одному движению на каждое заданное слово [1].

Метод творческого задания. Предложенный метод рассчитан на реализацию творческого потенциала спортсменок. Гимнастке необходимо придумать собственную историю под музыкальное сопровождение, после показа остальные занимающиеся должны пересказать изложенную историю [4].

Известно, что умение донести до зрителя идею соревновательной программы является очень важным критерием оценки артистической ценности в эстетической гимнастике, в возрастной категории 10-12 лет спортсменки находятся на переходном этапе от детских непринужденных тем программы до более глубоких и серьезных. Поэтому так важно в данном возрасте уделять особое внимание развитию артистических способностей [3].

Подводя итог, можно также отметить, что способность передать предложенный образ и эмоции в соревновательной композиции согласно ее сюжету с помощью мимики, пантомимики и жестов является одной из составляющих частей успешного выступления. Успешное выполнение данных задач, особенно при системном подходе, поможет спортсменкам: не только даст преимущество на соревнованиях, но и поможет им развить в себе такие качества, как коммуникативность, умение работать в команде и, конечно, творческие способности.

Литература:

1. Барчо, О.Ф. Анализ двигательной выразительности гимнасток высокого класса в художественной гимнастике / О.Ф. Барчо, Л.В. Жигайлова, А.В. Чигарина // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ (17 мая – 13 июня 2013 года, г. Краснодар). – С. 32-37.

2. Овчарук Н.А. Развитие эмоциональной выразительности и артистических способностей детей и подростков посредством танца: метод. разработка / Н.А. Овчарук, Т.Ю. Брызгунова. – МУДО «Детско-юношеский центр «Максимум» г. Магнитогорск, 2019. – 84 с.

3. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика) / Н.Н. Пилук, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская и др. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – Часть 2. – 163 с.

4. Харлашко М.А. О важности формирования артистических навыков у учащихся младшего школьного образования: автореф. дис. ... канд. пед. наук / М.А. Харлашко. – М.: «Вестник МГУКИ №1», 2008. – 109 с.

СПОСОБЫ ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТСМЕНОВ В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

М.В. Волошина

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

Аннотация. Статья посвящена изучению способов организации коллективной работы в групповых упражнениях художественной гимнастики, что позволит грамотно составлять соревновательные программы в групповых упражнениях художественной гимнастики и повысить соревновательную оценку.

Ключевые слова: художественная гимнастика, групповые упражнения, коллективная работа.

Современная художественная гимнастика характеризуется чрезвычайно сложными соревновательными программами, требующими высокого уровня исполнительского мастерства в индивидуальных и групповых упражнениях. Российские и зарубежные гимнастки с филигранно «отточенными» движениями представляют зрителям и судьям свои завораживающие программы выступления.

Соревновательные композиции в групповых упражнениях художественной гимнастики характеризуются высоким уровнем проявления координационных способностей и оригинальным сочетанием предметной подготовки с артистичностью и технико-эстетическим мастерством при максимальном использовании различных видов взаимодействий.

Команда гимнасток в групповых упражнениях состоит из пяти человек, использующая в своей композиции пять предметов. При этом допускается сочетание нескольких, делающих программу эффектней и зрелищней. При этом требуется синхронное выполнение движений в упражнении при использовании максимального сотрудничества гимнасток. Элементы в упражнении должны быть выполнены динамичным каскадом при оптимальной сбалансированности в работе всеми частями тела и предметом [1]. Требования к согласованности своих действий с действиями партнеров могут обеспечить гимнастки, имеющие одинаковый уровень технической и физической подготовленности, антропометрические и морфофункциональные показатели и способность работать в коллективе.

Согласно правилам соревнований [3] соревновательная программа в групповых упражнениях художественной гимнастики состоит из двух композиций: первая – с использованием предметов одного вида, вторая – с применением разных предметов. Предметы должны быть одинаковые по форме, весу, размеру и могут различаться только по цвету, касание предмета пола за границами площадки, а также выход его за площадку наказываются сбавкой. Продолжительность упражнения составляет 2,30 минуты, при этом предметы должны находиться в постоянном движении. Это могут быть вращения, броски, ловли и переброски. В настоящее время ценятся сложные ловли предметов, связанные с риском их потери. «Риском» в художественной гимнастике называются элементы повышенной трудности, которые выполняются как с броском предмета, так и без него.

При обмене предметами все пять гимнасток должны участвовать в двух действиях: бросок своего предмета партнеру и ловля предмета, брошенного партнером [1]. Характерной является совместная работа, когда каждая гимнастка вступает во взаимодействие с одним или более предметом или с одним или более партнерами. В каждой композиции могут быть использованы различные способы организации коллективной работы, представленные на рисунке, и в соревновательном упражнении должен быть применен, как минимум, один из перечисленных способов коллективной работы в упражнении.

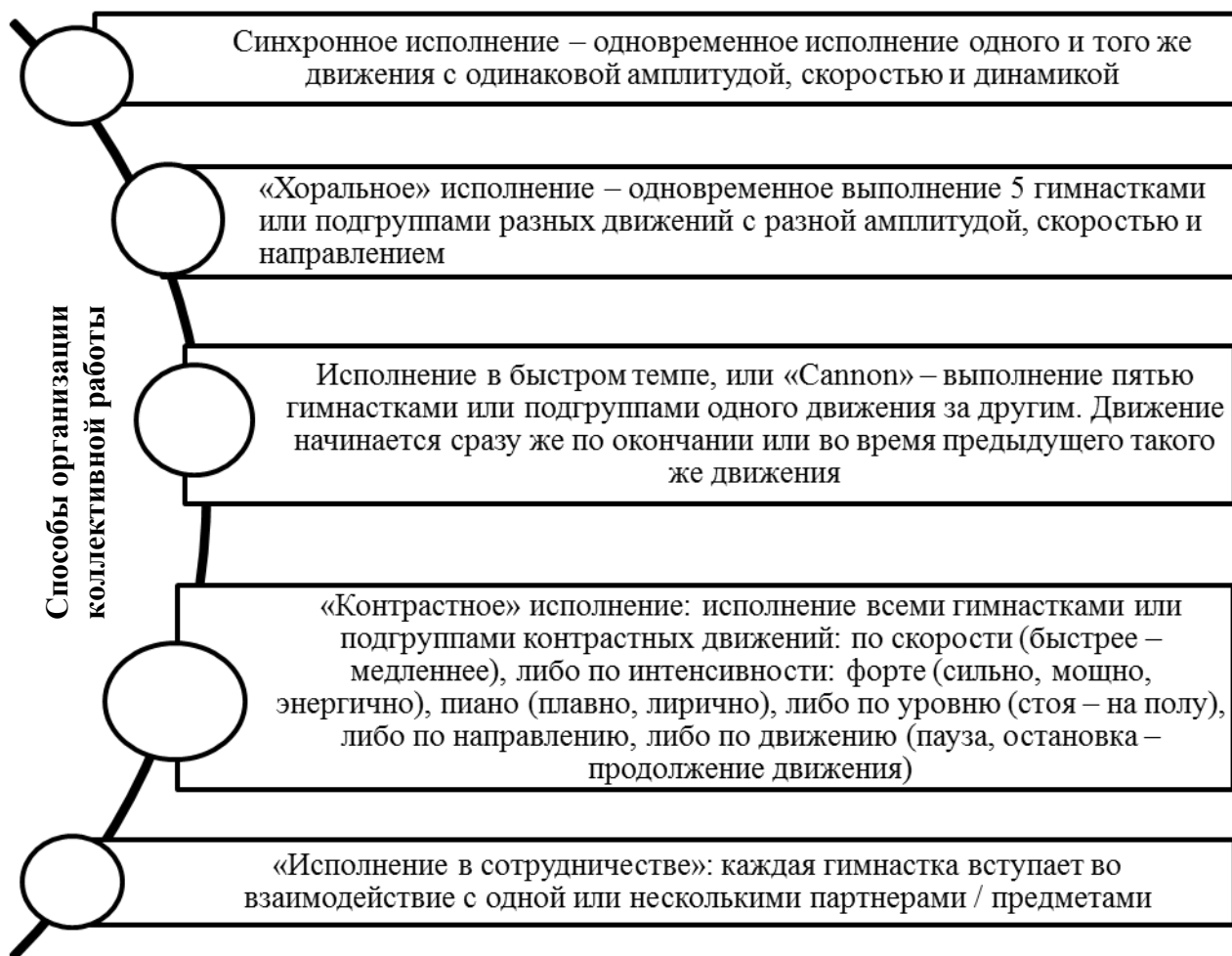


Рисунок – Способы организации коллективной работы в групповых упражнениях художественной гимнастики

Таким образом, порядок выполнения коллективной работы гимнасток в соревновательном упражнении должен быть логичным, переходы от одного элемента к другому гладкими, способствующими созданию композиции с идеей. При этом при составлении соревновательной программы необходим акцент на переброски [2] и ловлю предметов, составляющие риски и являющиеся элементами с открытой судейской оценкой. Иными словами, чем больше исполнено рисков, тем больше ценность упражнения.

Литература:

1. Жигайлова Л.В. Особенности выполнения элементов с предметами в художественной гимнастике / Л.В. Жигайлова, О.Ф. Барчо, И.А. Читуря // Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием « Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры»: материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции (22 ноября 2019). – Казань: Поволжская ГАФКСиТ, 2019. – С. 289-291.
2. Романченко В.В. Средства тренировки перебросок предметов в групповых упражнениях художественной гимнастики / В.В. Романченко, К.К. Голованова, О.Ф. Барчо // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. Материалы конференции. – 2017. – С. 289-291.
3. Правила соревнований по художественной гимнастике 2017-2020 гг.: – М.: ФИЖ, 2016. – 80 с.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ АКРОБАТОВ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА ПОДГОТОВКИ

М.В. Гребеник¹, Ф.Ю. Жигайлов²

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

¹ ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры,
спорта и туризма», г. Краснодар, Россия

² ФГБОУ ВО «Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина»,
г. Краснодар, Россия

Аннотация. В работе рассмотрены основные вопросы организации тренировочных занятий, использования средств спортивной акробатики для развития координационных способностей.

Ключевые слова: акробатические упражнения, координационные способности, спортивная акробатика.

Спортивная акробатика – вид спорта, тренировочный процесс в котором специально организованный и педагогически управляемый процесс, что требует от тренеров приспособления специфичных для спортивных видов гимнастики сторон деятельности спортсмена с учетом подготовленности, возраста, специализации для достижения наивысшего спортивного результата [3].

В спортивной акробатике для выполнения соревновательных программ необходимо в тренировочном процессе разучивать новые сложнокоординационные движения и совершенствовать координационные способности. Выполнение балансовых элементов на ограниченной опоре, с опорой на руки и бедра партнеров позволяет развивать все физические качества [1, 2].

На тренировочном этапе подготовки в спортивной акробатике происходит наибольший рост двигательных качеств. Но необходимо учитывать некоторые факторы, способствующие положительному развитию координационных способностей (рисунок 1).

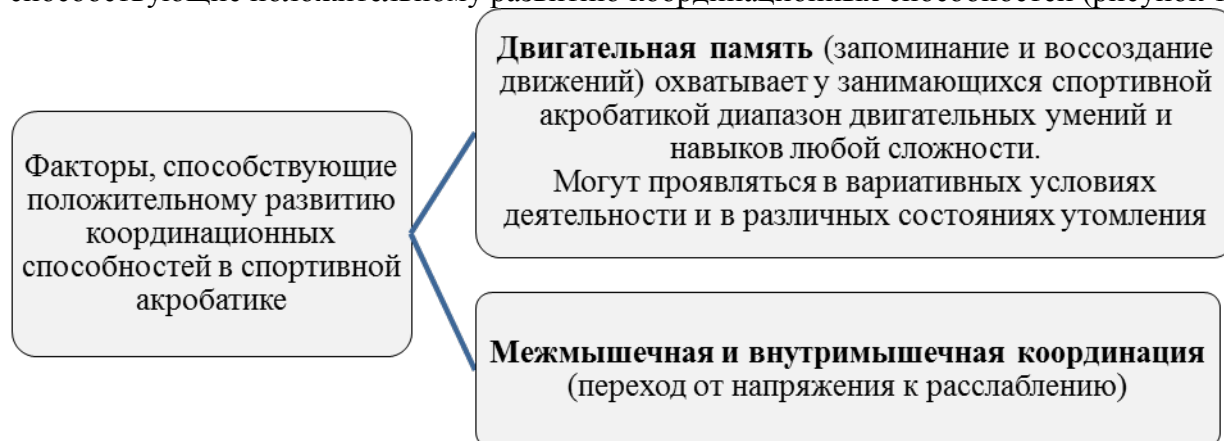


Рисунок 1 – Факторы, способствующие положительному развитию координационных способностей в спортивной акробатике

В тренировочном процессе акробаты при совершенствовании координационной подготовленности используют различные средства. Эти средства помогают разнообразить содержание общей и специальной подготовки на различных этапах. Это позволяет усложнять (изменяя исходные положения и положения во время выполнения заданий – группировка, согнувшись, прогнувшись) выполняемые соединения и соревновательные композиции (рисунок 2).



Рисунок 2 – Средства спортивной акробатики

Таким образом, в содержание физической подготовки для формирования двигательных умений и навыков занимающихся спортивной акробатикой в тренировочный процесс необходимо включать задания на выполнение в усложненных условиях: ограниченная опора, отягощение, различные исходные положения, использование упражнений в разных положениях. Чем большим объемом двигательных действий овладеет спортсмен, тем разнообразнее и сложнее возможно выполнение соревновательных упражнений.

Литература:

1. Ефремова Ю.Р. Особенности подготовки спортсменов высшего спортивного мастерства в сложнокоординационных видах спорта / Ю.Р. Ефремова, Д.А. Иванов, Л.В. Жигайлова // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых Южного Федерального округа (февраль – март 2019 года), Часть 1, Краснодар. – С. 305.
2. Жигайлова Л.В. Аспекты подготовки гимнастов средствами спортивной акробатики / Л.В. Жигайлова // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование // Материалы международной научно-практической конференции (11 февраля 2019 г.): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 1. – С. 50-52.
3. Тронеv В.В. Модельные характеристики показателей технической подготовленности акробатов мужских групп высокой квалификации / В.В. Тронеv, Н.Н. Пиллюк, Л.В. Жигайлова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта – 2018. – № 5 (159). - С. 401-411.

ПРИНЦИПЫ И ОСОБЕННОСТИ СУДЕЙСТВА ДЕТСКИХ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ

А.А. Дерикьянц

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

Аннотация. В данной работе рассматривается состав судейской коллегии танцевального спорта, определены принципы и критерии судейства детских возрастных категорий. Самым важным критерием оценки в детских категориях, особенно в самых младших, является музыкальность движения, а также партнерство танцевальной пары как в европейской программе соревнований, так и в латиноамериканской.

Ключевые слова: судейская коллегия, главный судья, европейская программа, латиноамериканская программа, линейный судья, танец, спорт.

В состав судейской коллегии по танцевальному спорту входят: главный судья, заместители главного судьи, главный секретарь соревнований, линейные судьи и судьи при участниках. Главный судья, заместители главного судьи и главный секретарь составляют главную судейскую коллегия соревнований [1].

Основной задачей главного судьи является обеспечение проведения соревнований в соответствии с правилами соревнований и действующими положениями, он является ответственным за это, а также отвечает за работу всей судейской коллегии.

Заместитель главного судьи выполняет свои задачи под его руководством, выполняет поручения главного судьи и при необходимости по распоряжению заменяет его, а также контролирует соблюдение правил по танцевальным костюмам, допустимым фигурам в определенном классе мастерства и музыкальному сопровождению.

Главный секретарь соревнований в свою очередь также осуществляет свою деятельность под руководством главного судьи, отвечает за работу регистрационно-счетной комиссии, составляет программу соревнований и отвечает за определение результатов соревнований.

Линейный судья непосредственно оценивает выступления спортсменов. Он обязан соблюдать кодекс судьи и оценивать спортсменов объективно и беспристрастно.

Судья при участниках осуществляет связь и обмен информацией между спортсменами и главной судейской коллегией, следит за поведением спортсменов в зоне выхода на площадку и за количеством пар в каждом заходе.

Всего в танцевальном спорте существует четыре главных критерия оценивания спортсменов в европейской и латиноамериканской программах, которые имеют компоненты: техника исполнения, музыкальность, партнерство и хореография, презентация [3].

Конечно, принцип оценивания детских возрастных категорий существенно отличается от оценивания взрослых, более опытных спортсменов.

Самым важным критерием оценки в детских категориях, особенно в самых младших, является музыкальность движения. Без этого критерия невозможно оценивать остальные, так как он является основополагающим в танцевальном спорте. Именно поэтому детей с самого раннего возраста учат первостепенно слышать и считать ритм музыки.

Следующее, на что обращает внимание судья - это техника исполнения танцевальной пары. А именно: у обоих партнеров должна быть ровная осанка, правильно выстроенная стойка, общий баланс пары и правильная работа стоп и ног.

Во взрослых категориях у спортсменов намного выше уровень технического мастерства, и поэтому судья обращает внимание на такие компоненты, как драйв экшн, то есть мощное и динамичное перемещение пары в пространстве, свинг, усложненная работа корпуса, счет и его интерпретация.

Не менее важным критерием оценки детских возрастных категорий является партнерство танцевальной пары как в европейской программе соревнований, так и в

латиноамериканской. Все фигуры и движения спортсмены должны выполнять совместно друг с другом, используя для этого работу корпуса, общий баланс пары: в европейской программе обязательно должен быть сохранен общий центр пары на протяжении всего танца, то есть полный контакт в статике и в динамике, а в латиноамериканской – точки контакта пары и соединения рук.

Хореография и презентация танцевальной пары менее важны в детских возрастных категориях, чем во взрослых, поэтому данные критерии судья оценивает менее строго и больше уделяет внимание вышеперечисленным критериям.

Опираясь на приведенные выше аргументы, появляется возможность выделить и раскрыть методологические принципы. Ценность и целесообразность их выделения определяются и обосновываются преимущественно сущностью методологического знания о конструктивной, плодотворной, созидательной деятельности, направленной на достижение определенной цели или результата, используя оптимальный путь [2].

Поэтому можно сделать вывод, что знание судьями вида спорта танцевальный спорт основных принципов и особенностей судейства детских возрастных категорий дает возможность максимально объективно оценивать уровень мастерства юных танцевальных пар, принимающих участие в соревнованиях и значит результаты данного турнира будут честными и прозрачными как для спортсменов, так и для тренеров и их родителей. Будут способствовать повышению мотивации юных спортсменов к дальнейшим свершениям и победам.

Литература:

1. Правила вида спорта «Танцевальный спорт»: №161: утв. М-вом спорта Рос. Федерации 22.02.19: ввод. в действие с 22.02.19. – 2019
2. Сорокина Е.Н., Гулякин Д.В., Ронь И.Н. Методологические принципы философско-антропологического подхода в современной теории воспитания. Глобальный научный потенциал / Е.Н. Сорокина, Д.В. Гулякин, И.Н. Ронь. – 2019. – № 12 (105). – С. 155-158.
3. Karpanina E.N., Gura A.Yu., Ron I.N. Rationale of the system approach to education of future specialists in the university. *Astra Salvensis*. 2018. Т. 6.NS1.C.763-765.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ГИМНАСТОВ В ПРЫЖКАХ НА АКРОБАТИЧЕСКОЙ ДОРОЖКЕ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ СРЕДСТВАМИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

И.В. Дрозд

Научный руководитель доцент Г.М. Свистун

Аннотация. В данной работе рассматривается влияние легкоатлетических упражнений на физическую подготовленность спортсменов, занимающихся прыжками на акробатической дорожке.

Ключевые слова: физическая подготовка, прыжки на акробатической дорожке, тестирование.

Прыжки на акробатической дорожке – это сложный, высококоординационный, силовой вид спорта, спортсмены выполняют по две комбинации, состоящие из 8 акробатических элементов, исполняемых друг за другом [1, 3]. Судьями оценивается сложность, виртуозность и скорость выполняемых элементов. Решающим критерием при определении лучшего прыгуна является качество выполнения собственно акробатических прыжков.

Непосредственно сама комбинация включает в себя три основные части: разбег, акробатические элементы и приземление. Важно отметить, что соревновательное упражнение на акробатической дорожке выполняется с разбега, что позволяет спортсмену достичь необходимой скорости для выполнения акробатических элементов [2, 3].

В связи с этим спортсмену необходимо владеть основами техники бега, к тому же чем техничнее будет выполнен разбег, тем больше инерционной энергии перейдет на собственно акробатические элементы.

Но одной инерции для выполнения комбинации на акробатической дорожке недостаточно, скорость в комбинации можно потерять на первом же элементе, поэтому благоприятное выполнение упражнения будет непосредственно зависеть от физической и технической подготовленности спортсмена [3].

Мы разработали комплекс упражнений легкой атлетики для спортсменов тренировочного этапа подготовки в прыжках на акробатической дорожке, с целью повышения их физической подготовленности [4, 5, 6]. В эксперименте участвовали 2 группы по 10 человек, по 5 девушек и юношей соответственно. Разработанный нами комплекс был внедрен в тренировочный процесс экспериментальной группы на 5 месяцев, с декабря 2019 г. по апрель 2020 г.

В начале исследования были проведены контрольные нормативы, в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «прыжки на батуте». Данные контрольной и экспериментальной группы оказались однородны.

В апреле 2020 г. мы провели повторное тестирование, в ходе которого показатели физической подготовленности спортсменов, входивших в экспериментальную группу, проявили достоверно высокий уровень различия ($P < 0,05$), в сравнении с результатом контрольной группы.

Таким образом, темпы прироста составили:

- в тесте «челночный бег» – 2,4%;
- в тесте «поднимание ног на гимнастической стенке в положение «угол» - 20,5%;
- в тесте «сгибание-разгибание рук в упоре лежа» – 23,9%;
- в тесте «сгибание-разгибание рук в висе» – 95,8%;
- в тесте «напрыгивание на возвышение 30 см за 30 с» – 9,3%;
- в прыжке в длину с места – 3,3%.

Эти данные свидетельствуют от эффективности применения составленного нами комплекса упражнений для групп тренировочного этапа подготовки в прыжках на акробатической дорожке.

Данные контрольного тестирования подтверждают эффективность используемых нами упражнений легкой атлетики, а также доказывают его благоприятное влияние на физическую подготовленность спортсменов тренировочного этапа обучения в прыжках на акробатической дорожке.

Литература:

1. Бакина Л.А. Прыжки на батуте в России / Л.А. Бакина, С.А. Гаранин – Уссурийск: УГПИ, 2007. – 92 с.
2. Данилов К.Ю. Тренировка батутистов / К.Ю. Данилов – М.: Ф и С, 1983. – 208 с.
3. Шукшов С.В. Модель основных компонентов соревновательных действий в акробатических прыжках на дорожке на этапе специализированной подготовки / С.В. Шукшов, Н.Н. Пилюк, С.В. Фомиченко // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2013. – № 4. – С. 23-25.
4. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. Заведений / А.И. Жилкин – М.: изд-во «Академия», 2003. – 75 с.
5. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. 2-е издание / А.И. Жилкин - М.: изд-во «Академия», 2005. – 86 с.
6. Локтев С.А. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте: практ. руководство для тренера / С.А. Локтев. – М.: Советский спорт, 2007. – 402 с.

ОСОБЕННОСТИ ВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО ПОЕДИНКА В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

М.Г. Евлоев

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

Аннотация. Соревновательный поединок борца высокого класса имеет свои типологические особенности. Учет индивидуальных особенностей борца позволяет повысить результативность соревновательного поединка и, как следствие, уровень спортивного мастерства.

Ключевые слова: соревнования, поединок, греко-римская борьба.

В современной спортивной борьбе возникла необходимость формирования и совершенствования индивидуального стиля ведения соревновательного поединка. Особенно ярко это проявляется у борцов высокого класса.

Успешное решение этой задачи затруднено в связи с интенсивной профессионализацией спортивной деятельности, постоянным ростом конкуренции на международной арене, систематическим увеличением объемов и интенсивности физической нагрузки.

Особенности ведения соревновательного поединка в греко-римской борьбе обоснованы уровнем спортивного мастерства борца, его технико-тактическим арсеналом, индивидуальными свойствами организма. Учет этих особенностей необходим для формирования индивидуального стиля ведения схватки, а при эффективном проявлении - его совершенствования.

Однако этот процесс должен носить управляемый характер и определять условия и факторы, влияющие на формирование и совершенствование индивидуального стиля ведения соревновательного поединка, что важно в греко-римской борьбе, в которой многочисленные изменения правил соревнований и регламента соревнований привели к значительным изменениям содержания и структуры этой деятельности.

На основе проведенного анализа научно-методической литературы были определены несколько групп распределения борцов с учетом их индивидуальных особенностей, проявляющихся в тренировочной и соревновательной деятельности. Специалисты В.Г. Оленик, Н.Н. Каргин, П.А. Рожков (1983) разделили высококвалифицированных борцов на три группы в соответствии с их индивидуализацией ведения сватки: «игровики», «силовики», «темповики».

Хотя они и не исключают наличие еще одной группы – «универсалы», включающая ведения схватки, сочетая особенности вышеуказанных групп. Однако К.С. Олзоев, В.А. Геселевич (1983) выделили другие разновидности стиля ведения соревновательного поединка: «темповой», «силовой», «комбинационный».

Формирование и совершенствование индивидуального стиля ведения схватки борцом греко-римского стиля является целенаправленным выбором спарринг-партнеров, выполнение индивидуальных заданий в ходе тренировочных схваток позволяет расширить технико-тактический арсенал приемов, присущих каждому борцу высокого класса.

Таким образом, важным условием достижения высокого спортивного результата является индивидуализация процесса подготовки борца греко-римского стиля в учетом его стиля ведения соревновательного поединка.

Литература:

1. Оленик В.Г. Специфика спортивной подготовленности борцов различных манер ведения схватки / В.Г. Оленик, Н.Н. Каргин, П.А. Рожков // Спортивная борьба: Ежегодник. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – С. 21-24.
2. Олзоев К.С. Индивидуализация подготовки к соревнованиям борцов в зависимости от стиля ведения схватки: автореф. дис. ... канд. пед. наук / К.С. Олзоев. – М., 1983. – 25 с.
3. Тараканов Б.И. Педагогические основы управления подготовкой борцов: Монография / Б.И. Тараканов. – СПб.: СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2000. – 162 с.

ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СТИЛЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БОРЦОВ

М.Г. Евлоев

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

Аннотация. Формирование индивидуального стиля ведения соревновательной деятельности борцов высокого класса греко-римского стиля зависит от многих факторов спортивной тренировки, которые надо учитывать на всех этапах подготовки.

Ключевые слова: индивидуализация, греко-римская борьба, соревновательная деятельность.

В настоящее время проблема формирования и дальнейшего совершенствования индивидуализации процесса подготовки высококвалифицированных борцов греко-римского стиля находится в зоне особого внимания тренеров и известных ученых в спортивной борьбе [5, 6].

А.А. Новиков (2003) определил взаимосвязь стабильной и вариативной составляющих технико-тактических действий борцов, установив устойчивую рациональную структуру приема и диапазоны колебаний двигательного навыка в зависимости от сложности выполнения действия в соревновательной деятельности.

Специалистами также было выявлено, что индивидуализация процесса подготовки борцов основывается на пропорциях тела, длине конечностей, уровне развития силы различных групп мышц, функциональных показателях, мышечной чувствительности, равновесии, размеров тела и веса спортсмена, особенностей тактильного анализатора, типа нервной системы

Ю.П. Замятин (2000) определил, что «...под индивидуальным стилем деятельности борца следует понимать систему способов поведения, обуславливающих наилучшие результаты этой деятельности, при которой создается оптимальная манера ведения борьбы, ориентированная на максимальное использование сильных сторон и качеств этого борца и компенсацию слабых».

При формировании индивидуального стиля соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов греко-римского стиля необходимо учитывать: мотивацию деятельности спортсменов, «коронные» атакующие действия, тактику ведения соревновательного поединка. Однако следует отметить влияние индивидуализации подбора ударных микроциклов в контрольно-подготовительном мезоцикле борцов высокого класса в греко-римской борьбе.

С ростом спортивной квалификации борцов греко-римского стиля чрезвычайную важность играет индивидуальная подготовка. Индивидуальный стиль ведения соревновательного поединка зависит от предшествующего опыта участия в соревнованиях, который включает: индивидуальную подготовку к поединку, планирование борьбы, отвлечение отхода соревнований, восстановление [3, 4].

Таким образом, формирование индивидуального стиля ведения соревновательного поединка – многогранный и многолетний процесс, который должен учитывать все факторы, влияющие на результативность тренировочного процесса.

Литература:

1. Замятин Ю.П. Индивидуальный стиль деятельности и его учет в подготовке спортсмена / Ю.П. Замятин // Греко-римская борьба: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во СПб ГУЭФ, 2000. – С. 152-158.
2. Карелин А.А. Структурно-функциональная модель интегральной подготовленности борца высокой квалификации / А.А. Карелин // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 10. – С. 34-35.
3. Новиков А.А. Основы спортивного мастерства / А.А. Новиков. – М.: ВНИИФК, 2003. – 208 с.
4. Рожков П.П. Специфика технико-тактического мастерства высококвалифицированных борцов в связи с их индивидуальными особенностями: автореф. дис. ... канд. пед. наук П.А. Рожков. – М.: ВНИИФК, 1985. – 25 с.
5. Туманян Г.С. Школа мастерства борцов, дзюдоистов и самбистов: Учебное пособие / Г.С. Туманян. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 592 с.
6. Шестаков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / М.М. Шестаков. – М., 1992. – 44 с.

ОСОБЕННОСТИ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

А.А. Ерофеева

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

Аннотация. В работе на основе аналитического обзора рассматривается тема классической хореографии, понятие классического танца, его возникновение и какое место он занимает в танцевальной сфере. Особое внимание уделено особенностям классического танца и как данное танцевальное направление влияет на человека.

Ключевые слова: классический танец, искусство, выворотность, танец, балет, позиции, корпус.

Классический танец – это основа сценических форм хореографии, мы можем смело выражать свои чувства и мысли, рассказать о всех сложностях взаимоотношений человека с самим собой, с окружающим миром и обществом. Изучение классического танца – крайне сложная, все движения имеют название на французском языке. Занятия состоят из многочисленных повторений базовых элементов танцевальной техники, неразрывно связанных, создающих свою историю.

Художественный танец возник еще в глубочайшей древности, и тогда танец реализовывал конкретные ритуальные функции. С формированием социального строя, условий жизни изменялись взгляды и подход к искусству, менялся и танец. Пляски были весьма востребованы у народов мира. Исполнители стремились продемонстрировать каждым своим движением, жестом, мимикой какую-нибудь эмоцию, мысль, процесс, поступок [2].

Термин «классический танец» появился в конце XVI века в Италии, а продолжал развиваться во Франции. В России начали танцевать в середине XIX века. В центре Санкт-Петербурга до сих пор находится Академия русского балета им. А. Я. Вагановой – одна из первых балетных школ мира, где рождаются знаменитые артисты балета, балерины.

Отличительной особенностью искусства танца является его связь с музыкой, которая помогает найти хореографический образ во всей яркости, неповторимости и полноте. Особенностью этого направления является разработка различных групп движений. Четыре позиции рук, где кисть должна быть мягкая, пальцы собраны, но сквозь них должен проходить воздух. Плечи опущены вниз, руки не соприкасаются с корпусом. Пять позиций ног, где должен быть подтянутый корпус, предельная натянутость ног, ровное положение стоп на полу. Вес танцора равномерно разделен на обе ноги [1].

Выворотность – самый важный принцип классического танца. Самое главное – это стремление человека вытянутости и распрямленности. Ведь с помощью этого спортсмен может достичь в прыжке и полете высшей точки. Данная способность танцора к свободному развертыванию ног наружу от бедра до кончиков пальцев – выворотность – может быть приобретенной, путем длительных упражнений, или врожденной. Самая главная задача – это раздельная работа верхнего и нижнего отдела тела.

Благодаря занятиям можно добиться полной выворотности, правильной постановки корпуса. Развивается гибкость и сила мышц. У них прекрасная осанка, легкая походка, подтянутое тело, хорошая координация, грация, пластика.

Литература:

1. Буксикова О.Б. Влияние классического танца на становление исполнительской культуры обучающихся / О.Б. Буксикова, И.А. Климова // Наука. Искусство. Культура. – 2017. – №1. – С. 140-147.

2. Мельникова Е.П. Классический танец: история, теория, методика: учеб.-метод. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.:МГИК, 2016. – 180 с.

РОЛЬ ИМПРОВИЗАЦИИ В СОВРЕМЕННОЙ ХОРЕОГРАФИИ

А.А. Ерофеева

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

Аннотация. В данной работе на основе аналитического обзора рассмотрено понятие импровизации, его происхождение, влияние на современное общество и значение импровизации для всестороннего развития человека.

Ключевые слова: импровизация, контактная импровизация, танец, движения, партнер, современная хореография.

Танцевальная импровизация родилась из празднеств и народных обрядов. Также она проявлялась и в соревнованиях, таких как русский перепляс, где демонстрировали свою ловкость и изобретательность. В наше время импровизационные соревнования в танцах, таких как джаз, хип-хоп, модерн, брейкинг, называют танцевальный батл.

Импровизация (лат. *improvisus* – внезапный, неожиданный) – это процесс спонтанного создания движений. Она подразумевает внутреннюю работу и требует развития индивидуальности. Это возможность раскрыть себя, открыть и показать свой творческий потенциал.

Импровизация – это наивысшая форма танца, где важно чувство ритма и пространства, владение телом, богатое воображение. Ведь обладание этого и делает из исполнителя настоящего артиста.

Импровизация исполняет значительную роль при обучении любого стиля танца. В рамках подготовки танцоров происходит смещение акцентов: с чистого копирования к формированию индивидуального движения.

Для овладения навыками импровизации следует тщательно изучить данное направление. Выучить базовые шаги, научиться понимать и слушать музыку. И когда ты почувствуешь себя так же легко и свободно, ты начинаешь раскрепощаться в танце и проживаешь ее всем телом. Самое главное – это объединить понимание музыки с телесным ее воспроизведением. Импровизировать нужно душой и телом.

В импровизации нет разделения функций исполнителя и сочинителя. Подобным способом они осуществляются одновременно и образуют единство. Здесь значим акцент на «здесь и сейчас», связь между замыслом и воплощением.

Танцевальная импровизация применяется равно как средство для создания новейших элементов передвижений в хореографическом процессе, в некоторых случаях применяется также и в постановке [1].

Контактная импровизация – танец, в котором импровизация основывается на контакте с партнером. Разработана Стивом Пэкстоном на основе изучения военных искусств и танца, основана на рефлексорном контроле, где исполнители поддерживают физический диалог через прикосновение.

Как правило, предполагает связь с партнером, несмотря на то, что на первоначальных этапах танцоры использовали как «партнера» паркет. Здесь учатся концентрировать интерес к физическим чувствам прикосновения и давления веса. Зрение и заранее придуманные движения уходят на второй план.

Разница в росте и массе тела человека не должна составлять проблему между партнерами [2].

Нужно иметь смелость открыться и идти на контакт с другим человеком, при этом нужно быть самим собой. Ты научишься слушать и слышать своего партнера, куда он хочет сейчас тебя повести, куда вы с ним придете в конце пути.

Основная отличительная черта импровизации – это всестороннее формирование личности как на физиологическом уровне, так и духовном.

На занятиях формируется способность контактировать, выслушивать и ощущать напарника. Люди могут свободно выражать свои чувства и мысли. Кроме того, взаимоподдержка и взаимодоверие стали частью занятий, это поможет правильно выстраивать межличностные отношения в обществе.

Литература:

1. Гиршон А. Танцевальная импровизация / А. Гиршон. – М.: АСТ, 2014. – 56 с.
2. Смирнов В.М. Физиология физического воспитания и спорта: Учебник / В.М. Смирнов, В.И. Дубровский. – М.: Владос-Пресс, 2017. – 608 с.

КООРДИНАЦИОННАЯ ПОДГОТОВКА РЕГБИСТОВ 15-16 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ГИМНАСТИКИ

П.Ю. Жигайлов

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

Аннотация. В данной работе акцентируется внимание на координационной подготовке регбистов 15-16 лет. В ее процессе широко используются средства гимнастики (акробатические элементы, прыжки с различными фазами полета и поворотами) как эффективное средство спортивной тренировки регбистов этапа совершенствования спортивного мастерства.

Ключевые слова: координационная подготовленность, регби, тренировочные занятия.

Многочисленными исследованиями доказано, что координационная подготовка является важным компонентом тренировочного процесса спортсменов в регби [1].

Отсутствие единого мнения специалистов по вопросу использования средств и методов, применяемых в тренировочном процессе регбистов для совершенствования координационных способностей, привело к необходимости разработки новых упражнений, структурно схожих с техническими действиями спортсменов [1, 2, 3].

Целью исследования являлась проверка применения разработанной программы совершенствования координационной подготовленности средствами гимнастики в условиях тренировочных занятий регбистов 15-16 лет.

Задания программы выполнялись в подготовительной части каждого тренировочного занятия (рисунок).

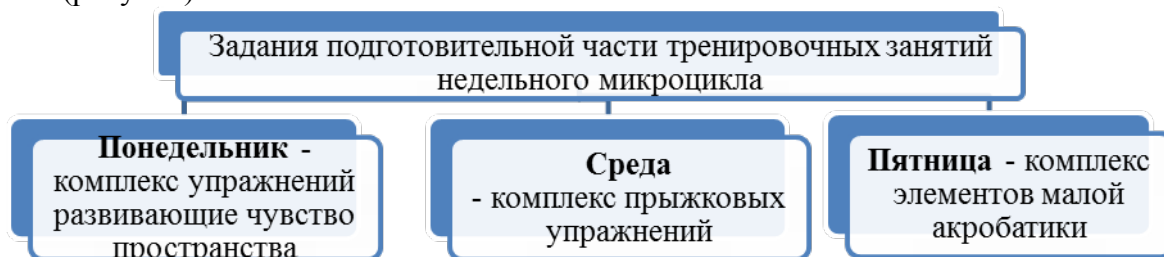


Рисунок – Задания подготовительной части тренировочных занятий недельного микроцикла регбистов 15-16 лет

Результаты, показанные 24 спортсменами в тестовых заданиях в конце экспериментальной части, свидетельствуют о том, что под влиянием целенаправленного развития координационных способностей у спортсменов произошел очевидный прирост по всем показателям – в среднем составил 30,9%.

Таким образом, экспериментальная проверка показала, что выполнение заданий малой акробатики, прыжковых упражнений с поворотами и перемещениями, а также упражнений, развивающих чувство пространства, позволило повысить уровень координационной подготовленности. Гимнастические упражнения можно рекомендовать тренерам для применения в тренировочном процессе регбистов 15-16 лет.

Литература:

1. Гакаме Р.З. Теория и методика регби: учебно-методическое пособие / Р.З. Гакаме, М.Ю. Коробов. – Краснодар: КГУФКСТ: Экоинвест, 2017. – 116 с.
2. Жигайлов П.Ю. Специфика соревновательной деятельности в командно-игровых видах спорта / П.Ю. Жигайлов, Л.В. Жигайлова, О.В. Маякова // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых Южного федерального округа (февраль – март 2020 года), Краснодар. – С. 126.
3. Физическая культура и спорт «гимнастика»: учебное пособие / Л.В. Жигайлова, Н.Н. Пилук, О.Ф. Барчо и др. // Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 168 с.

ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ

И.И. Иванов

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

Аннотация. Современная спортивная борьба представляет собой многогранный процесс, характеризующийся постоянно изменяющимися правилами соревнований и совершенствованием технико-тактического арсенала борца высокого класса с целью повышения зрелищности соревновательного поединка.

Ключевые слова: двигательные действия, спортивная борьба, соревновательный поединок.

Сегодня все виды спортивной борьбы имеют особые отличительные черты, так как быстро меняющиеся условия ведения соревновательного поединка и факторы, непосредственно влияющие на его проведение, определяют соответствующие требования к уровню их общей и специальной физической, технико-тактической и психологической подготовленности, которые позволяют эффективно решать двигательные задачи соревновательного поединка [1].

Спортивная борьба как доступное средство спортивной тренировки широко используется не только в силовом противодействии соперников, но и в умении борцов эффективно решать двигательные задачи, используя «коронные» приемы и контрприемы [2, 3]. В процессе соревновательного поединка борец должен быть внимателен, смел, решителен, хладнокровен, но при этом иметь мгновенную реакцию на быстро меняющуюся ситуацию. Быстротечность двигательной ситуации в соревновательном поединке определяет необходимость высокого уровня интеллекта борца, который необходим для успешного решения поставленных задач соревновательной деятельности.

Позиция Объединенного мира борьбы (United World Wrestling), направленная на повышение зрелищности соревнований по всем видам спортивной борьбы, – изменением одних только правил соревнований реализовать полностью не получится, хотя они и способствуют формированию нового стиля ведения соревновательного поединка.

Руководство международной федерации также считает, что для повышения уровня технико-тактического мастерства ведущих борцов национальных сборных команд необходимо внести коррективы в тренировочный процесс юных борцов с целью обучения их эффективному проведению технических приемов в быстром темпе в соревновательном поединке.

Современным стратегическим направлением повышения результативности выступлений высококвалифицированных борцов следует признать непрерывное моделирование и корректировку технико-тактических действий на основе постоянного самоконтроля борца с учетом постоянно меняющейся оперативной ситуации в противостоянии с противником.

Таким образом, спортивная борьба – это многогранная, эмоциональная естественная и при этом доступная для многих двигательная деятельность.

Литература:

1. Иванов И.И. Повышение надежности соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов греко-римского стиля: дис. ... канд. пед. наук / И.И. Иванов. – Краснодар, 2002. – 185 с.
2. Кривошапкин П.И. Общая и специальная физическая подготовка юных борцов с ориентацией на гибкость: дис. ... канд. пед. наук / П.И. Кривошапкин. – Красноярск, 2004. – 175 с.
3. Тихонова И.В. Разновидности занятий спортивной борьбой / И.В. Тихонова, И.И.Иванов, П.Г. Омарова // Мат-лы научн. и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2018. – С. 70-71.
4. Чудаков А.В. Маневры – как основное тактическое средство подготовки к реализации технических действий / А.В. Чудаков: дис. ... канд. пед. наук. – М., 2003. –150 с.

КОМПЛЕКСНОЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ БОРЦА

И.И. Иванов

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

Аннотация. Общеразвивающие упражнения широко используется в тренировочном процессе борца на каждом этапе его подготовке. Наиболее рационально проводить тренировочное занятие методом круговой тренировки для комплексного развития всех физических качеств борца.

Ключевые слова: круговая тренировка, физические качества, спортивная борьба.

Многообразие общеразвивающих упражнений определяет в зависимости от дозировки, темпа, ритма, величины прикладываемой силы, скорости выполнения целевую направленность развития тех или иных физических качеств борца.

Однако в тренировочном процессе борцов на всех этапах подготовки методом круговой тренировки должны быть соблюдены следующие требования:

- интенсивность выполняемых общеразвивающих упражнений должна соответствовать от 50% до 80% от допустимого максимума;
- время выполняемой физической работы должно составлять 10-15 секунд;
- интервал отдыха между выполнением физических упражнений на определенную мышечную группу должен составлять 45-60 секунд в зависимости от этапа спортивной подготовки борца;
- количество повторений каждого упражнения должно составлять от 30 до 100 раз индивидуально для каждого борца в зависимости от возраста, пола, весовой категории, спортивной квалификации [2, 3].

В течение одного тренировочного занятия в недельном макроцикле спортивной тренировки борцы могут выполнять от 10 до 12 кругов повторений физических упражнений по соответствующим станциям. На различных этапах подготовки физические упражнения видоизменяются, включаются новые – более сложные и энергоемкие.

Разработанная технология с использованием метода круговой тренировки для квалифицированных борцов подтверждает свою эффективность приростом уровня развития всех физических качеств, а также повышением соревновательной надежности и технико-тактических показателей спортивного мастерства, а также ростом результатов в соревнованиях годового плана [1].

Таким образом, комплексное развитие физических качеств оказывает положительное влияние на рост показателей технико-тактического мастерства борца и его спортивных результатов в течение всего тренировочного процесса. На современном этапе тренировки целесообразно включать упражнения с использованием тренажеров и специального оборудования.

Литература:

1. Иванов И.И. Повышение надежности соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов греко-римского стиля: дис. ... канд. пед. наук / И.И. Иванов. – Краснодар, 2002. – 185 с.
2. Панков В.А. Специальная физическая подготовка в спортивных видах единоборств / В.А. Панков, А.О. Акопян // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 4. – С. 50-54.
3. Тихонова И.В. Разновидности занятий спортивной борьбой / И.В. Тихонова, И.И. Иванов, П.Г. Омарова // Мат-лы научн. и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2018. – С. 70-71.

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ТАНЦЕВАЛЬНОГО СПОРТА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

Е.А. Илькив

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

Аннотация. В данной работе на основе анализа литературы рассматривается развитие вида спорта танцевальный спорт. На основе анализа литературных источников определены тенденции развития танцевального спорта. Определяются конкретные стандарты и правила танцев, разрабатывается концепция соревнований и оценки результатов.

Ключевые слова: танцевальный спорт, европейская программа, латиноамериканская программа, бальные танцы, развитие, спорт.

Бальные танцы появились в Европе в средневековье. Модифицировались весь период европейской летописи – от Возрождения до Романтизма и создали свойственный комплекс танцев. Во все время европейского культурного формирования бальный танец находился под влиянием различных народных источников, развивался и видоизменялся.

Танцевальные виды спорта в настоящее время развиваются быстрыми темпами, определяются конкретные стандарты и правила танцев, разрабатывается концепция соревнований, судейской оценки, подведения результатов. При организации обучения танцоров учитываются их характерные черты [1].

Спортивно-бальному танцу свойственна соревновательность, усердие к завоеванию высоких результатов. Следовательно, танцевальный спорт объединяет в себе характеристики искусства и спорта. Их состав: изящество, грациозность, изысканность, элегантность предлагают людям не только социальное общение, но и вспомогательные достоинства физических упражнений в сочетании с элегантностью. Бальные танцы привлекают людей разного возраста, что делает их обычным времяпрепровождением для танцоров всех поколений.

Опираясь на приведенные выше аргументы, появляется возможность выделить и раскрыть методологические принципы. Ценность и целесообразность их выделения определяются и обосновываются преимущественно сущностью методологического знания о конструктивной, плодотворной, созидательной деятельности, направленной на достижение определенной цели или результата, используя оптимальный путь.

В настоящее время, в связи с растущей популярностью танцевального спорта и его разновидностей, область спортивно-бальных танцев сократилась и теперь включает всего пару стилей: бальные танцы европейской и латиноамериканской программы. Регулируются они Всемирным танцевальным советом и Всемирной федерацией танцевального спорта. Существуют различные виды, характерные для стандартных стилей бальных танцев: квикстеп и вальс, танго и фокстрот, латинских танцев: ча-ча-ча и румба, самба и джайв, пасодобль. Все танцы без исключения парные и состоят из партнера и партнерши, которые танцуют относительно точек соприкосновения. Это взаимодействие ближе в стандартной программе и сохраняется во время танца. В латинской программе контакт свободнее, в основном из-за сцепленных рук, а иногда он может быть либо полностью утерян, либо усилен из-за напряжения во время выполнения фигур. Стандарт олицетворяет безупречный стиль и роскошь. Он легко отправит всех, кто за ним наблюдает, во времена очаровательных дам и отважных джентльменов, шикарных приемов при королевском дворе.

В Европе латина существует с начала XX века. Она восходит к XIX столетию, в Америке тогда слились музыкальные стили Африки и Индии, Испании и Португалии. Пасодобль берет свое начало в Испании, а джайв – в Северной Америке. Среди всех танцев отнесены к эталонным и включены в соревнования всего 5 танцев: пасодобль и самба, ча-ча-ча и румба, джайв. Латина эмоциональна и энергична. Темп резвый, вращения потрясающие, музыка зажигательная – все это вносит свой вклад в популяризацию танцев Латинской Америки.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что танцевальный спорт имеет неповторимую историю. На данный момент времени развитие спортивно-бальных танцев как вида спорта привело к появлению новых чемпионатов и турниров, основой которых являются две танцевальные дисциплины или конкурсные программы: европейская и латиноамериканская.

Сегодня эти направления остаются актуальными и востребованными в мире танцевального спорта. Все вышеперечисленное подчеркивает серьезный уровень развития спортивного бального танца на современном этапе. И, возможно, в ближайшем будущем мы сможем увидеть танцевальный спорт в перечне олимпийских видов спорта.

Литература:

1. Правила вида спорта «танцевальный спорт»: №161: утв. М-вом спорта Рос. Федерации 22.02.19: ввод. в действие с 22.02.19. – 2019.
2. Шаталова А.Н. Бальные танцы / А.Н. Шаталова. – М., 2017. – 79 с.

ОСОБЕННОСТИ УПРАЖНЕНИЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

С.А. Крушанова

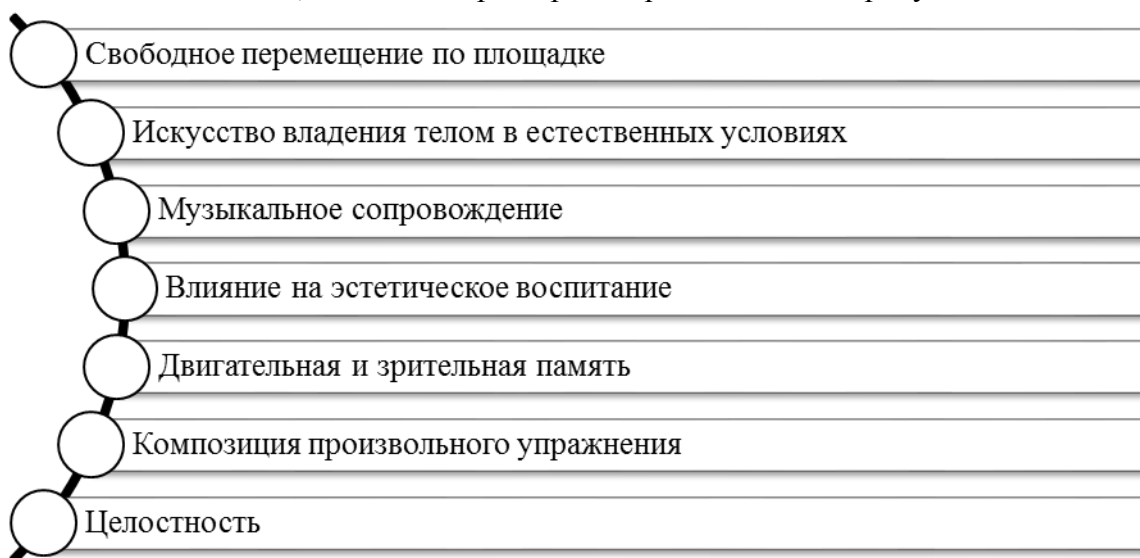
Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

Аннотация. Художественная гимнастика является олимпийским видом спорта. Также является сложнокоординационным видом спорта. Одним из главных особенностей является координация движений, необходимо передавать общий характер движения, а также его детали.

Ключевые слова: особенности выполнения упражнений, художественная гимнастика, координация движения, исполнительское мастерство, средства развития координации движений.

Являясь видом спорта со сложной координацией движений, художественная гимнастика отличается мастерством и особенностью владения движениями, умением передавать не только их общий характер, но и тонкие детали [1].

Специфика и особенности упражнений художественной гимнастики определяют ее методические особенности, наиболее характерные представлены на рисунке.



Упражнения художественной гимнастики – это искусство выразительного движения, искусство владения своим телом в естественных условиях, а свободное перемещение по площадке дает возможность гимнастке использовать в соревновательной композиции элементы танцевальных композиций, мимики, жестов, пластики движений, и все это в сочетании с элементами структурных групп упражнений без предмета и с предметами, с элементами акробатики [3].

Различные музыкальные произведения позволяют выполнять движения в различном ритме, характере, при этом происходит сочетание движений музыкой, упражнение приобретает эмоциональную окраску и красоту движений, что положительно влияет на эстетическое воспитание.

Выполнение сложнокоординационных движений в художественной гимнастике связано с необходимостью обладать двигательной памятью и вниманием, что способствует запоминанию большого объема оригинальных элементов и движений.

Гимнастка должна обладать следующими признаками: сосредоточенностью, распределением на движущиеся объекты (партнеры, предметы), быстро переключаться в нужные моменты, быстро и интенсивно оценивать большой объем (видеть площадку), особенно в напряженных ситуациях.

Особенности композиции соревновательного упражнения позволяют выровнять уровень технической и физической подготовленности спортсменок, что обострит соревновательную борьбу, поможет завоевывать призовые места в соревнованиях различного ранга, в которых победа определяется оригинальностью и новизной элементов [2].

Целостность – любое движение должно сопровождаться непосредственно дополнительными движениями. Так, упражнение будет смотреться слитно и плавно. Движения кистей слегка отстают от движения рук.

Перечисленные особенности упражнений художественной гимнастики характеризуют деятельность гимнасток не только в тренировочном процессе, но и плавно перетекают в соревновательный. Гимнастке необходимо обладать уравновешенностью, самообладанием, настойчивостью, стремлением к успеху, для преодоления создаваемых трудностей, в соревновательный период (напряженность, стартовая лихорадка).

Литература:

1. Винер-Усманова И.А. Художественная гимнастика. История, состояние и перспективы развития / И.А. Винер-Усманова, Е.С. Крючек, Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина. – М. Человек, 2014. –216 с.
2. Винер-Усманова И.А. Интегральная подготовка в художественной гимнастике: дис. ... д-ра пед. наук / И.А. Винер-Усманова. – Санкт-Петербург, 2013. – 205 с.
3. Румба О.Г. О выразительности, артистизме, эмоциональности в гимнастике / О.Г. Румба, Л.А. Карпенко // Вестник спортивной науки. – 2013. – №3. – С. 14-17.

ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ НЕ ВКЛЮЧЕН В ПРОГРАММУ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

В.А. Кузьменко

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

Аннотация. В данной работе на основе анализа литературы описываются актуальные особенности танцевального спорта и основные причины, которые не дают МОК включить танцевальный спорт в программу олимпийских игр.

Ключевые слова: танцевальный спорт, Олимпийские игры, спортсмены, пара, тренировка, судья, оценки, спорт.

В настоящее время появляется все больше новых видов спорта и танцевальный спорт не исключение. Но нагрузки и сложность танцевального спорта не уступают другим видам спорта. Многочасовые тренировки, тренировка физических качеств, оттачивание движений до идеального исполнения – все это проделывает спортсмен в любом виде спорта для достижения максимального результата и участия в соревнованиях разного уровня. К сожалению, на данный момент, по решению Международного олимпийского комитета танцевальный спорт не входит в программу Олимпийских игр [1].

Одной из главных и актуальных причин является выставление оценок спортсменам. В танцевальном спорте критерии оценивания достаточно субъективны, так как лидирующие пары мира доводят свою технику почти до совершенства и в дело идет харизматичность и актерская игра. Судьи, оценивая презентабельность пары, как и обычные зрители будут выбирать ту, которая будет им по вкусу, а предпочтения и вкусы у всех разные. Но все же, если мы представим, что танцевальный спорт входит в список Олимпийских игр, то тут же возникнет проблема: лидирующие пары являются гражданами разных стран. Это категорически недопустимо в Олимпийских играх. Также в танцевальном спорте в роли судей могут выступать тренера спортсменов, которые участвуют в соревнованиях, что дает большое преимущество паре, которая занимается у этого тренера. В Олимпийских играх такое запрещено.

Вопрос о введении данного вида спорта обсуждается уже очень давно, и на сегодняшний день результат отрицательный. Но Всемирная федерация танцевального спорта не останавливается на достигнутом и продолжает совершенствовать критерии оценивания судьями танцевальных пар, делая их максимально прозрачными и объективными, чтобы они могли соответствовать стандартам Олимпийских игр [2].

Возможно, уже в ближайшем будущем мы сможем увидеть танцевальный спорт в списке видов спорта, участвующих в Олимпиаде. И сегодня основной целью всех спортивных танцевальных организаций в мире и Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла является включение вида спорта «танцевальный спорт» в Олимпийскую семью.

Литература:

1. Бредихин А.Ю. Вехи истории спортивных бальных танцев и тенденции развития танцевальных программ / А.Ю. Бредихин // Знание. Понимание. Умение. – 2012. – №3. – С. 322-325.
2. Правила вида спорта «танцевальный спорт»: №161: утв. М-вом спорта Рос. Федерации 22.02.19: введ. в действие с 22.02.19. – 2019.

ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ДЕВУШКАМИ

Э.Р. Кунбутаева

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

Аннотация. Данная работа посвящена проблеме повышения работоспособности и функциональной подготовленности девушек, их оздоровление способствует поиску новых форм, средств и методов проведения занятий спортом.

Ключевые слова: массовая физическая культура, физическое воспитание девушек, оздоровительные виды гимнастики.

Традиционные формы проведения занятий физической культурой не привлекают девушек, у них снижается мотивация к самостоятельным занятиям. Отсутствие потребности в активной двигательной деятельности привело к тому, что лишь 2% девушек занимаются самостоятельно, вне расписания. На протяжении всего периода обучения ведется работа по решению задач оздоровления, снижению заболеваемости у студенток.

Поиск более эффективных, интересных форм и методов организации занятий физической культурой, способствующих формированию у девушек интереса к физическим упражнениям и физическому самосовершенствованию, становится на сегодня главной задачей [1].

Проведенные Лисицкой Т.С. (2002) исследования показали, в основе построения занятий физическими упражнениями для девушек необходимо использовать следующие положения:

- - девушки охотнее выполняют упражнения, требующие проявления гибкости, равновесия, чувства ритма, так как эти упражнения адекватны физиологическим особенностям их организма;
- - выполнение большого количества упражнений, требующих значительной силы и специальной силовой выносливости, а также упражнений, связанных с толчком и сотрясениями тела, может негативно воздействовать на функциональное состояние организма девушек;
- - преимущественное значение на занятиях с девушками имеют специальные упражнения динамического характера, создающие оптимальный режим работы двигательных центров;
- - выбор характера, дозировки и направленности тренировочного воздействия должен осуществляться с учетом возраста, физиологических и индивидуальных особенностей занимающихся;
- - необходимо обращать особое внимание на разнообразие упражнений и форм проведения занятий, создающих положительный эмоциональный фон у девушек

Желание девушек иметь стройную и красивую фигуру, быть здоровой, противостоять стрессам ставит на одно из первых мест по популярности оздоровительные виды гимнастики, основой занятий которой стали упражнения, выполняемые поточным способом, в высоком темпе и с большой амплитудой, плавность и грациозность упражнений вызывает у девушек большой интерес [2].

Особенностями занятий оздоровительной направленностью являются их различные формы проведения, оздоровительный эффект упражнений, вариативность нагрузки для

различного уровня физической подготовленности девушек, возможность исправить недостатки фигуры, получить массу эмоций [3].

Данные специализированной литературы подтверждают, что девушек привлекают появившиеся в последние годы большое разнообразие видов гимнастики оздоровительной направленности, более 60% женского контингента выбирают именно эти виды физических упражнений.

Литература:

1. Вялкина Т.Г. Физическое воспитание студенток вузов на основе дифференцированного применения комплексов ритмической гимнастики в сочетании с оздоровительными технологиями: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 2002. – 22 с.
2. Лисицкая Т.С. Аэробика: В 2 т. Теория и методика / Т.С. Лисицкая, Л.В. Сиднева. – М.: Федерация аэробики России, 2002. – Т. 1. – 232 с.
3. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. – Теория и методика: Учебник. – Ростов Н/Д: Феникс. 2002. - 384 с.

ИМИТАЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ В СИСТЕМЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННЫХ ВИДОВ СПОРТА

А.В. Курочкина, С.С. Муравьев

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

Аннотация. В данной работе представлены теоретические основы важной составляющей технической подготовки спортсменов, специализирующихся в сложнокоординационных видах спорта. В ходе исследования была определена система имитационных упражнений, направленная на совершенствование технической подготовленности спортсменов, специализирующихся в прыжках на акробатической дорожке и в фристайле.

Ключевые слова: техническая подготовка, имитационные упражнения, акробатические элементы.

Обучение основным действиям техники соревновательных программ в физической культуре и спорте называется технической подготовкой спортсмена. В процессе спортивной подготовки решается одна из главных задач – это совершенствование избранных форм спортивной техники избранного вида спорта.

Основными практическими средствами технической подготовки спортсмена служат подготовительные и имитационные упражнения. Все выполняемые упражнения имеют существенную структурную общность с соревновательными действиями [1].

Основные методы совершенствования соревновательных действий представлены на рисунке 1.

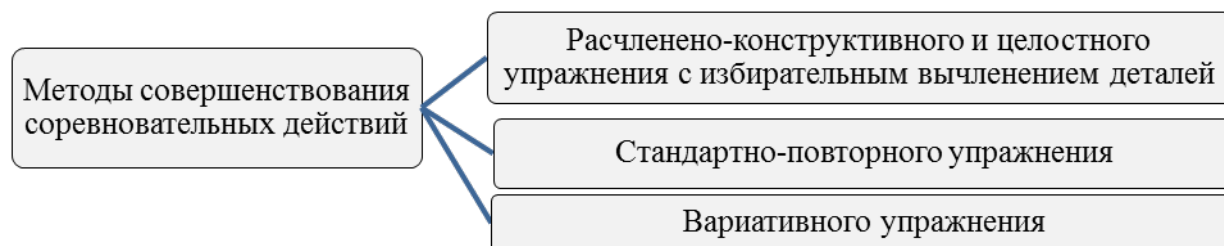


Рисунок 1 – Методы совершенствования соревновательных действий в сложнокоординационных видах спорта

Соревновательные упражнения в прыжках на акробатической дорожке и в фристайле носят строго регламентированный характер, и поэтому упражнения, направленные на совершенствование технической подготовленности, необходимо выполнять в определенной последовательности, создавая благоприятные предпосылки к ее прогрессивным изменениям [1, 3].

Важнейшими предпосылками успешного освоения новых элементов является высокий уровень физической и психической подготовленности спортсмена.

Имитационные упражнения относятся к средствам технической подготовки спортсмена, они позволяют прочувствовать и более глубоко осознать движения. Основным требованием при использовании упражнений, имитирующих технику прыжковых заданий, – это многократное повторение упражнений в условиях, близких к соревновательным. При этом необходимо сохранять основную структуру элементов. Возможно в переходном периоде подготовки при разучивании новых движений, элементов или соединений использовать приспособления, облегчающие освоение выполнения заданий [2, 3].

Основные задачи имитационных упражнений в программе технической подготовки гимнастов, специализирующихся в прыжках на акробатической дорожке и фристайлистов, представлены на рисунке 2.



Рисунок 2 – Задачи имитационных упражнений в программе технической подготовки спортсменов сложнокоординационных видов спорта

Имитационные упражнения при разучивании новых и совершенствовании ранее изученных элементов и соединений тренеры используют в тренировочном процессе с начинающими обучающимися. А уже квалифицированные спортсмены используют имитационные движения, позы и аутогенную тренировку для создания представления о технике нового или выполняемого упражнения, а также и для облегчения усвоения двигательных действий при выполнении элементов «ультраси».

Таким образом, для повышения эффективности реализации функционального потенциала в соревновательных упражнениях имитационные упражнения позволят создать представление о технике двигательного задания, облегчат процесс его освоения, а и умение использовать спортсменами в соревновательном периоде эти задания помогут настройке оптимальной координационной структуры движений в избранном виде спорта.

Литература:

1. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов. Гимнастика: курс лекций / Л.В. Жигайлова, Н.Н. Пиллюк, Г.М. Свистун и др. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2014. – 150 с.
2. Курочкина А.В. Особенности техники отталкивания в прыжках с вращениями / А.В. Курочкина, Л.В. Жигайлова // Физическая культура, спорт и здоровье «Виртуаль 33». – Йошкар-Ола. – 2019. – №33. – С. 142-146.
3. Тронеv В.В. Модельные характеристики показателей технической подготовленности акробатов мужских групп высокой квалификации / В.В. Тронеv, Н.Н. Пиллюк, Л.В. Жигайлова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта – 2018. – № 5 (159). – С. 401-411.

КОМПОНЕНТЫ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО МАСТЕРСТВА АКРОБАТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Н.А. Лаврентьев

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

Аннотация. В работе представлены основные компоненты исполнительского мастерства акробатов высокой квалификации, направленное совершенствование которых позволит повысить эффективность соревновательной деятельности.

Ключевые слова: спортивная акробатика, высокая квалификация, исполнительское мастерство.

В настоящее время акробаты России занимают ведущие позиции на мировой арене. Однако в связи с ростом спортивного мастерства зарубежных спортсменов, значительно повысилась конкуренция на мировых чемпионатах в борьбе за призовые места. Все больше гимнастов из разных стран осваивает сверхсложные акробатические упражнения, считавшиеся до настоящего времени уникальными. Современные соревновательные программы характеризуются ростом технического мастерства акробатов и качеством исполнения. В настоящее время, наряду с традиционными критериями мастерства, Международная федерация гимнастики предъявляет высокие требования к эстетической стороне. По мнению Р.Н. Терехиной, С.И. Борисенко (2017) «... конкуренция на международной гимнастической арене предполагает, что первенство будет сохраняться за теми спортсменами, которые смогут сочетать разноструктурную сложность в неординарных композициях с виртуозным исполнением и особой выразительностью, эмоциональностью, артистизмом».

Таким образом, для полной реализации потенциала высококвалифицированных акробатов необходимо владеть разнообразными двигательными действиями и высоким уровнем двигательных способностей, выполненных в сочетании с выразительностью движений [1].

Важная роль в становлении и совершенствовании спортивного мастерства акробата принадлежит специальной физической и технической подготовке, а средства хореографической и общей физической подготовок дополняют их. Совершенствование физических качеств, необходимых для выполнения акробатических упражнений прогрессирующей сложности, осуществляется в процессе специальной физической подготовки, которая должна отражать специфику избранного вида спорта. Определяющим фактором уровня технической подготовленности высококвалифицированного акробата является арсенал упражнений, из которых состоит его соревновательная программа.

В связи с тем, что тренировочный процесс в спортивной акробатике проходит на фоне значительных тренировочных нагрузок, а свое мастерство акробаты демонстрируют на пике эмоционально-волевого состояния, то обязательно должно быть психологическое сопровождение, главное направление которого – это выработка высокой помехоустойчивости и надежности соревновательной программы.

Акробатика как дисциплина FIG (Международная федерация гимнастики) предъявляет требования к судейству соревнований, одним из компонентов которого, является оценка за артистизм [2]. Для полной реализации исполнительского мастерства спортсмена в музыкально-спортивных композициях необходимо обладать высокой культурой движений, легким и непринужденным выполнением элементов с высокой амплитудой и экспрессией.

Таким образом, высокий уровень исполнительского мастерства в современной спортивной акробатике должен характеризоваться гармонией сложности и совершенства техники соревновательной программы в сочетании с композиционным построением упражнения, которые обеспечиваются развитостью ведущих сторон подготовленности и индивидуальными свойствами личности.

Литература:

1. Жигайлова Л.В. Контроль технической подготовленности в спортивной акробатике на этапе высшего спортивного мастерства / Л.В. Жигайлова, С.В. Шукшов, В.В.Тронеv // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. Материалы международной научно-практической конференции (12 февраля 2020 г.). – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – С. 31-32.

2. Правила вида спорта «Спортивная акробатика» Утверждены приказом Минспорта России от 23 января 2017 г. № 31.

3. Терехина Р.Н. Анализ результатов спортсменок на играх XXXI Олимпиады в женской спортивной гимнастике / Р.Н. Терехина, С.И. Борисенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – СПб. – 2017. – № 3. – С. 217-220.

СТАНОВЛЕНИЕ АКРОБАТИЧЕСКОГО РОК-Н-РОЛЛА В ОЛИМПИЙСКОЙ ПРОГРАММЕ

М.А. Лаптева

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

Аннотация. В данной работе на основе анализа литературы рассматриваются проблемы наличия факторов, препятствующих включению акробатического рок-н-ролла в олимпийскую программу. Акробатический рок-н-ролл в последние годы активно развивается как вид спорта, и наша страна имеет значимую роль в его развитии.

Ключевые слова: становление, акробатический рок-н-ролл, спорт, развитие, факторы, олимпийская программа.

Акробатический рок-н-ролл – сложнокоординационный вид спорта, сочетающий в себе элементы акробатики, танца, а также демонстрации элементов растяжки, гибкости и силовой выносливости. Данный вид спорта включает в себя как парные дисциплины, так и командные, как соревновательный вид спорта существует с 1974 года. Акробатический рок-н-ролл в последние годы активно развивается как вид спорта, и наша страна имеет значимую роль в его развитии [1].

Российская школа акробатического рок-н-ролла считается одной из сильнейших на международной арене, наша федерация активно работает над привлечением в спорт еще больше городов России, а также других стран, организовывая различные мастер-классы, лагеря, проекты. Одним из таких больших проектов является вовлечение еще больше тренеров и спортсменов с разных уголков России и мира к самой сложной и зрелищной акробатической дисциплины «М-класс», которая и станет представителем акробатического рок-н-ролла в олимпийской семье [2].

Данный вид спорта активно стремится к вхождению в олимпийскую программу. Акробатический рок-н-ролл имеет однозначную систему судейства, конкретные правила, а также входит во всемирную конфедерацию, когда в свою очередь всемирная конфедерация входит в состав Всемирной федерации танцевального спорта (WDSF), которая признана Международным олимпийским комитетом (МОК).

Таким образом, акробатический рок-н-ролл претендует на вхождение в олимпийскую семью, но для становления не имеет достаточно широкого распространения на континентах.

На данный момент Россия активно занимается расширением и популяризацией данного вида спорта на материках, отправляя туда крупных специалистов с условием дальнейшего развития вида спорта, также занимается поиском тренеров, их обучением и передачей всей необходимой информации для расширения и делает все возможное для вхождения акробатического рок-н-ролла в олимпийскую программу в самое ближайшее время.

Литература:

1. Правила вида спорта «акробатический рок-н-ролл» утверждены приказом Минспорта России от «07» марта 2019 г. № 191.
2. Крючек В.Н. Теория и методика акробатического рок-н-ролла: хореографическая подготовка / Е.С. Крючек. – М.: Москва, 2015. – 34 с.

АРТИСТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ СПОРТИВНОЙ КОМПОЗИЦИИ В ГИМНАСТИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА

Т.В. Лукашова

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

Аннотация. Соревновательные композиции в спортивных видах гимнастики представляют собой сплав сложнокоординационных упражнений, танцевальных, хореографических и акробатических элементов, выполняемых с виртуозной работой предметами под музыкальное сопровождение. На основе анализа научно-методической литературы и правил соревнований, в статье раскрывается проблема оценки артистической ценности спортивной композиции в спортивных видах гимнастики.

Ключевые слова: артистизм, выразительность, исполнительское мастерство, спортивная композиция.

В спортивных видах гимнастики оценка артистических способностей и оценка исполнительского мастерства производится субъективно, опираясь на систему экспертной оценки. На современном этапе развития спортивных видов гимнастики, уровень исполнительского мастерства очень высок, большинство спортсменов включают в соревновательные композиции максимум элементов высшей группы сложности и исполняют их технически совершенно, при этом огромное значение в исполнительском мастерстве приобретает артистизм.

В правилах соревнований, в специализированной литературе точного определения артистизма нет, несмотря на это он улавливается тренерами, судьями и зрителями.

В данной ситуации лишь эстетическая сторона служит критерием качественного различия уровня подготовленности спортсменов.

Артистическая ценность соревновательной композиции складывается из нескольких основных компонентов, каждый из которых суммирует различные аспекты композиции, среди которых можно выделить два компонента: артистизм (исполнительское мастерство) и техническое мастерство [3].

Понятие артистизма выполнения композиции включает в себя следующие критерии:

- единство композиции;
- особенности музыки и движений;
- выразительность движений тела;
- разнообразие двигательных действий [1].

Эстетический компонент исполнительского мастерства можно сгруппировать по следующим признакам:

- обобщенные признаки (зрелищность, гармоничность, яркость, красота);
- индивидуальные признаки (динамичность, легкость, темп и амплитуда движений, изящество, чистота, рациональность и элегантность);
- групповые признаки (техничность, синхронность, выразительность, артистичность, музыкальность, культура движений) [2].

Исходя из этого, можно сказать, что артистизм является главным компонентом исполнительского мастерства, который является составной частью итоговой оценки соревновательной композиции.

В соревновательной композиции высокая оценка за артистическую ценность может быть поставлена на основании определенных критериев:

- все элементы композиции были выполнены четко и в строгом соответствии с техническим стандартом техники;
- показана разноструктурная сложность элементов, составленная по всем законам хореографии;
- показан художественный образ [3].

На сегодняшний день борьба идет не только за победу, но и за внимание зрителей, интерес которых порой удерживается из-за таких факторов, как составляющая соревновательной композиции и качество ее исполнения.

Эмоциональность и яркость – важные элементы зрелищности, обеспечивающиеся энергетическим посылом, вовлекающим зрителей в «представление». Направленность эмоций может быть разнообразной:

- на себя, на свое исполнение;
- на зрителя, привлечение его внимания;
- на создание эмоционального и ярко выраженного образа [4].

Таким образом, можно утверждать, что основными критериями артистичности в спортивных видах гимнастики являются: эмоциональная и двигательная выразительность, музыкальность, танцевальность, виртуозное исполнение.

Можно с уверенностью утверждать, что с этапа начальной подготовки необходимо систематически включать в тренировочный процесс упражнения, задания, направленные на раскрытие артистического потенциала спортсмена, а на следующих этапах подготовки поддерживать его на высоком уровне, для совершенствования исполнительского мастерства.

Литература:

1. Мазепа И.А. Компоненты артистизма и методы их развития // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». – № 1 (59). – 2010. – С. 42-46.
2. Плеханова М.Э. Комплексная оценка эстетических компонентов исполнительского мастерства в гимнастических видах спорта // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». – № 6 (64). – 2010. – С. 65-68.
3. Правила соревнования по эстетической гимнастике: утверждено приказом Министерства спорта Российской Федерации от 31 августа 2017 года № 777. – 67 с.
4. Терехина Р.Н. Взаимосвязь эстетических ценностей и зрительных впечатлений при исполнении соревновательных упражнений в гимнастических видах спорта // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». – №10 (56). – 2009. – С. 102-105.

К ВОПРОСУ СОПРЯЖЕННОГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ГИМНАСТОК НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Д.С. Лунева

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

Аннотация. В работе рассматривается возможность применения метода сопряженного развития физических качеств в системе подготовки юных гимнасток.

Ключевые слова: юные гимнастки, этап начальной подготовки, физические качества, сопряженное развитие, общая физическая подготовленность.

Современные технологии подготовки в спортивной гимнастике должны отвечать требованиям высочайшей надежности и качества выполнения сложных упражнений, сокращения сроков освоения новых элементов. В связи с этим на первый план выходит физическая подготовка, направленная на предельную реализацию индивидуальных возможностей и максимальную степень их физического развития. Специфика вида спорта требует совершенствования тонкой координации движений в сочетании со скоростно-силовыми качествами, гибкостью, специальной выносливостью [1].

Перед началом эксперимента мы предположили, что на начальном этапе подготовки развитие гибкости позволит повысить показатели уровня общей физической подготовленности юных гимнасток. Для этого на основе нормативной документации, регламентирующей деятельность ДЮСШ, нами были разработаны и внедрены в учебный процесс комплексы упражнений для развития гибкости. Проведенными исследованиями установлен прирост результатов общей физической подготовленности гимнасток этапа начальной подготовки (рисунок).

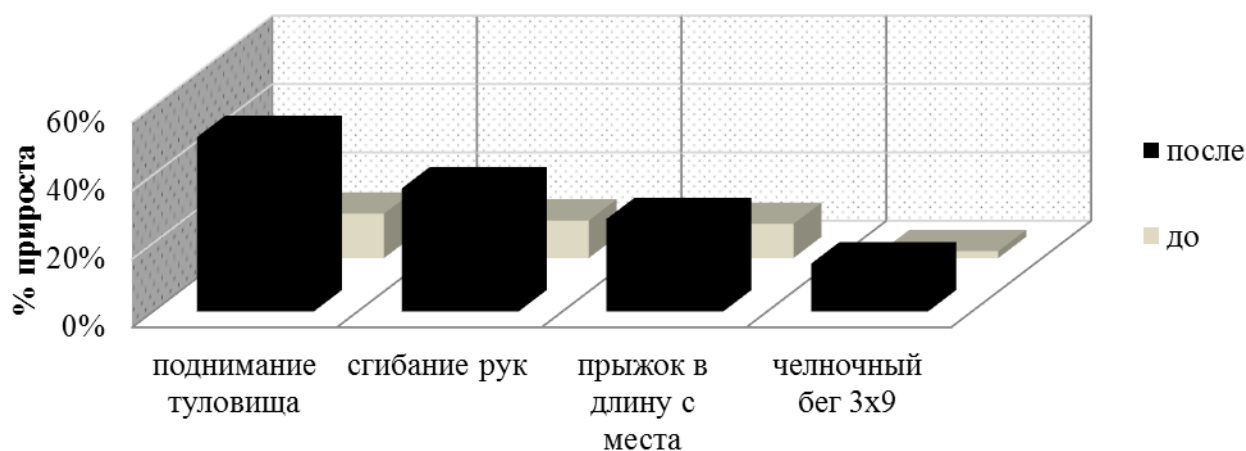


Рисунок – Прирост результатов общей физической подготовленности гимнасток этапа начальной подготовки до и после эксперимента

Таким образом, применение экспериментальных комплексов упражнений для развития гибкости позволило улучшить показатели общей физической подготовленности гимнасток и доказать влияние уровня развития гибкости на этапе начальной подготовки на прогресс сопряженных с ней физических качеств.

Литература:

1. Тихонова И.В. Развитие физических способностей гимнасток тренировочного этапа подготовки методом сопряженного развития / И.В. Тихонова, А.А. Клиндухова, О.Ф. Барчо // Сборник статей II международного научно-методического конкурса «Педагогическое призвание». – Петрозаводск, 2020. – С. 309-312.

ПРЫЖКОВАЯ ПОДГОТОВКА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Т.Ю. Мамонтова

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

Аннотация. Исполнительское мастерство в художественной гимнастике оценивается по комплексу взаимосвязанных компонентов, основным из которых является технический. Данный компонент предполагает выполнение различных элементов структурных групп упражнений без предмета, в том числе и прыжков.

Ключевые слова: прыжковые элементы, прыжковая подготовка, специфические физические качества, травматизм.

Прыжки, с точки зрения проявления определенных физических качеств и двигательных способностей, являются специфической группой упражнений. Процесс прыжковой подготовки в художественной гимнастике в основном базируется на представлении о технической сложности элементов. Визуальная оценка тренерами трудности выполняемых спортсменкой прыжков не всегда учитывает факторы биомеханической сложности, подвергая гимнасток риску получения травмы, тем самым тормозя процесс формирования исполнительского мастерства [2].

Прыжковой подготовке и развитию прыгучести в различные годы посвящены работы многих специалистов в технико-эстетических видах спорта. Прыжковая подготовка в художественной гимнастике осуществляется на основе направленного применения групп специально-подготовительных и подводящих упражнений, которые должны учитывать показатели техники, особенности выполнения двигательных задач различных стадий прыжка, готовность гимнастки к его освоению. В связи с этим возникает необходимость определить объективные критерии качественного освоения прыжковых элементов, определить процесс освоения различных групп прыжковых элементов, построить систему оперативного контроля уровня освоения прыжковых элементов [1].

Проведенное анкетирование тренеров подтвердило, что прыжки являются сложной и травмоопасной структурной группой элементов без предмета художественной гимнастики, которые нуждаются в целенаправленном развитии специальных качеств и способностей. Для обеспечения четкой формы прыжка необходима не только хорошая амплитуда движений, но и высокий уровень развития взрывной силы, для обеспечения высоты полета и безопасного приземления.

Проведенные педагогические наблюдения и видеонализ спортивных композиций сильнейших гимнасток Краснодарского края показали, что независимо от вида многоборья спортсменки используют практически одинаковый арсенал прыжков, чаще всего это 4 прыжка. Из них 27% гимнасток выполняют прыжок «жете ан турнан в шпагат», 23% – «шагом в шпагат», 22% – «шагом в кольцо» и 17% – «шагом в шпагат, прогнувшись», примечательно, что в 42% случаях эти прыжки выполняются с ошибками, что говорит о специфике их координационной сложности. Большинство ошибок, влияющих на качество исполнения всей композиции, возникают по причине недостаточного развития физических качеств и двигательных способностей и могут привести к травматизму.

Таким образом, прыжковая подготовка в художественной гимнастике должна быть направлена на развитие специфических физических качеств и двигательных способностей.

Литература:

1. Котельникова Е.Б. Проектирование технической подготовки на основе учета объективных факторов качества выполнения прыжков художественной гимнастики / Е.Б. Котельникова, Е.Н. Медведева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 7 (173). – С. 121-125.
2. Осипова Е.Б. Прыжковая подготовка спортсменок в художественной гимнастике на основе объективных показателей качества выполнения профилирующих упражнений: автореф. дисс. ... канд. пед. наук. / Е.Б. Осипова. – СПб., 2019. – 25 с.

ОСНОВЫ КОМПОЗИЦИОННОГО ПОСТРОЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Н.А. Манукян

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

Аннотация. В настоящей работе представлены основные требования к композиционному построению соревновательных упражнений в художественной гимнастике. Представлен алгоритм процесса постановки соревновательных упражнений в художественной гимнастике.

Ключевые слова: художественная гимнастика, соревновательное упражнение, композиция.

Стремительное развитие художественной гимнастики ставит перед тренерами задачи для создания и реализации высокотехнических и оригинальных соревновательных упражнений, выполнение которых может гарантировать спортсменкам лидирующие позиции в мировых рейтингах. Зрелищность современной программы должна быть обусловлена высоким уровнем технической подготовленности в сочетании с целесообразными перемещениями, которые должны выполняться грациозно, пластично и артистично. Раскрыться же индивидуальности гимнастки, сделать ее непохожей на остальных позволит неординарная композиция соревновательной программы, составленной в соответствии со специальными требованиями правил соревнований.

Тенденция повышения трудности композиционного построения соревновательной программы в художественной гимнастике предъявляет повышенные требования к представлению упражнений, музыкально-двигательным компонентом, которых является танец, позволяющий выражать эмоции и чувства, сочетать средства музыкального, пластического, спортивного, эстетического и художественного развития спортсменки. В ходе выполнения упражнения гимнастка должна продемонстрировать амплитудные движения, сочетающиеся с мастерством в манипуляциях предметом [1]. Тактически оправданное распределение элементов технической и артистической ценности, разнообразное использование пространства площадки, рациональные перемещения и смены направлений позволит достигнуть разнообразия в динамизме упражнения.

Композиция упражнения в художественной гимнастике должна состоять из нескольких частей, в которых объединенные соединения элементов, способствуют созданию общего вида, за счет смысловой, содержательной и эстетической составляющей; за счет органической связи слитности движений и двигательных действий; за счет их оригинальности, сложности и контрастности. Таким образом, композиция - это распределение элементов в пространстве и во времени в соответствии с музыкой. Это «... система движений, находящихся в единстве со структурой и характером музыкального произведения и подчиненных требованиям зрелищности, эстетической направленности, спортивной тактики и правил соревнований». Ее совершенство определяется содержанием, состоящее из обязательных групп элементов (повороты, прыжки, равновесия) и танцевальных дорожек в сочетании с работой предметом, и формой представления средствами артистизма [2].

В связи с вышесказанным становится актуальной проблема обоснования методики построения и совершенствования конкурентоспособных соревновательных программ в художественной гимнастике.

Работа над композиционным построением упражнения - это сложный, многоэтапный процесс, включающий подбор музыкального произведения и конкретизацию оттенков его звучания; определение соответствующей архитектоники и характера движений; логическое распределение элементов и связей; трактовка выбранной музыки гимнасткой, посредством высокоамплитудных движений, сочетающиеся с действиями предметом.

На рисунке представлен алгоритм создания и постановки упражнения в художественной гимнастике.



Рисунок – Алгоритм создания упражнения в художественной гимнастике

Таким образом, композиционное построение соревновательного упражнения должно иметь смысловой, содержательный и эстетический вид. Применение же методически грамотного подхода к построению соревновательной программы в художественной гимнастике позволит сократить время, затраченное на ее подготовку.

Литература:

1. Карпенко Л.А. Компоненты спортивного и исполнительного мастерства в гимнастике / Л.А. Карпенко // Компоненты спортивного и исполнительного мастерства в гимнастике – М., 2014. – С. 69-73.
2. Правила соревнований по художественной гимнастике 2017-2020 гг. – 2016. 36 с.

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПЕДАГОГА С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Д.А. Масленко, А.В. Благодарева
Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

Аннотация. В данной работе на основе анализа литературы рассматриваются особенности детей с ограниченными возможностями и специфика работы педагога с ними. В работе с детьми с ограниченными возможностями есть определенные особенности. Такие дети имеют трудности в общении с коллективом. Наиболее важным направлением в приучении ребенка к нормальному, здоровому образу жизни является использование особых приемов в обучении.

Ключевые слова: дети с ограниченными возможностями, психофизические нарушения, социализация, педагог, коррекционно-развивающие занятия.

Дети с ограниченными возможностями – это дети, имеющие либо психические, либо физические нарушения в развитии, обладающие определенными трудностями в социализации в связи с ограничениями в мышлении или в действиях. Бывают различные психофизические нарушения: первичные, вторичные и третичные. Они определяются по сложности заболевания и в дальнейшем возможности или невозможности ребенком облегчения или устранении дефектов в развитии.

Так, к первичным нарушениям, например, можно отнести дефект слухового аппарата до овладения речью, а вторичный дефект – немота, как следствие первичного. Третичный дефект – недостаточная сформированность психических свойств личности. Однако при нарушении, к примеру, зрения, у детей сильнее развит слуховой аппарат, и наоборот. В работе с детьми с ограниченными возможностями есть определенные особенности. Такие дети, как говорилось выше, имеют трудности в общении с коллективом. Поэтому первым и наиболее важным направлением в приучении ребенка к нормальному, здоровому образу жизни является использование особых приемов в обучении в дошкольных учреждениях, такие как тренинги, психическая гимнастика, ароматерапия.

Также важнейшей задачей педагога являются постоянные беседы с родителями об особенностях детей с ограниченными возможностями, анкетирование. Особенно важна поддержка родителей, как финансовая, так и моральная – неотъемлемая часть нормальной жизни такого ребенка.

Педагогу необходимо найти индивидуальный подход к каждому ребенку, ведь у каждого дефекты различны: кто-то обладает повышенной эмоциональностью и возбудимостью, кто-то агрессивностью и т.п. И лишь наладив контакт с ребенком, убедив его в том, что он может довериться, педагог может приступить к работе по программе коррекционно-развивающих занятий [1].

Коррекционно-развивающие программы включают в себя специальные тренинги, направленные на развитие воображения, упражнения, способствующие развитию дивергентного и конвергентного мышления у ребенка, тренинги доверия, свободы в действиях, управления эмоциями, самоконтроля и прочих качеств, помогающих ребенку справиться с дефектами и найти свое место в коллективе [2].

Литература:

1. Пузанова Ж.В. Проблемы организации образования детей с ограниченными возможностями здоровья // Теория и практика общественного развития. – 2014. – №18. – С. 19-21.
2. Шкатова Е.А. Современные подходы к определению направленности образовательного процесса детей с ограниченными возможностями здоровья // Современные направления психолого-педагогического сопровождения детства: материалы науч.-практ. конф. – Новосибирск, 2017. – С. 223-225.

КРИТЕРИИ ПОСТРОЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В ВОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГИМНАСТОК

А.В. Ошатинская

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

Аннотация. На основе анализа научно-методической литературы были конкретизированы критерии построения вольных упражнений гимнасток высокой квалификации, знание которых позволит грамотно и рационально составлять соревновательные программы в вольных упражнениях спортивной гимнастики.

Ключевые слова: вольные упражнения, гимнастки, высокая квалификация.

В спортивной гимнастике современные вольные упражнения считаются одним из самых зрелищных видов женского многоборья. Они состоят из достаточно сложных виртуозных акробатических упражнений, а также гимнастических элементов, которые выполняются в сочетании с различными средствами хореографии и музыкальным сопровождением. В соответствии с правилами соревнований по спортивной гимнастике этот вид многоборья, кроме трудности выполненных акробатических элементов, включает оценивание таких критериев, как артистичность, выразительность, музыкальность упражнения, а также хореографии и композиции в целом.

В практике гимнастики пользуются принятой правилами соревнований классификацией элементов, которые разделены на 7 структурных групп – прыжки, подскоки, повороты, элементы с опорой на руки и элементы с сальтовым и винтовым вращением. Учитывая имеющуюся классификацию, позволяющую создать представление о вольных упражнениях в целом и конкретных требованиях в подготовке гимнасток в этом виде многоборья, вольные упражнения должны быть построены, учитывая наличие таких компонентов, как: акробатические связки, гимнастические элементы, средства хореографии, музыкальное сопровождение, время выполнения упражнения. При этом в ходе выступления гимнастки должны максимально использоваться площадь ковра.

Базовая трудность выполняемого упражнения складывается из 8 наиболее сложных элементов упражнения, включая соскок (последняя диагональ упражнения). В состав 8 обязательных элементов входят: 3 акробатических, 3 танцевальных, 2 элемента по выбору [2]. При этом успешное выполнение вольных упражнений зависит от следующих критериев:

1. Трудность упражнений (количество и сложность элементов, их соединений, оригинальность и новизна);
2. Грамотно составленная композиция;
3. Исполнение упражнения (выразительность, артистичность, эмоциональность);
4. Эстетика выполнения упражнения;
5. Отбор музыкального произведения и музыкальность гимнастки (способность передать характер, тему музыки, чувство ритма);
6. Уровень подготовленности спортсменки [1].

При этом композиция вольных упражнений должна состоять из:

1. Разнообразных элементов из различных групп;
2. Различных уровней (стоя и в партере);
3. Изменений в направлении движений (вперед, назад, боком и дугой);
4. Творческих и оригинальных движений, соединений и переходов.

Для того чтобы вольные упражнения имели успех, при всей своей трудности они должны сохранять оригинальность композиции и отражать особенности каждой гимнастки. Большой удельный вес при этом приобретает артистизм, который связан с выразительностью движений, раскрывающий индивидуальность характера спортсменки. Вместе с тем одностороннее наращивание трудности через «акробатизацию» упражнений может привести к их стандартизации и повлиять на уровень художественности и танцевальности.

Следовательно, в комбинации необходимо включать не просто сложные, но и редко исполняемые, оригинальные, с элементами новизны упражнения [3].

Поскольку вольные упражнения являются синтезом музыки и движения, чрезвычайно важен выбор темы музыкального произведения, что неизбежно оказывает влияние на композицию упражнения, на выразительность и на стиль исполнения.

Таким образом, в процессе разработки конкретной соревновательной программы должны решаться две основные задачи, одна из них связана с созданием рационально построенной, выразительно выполненной композицией, а другая – с достижением высокого уровня исполнительского мастерства и оптимальной функциональной подготовленностью.

Знание и учет всех важнейших факторов в построении соревновательной программы вольных упражнений позволит грамотно составлять композиции, отвечающие современным требованиям в этом виде многоборья, и сохранить лидирующие позиции на международной арене.

Литература:

1. Лисицкая Т.С. Вольные упражнения женщин / Т.С. Лисицкая, В.Е. Заглада // Гимнастическое многоборье / Под ред. Ю.К. Гавердовского. – М.: Физкультура и спорт, 2017. – С. 3-4.

2. Правила вида спорта «Спортивная гимнастика» (утв. приказом Министерства спорта РФ от 13 февраля 2018г. № 130) / на сайте <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71779674/>.

3. Спорт высших достижений: спортивная гимнастика: учебное пособие / под ред. Л.А. Савельевой, Р.Н. Терехиной. – М.: Человек, 2014. – 32-58 с.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ТАНЦЕВАЛЬНЫМ СПОРТОМ НА РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**А.М. Павлова, Е.И. Кизнер
Научный руководитель доцент И.Н. Ронь**

Аннотация. В работе на основе аналитического обзора рассматривается вопрос влияния тренировочных занятий танцевальным спортом на комплексное и гармоничное развитие детей младшего школьного возраста 6-9 лет. Младший школьный возраст имеет огромное значение в развитии любого человека, так как именно в это время происходят психологические, физиологические и социальные основы становления.

Ключевые слова: танцевальный спорт, развитие, спорт, танец, школьник, младший школьный возраст, занятие, влияние, физические качества.

Танцевальный спорт – это уникальная деятельность, совмещающая в себе искусство и спорт. Но следует отметить, что сегодня спортивные-бальные танцы официально имеют статус вида спорта «танцевальный спорт». Так, в процессе тренировочных занятий танцами развиваются и совершенствуются все физические качества человека, такие как: физическая сила, координация, ловкость, гибкость и выносливость. Влияние данного спорта на организм трудно недооценивать. Огромным и одним из самых значимых плюсов танцевального спорта является то, что развитие всех ранее перечисленных физических качеств происходит в комплексе.

В настоящее время танцевальный спорт стал особенно популярным среди юных спортсменов. Каждый родитель, приводя своего ребенка на занятия видом спорта танцевальный спорт, преследует совершенно разные цели: кто-то хочет, чтобы его ребенок достиг высот в спортивной карьере, кто-то с целью укрепить здоровье, а кто-то совмещает и то, и другое.

Младший школьный возраст имеет огромное значение в развитии любого человека, так как именно в это время происходят психологические, физиологические и социальные основы становления.

Так как в предметах материальной и духовной культуры и в ее традициях находят свое воплощение исторически сложившиеся формы психической жизни людей, то ребенок, познавая культуру и овладевая ею, вместе с тем усваивает и эти формы; на этой основе у него развиваются специфические социальные формы психики.

Развитие юного школьника играет большую роль в становлении его личности на следующих этапах развития.

Поэтому, занимаясь с детьми данного возраста, необходимо знать набор методов, форм и средств, более точно влияющих на школьника, и уметь верно подбирать их в зависимости от обстоятельств и индивидуальных особенностей ребенка.

В данный момент актуальным является поиск методик, направленных на системный, комплексный подход в гармоничном развитии детей младшего школьного возраста. Разработка более эффективных методов, форм и средств, благодаря которым будет происходить одновременное и физическое и психологическое развитие ребенка.

Благодаря своей многогранности и гармоничному влиянию как на психические, так и физические качества ребенка, танцевальный спорт является оптимальным средством для развития полноценной личности детей с 6 до 9 лет.

Тренировочный процесс в танцевальном спорте, системные занятия данным видом спорта направлены на комплексное развитие детей. Именно в младшем школьном возрасте, при грамотном педагогическом подходе, у детей складывается фундамент детского здоровья, формируются основные физические качества, такие как ловкость, гибкость, выносливость, быстрота, постепенно вырабатывается работоспособность [2].

Метод игры, используемый часто в танцевальном спорте, служит эффективным средством, направленным на комплексное развитие физических качеств танцоров с 6 до 9 лет. В частности, в процессе игры у танцора развиваются по большей мере такие физические качества, как координация, быстрота и выносливость. Ведь в изменяющихся условиях и определенных правилах игры школьнику необходимо постоянно вносить корректировки в свои двигательные действия и при этом до самого завершения игры контролировать, чтобы двигательная активность оставалась на том же уровне, что и вначале, ведь по итогу побеждает сильнейший спортсмен [1].

Танцевальный спорт – это не просто набор определенных двигательных действий, выполняемых под определенным темпом и соблюдая ритм, это огромная работа, труд, заключающийся в развитии абсолютно всех физических качеств и систем организма, а также мощный рычаг в психологическом развитии, требующий огромного трудолюбия, внимания к себе и терпения.

Анализируя научную литературу, можно сделать вывод, что в младшем школьном возрасте необходимо развивать все двигательные качества в комплексе.

Танцевальный спорт – это уникальная спортивная деятельность, благодаря которой ребенок 6-9 лет учится не только ставить цели и побеждать, но и приобретает возможность развиваться гармонично, без каких-либо отклонений и травм.

Литература:

1. Лях В.И. Развитие координационных способностей в школьном возрасте / В.И. Лях // Физическая культура в школе. – 2018. – №3. – С. 20-25.
2. Ронь И.Н. Влияние тренировочных занятий по танцевальному спорту на развитие детей 7-9 лет / И.Н. Ронь, Т.В. Мишина, В.И. Тарасенко. The Scientific Heritage. – 2020. – №54-4 (54). – С. 33-36.

ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ПРИСПОСОБЛЕНИЯ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ УПРАЖНЕНИЙ НА БРУСЬЯХ РАЗНОЙ ВЫСОТЫ

М.М. Пашенко, П.Ю. Жигайлов

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

Аннотация. В данной работе на основе анализа научно-методической литературы рассмотрены используемые страхующие, вспомогательные средства и тренажеры в тренировочном процессе гимнастов при обучении и совершенствовании выполнения упражнений на брусьях разной высоты.

Ключевые слова: страхующие приспособления, вспомогательные приспособления, тренажеры, спортивная гимнастика, брусья разной высоты.

В настоящее время спортивную подготовку гимнастов невозможно представить без вспомогательных, страховочных средств и тренажеров. Зачастую такие средства являются дополнениями к основному снаряду. Они незаменимы при разучивании гимнастических упражнений и совершенствовании техники их выполнения [1, 2].

Страховые и вспомогательные приспособления представляют собой простейшие дополнения к снаряду (рисунок).



Рисунок – Страховые и вспомогательные приспособления для выполнения упражнений на гимнастических снарядах

Данные приспособления используются для обеспечения безопасного выполнения упражнений, предупреждения травм в результате падений и срывов [3].

Благодаря вспомогательным средствам возможно разделить разучиваемые упражнения на отдельные фазы, что поможет гимнасту более точно проанализировать и понять аспекты двигательного действия.

Использование вспомогательных и страхующих приспособлений позволяет тренеру без затруднений оказать спортсмену дополнительную помощь и страховку, более точно объяснить последовательность и технику выполнения разучиваемого упражнения, предупредить и вовремя скорректировать возникшие ошибки еще на этапе освоения двигательного действия.

На этапе начального и углубленного разучивания данные средства позволяют спортсмену справиться с возникающими трудностями выполнения упражнения, которые связаны с такими факторами, как страх падения с высоты, физическая или моральная неготовность к выполнению нового двигательного действия [1, 2].

Кроме вспомогательных и страховочных приспособлений в процессе обучения и совершенствования техники выполнения гимнастических упражнений на брусках разной высоты используются специальные тренажеры.

К тренажерным устройствам для спортивной гимнастики, а именно для обучения и совершенствования техники упражнения на брусках разной высоты, относятся «лопинг» и тренажер-перекладина, которые представляют собой раму, закрепленную на перекладине. На этой раме спортсмен раскачивается, подобно раскачиванию на качелях, при этом держась за гриф. Такие тренажеры не только имитируют различные спортивные упражнения, но и имеют специальные дополнительные блоки для разнообразия функциональной направленности, которые значительно повышают возможности их использования [3].

Тренажеры, используемые в спортивной гимнастике, дают возможность разделить разучиваемое упражнение на фазы, вовремя устранить, всевозможные ошибки, справиться со страхом, возникающим при изучении новых упражнений, а также развивать необходимые для выполнения гимнастических элементов физические качества.

Таким образом, благодаря страхующим, вспомогательным средствам и тренажерам разучивание новых двигательных действий будет выполняться с минимальным количеством ошибок, и с обеспечением должной безопасности, что способствует повышению эффективности тренировочного процесса.

Литература:

1. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов. Гимнастика: курс лекций / Л.В. Жигайлова, Н.Н. Пиллюк, Г.М. Свистун и др. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2014. – 150 с.
2. Гавердовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики: учебник в 2 т. – Т. 2 / Ю.К. Гавердовский В.М. Смолевский. – М.: Советский спорт, 2014. – 231 с.
3. Тренажеры в спорте (гимнастика): учебное пособие / сост. Г.М. Свистун, Н.Н. Пиллюк, Л. В. Жигайлова и др. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 68 с

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ

Г.В. Пепеляева, П.Ю. Жигайлов

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

Аннотация. На основе анализа научно-методической литературы в работе рассмотрены особенности физической подготовки в спортивной акробатике, составные части подготовки акробатов и средства развития физических качеств.

Ключевые слова: спортивная акробатика, парно-групповая акробатика, физическая подготовка, общая подготовка, специальная подготовка.

Соревновательная программа акробатов состоит из балансового, темпового и комбинированного упражнений. Одним из наиболее важных факторов, влияющих на успешное освоение программы, является физическая подготовка спортсменов [4].

Физическая подготовка – фундамент для эффективного развития двигательных действий, специфичных данному виду спорта и, как следствие, необходимое условие повышения квалификации спортсмена.

На основе экспериментов было выявлено, что в основе физической подготовки акробатов лежит специально-двигательная, специально-техническая, общая и специальная физическая подготовка.

Общая физическая подготовка служит для формирования функциональной основы спортсмена. ОФП (общая физическая подготовка) должна включать в себя упражнения для развития всех физических качеств: сила, выносливость, гибкость, ловкость, быстрота. Средствами ОФП являются базовые прикладные упражнения и комплексы ОРУ (общеразвивающие упражнения). Но при составлении комплексов ОРУ приоритет стоит отдать развитию выносливости, силы [4].

Специальная физическая подготовка – развитие физических качеств, специфичных данному виду спорта [2]. На рисунке представлены наиболее значимые показатели для балансовых упражнений.



Рисунок 1 – Показатели для выполнения балансовых упражнений в спортивной акробатике

Для темповых упражнений: взрывная сила мышц рук и ног, скоростная выносливость и скоростно-силовая подготовка. Средств СФП большое количество, поэтому каждый тренер выбирает для своих спортсменов наиболее эффективные задания [2].

Специально-двигательная подготовка в спортивной акробатике строится на основе упражнений, направленных на развитие координационных способностей. Важно при этом следить за точностью движений. Развитие этих качеств позволит спортсменам с большей технической точностью и меньшей затратой времени изучать сложные элементы [1].

Специально-двигательная подготовка может включать в себя упражнения из родственных видов спорта, таких как спортивная гимнастика, прыжки на батуте, даже из средств фитнеса – «skip-jumping» [3]. Так, упражнения на снарядах способствуют развитию чувства баланса, а на батуте и «skip-jumping» выполняется разучивание новых сальтовых элементов, что будет способствовать совершенствованию техники вращений.

Специально-техническая подготовка направлена на совершенствование техники выполнения элементов соревновательных программ спортивной акробатики. Это последний этап в их освоении. К средствам технической подготовки относится многократное повторение всех элементов или отдельных его частей композиций. Нередко тренеры придумывают свои оригинальные упражнения, в которые вносятся корректирующие поправки на индивидуальные способности спортсменов.

Таким образом, физическая подготовка акробатов имеет свои особенности. Для повышения спортивного мастерства, совершенствования техники элементов и стабильности выполнения соревновательных программ важно правильно составлять комплексы упражнений физической подготовки. Она, в свою очередь, должна быть продумана с учетом особенностей выполняемых акробатических элементов, а также индивидуальных особенностей спортсмена.

Литература:

1. Горячева Н.Л. Средства подготовки партнеров женской парной акробатике на этапе углубленной специализации / Н.Л. Горячева // *Инновации в образовании*. – 2013. – №8. – С. 20-24.
2. Горячева Н.Л. Определение эффективных средств специальной физической подготовки нижних партнеров женских пар в спортивной акробатике / Н.Л. Горячева // *Физическое воспитание и спортивная тренировка*. – 2020. – №1 (31). – С. 32-38.
3. Жигайлова Л.В. Применение средств фитнеса – «skip-jumping» в тренировочном процессе акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских группах // Л.В. Жигайлова, П.Ю. Жигайлов // *Материалы международной научно-практической конференции «Спорт и спортивная медицина»* (г. Чайковский, 09-11 апреля 2020 г.). – С. 146-149.
4. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика) / Н.Н. Пиллюк, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская и др. Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – Часть 2. – 163с.

СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОГО КОЛЛЕКТИВА ГИМНАСТОК, ВЫСТУПАЮЩИХ ПО ПРОГРАММЕ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

П.М. Пластинина

Научный руководитель преподаватель В.А. Кузьменко

Аннотация. В работе рассмотрены взаимоотношения команд гимнасток, специализирующихся в групповых упражнениях, выявлены показатели сплоченности коллектива.

Ключевые слова: художественная гимнастика, групповые упражнения, команда, сплоченность.

На повышение соревновательного результата команды гимнасток, выступающих по программе групповых упражнений, оказывает влияние множество различных факторов, в них входят: квалификация каждого ее члена, социальная совместимость, внутригрупповые взаимоотношения, лидерство и т.д. [1]. С помощью двух методик (социальная характеристика и социальная совместимость) были выявлены показатели взаимоотношений внутри испытуемых команд по художественной гимнастике. Оценка социальной совместимости проводилась по шкале Бахаревой Н.В.

Содержание вышеизложенной методики включает в себя перечень утверждений, с помощью которых респонденты будут ранжировать партнеров соответствующих приемлемости для него определенного члена команды. Балльная система оценивания распределяется по следующему принципу:

1. Очень хочу быть с ним в команде «+» 2б;
2. Скорее всего, оставил бы в команде «+» 1б;
3. Мог быть оставить или не оставить в команде 0 б;
4. Лучше не оставлять в команде «-» 1б;
5. Ни в коем случае не оставлять в команде «-» 2б.

Итоговые показатели сплоченности спортивного коллектива, социальной экспансивности и внутригрупповой приемлемости по трем командам представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Социальная характеристика команд художественной гимнастики, выступающих в групповых упражнениях

Первая команда	Вторая команда	Третья команда
1. Положительные взаимные выборы – 12	1. Положительные взаимные выборы – 14	1. Положительные взаимные выборы – 16
2. Отрицательные взаимные выборы – 1	2. Отрицательные взаимные выборы – 2	2. Отрицательные взаимные выборы – 0
3. Сплоченность – 0,55	3. Сплоченность – 0,8	3. Сплоченность – 0,6
4. Экспансивность – 0,65	4. Экспансивность – 0,8	4. Экспансивность – 0,7
5. Внутригрупповая приемлемость – 0,32	5. Внутригрупповая приемлемость – 0,4	5. Внутригрупповая приемлемость – 0,5

Ежедневное общение команды на тренировочных занятиях прямо пропорционально влияет на количество положительных взаимовыборов (12, 14, 16). Таким образом, максимальное количество положительных показателей и минимальных отрицательных в команде 3.

В ходе последних исследований было доказано, что в малочисленных спортивных коллективах присутствует большая вероятность сплочения, поэтому в группе из пяти

участников показатели экспансивности, внутригрупповой приемлемости и сплоченности будут распределяться по следующим диапазонам:

- от 0,76 до «+» 1б – высокий показатель;
- от 0,36 до 0,76 – средний показатель;
- от 0б до 0,36 – низкий показатель.

Коэффициент социальной экспансивности дополняет коэффициент внутригрупповой приемлемости. Низкие и средние результаты свидетельствуют о неблагоприятной атмосфере в спортивном коллективе [3].

Анализируя результаты команд, наблюдается незначительная разница между показателями в команде 1 и 3, а в команде 2 сильно выражена, что указывает на дополнительный анализ, определяющий особенности взаимоотношений внутри коллектива.

Литература:

1. Еремина Е.А. Изучение межличностных отношений и становление коммуникативных навыков юных гимнасток / Е.А. Еремина, О.Ф. Барчо // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2000. – Т. 3. – С. 211-215.

2. Ильичева В.А. Вопросы лидерства в групповых упражнениях художественной гимнастики как одна из компетенции Олимпийского образования / В.А. Ильичева, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – Часть 2. – С. 188-189.

3. Крыжановская В.А. Причины психологических сбоев спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в прыжках на акробатической дорожке / В.А. Крыжановская, В.В. Тронеv, Г.Б. Горская, Л.В. Жигайлова // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. Редколлегия: Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – 2017. – С. 283-284.

**ПРОБЛЕМЫ ВИДА ПРОГРАММЫ «ТЕХНИКА НОГ»
В ДИСЦИПЛИНАХ «А» И «М» КЛАСС-МИКСТ МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ**

В.Д. Подлесных

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

Аннотация. В данной работе на основе аналитического обзора рассматриваются проблемы программы «техника ног», которая на данный момент является одной из двух видов программ в старших дисциплинах акробатического рок-н-ролла. Важна роль понимания плюсов и минусов данного вида программы. В ней танцоры могут раскрыть творческие образы, показать взаимодействие внутри пары, танцевальную технику, актерское мастерство.

Ключевые слова: акробатический рок-н-ролл, программа, техника ног, дисциплина, акробатика.

В правилах по виду спорта «акробатический рок-н-ролл», утвержденных приказом Минспорта РФ от 07.03.2019 № 191, которых придерживаются все спортивные федерации акробатического рок-н-ролла, указаны два вида программы, по которым производится судейство дисциплин «А-класс микст мужчины и женщины» и «М-класс микст мужчины и женщины» в финале – техника ног и акробатика.

Программа «техника ног» уже давно укоренилась в данных дисциплинах, и она позиционировалась, как возможность показать и раскрыть танцевальные способности спортсменов, представить программу с помощью идеи, творческой задумки, шоу. В программе «акробатика» спортсмены должны продемонстрировать 6 сложных элементов, по одному из каждой группы. Времени для раскрытия танцевальных способностей и показа определенных образов, темы и насыщенной композиции в программе «акробатика» практически нет.

В 2019 году начались активные споры по поводу будущего программы «техника ног». На данный момент принято решение увеличить продолжительность программы «акробатика» с 1 минуты 45 секунд до 2 минут и дать возможность спортсменам вложить в добавленные 15 секунд движения и фигуры, которые бы показывали их умение не только делать акробатику, но и выполнять сложные танцевальные и пластичные движения, представлять себя на площадке [1].

Программу «техника ног» было принято решение отменить с 1 января 2020 года, но решение не вступило в силу. Спортсмены исполняют ее до настоящего времени на соревнованиях, проводимых Федерацией танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.

Важна роль понимания плюсов и минусов данного вида программы. В ней танцоры могут раскрыть творческие образы, показать взаимодействие внутри пары, танцевальную технику, актерское мастерство. Но и необходимо шить еще одни костюмы, выделять время на тренировочных занятиях и заниматься не сложной акробатикой, а оттачивать танец, на который не всегда хватает времени [2].

Таким образом, необходимо услышать диалог тренеров и старших спортсменов, которые бы поделились своим авторитетным мнением по этому вопросу, и уже после этого принимать наиболее верное и полезное для развития вида спорта решение.

Литература:

1. Правила вида спорта «акробатический рок-н-ролл» (утверждены приказом Минспорта России от «07» марта 2019 г. № 191).
2. Крючек В. Н. Теория и методика акробатического рок-н-ролла: хореографическая подготовка. – М.: Москва, 2015. – 34 с.

ВЛИЯНИЕ СЕНСОРНЫХ СИСТЕМ НА ПОДДЕРЖАНИЕ РАВНОВЕСИЯ СПОРТСМЕНОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ

Е.О. Пупенко

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

Аннотация. Работа посвящена изучению роли сенсорных систем в поддержании равновесия у спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой, на основе анализа научно-методической литературы. Установлена роль анализаторов, участвующих в этом процессе.

Ключевые слова: равновесие, устойчивость тела, сенсорные системы, анализаторы, художественная гимнастика.

Художественная гимнастика относится к числу сложнокоординационных видов спорта, где высокое развитие равновесия способствует достижению значительных спортивных результатов. Вся соревновательная композиция содержит ряд элементов во время и после которых гимнасткам необходимо сохранять равновесие. Равновесие представляет собой способность человека поддерживать общий центр тяжести в пределах опоры с минимальным количеством колебаний. Минимализация колебаний достигается за счет постоянного совершенствования показателей равновесия. Высокую роль в поддержании устойчивости играют сенсорные системы.

Сенсорные системы (анализаторы) – это воспринимающие системы организма. Рассматривая их роль в поддержании равновесия, следует сказать о том, что они позволяют передавать информацию о состоянии всего тела к центральной нервной системе через афферентные пути, преобразующие энергию различной формы в нервные импульсы [2]. В поддержании и сохранении устойчивости участвуют следующие анализаторы:

1. зрительная система;
2. вестибулярная система;
3. проприоцептивная система;
4. соматосенсорная система.

В художественной гимнастике важным является оптимальное состояние баланса зрительной мускулатуры (ортофория), от развитости которой зависит качество и объем передаваемой информации в различные области головного мозга. В процессе тренировочной и соревновательной деятельности происходит постоянный контроль пространственных характеристик движений, требующих регулярной зрительной оценки и корректировки положения тела в пространстве. Следует заметить, что при принятии позы с закрытыми глазами количество колебаний увеличивается, но в целом равновесие не будет потеряно. Это связано с тем, что происходит компенсация сенсорной информации со стороны других анализаторов, а именно вестибулярной и проприоцептивной систем. Поэтому в тренировочном процессе для повышения уровня устойчивости положений гимнастки могут применяться упражнения, выполненные с закрытыми глазами [3].

Вестибулярная сенсорная система представлена органом равновесия, который позволяет получать информацию о положении тела в пространстве и во времени, а также определяет степень мышечного тонуса и скорость перемещения за счет раздражения полукружных каналов и отолитов. Соревновательная программа современной художественной гимнастики насыщена элементами вращательного характера в сочетании с манипуляциями предметом [2], выполнение которых сопровождаются угловым ускорением. Реже будет встречаться прямолинейное ускорение, наблюдающееся при раздражении полукружных каналов (прыжки и приземления).

Информацию о расположении и движении частей тела предоставляет проприоцептивная сенсорная система, проприорецепторы которой представлены связками, мышцами и суставами. Выделяют статическую и динамическую проприорецепцию.

Статическая проприорецепция позволяет осуществлять ориентацию частей тела в пространстве, а динамическая отвечает за ощущение силы, скорости и направления движения [1].

Соматосенсорная система получает сигналы от проприорецепторов, ноцицепторов, экстерорецепторов, играющих одну из важных ролей в поддержании вертикального положения. Соматосенсорная информация участвует в постуральной устойчивости за счет механизма обратной регуляции, суть которого в том, что при выходе общего центра масс (ОЦМ) за пределы опоры со стороны ЦНС будут внесены коррективы в работу постуральных мышц и соответственно положение ОЦМ восстановится.

Стоит заметить, что гимнастки демонстрируют высокие показатели равновесия исключительно при выполнении тех упражнений, которые выполняются в ситуациях, являющихся типичными для них, а именно при выполнении равновесий на одной ноге и с открытыми глазами (с участием зрительного анализатора). Совершенствование в тренировочном процессе функции равновесия за счет разнообразных условий их выполнения (к примеру, лишая зрительной информации, но за счет этого увеличивать статическое напряжение мышц) должно являться необходимым условием роста спортивного мастерства в художественной гимнастике.

Таким образом, повышение показателей устойчивости спортсменок должно обеспечиваться совершенствованием функций зрительной, проприоцептивной и вестибулярной, а также соматосенсорной систем без выраженного доминирования одной из них.

Литература:

1. Ковалева А.В. Нейрофизиология, физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем: учебник для академического бакалавриата / А.В. Ковалева. – Москва: Юрайт, 2017. – 129 с.
2. Правила соревнований по художественной гимнастике 2017-2020 гг. – 2016. – 36 с.
3. Тришин А.С. Характеристика статической позной устойчивости и роли зрения у высококвалифицированных гимнасток / А.С. Тришин, Е.С. Тришин, Е.О. Пупенко. – Краснодар: Изд-во ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2020. – 4 с.

ОСОБЕННОСТИ ОТБОРА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ И ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

М.М. Саватеева

Научный руководитель старший преподаватель О.Ф. Барчо

Аннотация. Данная работа посвящена определению критериев начального отбора девочек для занятий художественной и эстетической гимнастикой, соответствующих требованиям видов спорта, на основании мнения тренеров.

Ключевые слова: художественная и эстетическая гимнастика, спортивный отбор, способности.

Проведенное анкетирование тренеров Краснодарского края показало, что для занятий художественной гимнастикой 65% тренеров в основном отбирают девочек в возрасте 4-5 лет, 15% молодых тренеров, имеющих малый стаж работы, даже с большим предпочтением будут работать с девочками 3-4 лет. Возраст 5-6 лет для отбора предпочитают 15% тренеров с большим профессиональным стажем и лишь 5% тренеров готовы принять на отделение девочек более старшего возраста, но при условии, что у них очень хорошие способности для вида спорта.

Для занятий эстетической гимнастикой 60% тренеров в основном отбирают девочек 5-6 лет, 4-5-летний возраст предпочитают 20% тренеров, с большим удовольствием 18% тренеров примут на отделение девочек 7 лет и старше, так как они уже прошли предварительную начальную подготовку, скорее всего на художественной гимнастике.

Пропорции телосложения спортсменки определяют ее успех на гимнастическом помосте. Художественная и эстетическая гимнастики предъявляют повышение требования к телу спортсменки, как к фигуре в целом, так и отдельных конечностей. От правильного телосложения зависит и успех обучения, оно способствует развитию необходимых физических качеств и двигательных способностей [1].

Точных критериев телосложения для занятий гимнастикой нет, но 86% тренеров по художественной гимнастике и 78% по эстетической, при отборе учитывают особенности телосложения, у себя в отделениях они хотели бы видеть девочек мускульно-астенического типа, имеющих узкий таз, длинную шею и конечности, с удлинённой формой мышц, без жировых отложений. Немаловажное значение при отборе в эти виды гимнастики имеет форма ног, подъем стопы и выворотность, так считают 22% тренеров в этих видах спорта.

Так как художественная и эстетическая гимнастики являются не только сложнокоординационными видами спорта, но и спортом с эстетической направленностью, внимание 5% тренеров заслуживают такие показатели, как выразительность и музыкальность, которые они относят к показателям внешних данных и которые, на их взгляд, должны учитываться при отборе [2].

Важной стороной отбора является оценка показателей двигательных способностей, необходимых для избранного вида спорта. Особое внимание, по мнению 50% тренеров по художественной гимнастике и 45% тренеров по эстетической, они обращают на развитие гибкости и подвижности в суставах, на развитие прыгучести 18% и 20% соответственно, ловкость отмечают 14% тренеров по художественной гимнастике и 10% по эстетической, практически единодушно 10% и 12% тренеров отмечают значение координационных способностей, быстроту реакции отмечают 10% тренеров по эстетической гимнастике и только 6% по художественной, наименьшее значение придается развитию силовых способностей 2 и 3%.

По единодушному мнению тренеров, основной причиной прекращения занятий гимнастикой является возрастание требований к уровню их физических способностей, присутствие в упражнениях новых, не освоенных ранее сложнокоординационных элементов, выполнение которых становится не под силу.

Спортивные неудачи и отсутствие результатов становится следующей причиной прекращения занятий, на третьем месте – разочарование в занятиях гимнастикой, отсутствие мотивации, желание попробовать себя в другом виде спорта. Занятость родителей, невозможность совмещать учебу и тренировочные занятия занимают 4 и 5 место, менее значимыми причинами тренеры считают: недостатки спортивной базы, переезд или смену жительства ребенка, постоянные болезни и травмы.

Проблема прекращения занятия также заключается в том, что тренеры для достижения высоких спортивных результатов ускоряют предварительную подготовку и раньше времени вводят узкую специализацию на фоне повышения нагрузок, это приводит к уменьшению сроков базовой подготовки и повышению требований к юным спортсменкам, что сказывается на их количестве в группе занимающихся [3].

Еще раз необходимо подчеркнуть, что успешно заниматься художественной и эстетической гимнастикой в настоящее время могут лишь девочки, обладающие уникальными способностями, которые легко выявляются тренерами на этапе начальной подготовки.

Литература:

1. Гаилов Ф.Ф. Спортивная ориентация и отбор в гимнастических дисциплинах: дис. ... канд. пед. наук / Ф.Ф. Гаилов – СПб, 2014. – 193 с.
2. Загrevский О.И. Факторная структура физической подготовленности юных спортсменок 5-10 лет в художественной гимнастике / О.И. Загrevский, И.Н. Зеленкина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2010. – № 5. – С. 38-41.
3. Карпенко Л.А. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике: Учеб. пособие / Л.А. Карпенко, О.Г. Румба. – Москва, 2014. – С. 126-129.

К ВОПРОСУ ОПТИМИЗАЦИИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГИМНАСТОВ (НА ПРИМЕРЕ ПРЫЖКОВ НА БАТУТЕ)

А.А. Семенихина

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

Аннотация. В данной работе, на основе анализа научно-методической литературы, рассматривается содержание технической подготовки прыгунов на батуте высокой квалификации, знание которой позволит грамотно организовать тренировочный процесс.

Ключевые слова: техническая подготовка, прыжки на батуте, высокая квалификация.

Прыжки на батуте представляют собой сочетание элегантности и грации, эстетики и чувства ритма, высокой координационной сложности, искусства и динамичности движения, силы и упорства, стойкости характера и воли к победе. Неотъемлемой частью тренировочного процесса гимнастов высокой квалификации, специализирующихся в прыжках на батуте, является техническая подготовка, проявляющаяся в сложном сочетании показателей тренировочной и соревновательной деятельности в целом, и в ее отдельных частях. Техническую подготовку нельзя рассматривать изолированно, она является составляющей единого целого, в котором технические решения тесно взаимосвязаны с физическими, психическими, тактическими возможностями гимнаста, а также конкретными условиями внешней среды, в которой выполняется спортивное действие. Результатом процесса специальной технической подготовки в прыжках на батуте является состояние технической подготовленности спортсмена, обуславливающее успешное выполнение отдельных элементов, их соединений и «связок», которые в различных сочетаниях могут объединяться в соревновательные упражнения [1].

На эффективность специальной технической подготовки высококвалифицированных прыгунов на батуте влияют уровень предварительной подготовленности спортсменов, их индивидуальные особенности, особенности избранного вида спорта, общая структура тренировочного цикла и другие факторы. Дифференциация же ее основных компонентов и координирующих действий и разработка конкретных средств оценки позволит вносить коррекцию в процесс совершенствования спортивного мастерства. При этом необходимо отдавать предпочтение тем параметрам, которые определяют результативность соревновательной деятельности спортсмена. Исследованиями Н.Н. Пилюка (2020) установлено, что основными направлениями специальной технической подготовки прыгунов на батуте являются:

- совершенствование техники соревновательных упражнений;
- наращивание сложности соревновательной программы;
- совершенствование пространственно-временных параметров [2].

Следовательно, чем выше показатели критериев специальной технической подготовленности, тем на более высокую оценку может рассчитывать спортсмен за выполнение соревновательной программы. Подводя итог, можно сделать вывод о том, что для достижения максимальных результатов гимнаст должен стремиться:

- уменьшать время на подготовку и набор рабочей высоты за счет выполнения как можно меньшего количества прямых прыжков, выводящих гимнаста на рабочую высоту;
- уменьшать объем пространства и увеличивать его высоту (за счет уменьшения углов отталкивания и приведения прыжков как можно ближе к прямым линиям, уменьшая перемещения по осям относительно батута);
- увеличивать время выполнения соревновательного упражнения за счет выполнения максимально высоких прыжков;
- увеличивать трудность как каждого прыжка в комбинации, так и комбинации в целом за счет выполнения максимального количества безопорных вращений;

- стремиться получать максимальную оценку за техническое исполнение комбинаций за счет оптимизации технических действий при выполнении прыжков, что отражает уровень технического мастерства спортсмена [3].

Подводя итог, можно констатировать, что выполнение соревновательного упражнения в прыжках на батуте находится в определенных пространственных, временных и технических рамках, ограниченных правилами соревнования, с одной стороны, и уровнем специальной технической подготовленности, с другой.

Для выявления факторов, определяющих уровень технической подготовленности спортсменов в прыжках на батуте, необходимо совершенствовать ее отдельные компоненты и использовать объективные критерии оценки контроля показателей технического мастерства.

Литература:

1. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее аспекты: учебник для вузов физической культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Советский спорт, 2015. – 500 с.

2. Педагогический контроль специальной технической подготовленности спортсменов высокой квалификации в прыжках на батуте / Н.Н. Пиллюк, Н.В. Береславская, Г.М. Свистун, Л.В. Жигайлова, Я.В. Павлова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2020. – № 1. – С. 43-48.

3. Пушкарный М.Ю. Теория и методика обучения прыжкам на батуте на этапе начальной подготовки: учебное пособие / М.Ю. Пушкарный, Л.В. Жигайлова, Н.Н. Пиллюк. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 70 с.

РОЛЬ СКОРОСТНЫХ КАЧЕСТВ В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ

М.А. Сенченко

Научный руководитель доцент И.Н. Ронь

Аннотация. В данной работе на основе анализа литературы рассматривается значение скоростных качеств при исполнении спортсменами соревновательной программы акробатического рок-н-ролла. В акробатическом рок-н-ролле скоростные качества играют одну из основных ролей, так как оценивание спортсменов судьями происходит, в том числе, по критерию музыкальности, то есть умения спортсменов выполнять акцентированные движения четко в ритм.

Ключевые слова: спорт, акробатический рок-н-ролл, скоростные качества, соревнование, танец.

Акробатический рок-н-ролл – это сложнокоординационный вид спорта, который сочетает в себе не только элементы танца, но и сложную акробатику.

В акробатическом рок-н-ролле соревновательная программа исполняется под темп, при котором в минуту звучит 192- 196 акцентированных ударов. То есть за 60 секунд выполняется примерно такое же количество киков и поджимов (поочередный выброс ног вперед, вверх) и несколько акробатических элементов. Для всего вышеперечисленного спортсмену данного вида спорта необходимо владеть скоростными качествами на высоком уровне, то есть физическим качеством «быстрота».

Под быстротой подразумевается совершение максимального количества танцевальных движений за минимальный отрезок времени.

Конкретно в акробатическом рок-н-ролле скоростные качества играют одну из основных ролей, так как оценивание спортсменов судьями происходит, в том числе, по критерию музыкальности, то есть умения спортсменов выполнять движения ногами и руками четко в ритм.

Согласно правилам ФТСАПП, за критерий ритмичности в зависимости от ошибок проставляется сбавка, выраженная в процентах. Сбавка варьируется от 5% до 100%. Так, к примеру, неправильный свинговый ритм на протяжении всего основного хода (отсутствие 9 касаний пола) наказывается сбавкой 100%, а замедленный кик-бол-чендж перед исполнением акробатического элемента наказывается 10%.

При оценке основного хода учитывается также умение спортсменов танцевать не «рядом с музыкой», а четко попадать в ритм. Такая ошибка будет стоить спортсмену 25% от общего количества баллов.

Основной ход у партнера и партнерши оценивается отдельно. Максимальная оценка каждого из партнеров составляет 10 баллов. Все вышеперечисленные факты указывают на то, что быстрота в акробатическом рок-н-ролле играет ключевую роль [1].

Средствами развития быстроты являются различные упражнения, требующие не только быстрой реакции, но и большой скорости выполнения отдельных движений. Они могут быть как общеподготовительными, так и специальными, различные броски, основной ход, вариации.

Развивать скорость одиночного движения можно при помощи выполнения отдельных фаз основного хода акробатического рок-н-ролла с фиксацией времени выполнения. Частота или темп движений развивается при помощи различных упражнений, таких как выполнение танцевальных движений за световым или звуковым лидером, а также бег с высоким подниманием бедра, бросками или поджимами. Количество повторений необходимо рассчитывать так, чтобы скорость выполнения не снижалась.

Упражнения для развития быстроты нужно выполнять в начале основной части тренировки. К основным методам относят повторный, соревновательный, а также игровой [2].

Наиболее эффективно, как считают специалисты, скоростные качества развиваются в период 7-8 лет.

Литература:

1. ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «АКРОБАТИЧЕСКИЙ РОК-Н-РОЛЛ» утверждены приказом Минспорта России от «07» марта 2019 г. № 191
2. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. Серия «Спорт без границ». – М.: Советский спорт, 2009. – 200 с.

ЗАДАЧИ ПЕРИОДОВ ПОДГОТОВКИ В ОПОРНЫХ ПРЫЖКАХ ГИМНАСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Д.С. Скрышник, Ф.Ю. Жигайлов

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

Аннотация. На основе анализа научно-методической литературы в работе рассмотрены основные задачи и элементы, выполняемые в опорных прыжках на различных периодах подготовки гимнастов высокой квалификации.

Ключевые слова: спортивная гимнастика, гимнастическое многоборье, циклы подготовки.

При подготовке спортсмена к соревнованиям на каждом этапе преобладает тот или иной вид подготовки. Решаются определенные задачи в зависимости от выделенных трех основных понятий отрезков затраченного времени для достижения спортивного результата на тренировочных или соревновательных мероприятиях (макро-, мезо- и микроциклы) в спортивных видах гимнастики.

Олимпийский цикл – это четырехлетний цикл. Возможно годовое или полугодовое планирование (макроциклы). Существует три характерных периода подготовки [3].

Первым является подготовительный период. Решаются в процессе тренировочных занятий следующие задачи: приобретение полноценной спортивной формы, уделить внимание освоению новых структурных элементов для программ и совершенствованию ОФП и СФП. На этом этапе на тренировочных занятиях гимнастики выполняются в опорном прыжке специальные «подводящие» упражнения, а так же большое количество соревновательных прыжков в усложненных условиях (отягощения, приземление на возвышенность) [3, 4].

Вторым периодом в тренировочном процессе является соревновательный период, в котором реализуются итоги работы подготовительного периода. На данном этапе преобладает техническая и психологическая подготовка. Часто этап заканчивается чередой соревнований с разрывом всего в несколько недель, и для полного восстановления гимнастов используются средства ОФП (в висах и упорах, упражнения скоростно-силовой направленности), восстановительные процедуры и т.д.

Для решения поставленных задач этого этапа используются соревновательные прыжки (по правилам соревнований) и соревновательные прыжки в облегченных условиях, например, в поролоновую яму [1, 4].

На третьем периоде (переходном) планируются восстановительные мероприятия после больших тренировочных и соревновательных нагрузок. Длительность этого периода и его насыщенность (активный и пассивный отдых, задания общей физической подготовки, физиотерапия) зависит не только от суммарных значений выполненных двигательных заданий двух предшествующих периодов, но и от текущего календаря соревнований [2, 4].

Средствами решения задач этого этапа являются простейшие «подводящие» упражнения для отработки различных фаз опорного прыжка (рисунок).

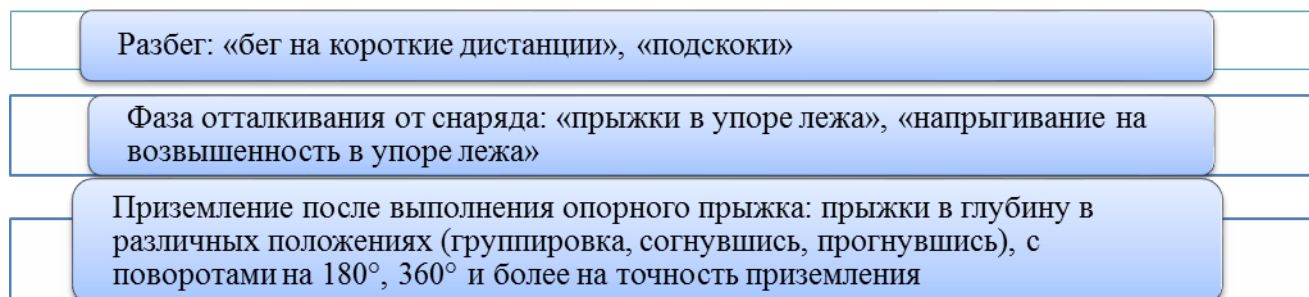


Рисунок – Основные фазы опорного прыжка в спортивной гимнастике

Таким образом, при решении основных задач и подбору выполняемых элементов в опорных прыжках на различных этапах подготовки гимнасток высокой квалификации задания должны соответствовать рангу соревнований и уровню подготовленности.

Литература:

1. Гимнастическое многоборье: Женские виды / под ред. Ю.К. Гавердовского. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – С. 6-46.

2. Новакова К.Г. Анализ соревновательных программ юных гимнасток в опорных прыжках / К.Г. Новакова, Т.В. Шашкова, Л.В. Жигайлова и др. // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых ЮФО (февраль – март 2017 года), Часть 1, Краснодар. – С. 286-287.

3. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика) / Н.Н. Пилюк, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская и др. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – Часть 2. – С. 52-65.

4. Теория и методика спортивной гимнастики: учебник в 2 т. – Т.1 / Ю.К. Гавердовский. – М.: Советский спорт, 2014. – С. 324-342.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ГИМНАСТОК СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЭТАПА ПОДГОТОВКИ

М.А. Тозлян

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

Аннотация. В данной работе на основе аналитического обзора представлены роль и основные аспекты психологической подготовки для правильной организации тренировочных занятий гимнасток спортивно-оздоровительного этапа подготовки в художественной гимнастике.

Ключевые слова: психологическое состояние, психологические воздействие, психологическая подготовка.

Художественная гимнастика – красивый и зрелищный вид спорта. Для достижения высоких соревновательных результатов необходимо в тренировочном процессе юных гимнасток применять все виды подготовки (теоретическую, техническую, физическую, психологическую, тактическую и хореографическую) [2, 3].

Психологическая подготовка юных гимнасток спортивно-оздоровительного этапа подготовки направлена на успешное развитие эмоциональной устойчивости, уверенности в своих силах, независимости и самостоятельности, способствует развитию выразительных способностей (рисунок 1).

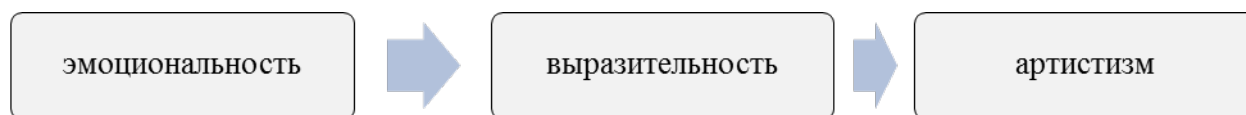


Рисунок 1 – Выразительные способности в художественной гимнастике

Основными методами психологической подготовки гимнасток спортивно-оздоровительного этапа подготовки являются [1]:

– методы развития мотивации занятий художественной гимнастикой.

Для укрепления мотивации необходимо включать в тренировочные мероприятия элементы игр на развитие внимания, помехоустойчивости и др. Работу с гимнастками необходимо вести последовательно и целенаправленно;

– методы развития навыков самоконтроля и формирования самооценки. Необходимо в процессе выполняемых заданий давать спортсменкам работу в парах с взаимным контролем и оценкой, что позволяет детям в процессе такой работы усваивать критерии правильного выполнения упражнений;

– методы развития устойчивости внимания.

Основные средства, применяемые в тренировочном процессе, – игры, модифицированные в соответствии с условиями тренировок и возрастом занимающихся, тестовые комплексы на внимание [4];

– методы развития психомоторных способностей (развитая двигательная память, хорошее двигательное воображение).

Необходимо обучать занимающихся самоконтролировать и саморегулировать двигательные действия, что будет способствовать подчинению двигательных действий поставленной цели. Необходимо в процессе обучения выполнять задания, точно скопировав заданный образец (отдельный элемент, связку и т.д.), упражнения на переключение координации движений. Умение выполнять по показу задания – компонент готовности к обучению. Для формирования навыка дифференцировки движений рекомендуется выполнять упражнения с отягощением и без него, метания мяча разного веса, прыжки на заданное расстояние. Временную дифференцировку движений гимнастики совершенствуют

при выполнении упражнений и связок на время, с наращиванием и замедлением темпа движений;

– методы развития помехоустойчивости.

В тренировочных занятиях некоторые упражнения выполнять в усложненных условиях (посторонние люди, шум и т.п.), приучая юных гимнасток к соревновательным условиям [1].

Таким образом, использование основных методов психологической подготовки гимнасток спортивно-оздоровительного этапа подготовки в тренировочном процессе позволит избежать ошибки обучения сложнокоординационным движениям и сократит время подготовки спортсменок к участию в соревнованиях.

Литература:

1. Горская Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учебное пособие / Г.Б. Горская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – С. 38-53.

2. Жигайлова Л.В. Исследование свойств темперамента и особенности проявления волевых качеств гимнасток на начальном этапе специализированной подготовки / Л.В. Жигайлова, Н.В. Береславская, С.В. Шукшов, А.А. Никочалова // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А.И. Погребного. Т. 21. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 98-102.

3. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика): курс лекций для студентов 3-4 курса / Н.Н. Пилюк, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ. – Часть 2. – 2015. – 163 с.

4. Цвен Н.В. Психотехнические игры в спорте / Н.В. Цвен, Ю.В. Пахомов. – М. 1985. – С. 45-48.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ ЮНЫХ ГИМНАСТОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ

А.Ю. Ухабова

Научный руководитель В.В. Тронеv

Аннотация. Анализируя научные и научно-методические источники, описывающие особенности вида спорта эстетическая гимнастика, следует отметить, что из всех физических качеств, уровнем развития которых характеризуется физическая подготовленность спортсменок, гибкость будет иметь наибольшее значение для соревновательного результата. Следовательно, изучение и разработка методов развития гибкости является актуальной темой исследования.

Ключевые слова: эстетическая гимнастика, физическая подготовленность, развитие физических качеств.

В эстетической гимнастике следует выделять несколько видов гибкости. В основном это активная и пассивная гибкости, каждая из которых проявляется в различных моментах спортивной подготовки в эстетической гимнастике, однако следует выделить специальную гибкость (которая проявляется только в процессе выполнения специальных гимнастических элементов), динамическую и статическую (также проявляющихся при выполнении характерных гимнастических элементов и упражнений). Следует отметить, что на все перечисленные виды гибкости влияют в первую очередь две группы факторов – внутренние (анатомическое строение суставов, состояние связок и сухожилий) и внешние (время дня, температура и т.д.) [1].

Существует два основных вида средств определения гибкости – аппаратный и педагогический. Аппаратный заключается в использовании различных внешних измерительных приборов для наиболее точного определения подвижности суставов в градусах. Педагогические средства – это преимущественно упражнения (тесты), выполнение которых показывает уровень подвижности.

Анализируя данные упражнения, определяющие гибкость у спортсменок, мы можем отметить, что данные тесты направлены преимущественно на определение подвижности тазобедренных суставов и позвоночного столба, о чем говорит преимущество соответствующих упражнений.

Однако следует отметить необходимость добавления в программу контроля развития гибкости тесты для определения гибкости и других суставов гимнасток, а именно плечевого сустава и голеностопного сустава [2].

В процессе контроля развития гибкости следует учитывать формы контроля, а именно оперативный, текущий и этапный. Так, например, в рамках этапного контроля, который имеет смысл использования рентгенографического способа измерения гибкости гимнасток. Это обусловлено особенностями возрастной периодизации развития гибкости и особенностями данного способа, поскольку он сам направлен на определение максимально возможной массивной подвижности суставов [3].

Использование расширенного объема педагогических тестов в совокупности с использованием аппаратных средств позволит получать наиболее точные результаты в определении гибкости. Проведение контроля гибкости с использованием вышеозначенных средств в процессе комплексной программы подготовки будет способствовать наиболее качественному процессу подготовки спортсменок в эстетической гимнастике.

Литература:

1. Жигайлова Л.В. Программа развития физической подготовленности девочек 4-5 лет, занимающихся эстетической гимнастикой / Л.В. Жигайлова, И.В. Тихонова, А.В. Сладкова, П.Ю. Жигайлов // Физическая культура, спорт и здоровье в современном

обществе. Сборник научных статей международной научно-практической конференции. Воронежский государственный институт физической культуры. Воронеж, 2020. – С. 66-69.

2. Тихонова И.В. Личностно-деятельные особенности тренера по эстетической гимнастике / И.В. Тихонова, О.Ф. Барчо, Л.В. Жигайлова, Г.М. Свистун, В.В. Тронеv, А.В. Волкова // Chronos. – 2021. – Т. 6. – № 2 (52). – С. 92-94.

3. Жигайлова Л.В. Техническая подготовка девочек 10-12 лет, занимающихся эстетической гимнастикой / Л.В. Жигайлова, И.В. Тихонова, Н.В. Береславская, П.Ю. Жигайлов // Современные проблемы физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности. Сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции Всероссийского конкурса научных работ в области физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности. Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец, 2020. – С. 143-147.

УДК: 796.412.2

ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

А.А. Фисак

Научный руководитель доцент Н.В. Береславская

Аннотация. Анализ научно-методической литературы позволил узнать и представить в статье существующие разновидности балансировочных тренажеров, которые можно применять для совершенствования вестибулярной устойчивости высококвалифицированных гимнасток.

Ключевые слова: вестибулярная устойчивость, художественная гимнастика, высокая квалификация.

Одним из основных средств, применяемых для совершенствования вестибулярной устойчивости в художественной гимнастике, являются упражнения на балансировочных тренажерах – неустойчивые спортивные снаряды, используемые для баланс-тренинга (рисунок) [1].



Балансировочная
массажная подушка



Нестабильная кор-
платформа (Core)



Нестабильная степ-
платформа



Тренажер Bosu balans
trainer

Рисунок – Балансировочные тренажеры для совершенствования вестибулярной устойчивости художественных гимнасток высокой квалификации

Упражнения, выполняемые на балансировочных тренажерах, способствуют укреплению мышц-стабилизаторов, слабо задействованных при выполнении упражнений в обычных условиях. Состояние тонуса этих мышц будет влиять на технически правильное выполнение движения за счет сохранения рабочей осанки. Удержание равновесия гимнастики на балансировочных тренажерах происходит за счет активного включения в работу практически всех мышц опорно-двигательного аппарата, в том числе и мелких, как правило не задействованных при выполнении упражнений в обычных условиях [2].

Таким образом, использование балансировочных тренажеров в тренировочном процессе гимнасток высокой квалификации будет способствовать качественному выполнению одной из групп базовых упражнений художественной гимнастики – «Равновесия» за счет повышения функциональных возможностей их вестибулярного аппарата.

Литература:

1. Тренажеры в спорте, гимнастика: учебное пособие / Г.М. Свистун, Н.Н. Пилук, Л.В. Жигайлова, О.Ф. Барчо, Н.В. Береславская – Краснодар: КГУФКСТ. – 2018. – 68 с.
2. Чертихина Н.А. Функциональная основа выполнения элементов художественной гимнастики, вызывающих вестибулярные реакции / Н.А. Чертихина // Ярославский педагогический вестник. – Ярославль: ФГБОУ ВПО: ЯГПУ им. К.Д. Ушинского. – 2011. – №3. – Том II. – С. 110-113.

СПЕЦИФИКА ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОМУ ДЕЙСТВИЮ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ

Ф.А. Чичиян

Научный руководитель профессор И.В. Тихонова

Аннотация. В работе на основе аналитического обзора показано, что процесс спортивной тренировки в вольной борьбе обусловлен специфическими особенностями обучения двигательным действиям. Учет специфических особенностей приводит к повышению надежности и результативности технических приемов в соревновательной деятельности.

Ключевые слова: двигательное действие, вольная борьба, обучение.

В настоящее время в теории и методике спортивной тренировки существует определенная специфика построения обучения двигательному действию. При этом определены последовательные этапы обучения в соответствии с закономерностями формирования двигательного навыка, которых обычно три, различающихся по составу решаемых задач и их реализации согласно методике обучения двигательным действиям в вольной борьбе:

– первый этап включает в себя начальное разучивание двигательного действия, включая представление о нем, установка на овладение им, изучения его механизма, создание ритмической структуры;

– второй этап основан на детальном изучении закономерностей двигательного действия, его совершенствовании по элементам, пространственно-временным характеристикам и индивидуальным особенностям;

– третий этап закрепляет двигательное действие в навык и продолжает его совершенствовать применительно к выполнению в соревновательной деятельности с учетом индивидуальных особенностей спортсмена [2].

Эти этапы представляют собой общий алгоритм обучения двигательным действиям в вольной борьбе. Внесение коррекций в структуру алгоритма обучения двигательным действиям происходит в зависимости от ряда факторов: индивидуальные особенности спортсмена, пол, возраст, этап спортивной подготовки, направленность тренировочного занятия и специфика изучаемых действий [1, 3]. Особо надо отметить роль тренера в осуществлении обратной связи со спортсменом для оперативного внесения коррекций в структуру изучаемого технического приема в вольной борьбе.

Таким образом, представленный теоретический анализ научно-методической литературы по аспектам оптимизации алгоритма формирования и совершенствования двигательного действия в вольной борьбе подтверждает наличие методологической проблемы, что дает основание для определения конкретных путей реализации алгоритма формирования и совершенствования двигательного действия в спортивной тренировке.

Литература:

1. Воробьев В.А. Специфика технико-тактической подготовки борцов вольного стиля на основе рационального сочетания средств из различных видов борьбы: дис. ... канд. пед. наук / В.А. Воробьев. – СПб., 2001. – 164 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: учебник / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
3. Тихонова И.В. Организация управления подготовкой высококвалифицированных борцов / И.В. Тихонова, С.М. Марьянц, Е.А. Розевика // Сборник научных трудов III международной научно-практической конференции «Основные вопросы теории и практики педагогики и психологии». – Омск, 2016. – С. 78-80

ТРАВМАТИЗМ В СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННЫХ ВИДАХ СПОРТА (НА ПРИМЕРЕ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ)

И.Е. Шикунов, С.С. Муравьев

Научный руководитель доцент Л.В. Жигайлова

Аннотация. В данной работе на основе анализа научно-методической литературы рассмотрены основы травматизма в сложнокоординационных видах спорта, на примере спортивной гимнастики.

Ключевые слова: спортивная гимнастика, гимнастическое многоборье, травматизм.

Выполнение соревновательных программ в спортивной гимнастике связаны с риском выполнения элементов и опасностью получения травм. В тренировочном процессе тренер-преподаватель должен максимально точно следовать всем правилам безопасности [2].

При выполнении гимнастических элементов на снарядах многоборья все звенья спортсмена постоянно подвергаются нагрузкам [2, 3].

По техническим действиям выполнения соревновательных упражнений мужчинами на кольцах, перекладине, брусьях отличаются от требований выполнения и содержания программ на снарядах женского многоборья [1].

Коленные, голеностопные суставы – в процентном отношении наиболее часто встречающиеся травмы среди женщин. При выполнении упоров и при приземлениях сальтовых элементов на руки в упражнениях на брусьях у мужчин основной процент травм приходится на верхние конечности: локти, лучезапястные суставы, кисти.

Острые травмы (рисунок) составляют примерно 62% всей патологии в спортивных видах гимнастики, а 38% – это заболевания опорно-двигательного аппарата.



Р

Рисунок – Основные острые травмы в спортивной гимнастике

Чаще всего спортсмен травмируется при выполнении соскоков с гимнастических снарядов и при приземлениях после выполнения акробатических и опорных прыжков.

Таким образом, тренер должен ясно понимать все основные причины возможного травматизма, заранее исключая опасные ситуации.

Литература:

1. Жигайлова Л.В. Компоненты технической подготовки для выполнения упражнений на бревне / Л.В. Жигайлова, Н.В. Береславская, А. Альшерафи // 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. 38-39.

2. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика) / Н.Н. Пиллюк, Г.М. Свистун, Л.В. Жигайлова и др. Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2012. – 172 с.

3. Физическая культура: гимнастика (для специальностей нефизкультурно-спортивной направленности): учебное пособие для студентов высших и средних учебных заведений физической культуры / Л.В. Жигайлова, О.Ф. Барчо, Н.В. Береславская, Г.М. Свистун. Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2014. – 160 с.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ, ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКИ И СТРЕЛКОВОГО СПОРТА

УДК: 796.853.23

ОСОБЕННОСТИ СТАНОВЛЕНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ДЗЮДО

А.А. Арзуманян

Научный руководитель доцент А.А. Близнюк

Аннотация. В представленном исследовании изложены данные, систематизированные путем анализа программ подготовки дзюдоистов, представленных в широком доступе. Нами оценивалась динамика и особенности формирования, в процессе тренировок координационных способностей занимающихся борьбой дзюдо.

Ключевые слова: борьба-дзюдо, координационные способности борцов, тренировки в дзюдо.

В настоящее время борьба притягивает к себе внимание как вид спорта, способствующий всестороннему физическому развитию детей. В образовательный процесс активно внедряется программа «Самбо в школу», в связи с чем исследования в области программ подготовки борцов разного стиля является актуальным [1, 2]. Проведенный анализ данных литературы выявил недостаточное освещение процесса начальной подготовки борцов, и в частности формирования качеств [1, 2, 3].

Спортивная борьба отнесена к ситуационно-координационным видам спорта. Следовательно, этапы развития координационных способностей и динамика их становления с учетом возраста являются основным направлением исследований спортивной науки. По технической структуре, движения борца, и в частности дзюдоиста, характеризуются выполнением технических приемов в изменяющихся ситуациях. Такая особенность вида спорта предъявляет повышенные требования к ловкости спортсменов в разделе выполнения движений в изменяющихся условиях. Наше исследование заключалось в подборе тестовых заданий и оценке их информативности для определения степени сформированности координационных способностей борцов-дзюдоистов. Проведя анализ 30 программ спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, мы выделили упражнения, позволяющие оценить развития качеств посредством специальных заданий. Далее нами было проведено тестирование по описанным выше заданиям спортсменов, тренирующихся на базе спортивной школы олимпийского резерва №7 города Сочи. После проведения первого тестирования группа была разделена на контрольную и экспериментальную по 15 человек в каждой. Контрольная группа продолжала тренировочный процесс по программе школы. В программу подготовки экспериментальной группы в заключительную часть вводились упражнения игровой направленности на развитие или закрепление координационных способностей. Результаты, полученные после внедрения наших упражнений, выявили достоверное ($P < 0,05$) улучшение показателей по всем тестируемым компонентам. Следовательно, использование упражнений нашей программы позволяют повысить такие параметры как точность выполнения заданий – 1,24 ед, показатели быстроты возросли также на 1,27 ед. Все вышесказанное позволяет утверждать, что предложенный комплекс упражнений может являться эффективным.

Литература:

1. Дзюдо (система и борьба): учебник / Под общ.ред. Ю.А. Шулики, Я.К. Коблева. Ростов н/Дону: Феникс, 2006. – 800 с.
2. Еганов В.А. Обоснование направленности педагогических воздействий и подбора средств тренировки при развитии координационных способностей в спортивных видах единоборств / В.А. Еганов, А.О. Миронов // Современные проблемы науки и образования. – 2011. – № 4. – С. 18-22.
3. Тихонова И.В. Методические особенности построения процесса обучения двигательным действиям слабовидящих и слепых юных дзюдоистов / И.В. Тихонова, А.В. Шевченко, Ю.М. Схаляхо, П.Г. Омарова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 2. – С. 63-67.

МЕТОДИКА ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В НАЧАЛЬНЫХ ГРУППАХ ТХЭКВОНДО

Т.Н. Барковская, Д.А. Корицкая

Научный руководитель доцент И.А. Коротких

Аннотация. На основе анализа литературы можно констатировать, что современное тхэквондо – это популярный быстроразвивающийся вид спорта, который характеризуется высокой эмоциональной напряженностью, скоростью, силой и красотой. Спорт с большими и интенсивными нагрузками, что требует хорошей физической и психологической подготовки. А так как в младшем школьном возрасте закладывается фундамент спортивного мастерства, поэтому очень важен и правильный педагогический подход и процесс тренировки. Необходимо уделять внимание развитию совершенствования прежде всего тренировочного процесса в начальных группах тхэквондо.

Ключевые слова: тхэквондо, единоборства, тренировочный процесс, техническая подготовка, психологическая подготовка, начальная группа.

Дети приходят заниматься тхэквондо обычно в младшем школьном возрасте, поэтому особенно важно на начальном этапе учитывать особенности развития способностей данной возрастной группы, потому что именно здесь закладывается фундамент спортивного мастерства, не менее важен и правильный педагогический подход и процесс тренировки. Это очень благоприятный период для «закладки» фундамента будущего «чемпиона», развития его способностей, необходимых в бою для победы, период создания «фундамента» будущей успешной карьеры маленького спортсмена.

Проанализировав научно-методическую литературу, можно сделать вывод, что необходимо уделить внимание занятиям комплексной и избирательной направленности. Занятия избирательной направленности в начальных группах тхэквондо заключаются в том, чтобы основной объем упражнений обеспечивал преимущественное решение какой-либо одной задачи (например, развитие специальной выносливости). И соответственно, построение занятий комплексной направленности предполагает использование тренировочных средств, способствующих решению нескольких задач в одном занятии [2].

Тхэквондо – как многие единоборства – «богат» техническим и практическим арсеналом приемов, характеризуются хорошим развитием физических и психологических возможностей спортсмена [1]. Но тренировочный процесс в основном строится на комплексных занятиях, в которых одновременно решаются самые разнообразные задачи. Следует не забывать, что наиболее сильно отражаются на организме спортсмена занятия избирательной направленности, в режимах различных методов с использованием при этом разнообразных программ, что позволяет сосредоточиться в определенном направлении. Однако необходимо помнить, что широкое использование занятий избирательной направленности грозит переутомлением и перенапряжением функциональных систем еще не окрепшего организма юных тхэквондистов.

Литература:

1. Гил Константин, Ким Чур Хван. Искусство тхэквондо. – М; 2010. – 742 с.
2. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. – М.: Физкультура и спорт, 2009. – 352 с.
3. Оранский И.В. Восточные единоборства. – М., 2012. – 672 с.

ВКЛЮЧЕНИЕ МУЗЫКАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРИ ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ

В.А. Борисевич

Научный руководитель доцент А.А. Близнюк

Аннотация. В данной работе на основе анализа научно-методической литературы рассматривается вопрос об особенностях использования музыкального сопровождения тренировочного процесса спортсменов.

Ключевые слова: музыка, спортсмены, тренировочный процесс, музыкальное воздействие.

Рост спортивных результатов, которые показывают спортсмены на соревнованиях различного ранга, обусловлен в свою очередь повышением тренировочных нагрузок. В настоящее время спортсмены высокого класса, в зависимости от этапа подготовки, проводят до 20 тренировок в неделю. Во многих видах спорта, таких как тяжелая атлетика, легкая атлетика, плавание, стрельба, тренировки в такие периоды становятся монотонными, что может вызвать переутомление центральной нервной системы спортсменов и привести к снижению прироста их результатов, что в свою очередь не позволяет раскрыть весь внутренний потенциал и возможности [2, 3].

Оптимизировать нервно-психическое напряжение спортсменов может помочь положительный эмоциональный фон. Чем больше положительных эмоций получают спортсмены во время тренировок, тем более интенсивно проходят их тренировки и тем больший объем работы выполняется ими, а нагрузка нервной системы – уменьшается.

Для снижения нервно-психического напряжения во время тренировок используются различные способы:

- Частое изменение тренировочных приемов и действий;
- Оптимизация тренировочного процесса и процесса восстановления спортсменов;
- Музыкальное сопровождение тренировочного процесса, а также процесса восстановления.

При соблюдении двух указанных выше пунктов спортсмены могут проводить тренировки с высокой интенсивностью и более раскрепощенно, с желанием. Однако, если оптимизация тренировочного процесса не приводит к положительным изменениям, а частое изменение тренировочных приемов и способов невозможно, то применение музыкального сопровождения тренировок может положительно повлиять на их результат.

Еще большее напряжение спортсмены испытывают во время самих соревнований и прослушивание музыки может также положительно повлиять на достижение максимального спортивного результата в соревнованиях.

Исследования особенностей влияния музыки на виды деятельности человека начались еще в конце XIX, начале XX веков. В нашей стране об использовании музыки на промышленных предприятиях задумывались еще в 60-х годах прошлого века, а к применению музыки при подготовке спортсменов пришли немного позже, в 70-80-х годах [1].

Однако, несмотря на вышесказанное, влияние музыки на эмоциональное состояние спортсменов до конца не изучено и требует более глубоких и масштабных научных изысканий. В решении данного вопроса необходимо решить ряд задач:

1. определить воздействие звуковых колебаний и шума на спортсменов;
2. определить воздействие различных направлений музыки на спортсменов;
3. определить оптимальную частоту звуковых колебаний при использовании музыки на тренировках.

Таким образом, использование музыки в подготовке спортсменов высокого класса, за исключением тех видов спорта, в которых ее использование предусмотрено правилами соревнований, до конца не изучено и требует большого внимания.

Литература:

1. Бабичева А.В. Общая и специальная работоспособность девушек, занимающихся регби / Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа. Материалы конференции. – 2020. – С. 114.
2. Гронская А.С. Функциональное состояние нервно-мышечного аппарата юношей - боксеров в подготовительном периоде тренировки / А.С. Гронская, Я.Е. Бугаец, М.В. Малука // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях: Материалы Международной научно-практической конференции. – 2020. – С. 373-377.
3. Смирнова Ю.В. Возможности регулирования занятий физическими упражнениями посредством музыкального сопровождения // Фитнес в модернизации физкультурного образования и его роль в оздоровлении населения России / V всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 65-летию факультета физической культуры РГПУ им. А.И. Герцена (25 октября 2011 г.). – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2011. – С. 52-60.

ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА «СНАЙПЕРСКИЙ РУБЕЖ» В РАМКАХ «АРМИИ-2020»

А.Н. Гниденко

Научный руководитель доцент А.А. Близнюк

Аннотация. Данный материал раскрывает особенности проведения соревнований снайперов в рамках Всемирных военных игр 2020 года на основе анализа методической литературы.

Ключевые слова: снайперский рубеж, снайперские подразделения, стрелки, рейтинг команд,

Конкурс «Снайперский рубеж» относится к Армейским международным играм, комплексным международным соревнованиям, которые ежегодно проводятся между подразделениями вооруженных сил государств. Дополнительно вне зачета конкурса в Армейских международных играх участвует команда снайперов от Общероссийской общественно-государственной организации «Добровольное общество содействия армии, авиации и флоту России». Положение о конкурсе разработано на основании требований, изложенных в Положении об организации подготовки и проведения Армейских международных игр, утвержденном Советом международного организационного комитета Армейских международных игр 21 мая 2018 году [1].

Конкурс проводится в целях укрепления международного военного сотрудничества между государствами; повышения уровня подготовки личного состава снайперских подразделений; изучения приемов и способов действий, обобщения передового опыта и методик подготовки снайперов; обмена опытом и повышения престижа военной службы; определения лучших снайперов, снайперской пары и команды военнослужащих из числа участвующих в конкурсе.

Конкурс преимущественно проходит на территории Республики Беларусь. В 2019 году данный конкурс объединил профессиональных стрелков из 21 государства: России, Белоруссии, Казахстана, Китая, Узбекистана, Ирана, Вьетнама, Азербайджана, Монголии, Индии, Сирии, Сербии, Армении, Венесуэлы, Мьянмы, Бангладеш, Кыргызстана, Таджикистана, Марокко, Зимбабве, Шри-Ланка [3].

В связи со сложившейся эпидемиологической обстановкой в 2020 году конкурс включал в себя команды снайперов только из 8 стран: России, Белоруссии, Армении, Таджикистана, Узбекистана, Сербии, Вьетнама, Катара.

Состязательная часть конкурса включает в себя четыре этапа: «Индивидуальный зачет», «Парный зачет», «Командный зачет», «Кто быстрее» [2, 4].

Первый этап – «Индивидуальный зачет» определяет рейтинг каждого звена. Соревнуются по 4 снайпера от каждой команды. Условия проведения данного этапа заключаются в том, что все снайперы выполняют 7 упражнений:

- квалификация;
- стрельба на зачет;
- снайпер в обороне (ночное);
- снайпер в наступлении;
- пирамида;
- стрельба с выносом точки прицеливания;
- стрельба из неудобного положения.

Распределение мест в рейтинге осуществляется по наименьшей сумме мест по итогам упражнений первого этапа. При равенстве мест преимущество отдается снайперу, показавшему лучший результат по итогам упражнения «Квалификация».

Второй этап – «Парный зачет», который определяет рейтинг каждой снайперской пары, проводится в составе двух подгрупп (подгруппы А и В). Подгруппа А – включает в себя команды с первой по восьмую в общекомандном зачете, по итогам первого этапа конкурса. Подгруппа В – команды с девятой и далее в общекомандном зачете, по итогам первого этапа конкурса.

В ходе второго этапа снайперские пары подгруппы А выполняют 7 упражнений:

- догони;
- найди свою;
- прими решение;
- стрельба с напарника (ночное);
- взаимодействие;
- стрельба выносом точки прицеливания;
- отход.

Подгруппы В выполняют 3 упражнения:

- стрельба с напарника (днем);
- взаимодействие;
- стрельба с выносом точки прицеливания.

По результатам определяется рейтинг каждой команды, равный сумме мест снайперских пар команды за упражнения второго этапа и состав подгрупп для участия в третьем этапе.

Третий этап – «Командный зачет» проводится для определения наиболее слаженной команды (три подгруппы: А1, А2, В).

Подгруппа А1 (команды с первой по четвертую в общекомандном зачете, по итогам первого и второго этапов конкурса) выполняет 5 упражнений:

- блокирование;
- охота (ночное);
- на живца;
- держу;
- прикрой.

Подгруппа А2 (команды с пятой по восьмую в общекомандном зачете, по итогам первого и второго этапов конкурса) выполняет 3 упражнения:

- блокирование;
- на живца;
- прикрой.

Подгруппа В (команды, с девятой и далее в общекомандном зачете, по итогам второго этапа конкурса) выполняет одно упражнение – дуэль.

Распределение мест команд осуществляется по наименьшей сумме мест, которые набрали команды за упражнения этапа конкурса.

Четвертый этап – «Кто быстрее» – определение лучшей команды. Подгруппы А1 и А2 выполняют упражнение – снайперский биатлон, подгруппа В – дуэль.

Условиями выполнения упражнения «снайперский биатлон» являются:

- 1) преодолеть препятствия (пролом в стене, забор, ров и проход в проволочном ограждении);
- 2) на рубеже открытия огня из ПМ поразить три цели (каждому снайперу);
- 3) на рубеже открытия огня из СВД поразить три цели (каждому снайперу);
- 4) преодолеть препятствия (динамическую стену, наклонную лестницу и завал);
- 5) перенести ящик с боеприпасами.

Условием выполнения упражнения «дуэль» является поразить свою мишень быстрее всех.

По окончании конкурса подводятся итоги. Лучший снайпер определяется по наименьшей сумме мест, занятых в упражнениях первого этапа. Лучшая снайперская пара

определяется по наименьшей сумме мест, занятых в упражнениях второго этапа. Лучшая команда определяется по результатам третьего этапа.

Литература:

1. «Положение об организации подготовки и проведения Армейских международных игр», утверждено Советом международного организационного комитета Армейских международных игр 21 мая 2018 г.

2. «Положение о конкурсе «Снайперский рубеж», утвержденном Советом международного организационного комитета Армейских международных игр 2020 г.

3. http://armygames2019.mil.ru/sniper_frontier_ru.html

4. http://armygames2020.mil.ru/sniper_frontier_ru/

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА БОРЦОВ НА ОСНОВЕ УПРАВЛЕНИЯ ПРЕДАТАКОВЫМИ ПОДГОТОВКАМИ

А.С. Головин

Научный руководитель доцент П.Г. Омарова

Аннотация. В работе рассматривается вопрос совершенствования тактического мастерства борцов греко-римского стиля. Основой работы является целенаправленное формирование умения создавать выгодные ситуации для атаки, позволяющие повысить результативность технических приемов.

Ключевые слова: совершенствование, тактика, условия, результативность, борьба.

При формировании тактического мастерства борцов необходимо опираться на понимание принципов действия каждого из применяемых приемов. Технические действия борцов могут быть использованы и в качестве тактических приемов [1, 2]. Тем не менее все способы тактической подготовки борцов применяются в следующих целях:

- использование благоприятных ситуаций для атаки;
- намеренное создание благоприятных ситуаций [3].

Поскольку выгодную ситуацию для проведения приема можно создать намеренно и в нужный момент нами были проанализированы соревновательные поединки ведущих борцов греко-римского стиля на выявление наиболее эффективных благоприятных ситуаций для проведения четырех основных технических приемов борьбы стоя: бросок наклоном захватом руки и туловища, бросок подворотом захватом руки под плечо, бросок сваливание скручиванием, бросок прогибом захватом туловища.

Для броска наклоном захватом руки и туловища наиболее выгодная ситуация, когда соперник выполняет тягу, опираясь на впереди стоящую ногу. Бросок подворотом захватом руки под плечо эффективнее выполнять, если соперник напирает или опирается на плечи и поворачивается боком. Сваливание скручиванием чаще реализуется, когда противник вне захвата быстро приближается. Прогиб захватом туловища эффективнее выполнять при расположении противника на дистанции вплотную боком, грудью или спиной.

С целью повышения качества реализации выбранных приемов техники был составлен комплекс заданий, способствующий развитию умений создавать благоприятные условия атаки, используя приемы маневрирования, подавления и маскировки. Программа тренировки экспериментальной группы борцов включала разработанные задания в течение одного года.

В целях оценки результативности выдвинутой в работе гипотезы был проведен анализ соревновательных показателей борцов экспериментальной группы в начале и в конце эксперимента, который показал прирост результативности выбранных для исследования бросков. Также повысились показатели, характеризующие эффективность соревновательной деятельности.

Таким образом, целенаправленное развитие умения создавать выгодные для атаки ситуации способствует повышению вероятности реализации бросков стоя, что положительно сказывается на соревновательных результатах борцов.

Литература:

1. Иванов И.И. Греко-римская борьба: учебник / И.И. Иванов, А.С. Кузнецов, Р.В. Самургашев, Ю.А. Шулика. – Ростов н/Дону.: Феникс, 2004. – 125 с.
2. Миндиашвили Д.Г. Управление процессом формирования стато-кинетической устойчивости квалифицированных борцов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Красноярск, 1992. – 24 с.
3. Тихонова И.В. Тактические компоненты деятельности борца / И.В. Тихонова, А.З. Сокуров, И.И. Иванов // Материалы X международной научной конференции молодых ученых «Наука. Образование. Молодежь». – Т.1. – Майкоп, 2013. – С. 68-71.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА БОРЦОВ

К.М. Кортоев

Научный руководитель доцент П.Г. Омарова

Аннотация. В работе на основе анализа данных специальной литературы представлены критерии оценки технико-тактического мастерства, позволяющие осуществить комплексную оценку эффективности соревновательной деятельности борцов.

Ключевые слова: спортивная борьба, оценка, техника, тактика, мастерство.

Изначально для оценки технико-тактического мастерства борцов использовались всего два показателя: разносторонность и эффективность техники. С накоплением теоретических и практических знаний о соревновательной деятельности спортсменов в единоборствах, оценка качества составляющих этой деятельности стала более расширенной и углубленной [1].

На сегодняшний день существует множество показателей для оценки технико-тактической подготовки борцов. Однако до сих пор нет конкретных и четко сформированных критериев оценки, позволяющих с достоверной вероятностью осуществить комплексную оценку их мастерства. Эти проблемы связаны со следующими особенностями вида спорта:

– огромной разнообразностью двигательных упражнений и вариативностью их применения;

– индивидуальными возможностями, которые влияют на эффективность реализации той или иной техники [2];

– применяемые критерии измеряются в условных единицах и требуют сравнительной оценки с теми же показателями ведущих спортсменов.

Для того чтобы выявить слабые и сильные стороны технико-тактической подготовки борца, необходимо его характеристики сравнить с модельными характеристиками, которые служат ориентиром уровня их развития. Наиболее информативным способом оценки эффективности спортсмена является анализ его соревновательной деятельности. Комплексный анализ следующих показателей позволит оценить уровень их развития и индивидуализировать тренировочный процесс:

– среднее количество технико-тактических действий за поединок;

– среднее количество баллов за поединок;

– выигрышность бросков по баллам (Вбр);

– интервал результативной атаки (ИРА);

– результативность атакующих действий (Рад);

– надежность защитных действий (Нзд);

– коэффициент технико-тактического оснащения (Ктто);

– показатель технической разнонаправленности (ПТРН);

– коэффициент сложных технико-тактических действий (Кстгд).

Таким образом, комплексная оценка соревновательных показателей борцов позволяет индивидуализировать тренировочный процесс.

Литература:

1. Иванюженков Б.В. Индивидуализация спортивного мастерства борца: монография / Б.В. Иванюженков.- Санкт-Петербург: Изд. дом «Олимп», 2006. – 368 с.

2. Тихонова И.В. Особенности планирования тренировочных нагрузок высококвалифицированных борцов / И. В. Тихонова, А.З. Сокуров, И.И. Иванов // Сборник трудов I Международной Интернет-конференции «Спорт и здоровье: новые подходы и перспективы». – Казань, 2012. –С. 69-70

ОСОБЕННОСТИ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ

К.М. Кортоев

Научный руководитель доцент П.Г. Омарова

Аннотация. В работе на основе анализа специальной литературы рассмотрены особенности индивидуализации технико-тактической подготовки борцов. Результаты обзора научной литературы по единоборствам доказывают необходимость комплексного учета в тренировочном процессе всех индивидуальных характеристик спортсменов, что позволяет повысить его эффективность.

Ключевые слова: борьба, индивидуализация, подготовка, техника, тактика.

Вопрос индивидуализации технико-тактической подготовки изучается уже более полувека теоретиками и практиками в области спортивных единоборств [3]. Работы в данном направлении выявили различные взгляды на решение данного вопроса, связанного с учетом морфологических, физиологических и психических особенностей каждого борца.

Известно, что арсенал техники и тактики борцов в значительной степени определяется их телосложением. Эффективность одной и той же техники у спортсменов с различным индексом пропорций тела будет отличаться [1]. По этому принципу тренеры корректируют технико-тактический арсенал, совершенствуя наиболее эффективные для спортсмена технико-тактические приемы.

Немаловажное значение в индивидуализации тренировочного процесса имеет преимущественный стиль ведения поединка борцом: силовой, темповой, игровой. Однако, чем выше квалификация спортсмена, тем стиль ведения поединка ближе к комбинированному.

По мнению А.Н. Ленца (1964), наиболее информативным способом оценки индивидуальных характеристик борца является наблюдение за спортсменом во время выступления на соревнованиях последующих групп показателей [2]:

- общие характеристики;
- уровень физической подготовленности;
- уровень технической подготовленности;
- уровень тактической подготовленности;
- психологическая готовность;
- подготовленность к соревнованию.

Коррекция технико-тактического мастерства борцов, основанная на индивидуальных особенностях, нуждается в применении адекватных методов в тренировочном процессе. Одним из них является метод групповой индивидуализации, позволяющий в рамках одного тренировочного занятия регулировать тренировочную нагрузку, исходя из уровня подготовленности и весовых категорий спортсменов.

Таким образом, индивидуализация технико-тактической подготовки борца многозадачный аспект, который требует всестороннего и комплексного учета всех его особенностей при планировании тренировочной и соревновательной деятельности.

Литература:

1. Гетта Е.Ф. Проблема влияния тотальных размеров тела на эффективность спортивных выступлений борцов / Е.Ф. Гетта, Ю.М. Схалыхо, А.А. Близнюк // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2018. – С. 330-331.
2. Ленц А.Н. Спортивная борьба / А.Н. Ленц. – М.: Физкультура и спорт, 1964. – 219 с.
3. Шестаков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: дис ... д-ра пед. наук: 13.00.04. – Москва, 1992. – 509 с.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ

Аспирант Д.А. Лазько

Научный руководитель Ю.В. Кузнецов

Аннотация. В работе используется анализ литературных трудов в области тяжелой атлетики, связанных с оценкой скоростно-силовой подготовки тяжелоатлетов.

Ключевые слова: тяжелая атлетика, скоростно-силовые качества, прыжок вверх, тренировочный процесс, нагрузка.

Тяжелоатлетический спорт связан с поднятием значительных отягощений, но наряду с этим он является скоростно-силовым видом спорта. А оценка скоростно-силовых качеств тяжелоатлета зависит от способности мышечных групп максимально быстро проявлять усилия в соревновательных упражнениях.

Необходимо отметить, что результат, показываемый на соревнованиях атлетом, – это главный итог его подготовки. Однако это не всегда указывает на эффективность планирования и организации подготовки в тяжелой атлетике. Тяжелая атлетика является скоростно-силовым, координационно-сложным видом спорта. Но на соревновательный результат оказывают влияние и многие другие факторы. Прирост и динамика роста мастерства, а вследствие чего и количество поднятых килограммов на соревнованиях определяется такими специальными физическими качествами, как скоростно-силовыми и координационно-сложными, а значит и эффективность соревновательной подготовки в тяжелой атлетике оценивает эти параметры [1].

Анализируя работы специалистов в области тяжелой атлетики, таких как А.Н. Воробьев, А.В. Черняк, А.С. Медведев, можно увидеть, что наиболее доступным, надежным и достаточно простым тестом для оценки скоростно-силовых показателей является тест по Абалакову, т.е. результат прыжка вверх с места, максимально отталкиваясь двумя ногами от помоста. Это движение имитирует основную фазу в рывке и в толчке (взятии на грудь) подрыв. В тяжелоатлетическом спорте результат в прыжке в высоту с места как показатель силы ног очень важен, так как мышцы ног выполняют максимальную нагрузку при выполнении соревновательных упражнений в тяжелой атлетике. И по мере роста результатов на соревновательном помосте взаимосвязь показателей в прыжке и силе ног растет [1, 2, 3].

Таким образом, при подготовке атлетов к соревнованиям по тяжелой атлетике важно получить максимально точные данные по развитию уровня скоростно-силовых показателей и вовремя скорректировать программу подготовки спортсмена, внести в процесс подготовки коррективы на основании полученных в результате тестирования на скоростно-силовые показатели данных.

Литература:

1. Воробьев А.Н. Тяжелоатлетический спорт: Очерки по физиологии и спортивной тренировке / А.Н. Воробьев. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 255 с: ил.
2. Медведев А.С. Система многолетней тренировки в тяжелой атлетике: Учеб. пособие для тренеров / А.С. Медведев; ГЦОЛИФК. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 272 с.
3. Черняк А.В. О критериях спортивно-технического мастерства в тяжелой атлетике / А.В. Черняк // Теория и практика физ. культуры. – 1970. – № 2. – С. 49-52.

ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ БОКСЕРОВ

Д.Д. Пигида

Научный руководитель доцент И.Г. Малазония

Аннотация. В представленной работе проводился анализ выступления юных боксеров на соревнованиях регионального и федерального уровня. В последнее время спорт высших достижений значительно омолодился, не исключением стал и бокс. Подготовка боксеров требует от тренеров и их воспитанников повышенного внимания к видам подготовки, а также оценкам результативности их соревновательной деятельности [1].

Ключевые слова: подготовка боксеров, юношеский спорт, соревновательные действия боксеров.

Как критерий оценки эффективности соревновательных действий спортсмена нами использовались показатели плотности эффективных технико-тактических действий (ПлА). Данный показатель является интегральным при проведении оценки выполнения соревновательных действий. В ходе проведения Первенства Краснодарского края нами были проанализированы 63 боя по представленным протоколам, преимущественно мы анализировали выступление боксеров среднего веса [2, 3].

Анализ результатов выявил, что показатель ПлА не обнаруживает корреляционной зависимости с весовыми категориями у тестируемой выборки. Процент вариативности выборки, расположенный в пределах от 24,3% до 62%, свидетельствует о вышесказанном. Такая картина результатов говорит о недостаточно эффективной технике ведения боя. Полученные результаты при первом тестировании позволили нам включить в план подготовки юных боксеров упражнения на повышение эффективности соревновательных действий и ведение боя. Каждый бой был подвергнут тщательному анализу, и в дальнейшем подбор упражнений осуществлялся индивидуально для каждого спортсмена. Мы обратили внимание на отсутствие рекомендаций по планированию централизованной подготовки юных боксеров. В ходе эксперимента было определено, что трехцикловое планирование является наиболее эффективным, со следующим сочетанием видов подготовки по циклам:

1. В базовом мезоцикле 60% подготовки отводится на ОФП и СФП, 16,7% на совершенствование технико-тактического мастерства и всего 3,9% на соревновательную подготовку. При этом время работы в указанном мезоцикле составляет 23 часа.

2. В специально-подготовительном мезоцикле 45% времени отводится на ОФП, а 65% в равной степени на соревновательную подготовку и совершенствование технико-тактического мастерства. Время работы – 20 часов.

3. В предсоревновательном мезоцикле 50,7% времени отводится на ОФП, а 49,3 часа на совершенствование технико-тактического мастерства и соревновательную подготовку.

Использование в процессе подготовки вышеуказанных мезоциклов способствовало повышению результативности выступления юношей на соревнованиях и увеличению индексов оценки эффективности соревновательных действий (силовой индекс базовых ударных действий на 3,1%, ПлА – на 35,7%).

Литература:

1. Бокс: теория и методика: Учебник / Ю.А. Шулика, А.А. Лавров, С.М. Ахметов [и др.]. – Краснодар: Неоглори, 2018. – 771 с.

2. Минасян Ш.А. Особенности овладения технико-тактическими действиями начинающими боксерами / Ш.А. Минасян, Л.В. Юдина, А.А. Близнюк // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль – март 2020г., г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия И.Н. Калинина, М.М. Шестаков, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Т.А. Самсоненко, Е.А. Еремина, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – Часть 2. – С. 162-163.

3. Юдина Л.В. Особенности формирования качественной техники выполнения соревновательных действий боксеров / Л.В. Юдина, М.С. Прокопьев, К.С. Пигида // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль – март 2020г., г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия И.Н. Калинина, М.М. Шестаков, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Т.А. Самсоненко, Е.А. Еремина, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – Часть 3. – 36 с.

ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПЕРЕВОРОТА НАКАТОМ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

С.В. Семенов

Научный руководитель доцент П.Г. Омарова

Аннотация: В работе на основе анализа данных специальной литературы раскрывается вопрос эффективного выполнения переворота накатом в греко-римской борьбе за счет использования защитных действий атакуемого в качестве благоприятных условий.

Ключевые слова: маневры, эффективность, борьба, переворот, партер.

Соревновательную деятельность борцов условно разделяют на борьбу в стойке и борьбу в партере. Реализация техники в каждом из этих положениях имеет свои особенности и требует последовательного выполнения определенных действий.

В классической борьбе переворот накатом занимает особую позицию, являясь ведущим техническим действием в положении партера [1]. Этот прием реализуется при соблюдении следующих фаз: предварительная подготовка, непосредственная подготовка, отрыв противника от ковра, затягивание противника или уход под противника, сброс противника, выход в положение верхнего. Каждая из фаз включает определенные действия для успешной реализации приема. В фазе непосредственной подготовки броска применяются 6 групп тактических подготовок [2]:

- переходы ногами;
- изменение захвата;
- отрыв;
- раскачивание противника;
- толчок;
- преследование.

Выяснено, что частота применения перечисленных маневров различна, и у высококвалифицированных борцов значительно чаще применяются переходы ногами и отрыв противника от опоры. Остальные тактические маневры применяются с примерно с одинаковой частотой.

Сочетание нескольких тактических подготовок перед атакой позволяет создать необходимые условия для преодоления сопротивления противника, запутывая его в защитных действиях. Защитные действия, как правило, имеют противонаправленные усилия на действия атакующего, что дает возможность проведения приема в противоположном от усилий направлении.

Комбинированное использование тактических маневров при проведении переворота накатом позволяет повысить качество и частоту реализации данного приема.

Таким образом, совершенствование и комплексное применение тактических подготовок перед проведением переворота накатом позволяет повысить результативность этого приема. Важное значение при их применении имеет использование защитных действий в качестве благоприятных условий реализации приема.

Литература:

1. Игуменов В.М. Проблемы тактико-технического анализа соревновательной деятельности борцов / В.М. Игуменов, О.Б. Малков // Тенденции развития тактики в спортивной борьбе. Сб. науч. ст. Рос. гос. ун-та. физ. культуры. – М, 2006. – С. 5-7.
2. Тихонова И.В. Маневры в греко-римской борьбе / И.В. Тихонова, В.В. Кумаритов // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и мо-лодых ученых вузов Южного федерального округа. – Краснодар, 2020. – Ч. 2.– 137 с.

ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВКИ ЮНЫХ БОРЦОВ

Б.З. Туаев

Научный руководитель доцент П.Г. Омарова

Аннотация. В работе на основе анализа специальной литературы рассматриваются дидактические особенности тренировки юных борцов. Основной задачей обучения является развитие способности занимающихся к самоуправлению двигательными действиями.

Ключевые слова: тренировка, борьба, дидактические принципы, обучение, эффективность.

Спортивная тренировка представляет собой организованный процесс развития спортсмена. Содержание тренировочного процесса борцов включает огромное количество двигательных упражнений, осваиваемых при помощи различных методов.

Поскольку любое двигательное действие является психологически управляемым актом, образовательный процесс будет иметь больший эффект при осознании обучаемым специфики его осуществления. Соответственно результат обучения зависит от способности к самообразованию. Отсюда следует что тренеру необходимо владеть знаниями биомеханики осваиваемых борцами движений для передачи знаний спортсменам. Кроме того, основы биомеханики необходимы при поиске новых методик тренировки, позволяющих конкурировать в педагогической деятельности тренерам.

Немаловажным условием эффективности обучения является заинтересованность занимающихся в тренировочном процессе. Вопрос включенности занимающихся в образовательный процесс достигается подбором адекватных методов тренировки, соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности. Интерес к занятиям борьбой может поддерживаться различными способами поощрения, что также позволит повысить ценность достигнутых результатов.

Необходимо понимать, что тренировочный процесс подразумевает значительные физические нагрузки, и как следствие спортсмен может сталкиваться с утомлением, которое напрямую влияет на процесс обучения. Известно, что утомление имеет три стадии, признаки которых строго необходимо знать и предпринимать соответствующие меры для предотвращения ухудшения состояния борцов. При работе с юными спортсменами особенно важно не допускать психологическое утомление [1].

Функциональное состояние организма может сигнализировать о чрезмерности нагрузок. Адекватность тренировочных нагрузок и своевременные меры по устранению негативных результатов процесса тренировки способствуют предотвращению травматизма на занятиях.

Пожалуй, соблюдение техники безопасности на занятиях с юными борцами – основная задача, которая стоит перед тренерами на сегодняшний день. С этим связано появление относительно нового понятия «здоровьесберегающие технологии». В это понятие включена система мер, направленных на сохранение и укрепление здоровья занимающихся [2].

Таким образом, понимание принципов осуществления двигательного действия, а также заинтересованность занимающихся в тренировочном процессе способствует решению таких задач обучения, как повышение эффективности и сохранение здоровья спортсменов.

Литература:

1. Малайкова Е.В. Взаимосвязь физического развития и состояния здоровья человека / Е.В. Малайкова, А.А. Близнюк // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2018. – С. 335-336.
2. Тихонова И.В. Современные технологии обучения и пути их реализации / И.В. Тихонова, К.С. Пигида, И.И. Иванов // Проблемы современного педагогического образования. – Ялта, 2020. – Вып. 66 (4). – С. 269-272.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ

Д.Г. Чакветадзе

Научный руководитель доцент П.Г. Омарова

Аннотация. В работе рассматривается способ повышения качества тактической подготовки борцов высокой квалификации греко-римского стиля. Основой работы является разработка методики совершенствования эффективных действий, встречающихся при конфликтном взаимодействии борцов в поединке.

Ключевые слова: борьба, совершенствование, конфликтное взаимодействие, тактика, методика.

Конфликтное взаимодействие борцов греко-римского стиля включает около 18 действий нападающего и оборонительного характера, эффективность которых зависит от своевременности и адекватности применяемых приемов маневрирования и подавления [2]. Частота применения сложных технико-тактических действий находится во взаимосвязи с квалификацией спортсмена [1].

По данным исследования соревновательной деятельности борцов высокой квалификации, выявлено, что наиболее результативными действиями нападения в конфликтном взаимодействии борцов являются:

– атаки с подавлением защиты (53,1%) при частоте применения 12,8% от общего числа действий;

– атаки с преодолением защиты (52,2%) при частоте применения 9,92%;

– серия угроз с последующей атакой (19,28%) при частоте применения 13,23%;

– ложная атака с последующей атакой (28,4%), частота применения – 3,05%.

Наиболее результативными оборонительными действиями являются:

– атаки на окончание маневра (31,9%), частота применения которых составляет 6,86%;

– контратака после вызова (69,7%), частота применения – 4,34%.

Остальные 12 действий нападения и обороны имеют либо очень низкий процент частоты применения, либо незначительную результативность.

На основе полученных данных были разработаны задания, внедренные в тренировочный процесс борцов классического стиля с квалификацией не ниже МС. Смоделированные тренировочные задания совершенствовались в течение одного тренировочного года. Прирост исследуемых показателей борцов экспериментальной группы в контрольных испытаниях доказал эффективность разработанной методики.

Таким образом, разработанная методика совершенствования действий нападения и обороны, основанная на управлении возникающих в конфликтном взаимодействии ситуациями, показала качественный прирост результативности исследуемых показателей борцов греко-римского стиля.

Литература:

1. Близнюк А.А. Оценка эффективности маневренной защиты в боксе / А.А. Близнюк, И.Г. Малазоня // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. Редколлегия: А.И. Погребной и др. – 2020. – С. 15-16.

2. Когуашвили Г.М. Характеристика соревновательной технико-тактической деятельности в греко-римской борьбе / Г.М. Когуашвили, И.В. Тихонова // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – Краснодар, 2020. – Ч. 2.– 132 с.

СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ НАДЕЖНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ БОРЦОВ

Г.А. Чичиян

Научный руководитель доцент П.Г. Омарова

Аннотация. В работе на основе анализа данных специальной литературы рассматривается вопрос повышения надежности соревновательных действий борцов, как один из способов совершенствования мастерства борцов.

Ключевые слова: борьба, способ, надежность, техника, тактика.

Вопрос надежности соревновательной деятельности борцов все чаще возникает перед тренерами при выходе спортсмена на этап высшего спортивного мастерства. Существуют различные способы оценки и основанные на их анализе разработанные методы повышения надежности технико-тактического арсенала борцов.

Одна из важнейших работ, связанная с данным вопросом, проведена в лаборатории ВНИИФКа, которая показала, что умение использовать благоприятные ситуации зависит от следующих факторов:

- предвидения возникающих ситуаций в поединке, зависимое от знаний закономерностей борьбы;
- широты технико-тактического арсенала борца;
- от опыта использования конкретных выгодных ситуаций;
- устойчивости атакующего действия;
- быстроты и подвижности нервных процессов.

Также надежность технико-тактического арсенала зависит от специальной выносливости спортсмена [2]. Должный уровень развития данного качества позволяет снизить влияние утомления на возможности борцов.

Надежность соревновательной деятельности борцов напрямую зависит от различных показателей технико-тактического мастерства: количественного показателя эффективности (КОПЭ), выигрышности бросков по баллам (Вбр), показателя технико-тактической разносторонности и т. д. Если значения этих показателей ниже модельных, результативность борца в поединке будет ниже ожидаемой.

Кроме количества применяемого арсенала борцов, важно и его качество [1]. Невозможно освоить и применять все многообразие соревновательных действий видов борьбы на одинаковом уровне. Этому есть объяснение в рамках индивидуализации подготовки спортсменов. Как правило, ведущие борцы используют около 8-12 основных приемов, причем из них в борьбе стоя 6-8 бросков. Частота реализации коронных приемов и их качество значительно выше тех же показателей остального арсенала применяемой техники.

При изучении вопроса надежности соревновательных действий борцов стоит обратить внимание на подход к формированию арсенала техники исходя из возможности реализации его в четырех тактических направлениях. Благоприятные ситуации для атаки могут возникать не только в сторону, удобную для атакующего, но и в других направлениях, использование которых позволит повысить как частоту атак, так и общий балл за поединок.

Таким образом, надежность соревновательной деятельности борцов – многозадачный вопрос, который подразумевает развитие всех сторон подготовленности борцов и подведение соревновательных показателей под модельные характеристики.

Литература:

1. Апойко Р.Н. Экспериментальная методика совершенствования коронных технических действий в современной греко-римской борьбе / Р.Н. Апойко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта – 2015. – № 7 (125). – С. 15-20.
2. Схаляхо Ю.М. Тренажеры в борьбе / Ю.М. Схаляхо, А.А. Близнюк, Е.Г. Близнюк. – Краснодар, 2018.

АЛГОРИТМ ПРИМЕНЕНИЯ БРОСКОВ СКРУЧИВАНИЕМ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

Ю.М. Шишхов

Научный руководитель доцент И.А. Коротких

Аннотация. На сегодняшний день техника бросков в греко-римской борьбе изучена досконально, и практически не существует «белых пятен» по данной проблематике. Однако, как говорится, «новое – это хорошо забытое старое», и к такой бросковой технике можно отнести броски скручиванием. Несмотря на кажущуюся простоту этих бросков, применение их в соревновательных условиях дает несомненное преимущество. Применение бросков данного типа может повысить эффективность соревновательной деятельности в греко-римской борьбе, что делает данное исследование актуальным.

Ключевые слова: греко-римская борьба, алгоритм, броски скручиванием, бросковая техника.

В модельном эксперименте, проводимом на базе МБОУ ДО СШ № 3 г. Краснодара, были определены оптимальные алгоритмы с учетом особенностей правил соревнований данного вида борьбы, выполнения броска скручиванием из различных положений и захватов. Во время модельного эксперимента нами было опробовано четырнадцать атакующих технических действий с помощью движения скручиванием.

В результате были составлены три алгоритма проведения броска скручиванием.

Первый, при захвате атакующим борцом корпуса соперника двумя руками снизу, он выполняет шаг ногой с движением вверх (подбив тазом вверх) с одновременных скручиванием и швунговым движением разноименной руки.

Второй, при захвате атакующим борцом корпуса соперника одной рукой снизу и второй за голову, он выполняет постановку ноги между ног соперника с последующим скручиванием соперника с падением и контролем в конечной фазе броска.

Третий, при захвате атакующим борцом руки снизу и вторая под руку соперника за туловище, атакующий выполняет выбивание ногой таза и швунговое движение противоположной руки.

Необходимо отметить, что данный тип бросков (скручиванием) выполняется с небольшой амплитудой, и оценка за правильно выполненный бросок в соревновательных условиях может варьироваться от 1-го до 4-х баллов в зависимости от опасности положения, в котором оказался соперник.

По результатам контрольных соревнований можно сделать однозначный вывод об эффективности применения бросков скручиванием в соревновательных условиях, что подтверждается такими показателями эффективности соревновательной деятельности, как КОНЭ, Rтех, Rгориз и Вб.

Литература:

1. Борьба греко-римская. Учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ спортивного резерва. [Текст]: /Под общ. ред. Ю.А. Шулики. – Ростов н/Дону, «Феникс», 2004. – 796 с.

2. Борьба греко-римская – Статья [Электронный ресурс] / – Электрон. текстовые дан. – / 19.04.2017. – Режим доступа: <http://borbaoriclub.livejournal.com/28762.html>, свободный

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

УДК: 796.015.1

**МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
АТЛЕТОВ-ПОЖАРНИЦ В ПОДЪЕМЕ ПО ШТУРМОВОЙ ЛЕСТНИЦЕ**

Е.О. Аллаева

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

Аннотация. Спортивная подготовка спортсменок в пожарно-прикладном спорте использует модели, которые включают в себя морфологические показатели, модельные характеристики, уровень технической и психологической подготовки.

Ключевые слова: модель, модельные характеристики, морфологические показатели, психологическая подготовка, техническая подготовка.

В современном спорте спортсмены и их подготовка рассматриваются в качестве сложных динамических систем. Одним из главных инструментов управления сложными системами является наличие соответствующих моделей [1].

По мнению исследователей, в процессе управления подготовкой спортсменов наиболее широкое применение находят две группы моделей – спортсмены и их подготовка [1].

Первую группу составляют модели соревновательной деятельности и возможности функциональных систем.

Во второй группе представлены (подготовка спортсменов) использующие модели, структурных образований тренировочного процесса: макроциклы, периоды, этапы и т.д. [1, 2].

Модельные характеристики соревновательной деятельности – это конкретные показатели соревновательного упражнения, позволяющие выявить сильные и слабые стороны подготовленности спортсмена. В дальнейшем анализ этих показателей позволяет составлять тренировочные программы, выделяя в них главные стороны подготовки. В целом эти программы улучшают подготовленность спортсмена [3].

Главным фактором в подъеме по штурмовой лестнице является техническая подготовка, которой уделяется большое внимание, но еще спортсмен должен обладать достаточной физической подготовленностью.

При изучении специальной литературы по подготовке атлетов-пожарниц, мы сделали выводы, что нет разработанных и научно обоснованных методик моделирования в пожарно-прикладном спорте в подъеме по штурмовой лестнице. Мы уверены, что утверждение и разработка этих рекомендаций позволит повысить качество тренировочного процесса и результативность соревновательной деятельности. Поэтому исследование, связанное с подготовкой атлетов-пожарниц, является актуальным.

Цель исследования – совершенствование подготовки квалифицированных атлетов-пожарниц на этапе спортивного совершенствования на основе моделирования соревновательной деятельности.

Задачи:

1. Определить модельные характеристики соревновательной деятельности квалифицированных атлетов-пожарниц в подъеме по штурмовой лестнице на этапе спортивного совершенствования.

2. На основе модельных характеристик соревновательной деятельности разработать тренировочную программу для совершенствования в подъеме по штурмовой лестнице и обосновать ее эффективность.

3. Разработать рекомендации в подъеме по штурмовой лестнице на основе моделирования соревновательной деятельности атлетов-пожарниц для этапа спортивного совершенствования.

С целью определения технико-тактической подготовки атлетов-пожарниц в подъеме по штурмовой лестниц был проведен анализ техники, который показал, что спортсменки используют классический вариант.

Выполнение упражнения начинается с низкого старта и преодоления прямой 32,25 см до башни. После преодоления прямой следует лестница, которая уже висит вертикально, зацепившись крюком за подоконник окна, когда спортсменка преодолела прямую, она левой ногой отталкивается от земли, а правой ногой становится на первую ступеньку лестницы. Важно в беге по лестнице ставить стопу на носок и не разворачивать наружу. Следует поднимать ногу очень высоко и точно ее ставить, чтобы не задевать ступеньку и не сорваться с лестницы (рисунок 1).

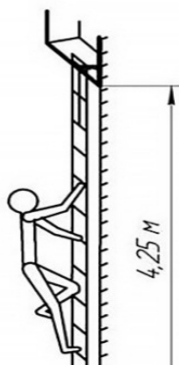


Рисунок 1 – Классическая техника передвижения по штурмовой лестнице

Начиная передвижения по лестнице, руки должны двигаться вперед и подтягивать тело для опережения ног (правое колено – левая рука, левое колено – правая рука и так до 9 ступеньки). Двигаясь по лестнице, корпус остается прямой. Добежав до 9 ступеньки, спортсменка ставит левую ногу на 10 ступеньку и одновременно правой рукой обхватывает 11 ступеньку снизу, в дальнейшем нужно повернуть кисть ладони и левой рукой обхватить 13 ступень сверху. Далее нужно резким толчком левой ноги согнуть ее в коленном суставе и одновременно выпрямить правую ногу, затем руками подтянуть корпус вперед, развернуться в сторону толчковой ноги и перепрыгнуть подоконник, чтобы приземлиться на стоп тумбу.

Проанализировав на личном опыте технику выполнения движения (рисунок 2) по штурмовой лестнице, нами была смоделирована новая техника и внедрена в экспериментальную группу для улучшения результативности.

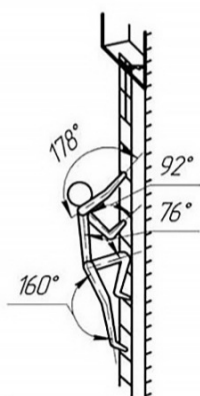


Рисунок 2 – Разработанная техника передвижения по штурмовой лестнице

Бег до башни с низкого старта остается без изменений, а вот бег по лестнице начинается с толчка левой ноги от земли и правой со второй ступеньки. Во время передвижения по лестнице спортсменка бежит через одну ступеньку до 5 ступеньки без рук, а затем подключает их и подтягивает тело для опережения ног. Движение параллельно лестнице, а корпус прямой. Добежав до 8 ступеньки, нужно левую ногу поставить на 10 ступеньку, а правой рукой обхватить между 11-12 ступенью тетиву лестницы сбоку, а слева от

крюка нужно повернуть кисть ладони и левой рукой обхватить 13 ступень сверху. Далее нужно левую ногу согнуть в коленном суставе и выпрямить правую ногу. После того, когда маховая нога будет над подоконником, развернутся в сторону толчковой ноги и преодолеть подоконник (поставив ноги на стоп тумбу).

В настоящее время, с целью определения эффективности разработанных технико-тактических действий в подъеме по штурмовой лестнице для атлетов-пожарниц на этапе спортивного совершенствования, нами проводится педагогический эксперимент в пожарной части 22 г. Краснодара. В исследовании принимают участие две группы: экспериментальная группа А – квалифицированные атлетки-пожарницы (11 человек), в плане подготовки которых будут разработаны технико-тактические действия при преодолении штурмовой лестницы для улучшения результативности, вторая группа Б квалифицированных атлетов-пожарниц (11 человек), где развитие технико-тактических действий происходит в привычном режиме.

В конце тестирования будут сравниваться личные и общие результаты. Итоги эксперимента будут представлены на ближайших научно-практических конференциях и опубликованы в научных журналах. Рассчитываем, что результаты педагогического исследования позволят улучшить тренировочный процесс в подъеме по штурмовой лестнице и повысить уровень результативности.

Литература:

1. Модельные характеристики соревновательной деятельности спортсменов различных возрастно-половых групп в пожарно-спасательном спорте / Г.Н. Германов, А.Н. Корольков, В.Д. Шалагинов, И.В. Машошина [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – С. 82-84.

2. Муравицкий А.И. Модельные характеристики в пожарно-прикладном спорте: учеб. пособие / А.И. Муравицкий, В.Н. Костюченков, В.Г. Семенов. – Смоленск, 2003. – С 145.

3. Германов Г.Н. Планирование тренировочных заданий скоростно-силовой направленности в занятиях спасательным спортом курсантов институтов ГПС МЧС России / Г.Н. Германов, В.А. Сморгачев, И.В. Машошина // Культура физическая и здоровье. – 2015. – С. 42-45.

МОДЕЛЬ ПРЕОДОЛЕНИЯ АТЛЕТКАМИ-ПОЖАРНИЦАМИ ШТУРМОВОЙ ЛЕСТНИЦЫ В ПОЖАРНО-ПРИКЛАДНОМ СПОРТЕ

Е.О. Аллаева

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

Аннотация. В работе рассматриваются модельные характеристики технико-тактических действий высококвалифицированных атлетов-пожарниц, которые могут применяться для оценивания эффективности соревновательной деятельности в подъеме по штурмовой лестнице.

Ключевые слова: технико-тактические действия, модель, параметры, подъем по штурмовой лестнице.

На сегодняшний день большая конкуренция и рост достижений в дисциплинах пожарно-прикладного спорта квалифицированных атлетов-пожарниц обуславливает необходимость поиска эффективных методик организации тренировочного процесса в длительной тренировочной фазе [1].

На спортивной арене главной задачей является привлечение перспективных спортсменов для достижения высоких результатов и прихода в будущем в сборную Российской Федерации.

Особенностью построения системы подготовки спортсменов на современном этапе развития спорта является применение специальных тренировочных средств на основе модельных характеристик соревновательной деятельности [3].

При разработке модельных характеристик тренировочного процесса следует учитывать специфику соревновательной деятельности в избранном виде спорта и параметры. В пожарно-прикладном спорте в подъеме по штурмовой лестнице главными специфическими особенностями соревновательной деятельности являются, с одной стороны, показатели равномерности прохождения, с другой – непредсказуемый характер дистанции [2].

Цель исследования – совершенствование подготовки квалифицированных атлетов-пожарниц на этапе спортивного совершенствования на основе применения модельных характеристик соревновательной деятельности.

В организации педагогического контроля в технико-тактических действиях высококвалифицированных атлетов-пожарниц учитывались параметры модели и их анализ.

Нами определялись: скорость прохождения участка дистанции, количество шагов на отрезке, средняя длина, средняя частота по всем отрезкам дистанции. Вся дисциплина оценивалась по быстрому старту, прохождению различных отрезков в подъеме по штурмовой лестнице и финиша.

Результат старта определялся скоростью прохождения участка дистанции от стартовых колодок до башни 32,25 м. А результат финиша по скорости прохождения штурмовой лестницы и преодолению окна.

Исследуемые отрезки:

- старт-прямая до 15 м;
- 15-32 м;
- бег по лестнице;
- окно-финиш.

Показатели технико-тактических действий атлетов-пожарниц в подъеме по штурмовой лестнице приведены в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели технико-тактических действий атлеток-пожарниц в подъеме по штурмовой лестнице

№	Показатели	Отрезки соревновательной дистанции, (м)			
		старт-15м	15-32м	бег по лестнице	окно-финиш
1.	Скорость прохождения участка дистанции (м/с)	2,98±0,03	2,56±0,09	2, 20±0,02	2,50±0,02
2.	Кол-во шагов на отрезке	7-9	10-12	5-6	1-2
3.	Средняя длина шага на отрезке (м)	1,56±0,15	1,57±0,08	0,71±0,05	1,25±0,20
4.	Средняя частота шага (м/с)	4,9±0,08	4,86±0,05	4,88±0,10	4,25±0,05

В таблице видно, что атлетки-пожарницы преодолевают всю дистанцию с неравномерной скоростью. На отрезках 15-32 м и окно-финиш скорость падает, а на отрезках старт – 15 м и бег по лестнице скорость увеличивается.

Проведенный анализ параметров технико-тактических действий атлеток-пожарниц в подъеме по штурмовой лестнице позволил определить эффективность соревновательной деятельности, которой является скорость бега.

Литература:

1. Корольков А.Н. Экспертные основания для разработки отраслевого стандарта спортивной подготовки в пожарно-прикладном спорте / А.Н. Корольков, Г.Н. Германов, В.Д. Шалагинов // Физическая культура и здоровье. – 2016. – С. 102-104.

2. Исурин В.Б. Подготовка спортсменов 21 века. Научные основы и построение тренировки. – М.: Спорт, 2016. –С. 74-76.

3. Яцык В.З. Построение тренировочного процесса гандболистов высокой квалификации в условиях длительного соревновательного периода: дис. ... канд. пед. наук / Всесоюзный научно-исследовательский институт физической культуры. – Москва, 1988. – 217 с.

РАЗВИТИЕ СКОРОСТНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ 13-14 ЛЕТ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

В.В. Артемьева

Научный руководитель преподаватель И.И. Горбиков

Аннотация. В данной работе анализируется научно-методическая литература по проблеме развития скоростной выносливости детей подросткового возраста с учетом сенситивных периодов развития их организма в процессе занятий лыжными гонками.

Ключевые слова: скоростная выносливость, начальный этап, лыжные гонки, спортивная подготовка, спортсмены.

Специальная подготовка в спортивной дисциплине «лыжные гонки» предусматривает достаточно высокий уровень функциональных возможностей и развития физических качеств лыжника [1]. Недостаточный уровень развития выносливости негативно сказывается на спортивных результатах, существенно снижает уровень общей и специальной подготовленности лыжников. При этом большинство основных задач по развитию общей и скоростной выносливости решаются в подготовительном периоде годового цикла тренировки.

Вместе с тем необходимо отметить, что как фундаментальные исследования, так и прогрессивный педагогический опыт свидетельствуют о том, что занятия лыжной подготовкой на беговых лыжах предусматривают продолжительную циклическую работу. Решающим звеном для достижения высоких спортивных результатов является высокий уровень общей и специальной выносливости. В частности, речь идет о скоростной выносливости. Вместе с тем в изученной нами фундаментальной и современной литературе [3] имеются данные, указывающие на то, что выносливость – это возможность выполнять физическую нагрузку длительное время без снижения заданного темпа и работоспособности, способность организма бороться с утомлением. Выносливость обусловлена деятельностью КБП головного мозга, которая определяет и регулирует деятельность всех органов и систем [2]. Проведенное нами исследование показало, что целый ряд авторитетных отечественных научных работников в сфере физической культуры и спорта, считает, что в процессе развития скоростной выносливости детей подросткового возраста важно помнить о закономерностях развития организма спортсмена и особенностях избранного вида спорта. Специальная скоростная выносливость лыжников-гонщиков в большей степени зависит от степени владения техникой лыжных ходов, экономизации движений и энергетических затрат, а так же от уровня развития быстроты, силы и волевых качеств спортсмена. В свете научных исследований этого вопроса у нас возникает мнение о том, что большинство компетентных в этом вопросе научных работников считает, что в этом возрасте отмечается достаточно быстрая утомляемость. Но стоит отметить, что восстановление спортсменов происходит так же быстро. В связи с этим время занятий развития скоростной выносливости следует сократить до 40-45 минут и давать время на отдых как можно чаще. Проведенный анализ позволяет утверждать, что развитие скоростной выносливости в это время осуществляется на основе применения таких методов тренировки, как равномерный, переменный, повторный и интервальный.

Литература:

1. Подгорная А.С. Развитие скоростно-силовых качеств студентов средствами лыжной подготовки на учебно-оздоровительных сборах в среднегорье/ А.С. Подгорная, В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко//Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2018. – Т. 20. – С. 85-90.
2. Пугачев И.Ю. Контроль физической готовности спортсмена на различных этапах спортивной подготовки / И.Ю. Пугачев, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // Мат-лы Всероссийской НПК с международным участием. Казань, 2020. – С. 220-224.
3. Яцык В.З. Методические основы освоения техники бега в лыжных гонках / В.З. Яцык, И.И. Горбиков, Р.С. Кошкарёв // Материалы ННМК ППС КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 72 с.

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЛЫЖНИКОВ НА ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ

С.А. Архипенко

Научный руководитель И.И. Горбиков

Аннотация. В данной работе проанализирована научная литература, в которой рассматриваются изменения физических качеств на начальном этапе подготовки у лыжника-гонщика.

Ключевые слова: физические качества, лыжные гонки, физическая подготовка, техника, объем нагрузки, подготовительный период.

В подготовительном этапе подготовки лыжников-гонщиков закладывается основа успешной спортивной деятельности в соревновательном периоде. Для достижения успеха в соревнованиях следует подбирать оптимально высокий объем нагрузки, постепенно повышая уровень функциональной подготовленности, а также параллельно с этим совершенствуя техническую подготовленность [1, 3]. На первом этапе подготовительного периода в тренировке лыжника-гонщика, как правило, решаются задачи, направленные на общую физическую подготовку. Тренер старается постепенно и плавно повышать уровень развития физических качеств (быстроты, выносливости, силы, гибкости, ловкости, умению поддерживать равновесие) и соответственно уровня общей работоспособности лыжников-гонщиков. В этой связи после отдыха спортсмены подходят к подготовительному сезону нередко растренированными, поэтому необходимость постепенно набирать физическую форму имеет первостепенное значение. На втором этапе подготовки создается основа для развития специальных физических качеств лыжников-гонщиков [2]. Объемы общей и специальной физической нагрузки продолжают повышаться, однако удельный вес общей физической подготовки начинает снижаться в пользу специальной и кроме того, существенно повышается интенсивность выполнения циклических упражнений. На протяжении этого этапа подготовки лыжники выполняют комплекс контрольных упражнений в соревновательной форме. По результатам этих контрольных упражнений виден прогресс каждого спортсмена. Индивидуальные и групповые результаты тестовых соревнований должны иметь положительную динамику. На последнем этапе спортсмены подходят к высшей точке своей подготовленности, выполняют максимальные по объему и продолжительности нагрузки, особенно в его первой половине. Во второй половине этого этапа рекомендуется снизить интенсивность работы, но давать продолжительные тренировки с целью развития общей, скоростной и скоростно-силовой выносливости. На этом этапе параллельно развиваются быстрота и сила. Большинство тренеров сходятся в мысли, что за счет контрольных соревнований лыжники подходят к стартам без перестроения тренировочной программы и изменений в объеме и интенсивности тренировочных нагрузок.

Литература:

1. Васильченко О.С. Влияние занятий по лыжной подготовке на функциональное состояние организма / О.С. Васильченко // материалы ННМ конференции ППС КГУФКСТ. – 2013. – С.74-76.
2. Подгорная А.С. Развитие скоростно-силовых качеств студентов средствами лыжной подготовки на учебно-оздоровительных сборах в среднегорье / А.С. Подгорная, В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2018. – Т. 20. – С. 85-90.
3. Яцык В.З. Особенности планирования нагрузок в условиях учебно-тренировочных лыжных сборов в среднегорье с учетом психоэмоционального состояния / В.З. Яцык, О.С. Васильченко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2018. КГУФКСТ (Краснодар). – С. 177-182.

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ СКАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ГОРНАЯ»

Ю.М. Аушева

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В данной работе представлены средства и методы повышения эффективности скальной подготовки спортсменов-туристов горников. Материалы представлены на основе анализа научно-методической литературы.

Ключевые слова: скальная подготовка, скалодром, спортсмены-туристы, «дистанция горная», сила.

«Дистанция горная» заключается в преодолении технических этапов за максимально короткий промежуток времени с наименьшими затратами сил. Обычно дистанция пролегает на скальных участках с возможностью свободного лазания.

Одним из основных этапов дистанции является скалолазание. Для наиболее успешного преодоления этого этапа, а также для достижения высоких спортивных результатов, спортсменам-туристам необходимо совершенствовать скальную подготовку. Для удобства планирования годичного цикла тренировок создан тренажер скалодром. Это автоматически решает проблему влияния погодных условий на тренировочный процесс. [1]

Скалодром представляет собой вертикальную или наклонную стену с закрепленными на ней зацепами для рук и ног. Данный тренажер более часто используется тренерами по спортивному туризму в подготовке спортсменов-туристов.

Работа на скалодроме практически полностью имитирует работу на естественном рельефе, то есть на скале. Повторный метод преодоления этапа является самым распространенным для работы на скалодроме. Данный метод позволяет развивать различные группы мышц, а также отрабатывать скоростные способности. Чем больше и чаще спортсмены-туристы будут заниматься на скалодроме, тем быстрее у них сформируется навык лазания, что играет большую роль в соревнованиях на естественном рельефе [2].

Физическая подготовка оказывает немалое воздействие на повышение эффективности скальной подготовки туристов горников. Немаловажно комплексное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость), но ведущими именно для этапа «Скалолазание» считаются сила, быстрота и ловкость. Высокое развитие этих качеств позволяет спортсменам-туристам удерживать собственный вес, быстро и ловко передвигаться по скале или же скалодрому, что приводит к достижению высоких спортивных результатов.

Для развития и совершенствования физических качеств используется метод круговой тренировки. Именно этот метод позволяет обеспечить комплексное воздействие на различные группы мышц.

Тренировка по круговому методу должна включать в себя от трех серий, каждая из которых содержит упражнения на новую группу мышц.

Литература:

1. Подгорная А.С. Подготовка спортсменов-туристов к соревнованиям в закрытых помещениях: Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – 44 с.
2. Долгополов Л.П. Методика скальной подготовки на искусственном рельефе (скалодромы) в спортивном горном туризме на этапе начальной подготовки / Л.П. Долгополов, А.И. Кузнецов // Курорты. Сервис. Туризм. – 2014. – №1 (18). – С. 88-83.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ ЛАЗАНИЯ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГОРНИКОВ В МЕЖСЕЗОНЬЕ НА ИСКУССТВЕННОМ РЕЛЬЕФЕ

К.Д. Болотников, Ю.М. Аушева

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе представлена методика совершенствования техники лазания в спортивном туризме в группе дисциплин «Маршрут горный».

Ключевые слова: «Маршрут горный», спортсмены-туристы, техника, лазание, горный туризм.

Горный туризм является одним из видов спортивного туризма, суть которого заключается в прохождении спортивных маршрутов на заранее спланированное расстояние с определенным набором высоты и количеством естественных препятствий в горной местности. Препятствия в группе дисциплин «Маршрут горный» различаются по форме и сложности (скалы, снег, лед, водные преграды, травянистые склоны и прочее). Наиболее сложным по прохождению считается скальный рельеф, что требует соответствующего высокого уровня подготовленности спортсменов [1]. В связи с этим развитию и совершенствованию скальной подготовленности следует уделять особое внимание.

Успешное прохождение категорийных горных маршрутов основывается на физических, технических и психологических качествах туристов. В связи с тем, что спортсмены, специализирующиеся в группе дисциплин «Маршрут горный», в межсезонье не имеют возможности тренироваться в естественных условиях из-за непогоды или отсутствия в регионе скальной местности, возникает необходимость использовать искусственно созданную среду, а именно скалодромы, ледодромы и прочие тренажерные комплексы, позволяющие совершенствовать техническую подготовленность.

При подготовке спортсменов необходимо выстраивать тренировочный процесс таким образом, чтобы параллельно происходило развитие физической и технической подготовки.

Физическая подготовка подразделяется на общую и специальную. На начальном этапе совершенствования техники лазания общефизическая подготовка должна быть направлена на развитие общей и силовой выносливости, быстроты двигательной реакции и гибкости. В общефизической подготовке больше внимания нужно уделять развитию мелкой моторики рук, так как основная нагрузка во время лазания приходится именно на пальцы.

При развитии и совершенствовании специальной физической подготовки рекомендуется применять сопряженный метод развития и осуществлять процесс подготовки параллельно с технической подготовленностью [2]. В данном случае в тренировочный процесс необходимо включать упражнения, направленные на развитие специальных физических качеств и технических действий, такие как: лазание на скорость, лазание на преодоление трудностей на естественном и искусственном рельефе, формирование и совершенствование вестибулярной устойчивости и динамического равновесия, освоение приемов свободного лазания с искусственными точками опоры, передвижение под разным углом наклона трассы.

Уровень эффективности подготовки спортсменов-туристов в горном туризме определяется достижением высокого уровня подготовленности занимающихся и росте их спортивных результатов.

Литература:

1. Абалаков В.М. Основы альпинизма. – , 3-е изд. – М.: ФиС, 1958. – 119 с.
2. Байковский Ю.В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта (Альпинизм, спортивное скалолазание, горный туризм). – М., Академспорт, 1996. – 79 с.

ОСНОВЫ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ

Л.С. Бушуева

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В данной работе, основанной на анализе литературных источников, рассматриваются элементы технической подготовки спортсменов-туристов на начальном этапе.

Ключевые слова: спортсмены-туристы, спортивный туризм, начальный этап, техническая подготовка.

Техническая подготовка – это часть основного процесса подготовки спортсмена, которая преимущественно свойственна избранному виду спорта и направлена на освоение техникой движений.

В спортивном туризме техническая подготовка, как правило, подразумевает наличие определенной техники. Техника спортивного туризма – это комплекс технических приемов и средств, которые используются для решения конкретных туристских задач. Перед туристами ставятся такие задачи, как преодоление искусственных и естественных препятствий, изучение приемов туристской страховки, освоение техники ориентирования, а также изучение особенностей правильного расположения бивака [1].

Вместе с тем различают индивидуальную и групповую техническую подготовку. Индивидуальная подготовка заключается в том, что спортсмены преимущественно осваивают личные технические приемы. А групповая подготовка ориентирована на взаимные действия туристов при выполнении групповых технических задач.

У начинающих спортсменов-туристов техническая подготовка занимает небольшой объем часов. На начальном этапе спортсмены-туристы уделяют технической подготовке малое количество времени, так как они только знакомятся с видом спорта и осваивают базовые элементы. С повышением квалификации спортсмена увеличивается количество часов, уделяемое технической подготовке [2]. Основы технической подготовки на начальном этапе заключаются в том, что спортсмены учатся работать с карабинами, вязать узлы, осваивать элементы туристского снаряжения. Кроме того, туристы учатся справляться с такими этапами, как спуск по склону, подъем по склону, траверс склона, переправа по бревну методом «горизонтальный маятник», навесная переправа, переправа по параллельным перилам и др.

Оценивать техническую подготовленность спортсменов можно по двум направлениям. Первое направление характеризуется рациональностью техники, объемом специальных навыков и правильностью их применения. Другое направление характеризуется освоенностью техники и ее эффективностью.

Литература:

1. Лузан А.В. Обучение спортсменов-туристов, специализирующихся в группе дисциплин «Дистанция пешеходная», преодолению естественных и искусственных препятствий / А.В. Лузан, Л.П. Долгополов // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма: Материалы научной конференции. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – 49 с.
2. Яцык В.З. Проект многолетней подготовки юных спортсменов-туристов / В.З. Яцык, А.С.Чеснокова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – № 1. – С. 38-39.

«ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ» КАК МЕТОД САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ

О.С. Васильченко

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

Аннотация. В работе, на основе анализа материалов, содержащихся в литературных источниках, рассматривается вопрос о методе «домашнего задания», который заключается в распределении обучаемых по группам в зависимости от уровня физической подготовленности и развития отдельных физических качеств, получения от преподавателя плана тренировки по развитию определенных качеств, разработанного для каждой группы, и контролем его выполнения.

Ключевые слова: физическая подготовленность, обучаемый, домашнее задание, контроль, тренировка.

В процессе самостоятельной физической тренировки (СФТ) человек может развивать общефизические и специальные качества. Для того чтобы занятия СФТ давали положительный результат, целенаправленно способствовали повышению функциональных резервов организма и развитию физических качеств, каждому занимающемуся необходимо знать основы спортивной тренировки, владеть приемами самоконтроля, иметь достаточный запас разнообразных физических упражнений и уметь методически грамотно использовать их [1].

Одним из методов эффективного повышения физического состояния занимающегося является метод «Домашнее задание», который целесообразно применять в процессе обучения в любом образовательном учреждении. Суть метода заключается в следующем.

С целью совершенствования индивидуального подхода к физической подготовленности все занимающиеся разбиваются на группы, которые составляются с учетом уровня развития физических качеств. Задания даются на очередной недельный микроцикл. Комплектование групп проводится в начале учебного года по результатам исходных данных следующим образом:

1 группа – обучаемые с общей оценкой по ФП не ниже «хорошо»;

2 группа – обучаемые с общей неудовлетворительной оценкой по ФП;

3,4,5 группы – обучаемые с низким уровнем развития силы, быстроты и выносливости, соответственно.

По окончании планового учебного занятия руководитель дает задание на СФТ с учетом уровня развития физических качеств в каждой группе, которое занимающиеся заносят в специальные дневники заданий, и определяет продолжительность и интенсивность нагрузки в процессе СФТ, распределение объема двигательной активности по дням, учитывая при этом предстоящие мероприятия и работы.

В задание на СФТ могут включаться упражнения, разучивание которых представляет определенные трудности и требует осваивания в процессе плановых учебных занятий под руководством преподавателя, в этом случае сложные упражнения желательно разделить на части или элементы и выполнять с помощью [2].

Процесс совершенствования упражнений, разученных на занятиях, осуществляется самостоятельно в процессе тренировки. Соответствующая отметка о выполнении домашнего задания делается в дневнике заданий, может контролироваться и корректироваться в ходе различных видов консультаций [3].

Применяя указанный метод, мы имеем возможность контролировать общий объем получаемой нагрузки, регулировать ее интенсивность, а также осуществлять гибкое ее планирование в зависимости от предстоящей деятельности.

Нельзя не заострить внимание на том, что достижение успеха при выполнении «домашнего задания» в процессе СФТ в огромной степени зависит от стимула и контроля со стороны преподавателя.

Литература:

1. Благодаров Д.В. Методические подходы к контролю физической подготовленности лыжников-гонщиков /Д.В. Благодаров, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. Редколлегия: И.Н. Калинина [и др.]. – 2020. – 182 с.
2. Парамзин В.Б. Подбор и применение подготовительных упражнений для повышения силовых показателей в процессе обучения / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. Редколлегия: А.И. Погребной [и др.]. – 2020. – С. 135-136.
3. Разновская С.В. Консультация как основной вид учебной работы в учебном заведении / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко // Туризм и образование: исследования и проекты материалы III Всероссийской научно-практической конференции. – 2019. – С. 126-128.

ВНИМАНИЕ КАК ФУНКЦИЯ КОНТРОЛЯ И ОСОБЕННОСТИ ЕГО РАЗВИТИЯ У ДЕТЕЙ В ГОРНОЛЫЖНОМ СПОРТЕ

С.Р. Верина

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

Аннотация. В работе проанализирована научная литература, в которой рассматриваются вопросы о функциях и видах внимания. Обосновывается необходимость развития внимания у детей в горнолыжном спорте.

Ключевые слова: внимание, контроль, дети, горнолыжный спорт.

Активность, с которой появляются горнолыжные трассы в России, увеличивает количество желающих заниматься горнолыжным спортом не только профессионально, но и на любительском уровне. Многие родители отдают своих детей в спортивные секции еще в дошкольном возрасте. Благодаря занятиям дети укрепляют здоровье, закаляют организм, воспитывают морально-волевые и развивают физические качества, скоростные и координационные способности, вестибулярную устойчивость [1]. Одним из приоритетных направлений подготовки детей дошкольного и школьного возраста в горнолыжном спорте является развитие различных видов внимания (непроизвольное, произвольное и послепроизвольное). Важно отметить, что внимание, направленное на внешние раздражители, называют – внешним, а на внутренние – внутренним. Основными функциями внимания являются: – мысленный отбор значимых раздражителей и игнорирование несущественных; – удержание в сознании структуру (образа) деятельности до достижения цели; – контроль и регулирование процесса выполнения [2].

На начальном этапе подготовки, когда дети только начинают познавать горнолыжный спорт, необходимо больше времени уделять развитию различных видов «внимания» в процессе тренировки. Благодаря повышению концентрации внимания с раннего возраста можно добиться уменьшения травматизации, улучшения концентрации на трассе, из чего следует улучшение результатов заездов и др. Если не проявлять должный интерес «вниманию» в детском возрасте, то возможны следующие проблемы: – число травм среди занимающихся увеличится, т.к. спортсмен не успел обратить внимание на помеху на трассе, вследствие чего упал/споткнулся/наехал на помеху; – потеря возможности достичь наивысших результатов в избранном виде спорта; – при снижении концентрации на трассе любая помеха сможет выбить из планируемой траектории, из чего следует ухудшение результата заезда и снижение маневренности спортсмена [3].

При всем желании тренеров достичь высоких результатов, «вниманию» в настоящее время уделяют не первостепенное значение. «Внимание» развивается не специальными упражнениями, направленными на отработку основных функций, с постепенным увеличением объемов заданий, а в процессе выполнения практических упражнений на совершенствование техники или развития физических качеств, причем нередко без акцента на применение механизма применения функций внимания. Средства и методы направлены и используются в тренировочном процессе в основном для развития общефизических и специальных качеств. Неменьший эффект в подготовке детей может оказать тренировочный процесс, в котором учитываются физиологические (возрастные) особенности занимающихся, нервно-психическая и эмоциональная устойчивость, учет половых особенностей детей, темперамент (сангвиник, холерик, меланхолик, флегматик), кроме этого, основными методом проведения занятий должен быть игровой с различной импретацией задач, в том числе и для развития внимания. На практике это может проводиться следующим образом: средства и методы применяются в зависимости от полового признака, возраста и состоянии здоровья (если имеются таковые); средства и методы также подбираются с учетом предыдущих тренировочных занятий, соблюдая при этом систематичность и последовательность тренировочного процесса; средства и методы подбираются для

целенаправленной тренировки каждого вида внимания с обязательным акцентом на его функции, кроме этого необходимо акцентировать задания на развитие конкретного внимания в процессе выполнения всех двигательных действий на тренировке с постепенным увеличением объемов и концентрации на отдельных действиях.

На данный момент большинство тренеров целенаправленно не акцентируются на теме развития внимания у детей на ранних этапах подготовки к предстоящей спортивной деятельности. Впоследствии это решение оказывает пагубное воздействие на тренированность занимающихся, половина спортсменов уходит из спорта с многочисленными спортивными травмами или из-за отсутствия результатов, которые бы удовлетворили их запросы. Развитие внимание – это важный элемент спортивной деятельности для достижения хороших результатов в избранном виде спорта и его игнорирование не способствует получению желаемых результатов.

Литература:

1. Васильченко О.С. Влияние занятий по лыжной подготовке на функциональное состояние организма / О.С. Васильченко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2013. – С. 74-76.

2. 2.Васильченко О.С. Динамика психоэмоционального состояния студентов в условиях учебно-тренировочных лыжных сборов в среднегорье/ О.С. Васильченко, В.З. Яцык // Материалы VIII Международной научной конференции студентов и молодых ученых «Университетский спорт: здоровье и процветание нации». – Улан-Батор, 20-21 апреля 2018 г. – С. 225-228.

3. 3.Яцык В.З. Методика формирования психологической готовности к соревнованиям квалифицированных фигуристов на тренировочном этапе / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, А.А. Значков // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2019. – КГУФКСТ (Краснодар). – С. 114-118.

ИСТОРИЯ ЗАРОЖДЕНИЯ ХОККЕЯ И ЕГО АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

В.А. Волнышев

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

Аннотация. В работе анализируется состояние современного хоккея с шайбой, тенденции и актуальные проблемы его развития.

Ключевые слова: тренировки, спорт, хоккей, хоккей с шайбой, Краснодарский край.

Хоккей – вид спорта, зародившийся еще в далеком XVI веке во Франции. Когда крестьяне бегали по полю и играли в игру, очень похожую на современный хоккей. Слово хоккей заимствовано из французского языка и звучит как «hoquet», что в переводе означает пастуший посох.

В XIX веке происходили изменения в хоккее, которые привели к тому, что в хоккей начали играть на льду, а снарядом для игры стал мяч. Каждая из играющих команд состояла из более чем 50 человек. Но все-таки родиной хоккей с шайбой является Монреаль, Канада. С 1870 года хоккей стал обязательным мероприятием, сопровождающим все спортивные праздники.

Хоккей с шайбой очень зрелищный, скоростной, будоражащий вид спорта. Следует отметить, что хоккей с шайбой в последние годы в России, в частности в Краснодарском крае, набирает популярность. И это неспроста! Ведь «Красная машина» стала достоянием еще во времена СССР. А наша сборная по сей день показывает очень хорошие результаты на международном уровне, что может только мотивировать людей смотреть, любить, гордиться и даже самим начать тренироваться.

В Краснодарском крае развитию хоккея с шайбой уделяется особое внимание. Но, чтобы данный вид спорта развивался сейчас и в дальнейшем, необходимо решать именно актуальные проблемы, которые в данный момент препятствуют этому развитию [1]. К ним относятся:

1. Территориальное расположение. Для хоккея с шайбой необходимы холодный климат, низкие температуры, длительные зимы, но всего этого, к сожалению, в Краснодарском крае нет [3]. Решением всех этих проблем являются ледовые дворцы. Они должны быть оснащены современным холодильным оборудованием для поддержания достаточно низкой температуры, непосредственно, на льду и более высокой в самом дворце, когда теплая погода, а особенно важно поддержание низкой температуры в летний период.

2. Государственное финансирование. Изначально, важнейшим фактором развития хоккея с шайбой является финансирование государства, которое будет заключаться в строительстве ледовых дворцов, закупке различного оборудования для тренировок на льду, тренировок по общей физической подготовке в зале, а также экипировки самим хоккеистам [2]. Ведь все, что необходимо для проведения тренировок по хоккею, в итоге будет стоить очень больших денег.

3. Без перспектив в дальнейшем. Может сложиться мнение, что хоккей в нашем теплом Краснодарском крае никогда не выйдет на достойный уровень в России, ведь на Севере и в Центральной России хоккей очень развит и развивается до сих пор, уже не первое десятилетие.

Но это не так! Ведь, с 16 декабря 2011 года были начаты работы по созданию профессионального хоккейного клуба «Кубань». Проводился полный набор команды с нуля, а именно, подбор тренерского штаба и хоккеистов, а также, администрации клуба. Официальная регистрация автономной некоммерческой организации «Хоккейный клуб «Кубань» произошла 19.01.2012 года. Заявка о его вступлении в Высшую хоккейную лигу была направлена 22.03.2012 года. Через 3 недели становится известна информация, кто будет первым тренером, им станет Пятанов Андрей. Клуб определяется с эмблемой и цветами

клуба, а, также с символом команды, которым стал грифон, держащий в своих лапах хоккейную клюшку. 30 мая клуб принимают в ВХЛ. В своем дебютном сезоне клуб занимает лишь 17-е место и не имеет шансов на выход в плей-офф. По окончании третьего сезона в июне 2015 года стало известно, что клуб не сможет выступить в следующем сезоне 2015/2016 в связи с трудностями финансового плана.

Параллельно, в 2014 году после окончания зимней Олимпиады, которая проходила в Сочи, было озвучено, что в городе появится хоккейный клуб. 30.04.2014 года на общем собрании Правления КХЛ клуб из Сочи принимают в состав сильнейшей лиги континента. 6.09.2014 состоялся дебют клуба против сильной команды из Санкт-Петербурга СКА. В дебютном матче сочинцы проиграли с разницей в одну шайбу 2:3. Дебютный сезон клуб заканчивает на 8-м месте и попадает в зону плей-офф. Клуб существует до сих пор и показывает относительно не плохие результаты.

Конечно же, важно отметить разницу в уровнях хоккейных школ и вообще хоккейных систем в целом, по сравнению с центром и севером России, но если и дальше развивать хоккей в Краснодарском крае, то в ближайшие годы уровень развития хоккея с шайбой в крае сильно возрастет. Грамотное развитие будет достигнуто правильным усилением системы хоккея, которая уже имеется на юге. А именно, строительством новых ледовых дворцов в различных городах края, созданием клубов с полной системой обучения и тренировочным процессом, начиная с дошкольного возраста.

Литература:

1. Капанадзе Н.Н. История развития хоккея на Кубани / Н.Н. Капанадзе, А.А. Черкашин, И.И. Горбиков // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа материалы конференции. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2013. – С. 46-47.

2. Погребняк А.С. Проблемы популяризации хоккея с шайбой в Краснодаре / Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2019. – 52 с.

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

УПРАВЛЕНИЕ ПРЕДСТАРТОВЫМ СОСТОЯНИЕМ В ОДИНОЧНОМ ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

А.В. Гладкова

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

Аннотация. В данной работе на основе анализа научной и научно-методической литературы рассматривается значение управления предстартовым состоянием в одиночном фигурном катании.

Ключевые слова: фигурное катание, физическая подготовка, предстартовые состояния.

В любом виде спорта кроме самой подготовки к соревнованиям немаловажно управлять предстартовым состоянием спортсмена. Так как можно отлично подготовиться физически, знать, как правильно выполнять технику, но на выступлении допустить ошибку в элементе, который ты делал совершенно, а все из-за эмоциональные нестабильности [3].

Существует два вида предстартового состояния: неспецифические, возникающие при любой работе, и специфические – связанные с предстоящей работой, то есть функциональные изменения в организме более значимы в короткой программе, чем в произвольной, если брать фигурное катание за основу [2].

Предстартовые состояния могут возникать за час-два или даже за неделю до соревнований, чтобы подготовиться и знать заранее, как минимизировать ущерб для спортсмена во время предстоящего выступления, надо разбираться и знать не только эти два состояния, но и не упускать тот фактор, что форма проявления предстартовых реакций оказывает влияние и на тип ВНД, который в свою очередь разделяется на сангвиников, флегматиков, холериков и меланхоликов.

Итак рассмотрим неспецифические изменения. К ним относят 3 формы предстартовых состояний: боевую готовность, предстартовую лихорадку и предстартовую апатию.

К специфическим изменениям относят эмоциональную нестабильность. Они также разделены на положительные и отрицательные части [1].

Таким образом, тренер не только должен знать, как правильно управлять предстартовым состоянием, но и как может повести себя спортсмен в той или иной ситуации на предстоящих соревнованиях. К чему больше склонен и какие ошибки может совершать, ведь каждый спортсмен по-своему индивидуален. Ведь если правильно найти подход в ситуации возникающей перед стартом и вовремя ее предотвратить, можно привести спортсмена не только к стабильности, но и к победам.

Литература:

1. Васильченко О.С. Психологические составляющие в структуре спортивной работоспособности лыжника-гонщика / О.С. Васильченко, А.С. Подгорная // Материалы международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт. Олимпийское образование». – Краснодар, 2019. – С. 35-37.

2. Капаназе Н.А. Психологическая подготовка хоккеистов / Н.А. Капаназе, И.И. Горбиков / Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма Материалы научной конференции. – КГУФКСТ. – 2016. – 42 с.

3. Яцык В.З. Методика формирования психологической готовности к соревнованиям квалифицированных фигуристов на тренировочном этапе / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, А.А. Значков // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2019. – КГУФКСТ (Краснодар). – С. 114-118.

РОЛЬ И МЕСТО ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ КАК СРЕДСТВА ОЗДОРОВЛЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ

К.Е. Голиков

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе раскрывается роль туристских походов в оздоровлении населения. Материалы представлены на основе анализа научно-методической литературы.

Ключевые слова: здоровье, туризм, физическая нагрузка, активный отдых, оздоровление.

Наиболее распространенным средством физического воспитания является туризм, который включает в себя активный отдых на свежем воздухе. В туристских походах человек совершенствует свои физические качества, например выносливость, а также укрепляет здоровье путем закаливания, и участники приобретают навыки выживания в естественных природных условиях.

Туризм играет важнейшую роль в оздоровлении населения, благодаря использованию благоприятного воздействия природных факторов на поддержание и восстановление эмоционального, психического, умственного и физического состояния человека [2]. Значит, о туризме можно и нужно говорить как об аспекте жизни, играющем колоссальную роль в формировании крепкого здоровья населения.

В туристских маршрутах человек всегда находится на свежем воздухе, а как мы знаем, это очень благоприятно воздействует на наше физическое и психологическое состояние и состояние организма в целом.

Со стороны психического здоровья туристический поход учит человека быть сдержанным, стойким, раскрываться с новой стороны, работать в команде и быть важной единицей общества вокруг себя.

Туристический поход – это движение, при движении наш организм подвергается физической нагрузке, а она, в свою очередь, положительно влияет на организм. Это позволяет человеку дольше оставаться работоспособным. В наше время, из-за сидячего образа жизни, это особо актуально, большинство населения страдает гиподинамией, которая может перерасти в большие проблемы со здоровьем, такие как сколиоз, избыточная масса тела, дистрофия мышц и др.

Сравнивая с иными видами спорта, оздоровительная функция туризма значительно выше, так как физическая активность во время прохождения маршрута направлена исключительно на укрепление уровня здоровья организма.

Оздоровительная роль походов напрямую зависит от правильности составления маршрута и графика его прохождения. Физическая нагрузка и отдых должны быть оптимальными для участников похода.

Активный отдых является наилучшим и самым эффективным методом реабилитации психических, духовных и физических сил человека. Он должен оцениваться как одна из основных потребностей для человека. При активном отдыхе организм человека восстанавливается на 20-50% процентов быстрее, чем при пассивном отдыхе. Самым подходящим и легкодоступным способом являются туристические походы [1].

Литература:

1. Чеснокова А.С. Тенденции развития дисциплины «дистанция пешеходная» / А.С. Чеснокова, Л.П. Долгополов // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ (январь – март 2016). – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Часть 2. – 192 с.
2. Бурых Л.Н. Изменение отдельных показателей функционального состояния организма в ходе туристского похода // Роль и задачи спортивно-массового туризма в физическом воспитании и оздоровлении населения: сб. науч. тр. / под ред. Ю.А. Штюмерера с соавт. – М.: ЦРИБ «Турист», 2011. – 505 с.

АКТУАЛЬНОСТЬ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИГУРИСТОВ В СИСТЕМЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА

А.А. Жданова

Научный руководитель старший преподаватель О.С. Васильченко

Аннотация. В работе на основе анализа литературных источников рассматриваются вопросы планирования тренировочного процесса фигуристов от начального до этапа углубленной спортивной подготовки. Сделана попытка в определении основных функциональных систем, требующих постоянного контроля и восстановления. Выдвигается гипотеза по планированию восстановительных микроциклов в системе соревновательной деятельности тренировочного этапа третьего года обучения.

Ключевые слова: годичный цикл, тренировочный этап, восстановительный микроцикл, функциональные показатели.

Фигурное катание на коньках – это сложнокоординационный вид спорта, в котором к начальной подготовке приступают уже в возрасте 3-5 лет. Годичный цикл подготовки включает в себя подготовительные, соревновательные и переходные периоды, каждый из которых имеет различные задачи, следовательно, и различный объем нагрузки.

Анализ специальной, технической, нормативной литературы, исследования, проводимые в фигурном катании для определения влияния физических и психоэмоциональных нагрузок на организм юных фигуристов, сформировали актуальность наших исследований, которые заключаются в определении основных направлений в планировании восстановительных микроциклов в соревновательной деятельности юных фигуристов третьего года обучения в процессе тренировочного этапа. Основными причинами важности восстановления костно-мышечного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной системы, оптимизации нервно-психической и эмоциональной устойчивости являются возрастные особенности детей, которые получают большой объем различных нагрузок по всем направлениям подготовки (теоретическая, общефизическая и специальная, тактическая, техническая, психическая) в соответствии с требованиями стандарта по виду спорта и учебных программ [2].

Этап начальной подготовки рассчитан на три года и направлен на воспитание основных физических качеств, развитие общей физической подготовленности и изучение базовой техники фигурного катания. Программа предусматривает объем подготовки в этот период до 468 часов в год и тренировки три раза в неделю по три академических часа. После трехлетней начальной подготовки начинается учебно-тренировочный этап или этап углубленной спортивной тренировки. Задачи этапа: совершенствование специальных физических качеств, дальнейшее развитие общей и специальной подготовленности, совершенствование соревновательных упражнений и подготовка к выступлениям на соревнованиях. Спортсмены осваивают и совершенствуют сложные упражнения: прыжки, вращения, дорожки шагов и спирали, которые являются основой соревновательных программ. В тренировочном этапе предусмотрена подготовка в объеме до 624 часов (до двух лет) и 936 (свыше двух лет). В этот период снижается объем общей физической подготовки, а специальной – увеличивается, важным разделом работы фигуристов становится подготовка к соревнованиям.

Особое внимание стоит уделить планированию годичного цикла на третьем году тренировочного этапа подготовки спортсменов, так как объем нагрузки в среднем увеличивается на 312 часов по сравнению с предыдущими двумя годами данного этапа. Если сравнить количество часов общей и специальной подготовки фигуриста в начале этапа углубленной спортивной тренировки и на третьем году, то можно пронаблюдать тенденцию к значительному увеличению объема работы над этими составляющими: ОФП увеличивается

на 60 часов в год, а СФП – на 50. Данные изменения в годичном цикле подготовки оказывают значительное влияние на организм юного спортсмена.

Кроме того, на ребенка в этот период большое влияние оказывает психологическая составляющая. И главным фактором, определяющим это влияние, является соревновательная деятельность. По сравнению с предыдущими годами на этом этапе включение не одних, а двух-трех отборочных соревнований и выступление на двух-трех главных. Увеличение объема соревновательной деятельности предполагает приобретение фигуристами соревновательного опыта, то есть они учатся контролировать эмоции, концентрировать внимание на необходимом элементе или всей программе и подводить себя из неблагоприятных стартовых состояний к боевой готовности. В связи с этим, особое место в годичном цикле занимают периоды восстановления. При отсутствии должного отдыха после нагрузки у спортсмена может развиваться такое явление, как перетренированность. В таком случае значительно снизится его работоспособность и спортивные результаты. Во избежание негативных последствий проводится оценка состояния здоровья и основных функциональных систем спортсмена. Она проводится медико-биологическими методами в области физиологии, биохимии и спортивной медицины.

Для определения состояния функциональных систем организма спортсмена используют следующие тесты: ортостатическая проба, клиностатическая проба, спирометрия, трехфазная проба Серкина, измерение частоты дыхания, минутного объема дыхания, скорость оседания эритроцитов, артериального давления, частоты сердечных сокращений, роста, веса. Их проводят до физической нагрузки и после, а результаты показывают уровень подготовленности организма [3]. В связи с увеличением количества спортивных соревнований на третьем году тренировочного этапа особенно важно включать восстановление сразу после соревнований, так как уровень физической и психологической нагрузки на фигуриста здесь выше, чем в другое время. Каждый спортсмен имеет индивидуальные особенности организма, в том числе и тип нервной деятельности (темперамент), следовательно, восстановительный период должен подбираться персонально [1]. Чаще всего для восстановления организма используют следующие средства: тренировки с небольшой интенсивностью, массаж, мио-фасциальный релиз, упражнения из других видов спорта (плавание, подвижные игры и др.), воздействие температур (охлаждение, нагревание), электростимуляция, посещение спортивного психолога.

Основа планирования восстановительных микроциклов заключается: в увеличении длительности микроцикла в зависимости от важности и ответственности соревнований, то есть от физической и психической нагрузки, получаемой юным фигуристом в процессе подготовки и выступления, а также эмоциональный заряд от качества своего выступления; постоянном контроле физического, функционального и нервно-психического состояния в процессе восстановительного микроцикла с постепенным корригированием показателей до приведения их к оптимальному состоянию с учетом типа нервной системы; увеличением количества второстепенных соревнований с различной мотивацией и стимулированием спортсменов по различным видам подготовки в подготовительном и предсоревновательном периодах годичного цикла, для постепенного формирования нервно-психической и эмоциональной устойчивости с учетом типа темперамента.

Литература:

1. Горбиков И.И. Адаптация к условиям тренировочного процесса юных тхэквондистов как главный фактор предупреждения травматизма / И.И. Горбиков, В.З. Яцык, А.А.Г.А. Сонбол // *Материалы научной и научно-методической ППС КГУФКСТ.* – 2018. – № 1. – С. 161-162.
2. Парамзин В.Б. К вопросу об изменении силовых показателей обучаемых в процессе первоначальной адаптации к образовательной деятельности / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // *Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ.* – 2019. – С. 283-284.
3. Яцык В.З. Методика формирования психологической готовности к соревнованиям квалифицированных фигуристов на тренировочном этапе / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, А.А. Значков // *Актуальные вопросы физической культуры и спорта.* 2019. Т. 21. С. 114-118.

АКТУАЛЬНОСТЬ ОРГАНИЗАТОРСКО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ИХ ОБУЧЕНИЯ

О.С. Васильченко, А.А. Жданова

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

Аннотация. В работе рассмотрены возможности повышения организационно-методического мастерства как наиболее сложного в формировании навыка у студентов в образовательном процессе спортивного вуза.

Ключевые слова: студент, учебный процесс, организаторско-методический навык.

Для качественной и эффективной профессиональной деятельности в средних и высших учебных заведениях, а также в детско-юношеских спортивных школах первостепенное значение имеет готовность учителя или тренера управлять процессом физического совершенствования обучаемых. Основы теоретических знаний, методических умений и навыков, организаторского мастерства по вопросам физического воспитания, подготовки и спорта закладываются в стенах высших военно-учебных заведений [1]. В образовательном процессе спортивного ВУЗа студенты должны овладеть теоретическими основами физической культуры, методическими и практическими навыками в обеспечении, организации, планировании, контроле и учете тренировочной и соревновательной деятельности обучаемых.

Наиболее сложным и актуальным в процессе обучения, как показал текущий и этапный контроль знаний, умений и навыков студентов, оказалось формирование навыков и умений в обеспечении, организации и проведении практических занятий и спортивных мероприятий, а также воспитание морально-волевых качеств средствами и методами физической подготовки [2, 3].

В результате проведенного анализа некоторых учебных дисциплин можно сделать вывод о том, что в процессе формирования методических умений будущих специалистов имеется много неиспользованных резервов.

Основными путями дальнейшей оптимизации методической подготовки, на наш взгляд, являются следующие:

1. Дальнейшее теоретическое обоснование необходимости системы организаторско-методической подготовки студентов в период их обучения в ВУЗе (конкретизация цели, задач, содержания обучения, организационно-методических основ, условий успешного функционирования).

2. Более четкое дифференцирование учебного материала и порядка обучения студентов по ряду практических дисциплин. Целесообразно, чтобы все «управленческие» умения соответствовали видам занятий и спортивным мероприятиям. Особое внимание уделять спортивной работе, к которой относятся: учебно-тренировочные занятия и сборы; спортивные состязания; агитационно-пропагандистские мероприятия по спорту (спортивные праздники, вечера, встречи и т.п.).

3. Определение оптимальной последовательности изучения теоретических вопросов и формирования методических навыков и умений на каждом занятии, при прохождении отдельных тем, в каждом семестре, учебном году и в течение всего периода обучения.

4. Увеличение времени, отводимого на методическую подготовку, за счет изменения направленности учебных дисциплин. Целесообразно большинство практических занятий на старших курсах проводить с акцентом не на повышение физической подготовленности, а на совершенствование методического мастерства, причем проведения занятий (элементов, частей) на младших курсах, а также организацию и планирование спортивных и агитационно-пропагандистских мероприятий по спорту.

5. Более широкое использование на практических занятиях новых достижений педагогики и психологии, современных форм и методов обучения. Введение в практику всех

видов занятий таких форм, как «деловые игры», на которых обучаемым, поставленным в условия, идентичные средним или спортивным школам, где предлагается решать проблемные вопросы по организации и проведению учебных занятий, спортивной работы, разрабатывать и оформлять документы планирования и учета спортивной работы, имитировать организацию и проведение отдельных элементов спортивных состязаний и т.д.

6. Совершенствование контроля (проверки и оценки) методической подготовленности студентов. В этом отношении необходимо более дифференцированно оценивать различные стороны методического мастерства и уточнить порядок определения оценок.

Реализация данных предложений в работе выпускающей кафедры позволит существенно повысить уровень методической подготовленности в соответствии с квалификационными требованиями к выпускнику.

Литература:

1. Васильченко О.С. Организация и методика проведения практических занятий со студентами по лыжной подготовке / О.С. Васильченко, Д.С. Сидоренко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2010. – Краснодар. – С. 180-185.

2. Васильченко О.С. Методика развития способности противостоять недостатку кислорода в процессе занятий лыжной подготовкой в среднегорье / О.С. Васильченко, А.С. Подгорная, В.Б. Парамзин // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – Краснодар. – 2020. – 187 с.

3. Парамзин В.Б. К вопросу об изменении силовых показателей обучаемых в процессе первоначальной адаптации к образовательной деятельности / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2019. – № 1. – С. 283-284.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ПРЫЖКОВ НА ЛЫЖАХ С ТРАМПЛИНА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

С.С. Зырянов

Научный руководитель старший преподаватель О.С. Васильченко

Аннотация. Работа раскрывает основные проблемы подготовки молодых спортсменов по прыжкам на лыжах с трамплина в Краснодарском крае.

Ключевые слова: прыжки на лыжах с трамплина, трамплины, молодые спортсмены, проблемы развития спорта.

Прыжки на лыжах с трамплина являются зимним видом спорта. В России прыжки появились еще в конце XIX века, а в начале XX века под Петербургом были построены первые в России деревянные трамплины. Наличие трамплинов является ключевым фактором развития данного вида спорта. Трамплины бывают разной мощности от 5-метрового до 200-метрового. В России имеются два основных центра подготовки прыгунов: г. Нижний Тагил (Аист) и г. Чайковский (Снежинка). Данные комплексы имеют в распоряжении трамплины основных мощностей, что в свою очередь дает возможность молодым и взрослым спортсменам полноценно тренироваться.

В настоящее время в Краснодарском крае существуют проблемы развития прыжков с трамплина, которые значительно мешают спортсменам достичь высокого уровня на региональных соревнованиях [1, 2].

В крае имеется один олимпийский комплекс лыжных трамплинов «Русские Горки», который состоит из трамплина К-95, К-125. На таких трамплинах невозможно тренироваться на начальном уровне. Если дооснастить комплекс трамплинами К-20, К-40, К-60 и организовать спортивную инфраструктуру, в состав которой будет входить несколько спортивных залов, гостиница, то в России появится еще один регион, который сможет воспитывать новых прыгунов на высоком уровне.

Наряду с отсутствием маленьких трамплинов еще одной проблемой комплекса «Русские Горки» является транспортная недоступность. Трамплин находится в горах, между Красной Поляной и селом Эсто-Садок, где имеется всего одна общеобразовательная школа, что в свою очередь усложняет постоянный набор молодых спортсменов. Ближайший крупный населенный пункт – это Сочи, от которого проезд до трамплинов занимает 1,5 часа, следовательно, время проезда на транспорте до тренировки и обратно у спортсменов занимает более 3 часов, что в свою очередь пагубно влияет на интерес молодых спортсменов. В Европе, к примеру, много спортивных интернатов, где молодые спортсмены живут и учатся, не отрываясь от тренировочного процесса.

Также одним из ключевых факторов сложности развития прыжкового спорта в целом является информационная недоступность [3]. Чтобы повысить интерес к данному виду спорта, необходимо регулярно рассказывать о нем в средствах массовой информации, проводить информационные экскурсии для школьников. Европейцы в этом плане ушли далеко вперед, у многих школ имеется собственная команда прыгунов, которые регулярно соревнуются в региональных соревнованиях. Совместно с основными командами прилетает и медиа, которые транслируют весь тренировочный и соревновательный процесс в СМИ. Взять к примеру сайт skijumping.pl. Основатель и редактор этого сайта не пропускают основные соревнования.

Подводя итог вышесказанному, мы можем определить основные пути решения проблем развития прыжков на лыжах с трамплина в Краснодарском крае. Главное внимание необходимо акцентировать на материальной оснащенности спортивных школ этого вида спорта, а также активизировать пропаганду прыжков на лыжах с трамплина как экстремального и зрелищного зимнего вида спорта.

Литература:

1. Горбиков И.И. Проблемы и перспективы развития зимних видов спорта на Кубани / Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2016. – Т. 1. – С. 75-79.
2. Федорова Е.А. Развитие лыжного спорта в Краснодарском крае / Е.А. Федорова, И.И. Горбиков // Тезисы докладов XXXIX научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО Сборник тезисов. – 2012. – С. 131-132.
3. Фигер А.А. Популяризация занятий лыжными гонками в КГУФКСТ / А.А. Фигер, В.З. Яцык, И.И. Горбиков // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ. – 2016. – С. 52-53.

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФИГУРИСТОВ**М.П. Касьянова****Научный руководитель И.И. Горбиков**

Аннотация. В данной работе проведен анализ специальной литературы по вопросам общей физической подготовки фигуристов как важного базового компонента спортивной подготовки в целом.

Ключевые слова: общая физическая подготовка, фигуристы, фигурное катание, физические качества.

Общая физическая подготовка – это система занятий физическими упражнениями, которая направлена на комплексное развитие физических качеств. В любом виде спорта, а в частности в фигурном катании на коньках, общая физическая подготовка является базовой частью спортивной подготовки [1]. Удельный вес общей физической подготовки в подготовке фигуриста постоянно изменяется [2]. В зависимости от возраста и квалификации спортсмена он постепенно снижается в пользу специальной подготовки, но всегда остается значительным. В случаях «погоны» за высоким «сиюминутным» спортивным результатом бывают случаи, когда спортсмены и тренеры пренебрегают этим. Подобные эксперименты зачастую заканчиваются проблемами со здоровьем спортсменов и ранним окончанием спортивной карьеры. Общая физическая подготовка в первую очередь необходима для укрепления здоровья спортсмена [3]. Занятия в зале или на воздухе обеспечивают всестороннее и гармоничное развитие человека. Общая физическая подготовка является неотъемлемой частью занятий фигурным катанием. ОФП преподается со своей спецификой, позволяющей углубленно развивать определенные физические способности, необходимые именно в фигурном катании. Тело фигуристов постоянно подвергается тяжелым физическим нагрузкам, поэтому основное внимание следует уделять развитию и укреплению различных мышц и связок спортсмена. Для достижения этой цели эффективно будет комбинировать подвижные и спортивные игры, базовые легкоатлетические упражнения и хореографию с упражнениями на тренажерах с постепенным усложнением заданий. Основное внимание во время занятий следует уделять мышцам спины и брюшного пресса, а также мышцам и связкам стопы. По мере профессионального роста фигуриста и начала его катания на жестких ботинках начинают приобретать значение тренировки бедренных мышц и коленных суставов.

Обязательным во время занятий общей физической подготовкой является также улучшение координации, необходимой для выполнения прыжков, вращений и других элементов фигурного катания. Для улучшения координации и ориентирования в пространстве тренировки проводят с помощью гимнастических и акробатических упражнений, например выполнение прыжков на батуте. В фигурном катании на коньках можно проводить бесконечное количество часов ледовой подготовки, однако это бесполезно без наличия устойчивой базы, то есть без общей физической подготовки, а также без нужных физических качеств для исполнения тех или иных элементов фигурного катания, таких как: дорожка шагов, прыжки и вращения.

Литература:

1. Васильченко О.С. Фигурное катание на зимних олимпийских играх-2018 / О.С. Васильченко, В.З. Яцык, А.В. Гладкова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – С. 28-29.
2. Каверза А.В. Развитие вестибулярной устойчивости и координационных способностей в процессе начального обучения фигуристов / А.В. Каверза, И.И. Горбиков, А.О. Фугаев // Тезисы докладов XLV НК студентов и молодых ученых вузов ЮФО 2018. – С. 17-18.
3. Парамзин В.Б. Подбор и применение подготовительных упражнений для повышения силовых показателей в процессе обучения / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Мат-лы МНПК. – 2020. – С. 135-136.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК РАЗНЫХ КУРСОВ ОБУЧЕНИЯ В ЛЕТНОМ УЧИЛИЩЕ

А.О. Киселев, О.С. Васильченко

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

Аннотация. В работе характеризуются качественные показатели спортивной и физической подготовленности девушек, обучающихся на разных курсах, до поступления в летное училище. Характеристика проводилась по данным анкетного опроса для определения основных направлений в организации и проведении физической и психической подготовки обучаемых в образовательном процессе.

Ключевые слова: анкетирование, девушки, спортивная и физическая подготовленность, физические качества.

Одним из методов социологических исследований, часто применяемых в педагогике, является анкетный опрос, который направлен на выявление количественных и качественных характеристик опрашиваемых. Данный метод является способом субъективного определения различных состояний, статусов, перспективности направлений развития, причин и мотивов поступков и других необходимых для качественных и количественных характеристик жизнедеятельности обучаемых в военно-образовательной среде.

Основной целью проведенного исследования было определение основных направлений в организации и планировании физической и психической подготовки девушек обучающихся в летном военном училище на начальном этапе обучения.

Анализ проводился по оценке девушек причин и мотивов поступления, уровня спортивной и физической подготовленности до поступления, развитию физических качеств и навыков, отношению к спорту и физической культуре в целом, степени моральной и психологической подготовленности к негативным факторам жизнедеятельности.

Анализировались ответы девушек трех наборов 2017 г., 2018 г. и 2019 г., обучающихся в первом, втором и четвертом семестрах.

Заранее знали о поступлении в военное училище, а следовательно, целенаправленно готовились к поступлению 86% девушек первого набора (2017 г.), 71% девушек второго (2018г.) и 30% (2019) третьего набора, что говорит о не полном представлении девушек третьего набора обо всех негативных факторах внешней и внутренней среды военно-образовательной деятельности и бытовых условий в летном училище. Этот факт может негативно повлиять на нервно-психическую и эмоциональную устойчивость, создать предпосылки к перенапряжению функциональных систем и снижению устойчивости к перенесению больших физических нагрузок характерных на начальном этапе военной службы, что впоследствии может сказаться на качестве выполнения требований учебного процесса и профессиональной деятельности [2].

Проведенная реклама в средствах массовой информации и информация из других источников практически полностью нивелировали роль случайного фактора в выборе летной специальности у девушек второго (100%) и третьего наборов (81%) в отличие от девушек первого набора (26%).

По уровню спортивной подготовленности 92% девушек третьего набора занимались различными видами спорта и 62% имеют спортивные разряды. У девушек второго и третьего наборов эти показатели немного ниже: - 2017 год набора 73% девушек занимались спортом и 40% имеют разряд; – 2018 год 78% девушек занимались спортом и 57% имеют разряды. Остальные девушки занимались физической культурой самостоятельно.

Нормы ГТО в школе сдавали 77% девушек третьего набора, 50% второго и 60% первого набора. Выполнение контрольных нормативов девушками для проверки уровня развития физических качеств до поступления показаны в таблице.

Набор	Физические качества					
	сила	выносливость	быстрота	ловкость	метание мяча	метание гранаты
2017 г.	80%	80%	86%	66%	53%	60%
2018 г.	100%	100%	92,9%	71,4%	57,1%	42,9%
2019 г.	76,9%	84,6%	69%	38,5%	46,2%	61,5%

Анализ выполнения контрольных упражнений для оценки уровня развития физических качеств в школе показал, что такие качества, как ловкость и координация, не всегда развиваются и контролируются в соответствии с программой обучения, что требует определенного подхода к разработке учебных программ по физической подготовке.

Результаты анкетирования свидетельствуют, что общий уровень спортивной и физической подготовленности достаточно высокий, что показали вступительные экзамены, проведенные по трем упражнениям, характеризующим уровень развития силы, быстроты и выносливости. Основным направлением в организации, планировании и проведении физической и психической подготовки девушек на начальном этапе обучения в соответствии с анализом анкетного опроса должно обеспечить поддержание на требуемом нормативном уровне силовых качеств, быстроты и выносливости, усилить развитие ловкости, координации и прикладных навыков, в том числе метаний. Кроме этого, для улучшения деятельности основных физиологических систем, активизации мыслительных процессов при интеллектуальной деятельности, умения регулировать нервно-психическую и эмоциональную сферу на начальном этапе обучения необходимо оптимизировать и нормировать двигательную деятельность девушек в недельном цикле с учетом физических нагрузок, получаемых девушками в процессе распорядка дня и прохождения общевоинских дисциплин [1, 3].

Литература:

1. Парамзин В.Б. Актуальность нормирования двигательной активности девушек, обучающихся в учебных заведениях, осуществляющих подготовку специалистов для силовых структур / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, О.А. Киселев // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – Т. 48. – С. 279-280.
2. 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 международной научно-практической конференции. 2019. С.135-137.
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.

**МОТИВАЦИОННЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
И ВОЕННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ ЖЕНСКОГО ПОЛА
ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ НА ВОЕННУЮ СЛУЖБУ**

А.О. Киселев, О.С. Васильченко

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

Аннотация. В работе рассмотрены основные элементы мотивации девушек к поступлению в военное училище. Проведен сравнительный анализ рейтинга основных положений между призванными на военную службу на контрактной основе и поступившими в военно-учебное заведение женщин.

Ключевые слова: мотивация, рейтинг, военно-профессиональная и военно-образовательная ориентация, женский пол.

Общая феминизация практически всех сфер жизнедеятельности общества усилила этот процесс в армии. На первоначальном этапе комплектования Вооруженных сил военнослужащими женского пола основной мотив был связан с прагматично-личностным военно-профессиональным выбором.

Как правило, военная подготовка женщин ограничивалась различными курсами или гражданскими специальностями профилируемые в войсках для обеспечения учебно-боевой подготовки и жизнедеятельности личного состава, где они в силу своих психофизиологических особенностей справляются лучше, чем мужчины (врачи, финансисты, психологи, связисты и т.д.), и не являются исключительно военными [2].

По данным проводимых исследований, основными мотивами военно-профессиональной ориентации женщин были: **1.** – возможность получить жилье – 27%; **2.** – более ранний выход на пенсию в 45 лет - 19%; **3.** – возможность устройства личной жизни (замужество) – 13%; **4.** – бесплатное медицинское обеспечение – 12%; **5.** – относительно высокое денежное содержание и льготы – 8%; **6.** – чувство долга перед Отечеством – 7%; **7.** – возможность самореализации себя как личности – 7%; **8.** – возможность трудоустройства – 4%; **9.** – возможность служебной карьеры – 3%.

Увеличение специальностей в военно-учебных заведениях для девушек, которые являются не только обеспечивающими (врачи, финансисты, связисты, специалисты вещевого и продовольственного обеспечения и т.д.), но и основными (офицеры морского флота, танкисты, летчики, офицеры ВДВ и т.д.), расширило возможность поступления сразу после школы девушек, желающих связать свою жизнь с Вооруженными силами - стать кадровыми военными [1, 3]. Мотивационный рейтинг, составленный на основе анкетного опроса курсантов-девушек летного училища, включает в себя те же показатели что и рейтинг для военнослужащих женского пола, проходящих службу в войсках по контракту: **1.** – возможность самореализации себя как личности – 22%; **2.** – возможность служебной карьеры – 18%; **3.** – чувство долга перед Отечеством – 16%; **4.** – возможность трудоустройства – 10%; **5.** – относительно высокое денежное содержание и льготы – 10%; **6.** – бесплатное медицинское обеспечение – 8%; **7.** – более ранний выход на пенсию в 45 лет – 7%; **8.** – возможность получить жилье – 7%; **9.** – возможность устройства личной жизни (замужество) – 2%.

Сравнительный анализ, характеризующий основные мотивы военнослужащих женщин, проходящих службу в войсках, и девушек, обучающихся в военно-образовательной системе военного вуза, показал, что здоровые амбиции по реализации своих карьерных планов на сегодняшний день в приоритете, что соответствует общей тенденции к выравниванию гендерных особенностей в обществе. Все остальные позиции в рейтинге курсантов-девушек поменялись в сторону обеспечения карьерного роста на основе высокого и конкурентоспособного уровня профессионального мастерства и патриотичности. Девушки понимают, что в процессе обучения необходимо создать себе базу и условия для

дальнейшего уверенного и стабильного трудоустройства по выбранной профессии. Стабильность в трудоустройстве – это залог дальнейшего повышения профессионализма и конкурентоспособности в достаточно мужской профессии, это решение всех остальных материальных проблем, возникающих в процессе службы и после нее.

Литература:

1. Дерецкий А.А. Проблемы физической подготовки школьников, поступающих в военные училища / А.А. Дерецкий // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа: Материалы конференции. Редколлегия: И.Н. Калинина [и др.]. – 2020. – 245 с.

2. 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 международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 135-137.

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 Южного федерального округа: Материалы конференции. Редколлегия: И.Н. Калинина [и др.]. – 2019. – 53 с.

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

А.О. Киселев

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

Аннотация. В работе рассмотрена зависимость эффективности обучения курсантов в военных училищах от их уровня общей и специальной физической подготовленности. Сформулированы методические рекомендации для повышения организации и проведения процесса физической подготовки в военных училищах.

Ключевые слова: физическая подготовка, физические качества, организация, рекомендации.

Система обучения курсанта в военном училище направлена на подготовку высококвалифицированного специалиста, способного успешно выполнить боевую задачу с максимальным использованием всей мощи боевой техники в кратчайшее время. Это требует, как показывают практика боевой подготовки и результаты научных исследований, не только отличной технической обученности военнослужащих, но и высокого уровня у них тех физических, специальных и психических качеств, а также двигательных навыков, которые соответствуют условиям и характеру их боевой деятельности. Именно поэтому в современных условиях особенно важное значение приобретают специальные средства и методы физической подготовки (ФП).

В то же время, говоря о системе физической подготовки, предусматривающей специальную направленность, нельзя забывать и об общих задачах физической подготовки.

К общим задачам физической подготовки относятся овладение прикладными навыками и развитие физических и психологических качеств, необходимых для физического совершенствования и поддержания высокой работоспособности. Сюда же относятся задачи по укреплению здоровья и повышению устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды и условий учебной деятельности [1].

Решение проблемы общефизической подготовки курсантов как базовой подготовки дало бы возможность усилить специальную подготовку необходимую выпускнику-специалисту [3].

Эта проблема встает еще более остро из-за слабой преемственности физического воспитания в дошкольных, школьных и средне специальных учебных заведениях с физической подготовкой в армии, так как вся нормативная база физподготовки основывается на нормативах школьной программы по физкультуре [2].

Опыт организации физической подготовки в военных училищах, анализ руководящих документов показал, что решение этой проблемы лежит в объединении усилий кафедры физической подготовки и командиров всех степеней, работающих с курсантским составом, где роль командира-воспитателя должна иметь приоритет и заключаться в организации и управлении процессом физической подготовки в подразделении.

Анализ работы по организации и управлению процессом физической подготовки в среднем и высшем военном заведении помог сформулировать следующие методические рекомендации:

- повысить требования к сержантскому составу по вопросам управления процессом физической подготовки;
- ежемесячно проводить контроль за состоянием физической подготовленности (выносливость, быстрота, сила, ловкость), а у младших командиров и методической подготовленности курсантов с выставлением оценки;
- эффективнее использовать такие формы физической подготовки, как утренняя физическая зарядка, тренировка в процессе учебно-боевой деятельности, спортивно-массовая работа, самостоятельная физическая тренировка;

– совершенствовать и постоянно поддерживать в пригодном для эксплуатации состоянии спортивные уголки и закрепленные спортивные объекты для проведения занятий;
– правильно планировать и рационально распределять физическую нагрузку в течение недели;

– использовать знания и опыт ведущих преподавателей по физической подготовке для оказания методической и практической помощи в организации ФП в подразделении.

Таким образом, применение данных рекомендаций на протяжении всего периода обучения поможет эффективнее использовать возможности физической подготовки для становления будущего офицера.

Литература:

1. Парамзин В.Б. Актуальность нормирования двигательной активности девушек, обучающихся в учебных заведениях, осуществляющих подготовку специалистов для силовых структур / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, О.А. Киселев // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – Т. 48. – С. 279-280.

2. Парамзин В.Б. Методика разработки оценочных нормативов выполнения подготовительных упражнений для поэтапного повышения результатов в подтягивании на перекладине / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, В.Б. Разновская // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – Т. 48. – С. 281-282.

3. Разновская С.В. Консультация как основной вид учебной работы в учебном заведении / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко // Туризм и образование: исследования и проекты: материалы III Всероссийской научно-практической конференции. – 2019. – С. 126-128.

АКТУАЛЬНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОГРАММЫ СИТУАЦИОННОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

А.О. Киселев, О.С. Васильченко

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

Аннотация. На основании анализа научной литературы рассматривается вопрос о системе, в основе которой лежит технология использования баз данных для доступа к информации из любого места с любого устройства, имеющего доступ к Интернету. Рассмотрены принципы работы данного программного обеспечения, а также рассмотрена возможность его использования в сфере физической культуры и спорта.

Ключевые слова: обучаемые, моделирование, оценка, физические качества, успеваемость.

На современном этапе развития информационных технологий использование сетевых баз данных и систем управления ими дает возможность абстрагироваться от конкретизации рабочего места пользователя, что позволяет повысить эффективность использования прикладного программного обеспечения для оценки качества обучения, по дисциплине «Физическая культура (подготовка)».

Программный комплекс строится по принципу открытых систем, что позволяет пользователю вносить изменения в функционирование программы на уровне информационных потоков и их взаимодействий, то есть данный комплекс дает возможность вносить и редактировать необходимые данные, не привязываясь к конкретному месту. Этот подход реализует гибкость системы в случае изменения каких-либо установленных параметров в процессе функционирования системы.

Одними из параметров, в качестве примера, могут выступать различные нормативы и оценки, связанные с физической подготовленностью обучаемых. Имея данные по результатам комплексного контроля, определяющие антропометрические характеристики, функциональное состояние, уровни развития физических качеств и физической подготовленности в целом в настоящее время и данных предыдущих лет, можно построить график перспектив развития и скорректированы физического состояния обучаемых и осуществить прогноз развития каждого обучаемого с рекомендациями на дальнейшую работу [2].

Комплекс решений, созданный на основе экспертных оценок, реагирующих на любые изменения в системе, позволяет эффективно спланировать тренировочный процесс для достижения прогнозируемых модельных характеристик физического развития, развития функциональных систем, уровня развития физических качеств обучаемого, т.к. представляет ситуационные воздействия с оценкой их реализации в предыдущих аналогичных ситуациях [1].

Анализ текущей ситуации строится на основе алгоритмов ситуационного управления и является объективным отражением успеваемости учащегося. В данном анализе учитывается не только успеваемость по конкретной дисциплине, но и состояние учащегося по результатам его повседневной деятельности. Такой подход делает ситуацию более полной. Индивидуальная работа с каждым учащимся (спортсменом) упрощается, и эффективность взаимодействия преподаватель (тренер) - учащийся (спортсмен) повышается [3].

Программа ситуационного моделирования качества обучения вносит свои изменения и дополнения в общепринятые методики анализа учебной деятельности обучаемого. Прогрессивность использования информационных технологий, а также методов и моделей обработки информации не вызывает сомнений, однако необходимо учитывать, что конечный результат деятельности системы направлен на человека. В связи с изложенным, лицо, принимающее решение по сложившейся ситуации, должно учитывать другие, не формализуемые в системе условия и факторы.

Литература:

1. Головинов В.А. Модельные характеристики бобслеистов высокой квалификации / В.А. Головинов. В.Б. Парамзин // ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ XLV НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА. – 2018. – 12 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. Парамзин В.Б. Актуальность нормирования двигательной активности девушек, обучающихся в учебных заведениях, осуществляющих подготовку специалистов для силовых структур / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, О.А. Киселев // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – Т. 48. – С. 279-280.

АКТУАЛЬНОСТЬ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ К ПОСТУПЛЕНИЮ В ВОЕННЫЕ УЧИЛИЩА

А.О. Киселев

Научный руководитель В.Б. Парамзин

Аннотация. В работе проанализированы причины, по которым школьникам необходимо заранее готовиться к поступлению в военные училища. Подготовка должна включать разнообразные физические упражнения из программы первого курса обучения.

Ключевые слова: абитуриенты, физические упражнения, военное училище, нормативы.

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) [1].

Исследования показали, что гигиеническая норма двигательной активности, обеспечивающая здоровье и нормальное, гармоническое развитие школьника, составляет 6-15 часов только организованных занятий физическими упражнениями в неделю. Но получает он в большинстве случаев гораздо меньше – всего 2 часа в неделю.

Анализ динамики нормативных требований по физической подготовке при переходе от школьной системы обучения к военной для учеников 10-11 классов и курсантов I курса показал, что для последних требования выше, особенно к развитию силовых качеств и выносливости [2].

Следует учитывать, еще и то, что уже на первом курсе в программу включены упражнения, выполняемые в военной форме одежды, что требует дополнительных усилий и хорошей физической подготовленности в их выполнении. Кроме упражнений, которые включены в школьную программу, для курсантов дополнительно введены разделы и упражнения, имеющие специальную направленность и требующие специальной подготовки для их освоения [3].

У нас данная проблема ликвидации разрыва между уровнем физической подготовленности молодого пополнения и нормативами, предъявляемыми к курсантам I курса, решается только учителями-энтузиастами, которые включают в свою программу физической культуры для выпускников, в которую входят упражнения для курсантов I курса, но с облегченными нормативами. Анкетный опрос, индивидуальные беседы и результаты контрольных проверок, проведенных в первом семестре обучения, показали положительную динамику роста физических показателей у курсантов-кадетов и тех, кто целенаправленно готовился к поступлению в училище, 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. Васильченко О.С. К вопросу о нарушении осанки у детей младшего школьного возраста / О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин, С.В. Разновская // Материалы научной и НМК ППС КГУФКСТ. – 2019. – Т. 48. – С. 170-171.
2. Парамзин В.Б. К вопросу об изменении силовых показателей обучаемых в процессе первоначальной адаптации к образовательной деятельности / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // Материалы научной и НМК ППС КГУФКСТ. – 2019. – Т. 48. – С. 283-284.
3. Парамзин В.Б. Подбор и применение подготовительных упражнений для повышения силовых показателей в процессе обучения / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. Материалы международной научно-практической конференции. Редколлегия: А.И. Погребной [и др.]. – 2020. – С. 135-136.

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ НА БЕГОВЫХ ЛЫЖАХ В ШКОЛЕ

Г.А. Коковкин

Научный руководитель преподаватель И.И. Горбиков

Аннотация. В процессе исследования предполагается на основе анализа научно-методической литературы и обобщения опыта специалистов составить методические разработки и рекомендации для детального изучения техники передвижения на беговых лыжах в условиях сельской малокомплектной школы.

Ключевые слова: урок, лыжная подготовка, учебный процесс, последовательность обучения, техника передвижения на беговых лыжах.

Анализ научно-методической литературы показал, что в настоящее время существует стандартная методика, определяющая последовательность обучения технике передвижения на беговых лыжах в школе. Программа по лыжной подготовке в школе предусматривает последовательное овладения в младших (1-4-й) и средних (5-8-й) классах лыжными ходами, способами спусков, подъемов, торможений и поворотов. В старших классах (9-11-х) основное внимание обращают на совершенствование этих способов передвижения [1]. Проведенное нами исследование показало, что целый ряд авторитетных отечественных научных работников в сфере физической культуры и спорта считает, что правильно выстроенная последовательность позволяет сделать процесс обучения более эффективным и интересным для занимающихся [2]. В условиях сельской малокомплектной школы лыжная подготовка имеет свои особенности, связанные с малочисленностью классов и разным возрастом учащихся. Учитель физической культуры, как правило, сам решает данную проблему, разрабатывая специальную методику. В тесной связи с вышеизложенным материалом, на наш взгляд, следует отметить, что существует потребность в обобщении данного опыта и в составлении методических разработок и рекомендаций для более детального изучения техники передвижения на беговых лыжах в условиях сельской малокомплектной школы.

Целью данной работы является: изучение особенностей процесса обучения основным лыжным ходам на уроках физической культуры в сельской малокомплектной школе, в том числе связанной с последовательностью освоения учебного материала для более детального изучения техники передвижения на беговых лыжах.

Поставлены следующие задачи исследования:

1. Проанализировать научно-методическую и специальную литературу по проблеме исследования.
2. Разработать методику изучения техники передвижения на беговых лыжах в условиях сельской малокомплектной школы.
3. Определить эффективность разработанной методики на практике.

Предполагается, что составленные методические разработки и рекомендации к ним по изучению техники передвижения на беговых лыжах в условиях сельской малокомплектной школы окажутся эффективными на фоне стандартных методик.

Практическая значимость заключается в повышении эффективности процесса обучения основным лыжным ходам в условиях сельской малокомплектной школы.

Данный материал может быть рекомендован учителям физической культуры, работающим с детьми в сельской местности.

Литература:

1. Раменская Т.И. Техническая подготовка лыжника: Учебно-практическое пособие. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 264 с.
2. Яцык В.З. Методические основы освоения техники бега в лыжных гонках / В.З. Яцык, И.И. Горбиков, Р.С. Кошкарев // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1. – 72 с.

СОВРЕМЕННАЯ ЭКИПИРОВКА И ИНВЕНТАРЬ ХОККЕИСТА

Е.Д. Мазалов

Научный руководитель преподаватель И.И. Горбиков

Аннотация. В данной работе анализируется специальная литература, в которой рассматриваются вопросы техники безопасности и предупреждения травматизма в хоккее на льду, значение экипировки и инвентаря современного хоккеиста, а также их совершенствование.

Ключевые слова: экипировка, инвентарь, хоккеисты, хоккей с шайбой, защитные свойства.

Экипировка играет важную роль в жизни каждого спортсмена. Главное назначение защитной экипировки – снизить травматизм как на тренировочных занятиях, так и во время соревновательного процесса.

В любом виде спорта к выбору экипировки нельзя подходить легкомысленно и безответственно, но особенно это касается травмоопасных видов спорта, а в частности хоккея с шайбой [3]. Хоккей увлекает настоящих мужчин с силой, нервно-психической устойчивостью, скоростью, зрелищностью, но эта спортивная игра постоянно требует стремительных ускорений, экстремальных торможений и изменений траектории движения, когда можно получить удар клюшкой или шайбой, неудачно столкнуться с соперником, упасть [2]. Именно поэтому хоккеисты должны быть максимально защищены и появляются на льду в полном комплекте экипировки. Уже давно для спортсменов разработано спортивное снаряжение, обеспечивающее высокий уровень защиты, однако оно постоянно модифицируется и совершенствуется. Хоккейная экипировка должна быть легкой, прочной и обеспечивать комфорт на протяжении всей игры и предполагает его защиту с ног до головы [1]. Высокопрочный сплав, жесткие усиленные конструкции, прочный пластик, натуральная кожа – все эти элементы позволяют спортсменам не травмироваться во время игр или тренировок. Экипировка хоккеиста подбирается индивидуально с учетом антропометрических данных спортсмена его особенностей и предпочтений, однако при этом должны соответствовать общим стандартам.

Современная защитная амуниция отлично сливается с телом спортсмена, она как будто становится с ним единым целым. Снаряжение отличается облегченным составом, функциональностью, а главное оно предотвращает возникновение боли и травм при ударах и столкновениях. Защитное обмундирование необходимо периодически проверять, ухаживать за ним, выполнять ремонт и замену его компонентов, поскольку они постепенно выходят из строя – ломаются, гнутся, трескаются, рвутся.

После каждой тренировочного занятия или выступления на соревнованиях экипировка проверяется на исправность, чистится и просушивается. Игра доставит максимум удовольствия, если спортсмены будут строго соблюдать предписанные правила, серьезно относиться к технике безопасности на льду, защите своего тела и здоровья.

Литература:

1. Соловьев Н.М. Морфологические особенности как фактор выбора стиля игры хоккейного вратаря / Н.М. Соловьев, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLV НК студентов и молодых ученых вузов ЮФО: Материалы научной конференции. – КГУФКСТ. – 2018. – 47 с.
2. Капанадзе Н.А. Психологическая подготовка хоккеистов / Н.А. Капанадзе, И.И. Горбиков / Тезисы докладов XXXXIII НК студентов и молодых ученых вузов ЮФО: Материалы научной конференции. – КГУФКСТ. – 2016. – 42 с.
3. Котенев М.А. Проблемы хоккея в Краснодарском крае на примере города Краснодара / М.А. Котенев, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLV НК студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – 2018. – С. 25-26.

ОСОБЕННОСТИ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ»

А.Н. Махлычев

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе, на основе анализа литературных источников, представлены особенности тактической подготовки спортсменов-туристов в зависимости от класса дистанции.

Ключевые слова: тактика, подготовка, спортсмен, тренер, спортивный туризм.

Тактическая подготовка – это процесс, ориентированный на овладение рациональными способами ведения спортивной борьбы в определенной соревновательной деятельности.

Тактика в спортивном туризме, как правило, подразумевает под собой совокупность средств и методов, которые используются при реализации личных и командных возможностей спортсменов-туристов для достижения намеченной цели и решения поставленных туристских задач в условиях соревнований и походов [1]. В настоящее время существующие средства тактической подготовки разнообразны, но все они включают в себя следующее: специальное туристическое снаряжение, основные действия спортсменов, связанные с подготовкой и участием в соревнованиях.

Формируя и развивая тактику в спортивном туризме, спортсмены осваивают возможности принятия решений в ситуациях, которые возможно предсказать и в непредвиденных обстоятельствах в зависимости от группы дисциплин. Основой тактической подготовки является специальное мышление, которое определяет уровень тактической подготовленности спортсменов-туристов.

Важную роль в тактической подготовке спортсмена играет тренер. Но, в зависимости от квалификации спортсмена, возрастает количество самостоятельно принятых тактических решений. Это является одной из особенностей при подготовке спортсменов в спортивном туризме.

На начальном этапе подготовки спортсменов-туристов (1-2 класс) тренер берет весь процесс тактической подготовки на себя. То есть спортсмен практически не принимает участия в разработке тактики, действует по намеченному тренером плану и не принимает никаких самостоятельных решений [2]. Связано это с тем, что спортсмен не имеет еще достаточно опыта и только осваивает технические приемы.

На этапах совершенствования спортивного мастерства и спортивного мастерства (3-6 класс) в разработке тактического плана, а также в тактической подготовке участвуют как тренер, так и спортсмен. На данных этапах спортсмены имеют достаточное количество опыта для того, чтобы принимать самостоятельные тактические решения в ходе прохождения дистанции. С повышением класса дистанции возрастает количество самостоятельно принятых решений.

Литература:

1. Обучение спортсменов-туристов, специализирующихся в группе дисциплин «Дистанция пешеходная», преодолению естественных и искусственных препятствий / А.В. Лузан, Л.П. Долгополов // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма: Материалы научной конференции. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – 49 с.

2. Специфические особенности соревновательной деятельности в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» в закрытых помещениях / Е.С. Горелова, Л.П. Долгополов, А.С. Подгорная // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2018. – 14 с.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ

И.Д. Митин

Научный руководитель преподаватель И.И. Горбиков

Аннотация. В данной работе анализируется научно-методическая литература по вопросам подготовки в современных лыжных гонках в целом и отдельно по техническому, физическому, психологическому, теоретическому и тактическому разделам.

Ключевые слова: процесс подготовки, работа, физические качества, лыжные гонки.

Процесс подготовки – это процесс, который включает в себя рассмотрение мельчайших нюансов технической, физической, психологической, теоретической и тактической подготовки.

Теоретическая подготовка подразумевает, что тренировочная работа должна подлежать объяснению и обсуждению в диалоге тренер-спортсмены. Только четкое понимание позволяет спортсмену работать на высоком профессиональном уровне. Этот раздел подготовки содействует процессу интеллектуального воспитания спортсмена, и является базовым для всех остальных разделов. Задача тренера довести до понимания спортсмена, чем он занимается сейчас и будет заниматься в дальнейшем, почему, как, когда и к чему эти занятия его должны подвести [2]. Техническая подготовка обеспечивает точность и правильность выполняемых действий, является основным качеством мастерства. Технической подготовке выделяется значительное количество времени, чтобы устранить ошибки и поставить верную технику. Психологическая подготовка позволяет адаптировать состояние спортсмена к сложным, продолжительным тренировочным и соревновательным нагрузкам. Ее основная задача поддерживать благоприятный эмоциональный фон, не впадать в депрессию, ускорять процессы восстановления работоспособности. Тренер должен иметь тесную связь со спортсменом, чтобы постоянно его поддерживать. Со спортсменами должны регулярно проводиться тренировки, тесты, беседы, а тренировочный процесс перед соревнованиями должен быть близок к соревновательному, чтобы спортсмен привыкал к напряжению [1]. В процессе тактической подготовки спортсмена учат использовать свои знания и умения в соревновательных ситуациях – правильное распределение сил и возможностей, максимальное использование недостатков соперника, особенностей трассы, погодных условий, лыжных мазей и ускорителей. Составление плана действий в тех или иных случаях. Физическая подготовка лыжников-гонщиков состоит из общей физической подготовки и специальной [3]. Общая физическая подготовка подразумевает гармоничное развитие физических качеств, но с акцентом на более значимые для лыжника физические качества – выносливость и скорость.

Подводя итоги, следует отметить, что профессиональная подготовка лыжников-гонщиков является многогранным высокотехнологичным процессом и требует постоянной концентрации спортсменов и их наставника на протяжении всего тренировочного процесса. Однако это очень увлекательный, полезный для здоровья и имеющий высокое прикладное значение вид спорта, особенно в специфических климатических условиях большинства регионов Российской Федерации.

Литература:

1. Благодаров Д.В. Методические подходы к контролю физической подготовленности лыжников-гонщиков / Д.В. Благодаров, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLVII НК студентов и молодых ученых вузов ЮФО. Материалы конференции. – 2020. – 182.
2. Яцык В.З. Построение подготовительной части учебно-тренировочного занятия по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы ННМК ППС КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 284 с.
3. Яцык В.З. Силовая тренировка лыжника-гонщика высокой квалификации с учетом соревновательной специфики / В.З. Яцык, О.С. Васильченко, Т.А. Карганова // Материалы ННМК ППС КГУФКСТ. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – № 1. – С. 101-102.

ОПЫТ СКАЙРАННИНГА В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНА-ТУРИСТА В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ»

А.И. Никитенко

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе, основанной на анализе литературных источников, представлена взаимосвязь между скайраннингом и спортивным туризмом, описаны положительные стороны занятия скайраннингом спортсменом-туристом.

Ключевые слова: скайраннинг, спортивный туризм, скайраннер, бег по пересеченной местности, спортсмен-турист.

Спортивный туризм имеет много смежных видов спорта, которые способствуют развитию спортсмена: спортивное ориентирование, альпинизм, скалолазание, бег по пересеченной местности и даже лыжные гонки. Добавляя в тренировочный план элементы из вышеперечисленного, можно заметно разнообразить и улучшить подготовку спортсмена-туриста [1].

С 2012 года в России признали такой вид спорта, как скайраннинг. Это забеги в горах на высоте от 0 до 7200 метров, где уклон не превышает 40%, набор высоты при этом не менее 1000 метров, при этом степень сложности по альпинистской классификации не должна быть выше 2 категории. Скайраннинг – это дисциплина альпинизма. Трассы проходят по песку, тропам, ледникам, моренам, камням, скалам, снегу и другому. Наличие асфальта не должно превышать 15% от всей дистанции.

Скайраннинг и спортивный туризм имеют много общего, именно поэтому занятия высотным бегом могут поспособствовать физическому развитию в туризме.

Бег является ведущей составляющей этих видов спорта. Занятия скайраннингом как дополнительной деятельностью могут помочь спортсмену развить выносливость и улучшить качество бега.

Бег по пересеченной местности включает в работу мышцы-стабилизаторы, тренирует дыхание, развивает баланс, включает в работу те мышцы, которые не используются в гладком беге.

Скайраннинг проходит в горах по самым разнообразным покрытиям, включая спуски и подъемы [3]. Это помогает развивать координацию движений и мышцы, мало участвующие в обычном тренировочном процессе.

Очень важны для спортсмена-туриста развитые подвижные суставы, а также крепкие связки и сухожилия по всему корпусу, что способствует успешно и без травм преодолевать всевозможные препятствия на дистанции. Именно укреплению и развитию мало работающих в обычном тренировочном процессе связок, мышц, сухожилий и суставов способствуют занятия скайраннингом, в процессе которых приходится двигаться по неровностям, перемещая корпус тела одновременно в трех плоскостях.

Выносливость – именно это физическое качество является ведущим как среди спортсменов-туристов, так и скайраннеров. Организм должен длительное время выполнять различные нагрузки без снижения работоспособности.

Мягкая поверхность пересеченной местности поглощает ударную нагрузку на суставы, сводит к минимуму риск получения травм, которые возникают из-за постоянного удара стопы о дорожное покрытие.

Перебеги между техническими этапами в спортивном туризме чаще всего пролегают по пересеченной местности. Спортсмену приходится преодолевать подъемы, спуски, овраги, кочки, поваленные деревья и многие другие неожиданности, которые могут оказаться на дистанции. Необходимо иметь специальную подготовку в пересеченном беге, чтобы случайно не зацепиться за незаметный корень дерева [2]. В этом и помогают занятия скайраннингом. Зачастую скорость бега между этапами в спортивном туризме является

решающим фактором. Особенно это актуально на длинной дистанции, где на протяжении нескольких часов спортсмены должны ориентироваться по карте, преодолевать большие расстояния в полном снаряжении и с веревками за спиной, выполнять технические этапы, которые требуют скорости и точности действий.

Также не стоит забывать, что скайраннинг проводится на больших высотах, где большую роль играет акклиматизация. Многие спортсмены приезжают на гонку заранее, чтобы подготовить свой организм к предстоящим нагрузкам. С высотой проявляется понижение атмосферного давления, это ощущается в нехватке кислорода в воздухе, может сопровождаться головной болью. На дистанциях нередки случаи схода участников по причине проблем с дыханием, горной болезнью.

В скайраннинге очень важна сила ног, спины, пресса, так как крутые подъемы постоянно встречаются на пути. Но уметь быстро бегать в гору недостаточно, необходимо также не бояться преодолевать спуски, ведь они представляют большую опасность нежели медленный и верный подъем вверх.

Занятия скайраннингом заметно улучшат результаты спортсмена-туриста. Ведь высотный бег развивает выносливость, координацию движений, укрепляет многие мышцы, суставы и связки, играет важную роль в увеличении максимального потребления кислорода. Можно добиться многого, просто включив в свою тренировочную программу тренировки по скайраннингу.

Литература:

1. Долгополов Л.П. Выносливость – одно из важнейших физических качеств спортсменов-туристов в группе дисциплин «Дистанция – пешеходная» // Курорты. Сервис. Туризм. – 2017. – № 1-2 (34-35). – С. 34-36.
2. Гамалий В.В. О беге с максимальной скоростью // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2006. – № 3. – С. 17-25.
3. Форсберг Эмили «Скайраннер».

РАЗВИТИЕ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ В РОССИИ

А.А. Платовская

Научный руководитель доцент В.Б. Парамзин

Аннотация. В работе проведен анализ научной и специальной литературы, связанный с вопросами развития фигурного катания в современной России, на основании которого выявлены основные проблемы, тормозящие развитие данного вида спорта.

Ключевые слова: фигурное катание, спорт, чемпионы, развитие.

На данный момент фигурное катание становится все более популярным не только в России, но и во всем мире. Множество людей наблюдают за соревнованиями и результатами спортсменов [1]. Целью этой работы является выяснение причин, тормозящих развитие фигурного катания.

В настоящее время современное фигурное катание включает 4 разновидности, такие как одиночное катание, парное катание, синхронное катание и спортивные танцы на льду [2]. Каждый из этих видов обладает своими особенностями, но все же есть нечто, объединяющее их. Это катание на коньках с фигурами под музыкальное сопровождение по ледовой площадке определенных размеров. Соревнования разных видов проводятся по отдельности друг от друга, для каждого имеются отдельные правила, написанные Международным союзом конькобежцев. Парное катание включает в себя обязательную, короткую и произвольную программу. В произвольную программу входят такие специфические элементы, как поддержки, обводки, подкрутки, выбросы и т.д.

На европейских первенствах фигуристы Нина и Станислав Жук завоевали много медалей. На VIII зимних Олимпийских играх они заняли 6-е место. Когда проходили следующие игры, Л. Белоусова и О. Протопопов получили золото. Наша школа парного катания лидирует с 1964 года. На играх 1968 года Л. Белоусова и О. Протопопов два раза становятся олимпийскими чемпионами. Т. Жук и А. Горелик завоевывают серебро. С 1969 года И. Роднина и А. Уланов являются лидерами в парном фигурном катании. На протяжении 4-х лет их награждали золотом на европейских и мировых чемпионатах. В 1972 году фигуристы закрепили успех, выиграв на Олимпийских играх в Саппоро. Далее И. Роднина выступала вместе с А. Зайцевым. Их пара два раза награждалась золотой наградой – в 1976 и 1980 году. 7 раз они становились чемпионами Европы, и 6 раз – чемпионами мира. Е. Валова и О. Васильев стали олимпийскими чемпионами в 1984 году. Е. Гордеева и С. Гриньков победили на мировом чемпионате 1986 года. Это большое достижение нашей школы фигурного катания. В 1987 году спортсмены получили мировое первенство. 2 раза они становились олимпийскими чемпионами. В 1992 году А. Дмитриев в паре с Н. Мишкutenок получили золото на олимпийском турнире, через 3 года его партнером стала О. Казакова. С первого выступления вместе фигуристам удалось стать победителями на чемпионате Европы. В 1998 году они взяли золото на Олимпийских играх, организованных в Нагано.

Начиная с успеха Л. Белоусовой и О. Протопопова, каждое десятилетие на зимних Олимпийских играх наши фигуристы, участвующие в парном катании, получали победу. В качестве примера можно привести блестящий успех Е. Бережной и А. Сихарулидзе, которые победили на чемпионате мира в Хельсинки, проводившемся в 1999 году. В 2014 году пары Татьяна Волосожар – Максим Траньков и Ксения Столбова – Федор Климов под руководством Нины Михайловны Мозер заняли первое и второе место на Олимпийских играх в Сочи.

Наиболее молодым видом фигурного катания являются танцы на льду [3]. В программу входят обязательные, произвольные и оригинальные танцы. Во время исполнения большое внимание уделяется синхронному параллельному катанию. В 1958 году русские фигуристы потерпели поражение на чемпионате Европы, так, долгое время после этого наши спортсмены не принимали участия в соревнованиях крупного масштаба, так как внимание к

данному виду спорта ослабло из-за неудачи. Прилагая усилия в тренировочном процессе, русские танцоры смогли оказаться в десятке сильнейших участников. В 1975 году данный вид включили в Олимпиаду. Л. Пахомова и А. Горошков в 1976 году одержали блистательную победу, получив звание первых олимпийских чемпионов по спортивным танцам на льду. И. Моисеева и А. Миненков подхватили победную эстафету, тренером этих спортсменов является Т. Тарасова. Далее лидировали Н. Линичук и Г. Карпоносов, которых тренировала Е. Чайковская. Обеим парам удалось выиграть в чемпионате мира и Европы. Первая пара выиграла в Лейк-Плэсиде, а Н. Линичук и Г. Карпоносов в 1980 году стали призерами и выиграли золото.

П. Грищук и Е. Платов четырехкратные чемпионы мира. Чемпионат мира, который прошел в 1999 году, А. Крылова и О. Овсянников, награжденные серебром на Олимпийских играх в Нагано, на собственном примере доказали, что на мировой арене наша школа танцев является основной. Татьяна Навка и Роман Костомаров стали чемпионами Игр 2006 года.

Одиночное катание включает в себя обязательную короткую и произвольную программу. С. Четверухин первым получил серебро на мировом и европейском чемпионатах, а также на Олимпийских играх, проходивших Саппоро в 1972 году. В 1975 году на европейском чемпионате победу одержал В. Ковалев. Спустя месяц на чемпионате мира первенство получил С. Волков. В. Ковалев – чемпион мира в 1977 и в 1979 годах. И. Бобрин получил золото на европейском чемпионате в 1981 году, в этом же году он получил бронзовую медаль на чемпионате мира, организованном в США. В 1988 году участниками Олимпийских игр были А. Фадеев и В. Петренко. А. Фадеев чемпион мира в 1985 году, В. Петренко получил бронзу. В. Петренко получил золотую награду на XVI зимних Олимпийских играх в 1992 году в Альбервиле. И. Кулик завоевал золотую медаль на соревнованиях, которые проводились в Нагано. В 1999 году в Хельсинки на мировом чемпионате золотую медаль завоевал А. Ягудин.

В 1983 году Е. Водорезова получила бронзу. Советская фигуристка К. Иванова была первой спортсменкой, которая на Олимпийских играх завоевала бронзовую медаль. В 1984 году в Сараево А. Кондрашова заняла пятое место, Е. Водорезова заняла восьмую позицию. И. Слуцкая одержала победу на первенстве в 1996 году, а М. Бутырская, Ю. Солдатова и В. Волчкова заняли весь пьедестал почета в 1999 году на европейском чемпионате, проводившемся в Праге. В Хельсинки М. Бутырская завоевала золотую медаль. В 2012 году Алена Леонова заняла 2-е место на чемпионате мира в Ницце. Юлия Липницкая стала чемпионкой мира среди юниоров. На Олимпийских играх в Сочи 2014 году Юлия Липницкая выиграла золото за всю историю страны. Также Юлия Липницкая стала молодой чемпионкой Европы за всю историю женского одиночного катания. Аделина Сотникова, ученица Елены Водорезовой, стала первой фигуристкой, выигравшей олимпийское золото в индивидуальных соревнованиях. В течение трех сезонов подряд Елизавета Туктамышева и Евгения Медведева выигрывали все главные старты сезона: финал Гран-при, чемпионат Европы и чемпионат мира. Однако Олимпийские игры 2018 года, на которых россияне выступали под олимпийском флагом как олимпийские спортсмены из России, остались за Алиной Загитовой. Евгенией Медведевой принадлежат рекордные баллы по системе оценок, действовавшей до сезона 2018/19. По текущей системе мировой рекорд в произвольной программе и по общей сумме принадлежит россиянке – Александре Трусовой.

Наиболее известные в России команды по синхронному катанию – «Парадиз» и «Татарстан». Российская команда «Парадиз» из Санкт-Петербурга завоевала золото чемпионатов мира в 2016 и 2017 годах. Чемпионы России среди юниоров, начиная с 2001 г. команда «Юность» из Екатеринбурга. Чемпионы России среди юниоров 2017 г. команда «Кристалл Айс» из Москвы, вице-чемпионы России 2018 г. Команда «Юность» также является двукратным чемпионом мира среди юниоров, Кристалл Айс – бронзовый призер чемпионата мира 2018 г. Чемпионы России среди новичков, начиная с 2007 года до 2013 и 2015 года, – команда «Юность» из Екатеринбурга. Чемпионы России 2014 и 2016 года среди новисов – команда «Санрайз-2» из Санкт-Петербурга.

Подводя итог, мы можем сделать вывод, что основной проблемой развития фигурного катания является: недостаточное количество крытых ледовых площадок, недостаток ледового времени, выделяемого для занятий фигуристов на существующих спортивных объектах, недостаточное количество проводимых мероприятий (образовательных, соревновательных), низкая активность региональных спортивных федераций в этом вопросе, что, в первую очередь, обусловлено ограниченными административными и финансовыми ресурсами.

Литература:

1. Васильченко О.С. Популяризация идеи здорового образа жизни в молодежной среде / О.С. Васильченко, И.И. Горбиков, Д.Д. Мартыненко // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2019. – Т. 1. – С. 61-66.

2. Котенев М.А. Проблемы хоккея в Краснодарском крае на примере города Краснодара / М.А. Котенев, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа. – 2018. – КГУФКСТ (Краснодар). – С. 25-26.

3. Яцык В.З. Методика формирования психологической готовности к соревнованиям квалифицированных фигуристов на тренировочном этапе / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, А.А. Значков // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2019. – Т. 21. – С. 114-118.

ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ТЕХНИКЕ КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ

А.С. Погребняк

Научный руководитель И.И. Горбиков

Аннотация. В работе, на основе анализа специальной литературы, рассматриваются особенности обучения хоккеистов дошкольного возраста технике катания на коньках с учетом знаний в области их психофизиологических особенностей, специальных умений по теории и методике спортивной подготовки в хоккее с шайбой.

Ключевые слова занятия на коньках, элементы катания, фигурное катание, юный хоккеист, техника катания, хоккейная стойка.

Катание на коньках развивает все группы мышц, в особенности мышцы ног и спины. Занятия всегда проходят на прохладном воздухе, что способствует укреплению иммунитета. Ежедневные занятия на коньках развивают равновесие и внимание, в результате чего улучшается пространственное восприятие [1]. Обучение детей технике катания происходит с 4 лет, если нет никаких медицинских противопоказаний. Катание на коньках – неестественный вид движения, поэтому организм ребенка не приспособлен к его выполнению без подготовки, в связи с этим формирование навыка передвижения на коньках предусматривает применение обучающих упражнений. Правильная организация и поощрение удачных попыток в передвижении на коньках помогут избавить юного спортсмена от чувства страха. Начинать подготовку следует с выполнения простых упражнений. Если тренер не уделяет этому внимание, то у юных хоккеистов появляются серьезные ошибки в исполнении сложных элементов катания. Повторение неправильной техники приводит к образованию и закреплению ошибок в навыке катания, исправить которые впоследствии сложно и дается не всегда.

Самое первое и главное, чему нужно научить юного хоккеиста - это хоккейная стойка. Хоккейная стойка подразумевает правильный наклон туловища и положения ног при перемещении на льду [2, 3]. Если ребенок не овладеет правильной стойкой – это может привести к серьезным травмам ног и позвоночника. Методика обучения состоит как из упражнений на льду, так и вне льда: катание лицом и спиной вперед, упражнения на спрессованном снегу, занятия в спортивном зале и на улице в коньках и без коньков. Обучение детей дошкольного возраста технике катания на коньках очень сложный процесс требующий знания их психофизиологических особенностей, специальных знаний и умений по теории и методике спортивной подготовки в хоккее с шайбой, и конечно же терпения.

Необходимо учитывать возрастные особенности, иметь четкое понимание последовательности своих действий. Но, приложив необходимые усилия, можно обучить юных хоккеистов технике катания за 1-2 года, а в дальнейшем лишь совершенствовать ее. Добавлять новые технические элементы, изучать тактику игры в нападении и защите. Постепенно повышать сложность и количество выполняемых технических приемов с ведением шайбы, ударами по воротам, финтами, приемами отбора шайбы и многое другое.

Литература:

1. Бабич Д.Д. Сравнительная характеристика техники катания на коньках в зависимости от амплуа хоккеиста / Д.Д. Бабич, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLVI НК студентов и молодых ученых вузов ЮФО – 2019. – КГУФКСТ (Краснодар). – 26 с.
2. Котенев М.А. Проблемы хоккея в Краснодарском крае на примере города Краснодара / М.А. Котенев, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLV НК студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – 2018. КГУФКСТ (Краснодар). – С. 25-26.
3. Соловьев Н.М. Морфологические особенности как фактор выбора стиля игры хоккейного вратаря / Н.М. Соловьев, О.С. Васильченко // Тезисы докладов XLV НК студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – 2018. – КГУФКСТ (Краснодар). – 47 с.

РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ-ГОРНАЯ»

Ю.Ю. Предко

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В группе дисциплин «Дистанция-горная» развитие такого физического качества, как гибкость, имеет большое значение. Умение принять правильное положение на скале или скалодроме поможет туристу преодолеть дистанцию без травм и с большей эффективностью. В данной публикации будут описаны значимость гибкости и способы ее развития у спортсменов-туристов на основе анализа научно-методической литературы.

Ключевые слова: гибкость, развитие, дистанция, амплитуда, спортсмен, скалолазание.

Гибкость – это способность спортсмена выполнять двигательные действия с большой амплитудой и подвижностью в суставах.

Бывает гибкость активная и пассивная. В скалолазании необходимо развивать как активную гибкость – за счет сокращения мышц с собственным весом, так и пассивную – гибкость, которая развивается с помощью дополнительного отягощения. Но наиболее значима здесь активная, потому что спортсмен должен уметь принимать различные позы на скале, при этом делая движение из этих положений и продвигаясь вперед [2]. Пассивная гибкость является основой для развития активной, поэтому для достижения высоких результатов развивают оба вида параллельно.

В подготовке спортсменов-туристов для развития пассивной гибкости используют растягивание с медленным и постепенным увеличением амплитуды движений при помощи партнера или отягощения [1]. Упражнение выполнять на выдохе, с удержанием максимальной амплитуды без болевых ощущений, постепенно увеличивая ее.

После упражнений на пассивную гибкость можно выполнять и на активную [2]. Для этого спортсмен без какой-либо помощи делает энергичные движения, либо самостоятельную тягу мышц с достижением максимальной амплитуды [1]. Здесь уже немаловажен и показатель развития силы у туриста, так как упражнение выполняется за счет мышечных усилий.

При этом очень важно подготовить мышцы к выполнению данных упражнений и не переусердствовать, так как растягивание неразогретых мышц и продолжение растяжки даже при болезненных ощущениях могут привести к травмам [2]. Также для того, чтобы турист умел принять необходимое положение любой части тела, стоит прорабатывать все группы мышц.

Гибкость – это неотъемлемое физическое качество для «дистанций-горных» и его развитие – это длительный процесс, которым стоит заниматься непрерывно и систематически, соблюдая все правила безопасности. Если турист не обладает способностью принимать необходимое в данной ситуации положение тела и отдельных его частей, то продвижение спортсмена по дистанции будет ограничено. Тем самым турист рискует даже не долезть дистанцию до конца. Именно поэтому развитию этого качества стоит уделять достаточно много времени и сил.

Литература:

1. Аушева Ю.М. Развитие скоростно-силовой выносливости спортсменов-туристов группы дисциплин «Дистанция пешеходная» на естественном рельефе / Ю.М. Аушева, А.С. Подгорная // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – 2019. – 10 с.

2. Данилова И.В. Развитие гибкости на занятиях по физической культуре: методические указания к практическим занятиям для студентов 1-3 курсов / сост. И.В. Данилова. – Ульяновск: УлГТУ, 2010. – 30 с.

ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА-ТУРИСТА ПЕРЕД ВОСХОЖДЕНИЕМ

Д.А. Ромме

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе раскрываются особенности подготовки перед восхождением спортсменов-туристов группы дисциплин «Дистанция пешеходная». Материалы представлены на основе анализа научно-методической литературы.

Ключевые слова: восхождение, нагрузки, функционирование, подготовленность.

Каждый раз перед восхождениями, в условиях высокогорья, спортсмен-турист ведет тщательную подготовку, которая обеспечивает безопасное и успешное прохождение. Здесь на первых этапах турист определяется с выбором маршрута, его протяженностью, с местами ночлегов, а также выбором других немаловажных этапов, таких как: еда, снаряжение, состав группы, но перед продолжением маршрута спортсмен-турист, в первую очередь, ставит себе цель.

Актуальность цели определяет необходимую степень риска и совокупность мер безопасности. В любом случае нужно понимать то, ради чего стоит рисковать. Также стоит помнить, что основной целью перед восхождениями любой категории сложности будет являться не спортивный результат, которого можно добиться, идя на какие-либо жертвы, а обучение, приобретение опыта, знаний и навыка.

Этап определения цели является неотъемлемым шагом в успешном прохождении дистанции, но также немаловажную роль играет и физическая подготовка.

Человек, имеющий средние физические данные, может вполне успешно пройти маршрут второй категории сложности. Но при этом следует помнить, что каждое восхождение дается большим трудом. И даже преодоление не категоризованных перевалов дается не всегда легко. Все это может зависеть от следующих факторов: погодных условий, состояния организма, поставленных целей, а также подготовленности спортсмена [2]. Последнее является определенно важным фактором, который зависит, в первую очередь, от самого человека.

Оптимальные физические нагрузки способствуют естественному функционированию мышечного, скелетного аппарата, а также работе внутренних органов человека. Во избежание травм необходимо разумно подходить к составлению плана тренировочных занятий. По большей части целесообразно включать медленные, умеренные упражнения и лишь малую – интенсивные [2].

Для того чтобы строить тренировку при известной уже цели, необходимо понимать предполагаемые препятствия в походе, объем и продолжительность нагрузок, максимальные и минимальные перепады. К примеру, если на восхождение планируется 3 дня подряд, во время которых вы будете набирать порядка 500 м по вертикали, то исходя из этого можно предположить о необходимых усилиях на занятии, о направленности подготовки.

Если же цели нет, то спортсмен, скорее всего начинающий, а его уровень технически относительно невысокий. Здесь не будет и речи о высоких категориях сложности. Тогда стоит уделить внимание подготовке общей физической тренировки, а также аэробным нагрузкам. К примеру, медленный бег трусцой протяженностью 5-10 км.

Но также не стоит забывать, что любые тренировки подбираются индивидуально, исходя из возможностей организма и его функциональной подготовленности.

Функциональная подготовка, в первую очередь, направлена на повышение функциональных возможностей спортсмена и совершенствование деятельности различных систем при использовании различных методов физической, технической, психологической и тактической подготовки. Функциональную подготовку можно достичь путем применения разнообразных тестов: степ-тест, ортостатическая проба, проба Мартине, проба Руфье и др.

Таким образом, спортсмен сможет определить состояние органов, систем органов при оказании физических нагрузках на них и вправе сопоставить свои возможности с поставленной целью.

В заключение хотелось бы сказать, что начинать подготовку к восхождению необходимо со знакомства со сложностями предстоящего маршрута и с оценки собственных сил, сопоставляя их с целью.

Литература:

1. Галко Е.В. Особенности планирования тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «маршрут» / Е.В. Галко, Ю.М. Аушева // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2019. – 32 с.

2. Яцык В.З. Проект многолетней подготовки юных спортсменов-туристов / В.З. Яцык, А.С. Чеснокова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – № 1. – С. 38-39.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА «СКАЛОДРОМ» В ПРОЦЕССЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ-ГОРНАЯ»

М.С. Самойленко, Ю.М. Аушева

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе на основе анализа данных литературы обоснована эффективность применения тренажерного комплекса «скалодром» в процессе специальной подготовки спортсменов-туристов.

Ключевые слова: скалодром, тренировочный процесс, «дистанция-горная», спортсмены-туристы, тренажер.

Успешное прохождение дистанции основывается на физических, технических и психологических качествах туристов-горников. В связи с тем, что спортсмены, специализирующиеся в группе дисциплин «Дистанция-горная», не имеют возможности тренироваться круглогодично в естественных условиях, этому препятствуют погодные условия, климат, отсутствие скальной местности в регионе, возникают проблемы в построении тренировочного процесса в искусственно созданной среде.

Создание тренажерных комплексов способствовало решению ряда проблем, связанных с возможностями проведения тренировочных занятий на естественном рельефе. К ним относятся: кампусборд – тренировочный стенд с расположенными на одинаковом расстоянии планками; фингерборд – небольшая доска с зацепами для пальцев; скалодром – стенд, наиболее точно имитирующий скальную поверхность [2]. Все они способствуют развитию и совершенствованию технической подготовленности спортсменов-туристов. Для более эффективного развития и совершенствования физической и технической подготовленности используются физические упражнения и упражнения на тренажерах.

Скалодром – это искусственно созданный объект, имитирующий скальный рельеф путем закрепления на вертикальной или наклонной поверхности специальных зацепов. Работа на скалодроме практически полностью имитирует работу на естественном рельефе, то есть на скале.

Эффективность организации и проведения учебно-тренировочного процесса на каждом этапе подготовки спортсменов сейчас решается с использованием широкого арсенала технических средств и тренажерных устройств. Достижение высоких спортивных результатов в группе дисциплин «Дистанция-горная» увеличивается, когда развитие физической и технической подготовленности спортсменов происходит с применением сопряженного метода[1]. Скалодром – наиболее эффективный тренажерный комплекс, позволяющий развивать специальные физические качества параллельно с техническими действиями.

Литература:

1. Использование скального стенда с зацепами для улучшения силовой подготовки спортсменов туристов г. Краснодара / А.Н. Бурякова, Л.П. Долгополов // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых ВУЗОВ Южного федерального округа. – 2018. – 8 с.

2. Долгополов Л.П. Методика скальной подготовки на искусственном рельефе (скалодромы) в спортивном горном туризме на этапе начальной подготовки / Л.П. Долгополов, А.И. Кузнецов // Курорты. Сервис. Туризм. – 2014. – №1 (18). – С. 88-83.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЛЫЖНОГО И ЛЫЖЕРОЛЛЕРНОГО СПОРТА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

О.В. Сеймениди

Научный руководитель старший преподаватель О.С. Васильченко

Аннотация. В работе проанализирована научная литература по основным проблемам развития лыжного и лыжероллерного спорта в Краснодарском крае, предложены пути решения данных проблем.

Ключевые слова: лыжный спорт, лыжероллерный спорт, проблемы развития спорта, физическое развитие подрастающего поколения.

Лыжные виды спорта входят в список популярных видов спорта в мире, на сегодняшний день лыжероллерный спорт тоже входит в число лидирующих и как отдельный вид и как наиболее активно используемый в подготовке лыжников в бесснежный период. Лыжный и лыжероллерный виды являются одним из важных средств круглогодичного физического воспитания и тренировки.

Проблем развития лыжного и лыжероллерного спорта в Краснодарском крае немало, основными являются:

1. Климатические и географические особенности края.
2. Уровень количества и качества лыжных и особенно лыжероллерных трасс для развития массового спорта.
3. Доступность мест для занятий, недостаточное количество спортивных школ, тренеров, финансового, материального, информационного обеспечения развития детского спорта [2].

Лыжные базы, построенные для проведения Олимпиады «Сочи-2014» продолжают свое прямое назначение: подготовку высококвалифицированных спортсменов и на три-четыре месяца обеспечивают благоприятные условия для занятий лыжными видами спорта. Но их расположение в основном в одной части Краснодарского края создает проблему. Жители ограничены в тренировках в естественных условиях, ведь не каждый может себе позволить поездку на лыжные базы.

Во время отсутствия условий для тренировок на снежных покровах, спортсмены используют лыжероллеры [1]. И отсюда опять вытекает проблема обеспеченности материальных составляющих. Трасс для тренировок на лыжероллерах не так много. Основной и самой подходящей является ЛБК «ЛАУРА». Отсутствие мест для тренировок в других городах края, вынуждает спортсменов заниматься на любых более подходящих дорогах, что небезопасно и не очень продуктивно. Также высокая стоимость экипировки для занятий лыжероллерами и лыжными видами спорта создает еще одну проблему доступности. Без вмешательства государственных структур эти проблемы решить невозможно.

Передвижению на лыжах и лыжероллерах, их базовой основе должны учить еще в школах [3], для этого школы необходимо обеспечивать не только инвентарем, экипировкой, качественными местами (площадки и учебные трассы) для занятий, но и специалистами, что поможет воспитывать и физически развивать здоровое и спортивное поколение. Лыжная подготовка учащихся есть в школьной программе начиная с начальных классов, но из-за вышепредставленных проблем, она активно заменяется скандинавской ходьбой, что ведет к упадку развития лыжного спорта среди населения Краснодарского края.

Для повышения популярности и обеспечения массового развития этих видов спорта в Краснодарском крае необходимо увеличить количество спортивных школ, где будет профильное обучение лыжероллерным видам, усилить подготовку специалистов по данным видам, обеспечить школы необходимым имуществом, специалистами и учебными площадками (трассами) для начального формирования навыков передвижению на лыжероллерах. Для массовых занятий организовать тренировочные трассы в парковых зонах

городов Краснодарского края с пунктами проката и опытными инструкторами. В зимний период увеличить количество массовых соревнований с бесплатной (или символической оплатой) перевозкой участников к местам их проведения. Все эти мероприятия будут способствовать развитию лыжных видов спорта и появлению новых перспективных спортсменов в Краснодарском крае.

Литература:

1. Парамзин В.Б. Характеристика основных средств, используемых на учебно-тренировочных занятиях по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.Б. Парамзин, В.З. Яцык, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1. – 249 с.

2. Федорова Е.А. Развитие лыжного спорта в Краснодарском крае / Е.А. Федорова, И.И. Горбиков // Тезисы докладов XXXIX научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Сборник тезисов. – 2012. – С. 131-132.

3. Яцык В.З. Особенности первоначального обучения студентов передвижению на лыжероллерах / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – № 1. – С. 262-264.

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ ПОДГОТОВКИ ТРЕЙЛРАННЕРОВ
В ПРОЦЕССЕ ТРЕНИРОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ ГРУППЫ ДИСЦИПЛИН
«ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»**

Н.Е. Ситникова

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В данной работе, на основе анализа научно-методической литературы, представлены методы тренировок трейлраннеров, используемые в тренировочном процессе спортсменов-туристов группы дисциплин «Дистанция-пешеходная».

Ключевые слова: методы, спортсмены-туристы, «Дистанция пешеходная», трейлраннеры.

Трейлраннинг – официальный вид спорта, входящий в состав Всемирной федерации легкой атлетики. Это дисциплина легкой атлетики. Дистанция может быть от 5 до нескольких сотен километров.

В спортивном туризме группы дисциплин «Дистанция пешеходная» ведущим физическим качеством спортсменов-туристов является выносливость. Трейлраннинг – это бег по пересеченной местности. При данном виде бега задействована работа разных групп мышц. Бег по пересеченной местности по нагрузке отличается от бега по асфальту и другим ровным твердым поверхностям [2]. Подключается больше мышц опорно-двигательного аппарата, в том числе и мышцы-стабилизаторы, крупные мышцы ног, мышцы спины и живота. Отсюда следует, что данный вид спорта хорошо подходит для развития выносливости.

В данной работе в тренировочном процессе спортсменов-туристов применяются равномерный непрерывный и переменный непрерывный методы подготовки трейлраннеров.

Непрерывный метод – однократное непрерывное выполнение тренировочной работы.

Равномерный непрерывный метод заключается в однократном равномерном выполнении упражнений. При использовании данного метода в тренировочном процессе для выбора интенсивности нагрузки следует обращать внимание на показатель ЧСС. Этот метод развивает аэробную выносливость [1].

Переменный непрерывный метод. Представленный метод заключается в периодическом изменении интенсивности непрерывно выполняемой работы. Развивает как аэробную, так и анаэробную выносливость организма.

Следует разделить тренировочный процесс на циклы: 2 или 3 недели интенсивных нагрузок через неделю восстановления. В неделю должна быть одна, самая длительная, на относительно низком пульсе. Одна-две темповых тренировки, короче по длительности. 3-4 тренировки в неделю. Нагрузку необходимо модернизировать по объему и интенсивности.

Использование этих методов подготовки трейлраннеров в тренировочном процессе спортсменов-туристов группы дисциплин «Дистанция пешеходная» улучшит их физическую подготовку, а также уровень выносливости.

Литература:

1. Долгополов Л.П. Выносливость – одно из важнейших физических качеств спортсменов – туристов в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» // Курорты. Сервис. Туризм. – 2017. – № 1-2 (34-35). – С. 34-36.

2. Гамалий В.В. О беге с максимальной скоростью // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2006. – № 3. – С. 17-25.

**СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ
НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН
«ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»**

А.С. Солдатова

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. Данная работа содержит краткую информацию о средствах развития мелкой моторики спортсменов-туристов на начальном этапе подготовки в группе дисциплин «Дистанция пешеходная», представленную на основе анализа научно-методической литературы.

Ключевые слова: начальная подготовка, спортсмены-туристы, мелкая моторика, спортивный туризм, дистанция пешеходная.

Мелкая моторика – это совокупность скоординированных действий человека, направленных на выполнение точных мелких движений кистями и пальцами рук. Достигается скоординированным функционированием нервной, мышечной и костной систем, а также, обычно, зрительной системой. Развитые двигательные реакции рук помогают нам шнуровать ботинки или закрывать дверь на ключ.

Спортивный туризм – это вид спорта, в котором спортсмены с помощью специального снаряжения (жумары, блок-ролики, карабины, веревки и т.д.) преодолевают как естественные, так и искусственные препятствия. По мере их прохождения спортсмены-туристы выполняют технические приемы, для осуществления которых не обойтись без навыков мелкой моторики [1].

Ознакомившись с литературой по данной теме, можно прийти к выводу, что для спортсменов-туристов характерны два способа развития мелкой моторики рук: общий и специальный. Общими средствами развития мелкой моторики рук будут традиционные средства, как например: собирание пазлов, мозаики и конструкторов, нанизывание бусин, игры-шнуровки и многое другое, что используют родители и педагоги дошкольного образования. К специальным средствам развития мелкой моторики относятся упражнения, связанные с задействованием в работу туристского снаряжения [2].

Развивать специальную моторику можно с помощью следующих упражнений:

1) Вязания туристских узлов. Задействуя в процессе обучения веревки разного диаметра, жесткости и длины, мы способствуем развитию силы, гибкости и подвижности кистей и пальцев начинающего спортсмена-туриста.

2) Перещелкивание карабинов. Для выполнения этого упражнения нам понадобится 5-10 карабинов, можно использовать карабины разной формы, с автоматизированной и неавтоматизированной муфтой, и две параллельно натянутые веревки, расстояние между которыми составляет 50-60 см. Задача спортсмена перестегнуть карабины с одной веревки на другую. Выполняемое упражнения контролируется количеством повторений или определенным промежутком времени.

Работа с туристским снаряжением требует немалых умений и навыков, именно поэтому последовательность и точность движений (мелкую моторику) необходимо начинать развивать на начальном этапе подготовки.

Литература:

1. Большаков С. Е. Формирование мелкой моторики рук: Игры и упражнения. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 64 с. – (Логопед в ДОУ).

2. Парамзин В.Б. Подбор и применение подготовительных упражнений для повышения силовых показателей в процессе обучения / В.Б. Парамзин, О.С Васильченко., С.В. Разновская// В сборнике: Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. Материалы международной научно-практической конференции. Редколлегия: А.И. Погребной [и др.]. 2020. С. 135-136.

МЕТОДИКА ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ НА ОСНОВЕ МОЩНОСТНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПЕДАЛИРОВАНИЯ

В.А. Сучков, В.А. Агасьян

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

Аннотация. В данной работе проанализирована научная литература, в которой рассматривается методика оценки физической подготовленности велосипедистов-шоссейников на основе показателей тестов МАМ (максимальная алактатная мощность) и ПАНО (порог анаэробного обмена).

Ключевые слова: велосипедный спорт, велосипедисты-шоссейники, мощность, педалирование, МАМ, ПАНО.

С развитием и повышением доступности новых технологий использование датчиков мощности становится возможным не только в лабораторных условиях, в связи с этим все большую актуальность набирает их корректное использование и правильная интерпретация полученных данных.

В велоспорте на шоссе определяющим показателем физической подготовленности спортсмена принято считать уровень скоросно-силовой выносливости. Исходя из этого, наиболее информативными тестами для оценки физических подготовленности в велосипедном спорте являются тест МАМ (максимальная алактатная мощность) и мощность на ПАНО (порог анаэробного обмена) [1].

Стандартный протокол тестирования для определения МАМ в лабораторных условиях предполагает выполнение теста на велоэргометре, суть которого заключается в определении мощности с максимальным темпом и нагрузкой. На 5-7 с. теста наблюдаются максимальные темп и мощность педалирования. Этот показатель принято считать как результат теста. Во внелабораторных условиях возможно выполнение данного теста в двух вариациях: 1) на станке с возможностью регулировки нагрузки, 2) на шоссе только при наличии достаточно протяженного ровного участка дороги, при этом направление и сила ветра значения иметь не будут, так как будет измеряться мощность педалирования [2].

Наиболее эффективным способом определения уровня развития специальной выносливости является лабораторное тестирование (ступенчатый тест) на велоэргометре. Проведение теста позволяет определять такие важные показатели, как: мощность на пороге анаэробного обмена и ЧСС на ПАНО. Эти показатели позволяют судить об эффективности работы окислительных мышечных волокон. Для проведения тестов внелабораторных условиях, возможно: 1) использование станка с цифровой регулировкой нагрузки для проведения стандартного ступенчатого теста; 2) на шоссе возможно проведение 30-минутного индивидуального заезда с фиксированием среднего пульса и мощности с 10 по 30 минуты [3].

По полученным данным для корректного спортсмена возможен анализ и корректировка показателей исходя из данных модельных характеристик для каждого этапа спортивной подготовки.

Из всего вышесказанного мы планируем выбрать наиболее оптимальную методику, для оценки физической подготовленности велосипедистов-шоссейников на основе мощностных показателей педалирования.

Литература:

1. Агасьян В.А. Использование велотренажера WATTBIKE в тренировочном процессе велосипедистов-шоссейников / В.А. Агасьян, В.З. Яцык, В.А. Сучков // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа. – Краснодар, 2018. – С. 3-4.
2. Гаврилов В.Б. Инновационная технология физической подготовки юных бегунов на средние дистанции / В.Б. Гаврилов, В.А. Рыбаков, В.Н. Селуянов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2007. – № 5. – С. 61 -63.
3. Фрил Д. Библия велосипедиста/Д. Фрил; пер. с англ. Павла Миронова. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2011. – 432 с.

ГОДИЧНАЯ ПЕРИОДИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА БЕГУНОВ-МАРАФОНЦЕВ ВЫСШЕГО КЛАССА

Н.А. Филиппов

Научный руководитель доцент В.З. Яцык

Аннотация. Рациональное планирование тренировочного процесса является залогом успешного выступления на соревнованиях. На основании обобщения данных литературы и личного опыта анализируется содержание и направленность различных периодов годового цикла подготовки высококвалифицированных бегунов-марафонцев.

Ключевые слова: годовая периодизация, тренировочный процесс, бегуны-марафонцы, нагрузка, тренировочные средства.

В тренировочном процессе бегунов-марафонцев высшего класса различают четыре периода: втягивающий, основной, специальный, переходный [1]. При планировании их содержания нужно помнить, что во время специального периода характеристики мышц ухудшаются и их нужно восстанавливать к предыдущим значениям в течение втягивающего периода. Не стоит забывать и о подвергшихся стрессу «нервных запасах», которые необходимо возобновить во время переходного периода (после соревнований) и в течение втягивающего периода. Нужно заметить, что при участии в нескольких подготовительных стартах во время специального периода не следует ставить цели достижения высоких результатов.

Далее рассмотрим каждый период, начиная с самого первого – переходного. Этот этап следует сразу же после главных соревнований сезона, включает в себя полноценный или активный отдых. Во время переходного периода происходит восстановление нервной системы.

Далее следует втягивающий период, который имеет продолжительность от 6 до 8 недель. Спортсмен восстанавливает свою работоспособность, а после развивает качества, которым уделяет мало времени в течение всех остальных периодов [2]. Целями этого периода являются увеличение аэробной выносливости и увеличение мышечной производительности. Благодаря этим качествам в дальнейшей подготовке марафонец будет обладать более высокой экономичностью бега. В этот период будет рационально использовать упражнения на технику бега, закладывая основы для повышения эффективности бега путем развития подвижности и упругости мышц. Средства тренировки во время втягивающего периода: непрерывный бег в темпе ниже аэробного порога (медленный темп) до полутора часов, непрерывный бег в темпе аэробного порога (умеренный темп) с прогрессией, т.е. спортсмену необходимо бежать постепенно более быстро и дольше вплоть до 45 мин, непрерывный прогрессивный бег сначала в медленном темпе, а затем в умеренном темпе, упражнения для улучшения общей и специальной физической подготовленности, упражнения с собственным весом и с отягощением, проприоцептивные упражнения и разные типы круговой тренировки.

После втягивающего периода следует основной период, который длится от 8 до 10 недель, этот этап считают решающим этапом в подготовке марафонца. Спортсмен преодолевает максимальные нагрузки на этом этапе, недельный километраж возрастает, мышечная эффективность при такой работе улучшается и начинается психическая и физическая подготовка для участия в марафоне. Нагрузка должна отслеживаться разными тестами. Во время основного периода цель – это нагружать организм комбинациями стимулов для лучшей адаптации в тренировочном процессе [3].

Средства тренировочного процесса остаются неизменными. Главное, сохранять постепенность и непрерывность в тренировках. Временами спортсмен может чувствовать мнимую перетренированность, но во время основного периода такое ощущение – норма. Цели периода: улучшить аэробную мощность, улучшить анаэробную выносливость,

развить аэробную выносливость и сохранить мышечную эффективность. Темп выполнения упражнений имеет решающее значение. В основной период бег с темпом меньше, чем скорость на уровне анаэробного порога сочетается с темпом бега с темпом больше, чем скорость на уровне анаэробного порога. Благодаря этому, спортсмен улучшает специальную выносливость, которая является одной из главных целей в подготовке марафонца. Средства тренировочного процесса в течение основного периода: быстрый бег, быстрый бег с прогрессией, быстрый бег с вариациями, быстрый бег в подъем, соревнования, интервальный бег с небольшой-умеренной продолжительностью, бег в медленном или умеренном темпе.

Следом за основным периодом идет последний этап в подготовки марафонца. Его называют специальным, и длится он от 6 до 8 недель. Почти все ключевые тренировки должны выполняться со скоростью близкой или равной марафонской.

Так как во время этого периода подготовки организм спортсмена находится под высокими психическими и «механическими» нагрузками, следует уделять больше времени восстановлению после ключевых тренировок [2]. Цели этого периода: улучшение силовой выносливости, развитие аэробной выносливости, улучшение аэробной мощности. Средства тренировки: специальный интенсивный, специальный продолжительный – например: дистанция: 30-35 км по 3:06/км (уровень марафонца с результатом 2:08), специальный экстенсивный – например: длительный бег 30 км: 4 x 5000 м за 15,00; отдых 1000 м за 3,10/км (уровень марафонца с результатом 2:08), марафонский темп (соревнования в полумарафоне). Подводя итоги, мы узнали о базовых принципах построения тренировочного процесса с учетом всех особенностей годичной периодизации для бегунов-марафонцев высшего класса.

Литература:

1. 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.

2. Разновская С.В. Применение методов тренировки выносливости у студентов летних специальностей в период подготовки к сдаче контрольных нормативов / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин, А.В. Холин, С.А. Ключенович // Евразийское Научное Объединение. – 2019. – № 3-5 (49). – С. 328-330.

3. Яцык В.З. Построение тренировочного процесса гандболистов высокой квалификации в условиях длительного соревновательного периода: дис. ... канд. пед. наук / Всесоюзный научно-исследовательский институт физической культуры. – Москва, 1988. – 217 с.

ТРЕНИРОВКИ ПО ТРЕЙЛРАННИНГУ КАК СПОСОБ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА-ТУРИСТА В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «МАРШРУТ»

В.А. Хаустова

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе рассматривается вид спорта трейлраннинг и его влияние на подготовку спортсменов-туристов в группе дисциплин «Маршрут». Материалы представлены на основе анализа научно-методической литературы.

Ключевые слова: спортивный туризм, трейлраннинг, маршрут, подготовка, физические качества, бег.

Спортивный туризм – это комплексный вид спорта типа многоборий, представляющий собой преодоление многообразных природных, а также искусственных препятствий.

Наиболее распространенной дисциплиной спортивного туризма является маршрут [1]. Самыми популярными походами являются пешеходный, а также горные, путь которых проходит в скальной и горной местностях с преодолением перевалов, траверсированием хребтов и покорением вершин путем пешего передвижения без использования дополнительных средств.

Смежным направлением с дисциплиной «Дистанция» является спортивное направление трейлраннинг [2]. Для данного вида спорта характерно перемещение методом бега по усложненному ландшафту, который включает в себя пустыни, густые леса, горные хребты, холмы, а также возвышенности.

Как для первого, так и для второго вида спорта характерны протяженные дистанции передвижения, длительная физическая нагрузка, преодоление сложного ландшафта. При комбинации тренировок по спортивному туризму с тренировками по трейлраннингу спортсмену-туристу будет легче развивать такие физические качества, как выносливость, сила, а также повышать навыки ориентирования на местности, координации и способность долго сохранять концентрацию при преодолении трудностей.

При взаимодействии между собой двух видов спорта наблюдается положительная динамика совершенствования физических навыков спортсменов. Другими словами, трейлраннинг имеет положительное влияние на результативность подготовки туристов.

Руководствуясь тем, что трейлраннинг является вспомогательным видом спорта, выполняющим функцию улучшающего фактора подготовки спортсмена-туриста в группе дисциплин «Маршрут», необходимо соблюдать несколько важных правил, благодаря которым достижение результата будет наиболее эффективным:

- 1) на подъемах требуется сменить бег на шаг, для рационализации используемых в подготовке сил;
- 2) следует выбирать такой уровень интенсивности передвижения и сложности маршрута, которые обеспечат выработку необходимого спектра навыков;
- 3) комплекс ОФП должен быть эффективным для обоих видов спорта.

Литература:

1. Долгополов Л.П. Структурный компонент многолетней подготовки юных спортсменов-туристов / Л.П. Долгополов, А.С. Чеснокова // Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции «Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях» 11-12 ноября 2015 года, г. Липецк. – М.: Издательство Перо, 2015. – С. 225-226.

2. Гамалий В.В. О беге с максимальной скоростью // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2006. – № 3. – С. 17-25.

ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В УДАЛЕННЫХ НАСЕЛЕННЫХ ПУНКТАХ

И.С. Чубенко

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе, на основе анализа научно-методической литературы, раскрываются проблемы и особенности тренировки спортсменов-туристов в удаленных пунктах.

Ключевые слова: тренер, квалификация, отдаленный населенный пункт.

Основными проблемами у спортсменов-туристов, тренирующихся в отдаленных населенных пунктах, является нехватка инвентаря и оборудования, технической оснащенности зальных помещений и тренировочного пространства, а самое главное – недостаток практических и теоретических знаний у тренеров [1].

Чаще всего, в отдаленных населенных пунктах нет возможности построить полноценно оборудованную базу для спортивного туризма. В большей степени используются общие залы, в которых нет возможности заниматься только одним видом спорта. Из-за этого невозможно простроить дистанцию различных классов, согласно нормативному документу. Из этого следует вывод, что при тренировочном процессе, спортсмены не могут полностью подготовиться и точно отработать ту или иную дистанцию, которая будет на ранговых соревнованиях. Из-за этого не могут показать высокий результат, что приводит к следующим последствиям. Стоит отметить плохое оснащение снаряжением, что не позволяет показывать максимальные результаты при прохождении дистанции и выступать на дистанциях классами выше. У клубов не хватает финансирования на новое оборудование, так как они не занимают должные призовые места. Не у всех спортсменов есть возможность приобрести личное снаряжение, поэтому приходится пользоваться клубным, которое, обычно, не в лучшем техническом состоянии.

Особого внимания требует отсутствие возможности выезда спортсменов из маленьких и отдаленных поселений на соревнования высокого статуса, где могут присваиваться разряды. Согласно закону РФ детям разрешен выезд с места населения только после 6:00, из-за чего не всегда есть возможность доехать до места соревнований вовремя.

Также одной из самых важных проблем считается недостаточная квалификация тренеров, которые не имеют возможности в полной мере передать теоретические знания и опыт в данном виде спорта [2], не могут распознать перспективных спортсменов и губят интерес бесперспективным времяпрепровождением. В то время, как тренеры высокой квалификации, которые умеют грамотно преподносить знания и информацию, не хотят ехать в отдаленные поселения, так как им это не выгодно. Эту проблему можно решить введением обязательного высшего тренерского образования и системой поощрений, чтобы у высококвалифицированных специалистов появлялся стимул приезжать в отдаленные поселения.

Литература:

1. Чеснокова А.С. Тенденции развития дисциплины «дистанция пешеходная» / А.С. Чеснокова, Л.П. Долгополов // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ (январь – март 2016) Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Часть – 192 с.
2. Парамзин В.Б. Подбор и применение подготовительных упражнений для повышения силовых показателей в процессе обучения / В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. Редколлегия: А.И. Погребной [и др.]. – 2020. – С. 135-136.

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА РЕЗУЛЬТАТ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ

А.А. Шевченко

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В данной работе, на основе анализа научной литературы, описана проблема влияния сбивающих факторов на состояние спортсменов во время соревнований по спортивному ориентированию.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, сбивающие факторы, спортсмены, психологическая подготовка, помехоустойчивость.

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором участники соревнований действуют индивидуально, вне поля зрения тренеров, судей, зрителей и даже соперников.

Умение владеть своими эмоциями и контролировать психическое состояние – одно из ведущих психологических навыков для спортсменов-ориентировщиков. Во время прохождения дистанции важно владеть вышеуказанными умениями и сохранять уравновешенное психическое состояние [2].

Психическая подготовка важна в той же степени, что и физическая подготовка. Путь к успешному преодолению дистанции и достижению высоких результатов заключается в достаточном уровне готовности к возможным изменениям условий, оказывающим значительное влияние на соревновательную деятельность и возможности противостоять сбивающим факторам до, во время и после прохождения дистанции [1].

Примеры сбивающих факторов:

- 1) психологическое давление со стороны соперников;
- 2) плохие погодные условия;
- 3) неточности карты;
- 4) неблагоприятный стартовый номер;
- 5) отсрочка старта, начала соревнований;
- 6) конфликты с тренером, с товарищами по команде, в семье.

Данные факторы можно предварительно отработать мысленно, смоделировать во время тренировочного занятия, тогда они не окажут значительного влияния на продуктивность и результативность.

Для достижения цели необходимы высокая психологическая подготовка, проявление настойчивости, решительности, смелости и самообладания.

Чтобы хорошо настроиться на преодоление дистанции, в день соревнований рекомендуется :

- исключить получение телефонных звонков;
- за 15-20 минут до своего старта прекратить какое-либо общение с другими спортсменами;
- поднять положительный эмоциональный тонус;
- погрузиться в свои мысли и настроиться на достижение высокого результата в соревнованиях.

Таким образом, хорошо поставленная и надежная техника ориентирования играет роль психического регулятора состояний спортсмена.

Литература:

1. Аушева Ю.М. Влияние внешних факторов на психологическое состояние спортсменов / Ю.М. Аушева, Н.В. Иванова, Г.Н. Логвичева // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – Краснодар, 2020. – С. 6-8.

2. Ткачева М.С. Характерологические и социально-психологические условия формирования помеховлияний в спорте. – Саратов, 2003. – 114 с.

РАЗВИТИЕ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «МАРШРУТ ГОРНЫЙ»

Д.С. Шилов

Научный руководитель доцент Л.П. Долгополов

Аннотация. В работе на основе анализа литературных источников представлены средства и методы развития силовой выносливости спортсменов-туристов в группе дисциплин «Маршрут горный».

Ключевые слова: силовая выносливость, маршрут горный, развитие, работоспособность, спортсмены-туристы.

Силовая выносливость – способность организма преодолевать утомление, в связи с многократными повторениями, требующими проявления большой мышечной силы. Развитие этого физического качества очень важно для сохранения эффективной физической работы. Силовая выносливость играет главную роль в определении работоспособности в группе дисциплин «Маршрут горный». Данное качество есть у каждого человека, но уровень развития разный. Выносливость передается на генетическом уровне, поэтому она может быть как врожденная, так и приобретенная [1].

В группе дисциплин «Маршрут горный» туристам приходится в течение длительного времени преодолевать физические нагрузки, что, в свою очередь, вызывает утомление организма.

Для того чтобы спортсмен мог в течение длительного времени преодолевать большие расстояния и физические нагрузки и при этом чувствовать себя не уставшим физически, особое внимание следует уделять специальному тренировочному процессу.

Для развития именно силовой выносливости тренер должен уделять внимание многократному повторению определенных двигательных действий с отягощением. Примером может быть круговая тренировка с отягощениями, либо же работа спортсмена на маршруте. Помимо всего этого спортсмену следует прорабатывать отдельно каждую группу мышц, которая непосредственно играет важную роль в преодолении в естественных условиях определенных этапов.

Следует уточнить, что большой объем нагрузки в группе дисциплин «Маршрут горный» приходится на ноги, именно поэтому на этой группе мышц турист должен акцентировать особое внимание. Соответственно, чем выше категория сложности маршрута, тем больше внимания нужно уделять силовой выносливости.

Наиболее продуктивным считается такой процесс тренировок, который позволяет не только улучшать результаты спортсмена, но и ускорять адаптацию организма к изменяющимся условиям окружающей среды [2].

Литература:

1. Долгополов Л.П. Выносливость спортсменов туристов как способность их конкурентоспособности // Курорты. Сервис. Спортивный туризм. – 2015. – № 3-4 (28-29). – С. 31-34.
2. Чеснокова А.С. Развитие скоростно-силовой выносливости в группе дисциплин «Дистанция пешеходная» / А.С. Чеснокова, Л.П. Долгополов. – 2014. – С. 164-166.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

УДК: 796.011.1(470.62)

«КАЗАЧЬЯ» ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ КАК РЕГИОНАЛЬНЫЙ ВИД ИСПЫТАНИЙ КОМПЛЕКСА ГТО В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

Д.Р. Алдушина, О.Д. Мельчуков

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

Аннотация. В настоящем исследовании обосновывается целесообразность разработки региональных испытаний ВФСК ГТО. Посредством анкетного опроса специалистов установлено, что на Кубани таким испытанием может служить преодоление «казачьей» полосы препятствий, включающей традиционные средства физического воспитания кубанских казаков.

Ключевые слова: методика разработки, региональные тесты (испытания), комплекс ГТО, «казачья» полоса препятствий.

Известно, что одним из основополагающих принципов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО является «принцип учета региональных особенностей и национальных традиций» [3]. Данный принцип предполагает разработку и использование региональных испытаний комплекса ГТО, которые, прежде всего, должны быть основаны на традиционных средствах физического воспитания. Также известно, что традиционными, исконно народными средствами физического воспитания жителей нашего края выступают военно-прикладные средства физического воспитания кубанских казаков [1]. К сожалению, в Краснодарском крае до настоящего времени не разработано соответствующего испытания ВФСК ГТО. А использование данного испытания позволит повысить процент населения, выполнивших испытания комплекса ГТО.

В связи с вышеизложенным, для определения регионального испытания ВФСК ГТО нами был проведен анкетный опрос 70 специалистов-военнослужащих Кубанского казачьего войска, результаты которого представлены в таблице.

Таблица – Результаты опроса специалистов о возможном содержании региональных испытаний ВФСК ГТО (n=70)

Предлагаемые испытания	Параметры приоритетности	
	количество	%
Преодоление «казачьей» полосы препятствий	44	62,9 %
Бег на «казачью» версту (1067 м)	36	51,4 %
Элементы казачьих игр (в зависимости от возраста)	30	42,9 %
Метание «гири» (на дальность)	30	42,9 %
Метание «кинжала» (на точность)	27	38,6 %
«Рубка лозы» (на результат)	20	28,6 %
Другие (вольтижировка, фехтование и др.)	7	10,0 %

Анализ результатов анкетного опроса свидетельствует, что большинство респондентов высказались за использование для этого так называемой казачьей полосы препятствий, включающей ряд элементов, основанных на традиционных средствах физического воспитания казаков. В связи с вышеизложенным, представляется целесообразным использовать данную полосу препятствий в качестве регионального испытания (теста) ВФСК ГТО, разработав при этом ее протяженность и содержание.

Литература:

1. Александров С.Г. Народные подвижные игры Кубанского казачества: учебно-методическое пособие. – Краснодар: КГАФК, 1997. – 83 с.
2. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» (утв. постановлением Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540) // URL: <http://www.gto.ru/files/uploads/documents/5abb8be0eaec6.pdf>.

**СОДЕРЖАНИЕ РЕГИОНАЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО –
«КАЗАЧЬЯ» ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ**

Д.Р. Алдушина, А.Р. Путинцева

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

Аннотация. В результате исследования было разработано содержание так называемой казачьей полосы препятствий, включающей, в зависимости от возрастной категории, от 6 до 10 препятствий (элементов) традиционных средств физического воспитания кубанских казаков.

Ключевые слова: методика, региональные испытания, комплекс ГТО, «казачья» полоса препятствий.

Ни для кого не секрет, что современный комплекс ГТО реализуется с учетом четырех основополагающих принципов, одним из которых выступает принцип «...учета региональных особенностей и национальных традиций» [2]. Данный принцип в соответствии с п. 20 Положения о ВФСК ГТО [2] предусматривает возможность разработки и использования, так называемых региональных испытаний (тестов). При этом утвержденной методики разработки данных испытаний, к сожалению, на сегодняшний день не существует [1]. В контексте настоящего исследования нами была предложена технология разработки соответствующего регионального испытания, которая, прежде всего, основывается на данных анкетного опроса специалистов [1]. В результате анкетирования специалистов-казачьих нами был определен вид данного испытания (теста), которым явилась «казачья» полоса препятствий. Однако вопрос о содержании данной полосы препятствий остается открытым.

Разработанная нами технология также была использована и для определения содержания «казачьей» полосы препятствий. Так, по мнению специалистов, было установлено, что «казачья» полоса препятствий в соответствии с возрастными возможностями может использоваться у участников движения «ГТО», начиная с III ступени ВФСК ГТО (с 13 лет).

Основываясь на результатах исследования, нами также были предложены следующие практические рекомендации для составления «казачьей» полосы препятствий:

1) для участников III возрастной ступени ВФСК ГТО (подростки 11-12 лет): протяженность полосы препятствий 50 м, количество препятствий – 6; содержание полосы препятствий: преодоление «бума», «рва», «поваленного дерева», «пролома в стене», «лабиринта», а также «рубка лозы».

2) для участников IV ступени (13-15 лет) – протяженность полосы препятствий 70 м, количество препятствий – 8 («лабиринт», «ров», «лоза», «пролом в стене», «поваленное дерево», «переползание по-пластунски», «бум», «метание кинжала»).

3) для участников V ступени (16-17 лет) – протяженность полосы препятствий 100 м, количество препятствий – 10 («забор», «лабиринт», «лоза», «пролом», «ров», «дерево», «бум», «кинжал», «метание гранаты», «переползание по-пластунски»).

При этом очевидно, что в указанной полосе наряду с традиционными средствами физического воспитания казачества могут использоваться и современные физические упражнения.

Литература:

1. Алдушина Д.Р. К вопросу о разработке региональных нормативов комплекса ГТО / Д.Р. Алдушина // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО (февраль-март 2020 г.), г. Краснодар: мат-лы конф. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – Ч. 2. – С. 232.

2. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) (утв. постановлением Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540) // URL: <http://www.gto.ru/files/uploads/documents/5abb8be0eaec6.pdf>.

К ВОПРОСУ ОБ ЭФФЕКТИВНОСТИ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Д.Р. Алдушина, А.Р. Путинцева

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

Аннотация. В работе представлены сведения об основных критериях качества современного школьного урока физической культуры. Проведенный анализ полученных данных свидетельствует о недостаточной эффективности современных уроков физической культуры.

Ключевые слова: урок физической культуры, хронометраж, пульсометрия, посещаемость занятий, эффективность.

В современном мире наблюдается тенденция снижения уровня здоровья и физической подготовленности детей школьного возраста. Ухудшение здоровья обуславливается многими факторами, одним из которых служит недостаточная эффективность (качество) урока физической культуры. Решение проблемы повышения качества школьного урока предполагает анализ факторов, которые влияют на снижение качества урока.

По мнению специалистов, основными факторами, обуславливающими эффективность уроков физической культуры, являются высокая степень посещаемости уроков физической культуры [4,5], высокая моторная плотность занятия, а также оптимальный уровень физической нагрузки на уроке [6, 7]. В связи с выше изложенным, в рамках настоящего исследования был проведен анализ основных критериев эффективности урока физической культуры в общеобразовательной организации.

Так, по мнению Г.Т. Гаджиева, И.Н. Воробьевой (2018), а также П.В. Левина (2018), основным критерием эффективности школьного урока физической культуры является его посещаемость [4,5]. По мнению специалиста, данный критерий во многом обуславливает возникающие в связи с низкой посещаемостью уроков проблемы, которыми, прежде всего, являются низкий уровень здоровья обучающихся, а также недостаточный уровень их физической подготовленности. Автор также указывает на то, что в настоящее время отмечается отсутствие стойкого интереса к урокам физической культуры. Так, у современных учеников основной и старшей школы отмечается пассивность и даже нежелание заниматься какой-либо двигательной деятельностью на уроках физической культуры. По данным на 2018 г., лишь 10% учащихся общеобразовательных организаций заинтересованы в систематических занятиях физической культурой и спортом, при этом 35% уверены, что в систематических занятиях нет особой надобности.

Проведенный П.В. Левиным анализ снижения интереса к урокам физической культуры указывает на наличие тенденции, при которой с переходом из класса в класс увеличивается процент детей, нежелающих посещать уроки физической культуры. К примеру, в начальных классах этот процент невелик и составляет 7%, а в 7-11 классах этот показатель достигает 75%.

Метод хронометрирования предназначен для определения времени, затраченного на выполнение двигательных действий на уроке. Благодаря данному методу можно определить общую и моторную плотность урока физической культуры, что указывает на рациональность затрат времени на занятии [6]. По мнению Н.А. Амбарцумян с соавт. (2020), эффективность урока физической культуры по критерию моторной плотности в настоящее время является явно недостаточной, так как среднестатистические показатели моторной плотности не соответствуют нормативам, представленным в соответствующих Санитарно-эпидемиологических правилах и нормах (СанПиН) [3].

Наглядно это проиллюстрировано на рисунке 1, где представлены среднестатистические данные моторной плотности современных уроков физической культуры. В частности, проведенное специалистами исследование свидетельствует, что

моторная плотность уроков в начальных, средних и старших классах статистически значимо не отличается и, в среднем, составляет лишь около 40%, что на 30% меньше нормы, утвержденной СанПиН.

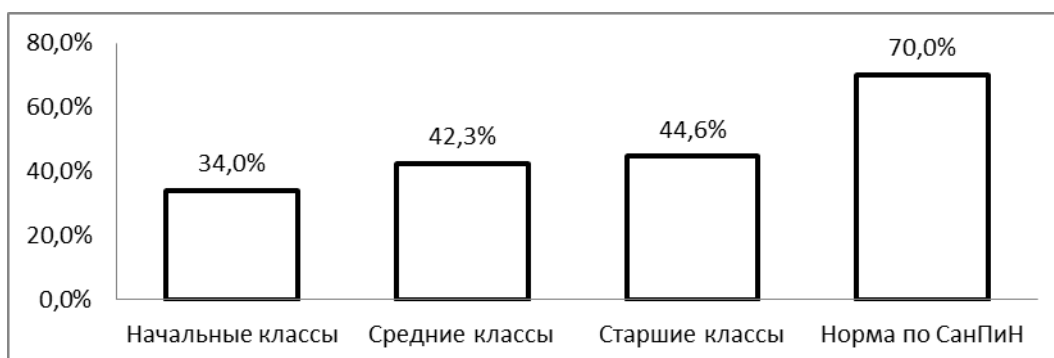


Рисунок 1 – Среднестатистические показатели моторной плотности современных уроков физической культуры (по данным Н.А. Амбарцумян с соавт., 2020)

По мнению В.И. Тхорева и С.П. Аршинника (2018), еще одним важным критерием эффективности урока физической культуры является оптимальная степень физической нагрузки на уроке [6]. Об этом свидетельствуют данные пульсометрии уроков физической культуры [7].

Так, проведенный Н.А. Амбарцумян с соавт. (2020) анализ данных пульсометрии современных уроков физической культуры, иллюстрацией которому служит рисунок 2, свидетельствует о том, что средние показатели частоты сердечных сокращений на уроках физической культуры не превышают 137 уд/мин, что указывает на малой интенсивности занятия [2]. А это, в свою очередь, свидетельствует о недостаточной эффективности современного урока, который в таком случае не вызывает должного уровня тренированности организма занимающихся.

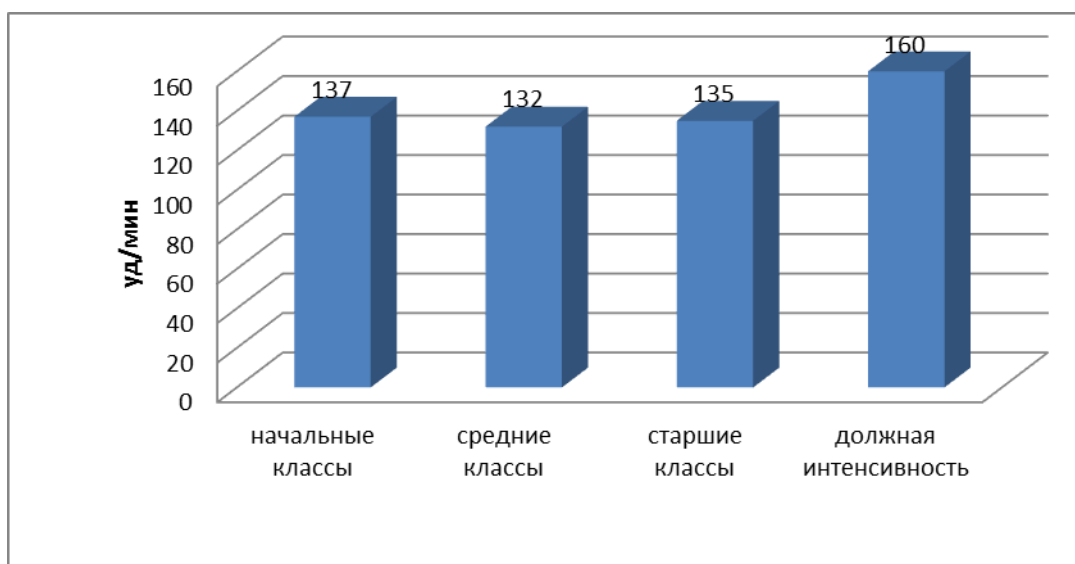


Рисунок 2 – Среднестатистические показатели пульсометрии уроков физической культуры в общеобразовательных организациях (в уд/мин)

Таким образом, анализ данных научной литературы позволяет сделать заключение об основных причинах недостаточной эффективности современных уроков физической культуры. Повышение указанных показателей, по нашему мнению, позволит существенно повысить качество урока физической культуры и эффективность процесса физического воспитания.

Литература:

1. Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» [Электронный ресурс]: Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. №189 город Москва (п. 10.24). URL: // <https://base.garant.ru/12183577/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/#friends>.
2. Амбарцумян Н.А. Характеристика пульсовых значений современных уроков физической культуры / Н.А. Амбарцумян, С.П. Аршинник, Г.Н. Дудка // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, 2020. – С. 207-208.
3. Амбарцумян Н.А. Эффективность современного урока физической культуры на основе данных хронометрирования / Н.А. Амбарцумян, С.П. Аршинник, Г.Н. Дудка // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, 2020. – С. 207-208.
4. Годжиев Г.Т. Актуальные проблемы современного школьного физического воспитания / Г.Т. Годжиев, И.Н. Воробьева // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2018. – С. 73-75
5. Левин П.В. Пути повышения эффективности проведения современного урока физической культуры / П.В. Ленин. – Рязань: РГУ, 2018. – С. 66-69.
6. Образовательные системы: учебное пособие / авт.-сост. В.И. Тхорев, С.П. Аршинник. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 101 с.
7. Урок физической культуры в общеобразовательной школе: теория, методика, практика: учебное пособие / авт.-сост. С.П. Аршинник, К.В. Малашенко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 112 с.

ПОНЯТИЕ О МОТИВАХ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК ФАКТОРЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

А.В. Анищенко, Н.А. Амбарцумян
Научный руководитель доцент М.С. Шубин

Аннотация. В данной публикации рассматривается вопрос изучения мотивов как фактора становления будущих спортивных педагогов, на примере учебно-воспитательной деятельности.

Ключевые слова: мотивы, специалисты в области физической культуры, учебно-профессиональная деятельность, обучающиеся, содержание, формы и методы развития профессиональной мотивации обучающихся.

По мнению Дубовой А.А. (2014), «...учебная профессиональная деятельность – особая форма учебной деятельности, результатом которой является формирование профессиональных знаний, умений, навыков, а также развитие качеств личности профессионала и профессиональных способностей. Профессиональная мотивация – сложнейшая и чрезвычайно актуальная проблема для теории и практики профессионального образования. Традиционно в отечественной науке развитие профессиональной мотивации исследовалось в контексте учебной мотивации либо профессиональной самореализации, профессионального самоопределения, при этом объектами изучения выступали мотивационная сфера личности и ее динамика, учебные и профессиональные мотивы, ценностные ориентации, профессиональная направленность» [4].

На сегодняшний день проблема выявления содержания, форм и методов развития профессиональной мотивации студентов в процессе обучения в специалистов в области физической культуры является актуальной [1]. Поскольку прежние методологические подходы к образовательному процессу необходимо актуализировать под нынешние профессиональные стандарты [2, 3].

Исследование проводилось на базе Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.

В психолого-педагогическом исследовании приняли участие студенты факультетов физической культуры и спорта. Общее количество обследуемых составило 128 человек, из них 56 – студенток и 72 – студента. Обследуемые студенты являются обучающимися 2 курсов.

Всем респондентам была предложена анкета, которая включала в себя 4 вопроса.

В первом вопросе 78,3±4,00% респондентов указали полную удовлетворенность от выбранной профессии, 21,7±3,12% – выразили свою частичную удовлетворенность, так как не проходили еще практику в специализированных образовательных учреждениях. По второму вопросу 92,4±4,13% респондентов выбрали положительную динамику в удовлетворенности изучаемых предметов от курса к курсу. В третьем вопросе – 68,4±3,12% обследуемых посчитали, что психологические факторы влияют на формирование понятия «удовлетворенность». 21,8±3,41% – психолого-педагогические и 9,8±1,32% – социально-психологические факторы.

По четвертому вопросу 68,4±4,00% респондентов испытывали проблемы в профессиональной мотивации, поскольку считают, что им недостаточно дисциплин, которые отражают специфику выбранной профессии. Данные результаты по четвертому вопросу могли получиться, поскольку возраст обследуемых выбран из начальных курсов, вся практическая и специфическая направленность изучается на более старших курсах, после изучения базовых дисциплин.

В ходе проведенного анкетирования мы определили, что все вышеуказанные в вопросах моменты отражают эффективность учебной деятельности обучающихся в вузе.

Таким образом, обратить внимание в подготовке специалистов в области физической культуры и спорте необходимо на степень готовности обучающегося к предстоящей профессиональной деятельности; выполнение современных требований, необходимых в данной профессии; необходимо учитывать исходный уровень образованности обучающихся.

Литература

1. Амбарцумян Н.А. Динамическое моделирование педагогических объектов как цель и средство образовательного процесса / Н.А. Амбарцумян // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2014. – С. 10-12.

2. Амбарцумян Н.А. Профессиональная ориентация обучающихся старших классов общеобразовательного учреждения / Н.А. Амбарцумян // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – № 1. – С. 237-238.

3. Амбарцумян Н.А. Формирование профессиональных умений у студентов, обучающихся на спортивных специальностях, как фактор конкурентоспособности / Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации». Ред. С.М. Ахметов, Г.Д. Алексанянц, Г.Б. Горская, Г.А. Макарова. – 2014. – С. 6-9.

4. Дубовова А.А. Особенности развития внутренней мотивации юных спортсменов на этапе начальной подготовки // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2014. – № 2. – С. 69-72.

ЦИФРОВИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

М.С. Аршинник¹

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник²

¹Академия маркетинга и социально-информационных технологий (ИМСИТ)

²Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма

Аннотация. В представленной публикации на основе анализа нормативно-правовых актов раскрываются возможности применения «цифровизации» в сфере физической культуры и спорта. В результате анализа Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ были определены перспективные направления цифровизации различных компонентов физической культуры и спорта.

Ключевые слова: цифровизация, отрасль физической культуры и спорта.

В 2017 году В.В. Путиным был подписан Указ «О Стратегии развития информационного общества в РФ...» [1]. Данный законодательный акт официально провозгласил новую «цифровую» эпоху развития социальных отношений в нашей стране. В начале прошлого года в послании Федеральному Собранию Президент также объявил о необходимости развития экономики страны, основанной на принципах «цифровой модели», так называемой цифровизации.

Понятие цифровизации, как системы преобразования различных сфер деятельности человека на основе внедрения информационных технологий, появилось еще задолго до указанных событий и нашло отражение во многих научных публикациях, в том числе и публикациях, касающихся физкультурно-спортивной деятельности. Очевидно, что цифровизация не могла не коснуться сферы физической культуры и спорта, поскольку многие компоненты физкультурно-спортивной деятельности в настоящее время, фактически, не могут существовать без цифровых информационных технологий. Особенно это стало понятно в период распространения новой коронавирусной инфекции и связанной с ней пандемией.

В контексте сказанного, с целью цифровой трансформации отрасли физической культуры, был разработан ряд нормативных документов, и, прежде всего, Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года [2], в которой имеется важнейшее приоритетное направление, связанное с цифровой трансформацией системы управления отрасли физической культуры и спорта. В рамках данного приоритетного направления предусматривается реализовать 11 параметров, непосредственно связанных с «цифровым» перевооружением отрасли.

Анализ указанного приоритетного направления также свидетельствует о возможности выделения в нем таких составляющих, как:

- цифровизация управления отраслью физической культурой и спортом;
- цифровизация подготовки спортсменов;
- цифровизация физкультурного образования;
- цифровизация организации и проведения соревнований;
- цифровизация медицинского сопровождения физкультурно-спортивной деятельности и др.

С нашей точки зрения, реализация указанных компонентов цифровизации отрасли позволит в относительно короткий период (с 2021 по 2030 годы) осуществить технологический «рывок» и вывести нашу страну в мировые лидеры в спортивном и физкультурном отношении.

Литература:

1. Указ Президента РФ от 9.05.2017 г. № 203 «О Стратегии развития информационного общества в РФ на 2017–2030 годы // URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/41919>
2. Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 г // URL: <http://static.government.ru/media/files/Rr4JTrKDQ5nANTR1Oj29BM7zJBHXM05d.pdf>.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ 13-15 ЛЕТ

А.А. Белоус

Научный руководитель доцент В.А. Мартынова

Аннотация. В работе рассматривается специальная физическая подготовка бегунов 13-15 лет на средние дистанции. Предполагается, что разработанный план-график тренировочного процесса на основе федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика позволит повысить уровень специальной физической подготовленности у бегунов на средние дистанции.

Ключевые слова: легкая атлетика, бег, выносливость, спортивная подготовка.

На протяжении 2000-2020 гг. происходит стремительный всплеск спортивных результатов, особенно в видах спорта, связанных с выносливостью. При этом происходит существенное снижение возрастного контингента, выступающего на крупнейших международных соревнованиях.

В своих работах С.М. Блоцкий, В.П. Губа и др. указывают, что большая часть спортсменов выполняют большой объем специальной физической подготовки на детском уровне и показывают результаты в детском возрасте. При этом в молодежном возрасте, авторы отмечают, остаются в спорте около 10% от основного контингента в детской спортивной школе [1, 2, 3].

Педагогическое исследование проводилось с легкоатлетами 13-15 лет на базе «Муниципального казенного учреждения спортивная школа «Олимп» муниципального образования Апшеронский район в период 01.09.2020 – 30.12.2020 гг.

При разработке годового тренировочного плана учитывался уровень бегунов на средние дистанции 13-15 лет, а также сформированность основных двигательных действий.

Структура методической части программы рекомендована Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика (Приказ Министерства спорта РФ от 20 августа 2019 г.).

На основании всего вышеперечисленного нами разработан план-график тренировочного процесса для экспериментальной группы.

Для выявления эффективности построения тренировочного процесса, направленного на повышение уровня специальной физической подготовки бегунов на средние дистанции, нами проведен анализ динамики показателей экспериментальной и контрольной группы. Анализ результатов проводился в течение всего периода эксперимента, были получены следующие результаты:

– прирост показателей специальной физической подготовленности в процессе эксперимента у мальчиков возрастной группы 13-15 лет в беге на 1000 м в экспериментальной группе составил 5,05%, в контрольной группе значительно меньше 1,48%, у девочек в данном тесте такая же тенденция в экспериментальной группе прирост составил 5,26%, в контрольной 1,42%;

– в показателе шестиминутный бег за период эксперимента в обеих группах повысился уровень выносливости, который в экспериментальной группе у мальчиков составил 7,91%, а в контрольной – 1,79%; у девочек 5,76% и 1,43% в контрольной группе;

– показатель выносливости и результативности в беге на 800 м в экспериментальной группе бегунов прирост результата равнялся 8,43% у юношей и 5,51% у девочек, а в контрольной – 0,68-0,6%;

– показатель скоростной выносливости в беге на 400 м в экспериментальной группе бегунов прирост результата составил у мальчиков 5,76%, у девочек 9,78%, в контрольной группе данные показатели колеблются 2,1-1,13% за весь период эксперимента;

– прирост показателя скоростных способностей спортсменов мальчиков контрольной группы и у девочек менее одного процента за период эксперимента, однако в контрольной группе прирост у мальчиков составил 10%, а у девочек 9,09%;

– анализ показателя прыжок в длину с места показал, что прирост за период эксперимента значительно выше у девочек – 5,45%, у мальчиков – 4,43%, следует отметить, что у контрольной группы (1,89% у девочек, 2,45% у мальчиков) прирост меньше, чем в экспериментальной группе.

Следует отметить, что при рассмотрении всех изучаемых показателей в процессе эксперимента в экспериментальной группе прирост более значимый, это свидетельствует о положительном влиянии разработанного плана и применяемых средств физической подготовки бегунов на средние дистанции 13-15 лет.

Литература:

1. Блоцкий С.М. Легкая атлетика и методика преподавания: учеб.-метод. пособие для студентов, обучающихся по специальности 1-03 02 01 «Физическая культура» / сост.: С.М. Блоцкий, А.В. Карпов. – 2-е изд. – Мозырь: МГПУ им. И.П. Шамякина, 2014. – 290 с.

2. Губа В.П. Индивидуальные особенности спортсменов / В.П. Губа, В.Г. Никитушкин, П.В. Квашук. – Смоленск: ТО ИКА, 1997. – 219 с.

3. Мартынова В.А. Эффективность программы повышения скоростно-силовых способностей у бегунов на средние дистанции апробация / В.А. Мартынова, А.В. Корнева. – 2014. – №2. – С. 50-52.

К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ КОМПЛЕКСНОГО КОНТРОЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

М.В. Гилдаш

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

Аннотация. В настоящей работе на основе анализа данных научной литературы изучается вопрос об информативности контрольных тестов для зачисления в группы начальной подготовки, используемых в действующем федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта баскетбол. В результате исследования делается заключение о том, что тесты для оценки физической подготовленности юных баскетболистов, применяемые на этапе начальной подготовки, должны иметь комплексный характер.

Ключевые слова: нормативы физической подготовленности, тесты физической подготовленности, юные баскетболисты, этап начальной подготовки, федеральный стандарт спортивной подготовки, информативность тестов.

Известно, что спортивная подготовка представляет собой многогранный процесс. Ее успешность определяется многими факторами, важнейшим из которых является спортивная тренировка. При этом управление тренировочным процессом во многом зависит от контроля. Полученная в ходе осуществления контроля информация способствует отслеживанию изменения различных сторон подготовленности спортсмена, а также коррекции в случае необходимости тренировочного процесса с целью увеличения его положительного воздействия. Известно также, что для осуществления педагогического контроля используются контрольные испытания (тесты), которые должны обладать высокой надежностью и информативностью [1].

Однако проведенный нами анализ тестов физической подготовленности, представленных в федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта баскетбол, с нашей точки зрения, доказывает что они не отвечают требуемой информативности. Данное заключение обусловлено тем, что рекомендуемые в ФССП тесты не позволяют полностью оценить уровень подготовленности начинающего спортсмена, поскольку предлагаемая программа тестирования направлена на оценку лишь двух видов двигательных способностей: скоростных и скоростно-силовых способностей. Возникает вопрос: «Как можно дать корректную оценку уровня физической подготовленности начинающего баскетболиста, руководствуясь только предложенными тестами?». Кроме этого, одной из задач этапа начальной подготовки является «всестороннее гармоничное развитие физических качеств» [2]. Из этого следует, что тесты для оценки физической подготовленности юных баскетболистов, применяемые на этапе начальной подготовки, должны иметь комплексный характер. В этом случае они будут более информативны, что выражается в соответствии контрольных упражнений специфике каждого оцениваемого физического качества.

Вследствие изложенного представляется целесообразным осуществить разработку программы тестирования по каждому физическому качеству с целью оценки физической подготовленности юных баскетболистов.

Литература:

1. Лысенко В.В. Метрологические основы измерений в физической культуре и спорте: учебник / В.В. Лысенко, И.Г. Павельев. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018 – 470 с.
2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол (с изменениями и дополнениями на 23.06.2014 г.) [Электронный ресурс] / Режим доступа: <https://base.garant.ru/70397760/#friends>

К ВОПРОСУ О ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ ТЕСТОВ И НОРМАТИВОВ ДЛЯ ГРУПП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА БАСКЕТБОЛ

М.В. Гилдаш

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

Аннотация. В настоящей публикации на основе анализа данных научной литературы обосновывается необходимость дифференциации тестов и нормативов действующего федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол для зачисления юных спортсменов в группы начальной подготовки.

Ключевые слова: юные баскетболисты, тесты, нормативы, федеральный стандарт спортивной подготовки.

Как известно, контроль является важной составляющей системы спортивной подготовки в целом, и на каждом ее этапе в частности [2]. Особенно высока ценность данного мероприятия в процессе начального отбора (на этапе начальной подготовки – НП), где корректно проведенный педагогический контроль позволит получить наиболее точную и достоверную информацию о состоянии физической подготовленности начинающего спортсмена. Данная информация позволяет специалисту-тренеру спрогнозировать будущие достижения спортсменов.

Одним из основополагающих документов в планировании тренировочного процесса является федеральный стандарт спортивной подготовки (ФССП) [1]. Он, помимо прочего, содержит тесты и нормативы для зачисления на каждый этап спортивной подготовки. Вместе с тем, на наш взгляд, в действующем ФССП по виду спорта баскетбол допущены определенные погрешности. К примеру, наименование таблицы, содержащей тесты и нормативы для зачисления в группы НП, противоречит содержанию самой таблицы. В частности, наименование таблицы, представленной в ФССП, имеет следующий вид: «Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки» [2]. Однако в содержании указанной таблицы нет четкого разделения на тесты и нормативы общей и специальной физической подготовки. В этой связи возникает вопрос: «Какие именно контрольные упражнения и нормативы необходимо отнести к общей физической, а какие к специальной физической подготовке?». К тому же стоит ли причислить такой тест, как «Скоростное ведение мяча 20 м» к контрольным двигательным заданиям для оценки уровня физической подготовленности?». С нашей точки зрения, такое тестовое задание более целесообразно использовать не для контроля физической подготовленности, а для мониторинга технической подготовленности, поскольку в указанном упражнении скорость перемещения обусловлена не столько специальными скоростными способностями занимающихся, сколько уровнем владения техническим элементом (в данном случае, ведением баскетбольного мяча).

Таким образом, правильно скорректированное наименование и содержание таблицы, в которой представлены тесты и нормативы общей и специальной физической подготовленности, позволят наиболее рационально и точно определить характеристики юного баскетболиста и использовать это в тренерской деятельности.

В связи с вышеизложенным, представляется целесообразным осуществить дифференциацию тестов и нормативов для контроля общей и специальной физической подготовленности в федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта баскетбол.

Литература:

1. Тхорев В.И. Планирование спортивной подготовки: учебное пособие / В.И. Тхорев. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 102 с.
2. Федеральный стандарт подготовки по виду спорта баскетбол (с изменениями и дополнениями на 23.06.2014 г.) // URL: <https://base.garant.ru/70397760/#friends>

К ВОПРОСУ О СОДЕРЖАНИИ И НОРМАТИВАХ ТЕСТОВ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ

М.В. Гилдаш

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

Аннотация. В настоящей публикации на основе использования научных методов обосновывается программа тестирования и нормативные данные для этапа начальной подготовки по виду спорта баскетбол.

Ключевые слова: юные баскетболисты, тесты, нормативы, этап начальной подготовки.

Анализ данных научной литературы свидетельствует о том, что представленные в федеральных стандартах спортивной подготовки (ФССП) по видам спорта тесты и нормативы не всегда являются целесообразными, поскольку имеют ряд недочетов [2]. К сожалению, не стали исключением тесты и нормативы ФССП по виду спорта баскетбол. Особенно это относится к нормативным данным этапа начальной подготовки (НП).

В связи с вышеизложенным в первой части настоящего исследования, на основании мнений специалистов по баскетболу (тренеров и преподавателей кафедры теории и методики спортивных игр КГУФКСТ), был проведен опрос, в результате которого была сформирована программа контроля уровня физической подготовленности юных баскетболистов для этапа НП. Данная программа, по мнению большинства специалистов, направлена на контроль всех физических качеств и полностью совпадает с испытаниями действующего комплекса ГТО (таблица). В этой связи на занятиях данным видом спорта можно «попутно» готовить занимающихся к испытаниям ВФСК ГТО, что также рекомендуется специалистами [1].

Следующим этапам исследования явилась разработка нормативов общей физической подготовленности юных баскетболистов для отбора и контроля. С этой целью нами было проведено тестирование общей физической подготовленности юных спортсменов, занимающихся в детских группах БК «Локомотив-Кубань» по разработанной программе. На основании полученных результатов посредством использования статистических методов нормирования данных нами были разработаны должные значения для мальчиков 8, 9 и 10-ти лет, занимающихся баскетболом. Полученные нормативы представлены в таблице.

Таблица – Тесты и нормативы общей физической подготовленности юных баскетболистов

Контрольные упражнения (тесты)	Нормативы		
	8 лет	9 лет	10 лет
Бег на 30 м со старта	6,1 с и <	5,9 с и <	5,7 с и <
Челночный бег 3x10 м	10,0 с и <	9,7 с и <	9,4 с и <
Бег на 1000 м	6 мин 10 с и <	5 мин 55 с и <	5 мин 35 с и <
Наклон вперед стоя на скамье	+3 см и >	+4 см >	+2 см и >
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	12 раз и >	15 раз и >	15 раз и >
Прыжок в длину с места	135 см и >	140 см и >	145 см и >

Разработанные программа испытаний, а также нормативы позволят более корректно осуществлять контроль общей физической подготовленности юных баскетболистов и позволят получить информацию для планирования параметров их общей физической подготовки. Очевидно, что подобные нормативы целесообразно сформировать и для девочек, занимающихся баскетболом.

Литература:

1. Аршинник С.П. Использование тестов и нормативов ВФСК ГТО для оценки уровня общей физической подготовленности юных спортсменов на этапе начальной подготовки / С.П. Аршинник, В.И. Тхорев // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Мат-лы междунар. науч.-практ. конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Ч. 1. – С. 22-24.
2. Губа В.П. Федеральный стандарт – это помощь тренеру или механизм, тормозящий спортивную подготовку? // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 5. – 46 с.

**ВЛИЯНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРОГРАММЫ WORLD ATHLETICS
«ДЕТСКАЯ ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА» НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ
НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

С.А. Гзогян

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

Аннотация. В работе рассмотрены особенности организации тренировочной деятельности в группах начальной подготовки на основе применения упражнений программы World Athletics «Детская легкая атлетика».

Ключевые слова: детская легкая атлетика, Программа World Athletics, упражнения в игровой форме.

В настоящее время актуально изучение игровых упражнений, игровых заданий и игрового метода, как средства воспитания физических качеств, в частности быстроты, силы, ловкости и выносливости [2]. Именно исходя из этих соображений и была создана Международной федерацией легкой атлетики Программа World Athletics «Детская легкая атлетика», особенностью которой является простота в организации тренировочных занятий: не требуется специализированное дорогостоящее оборудование и инвентарь; выполнять упражнения можно на площадках без специального легкоатлетического покрытия, что является плюсом для тренеров, проводящих занятия в сельской местности и в небольших городах, где отсутствуют легкоатлетические стадионы и манежи [1].

Одной из задач исследования являлось определение влияния специальных упражнений программы на уровень физической подготовленности легкоатлетов различного пола в тренировочных группах начальной подготовки.

Исследование проводилось на базе МАУ ДО ДЮСШ №1 и МБУ СШ «Витязь» города Крымска Краснодарского края.

В исследовании приняли участие 30 обучающихся групп начальной подготовки 1-го и 3-го годов обучения отделения «Легкая атлетика», в том числе 9 девочек, 8 мальчиков группы начальной подготовки первого года обучения (далее НП-1) и 13 мальчиков группы начальной подготовки третьего года обучения (далее НП-3).

При сравнении результатов первичного тестирования испытуемых, как у девочек, так и у мальчиков, не обнаружено нарушений при отборе детей для занятий на данном этапе подготовки. Среднегрупповые показатели соответствуют нормативам ОФП и СФП для зачисления в группы.

В течение четырех месяцев (с сентября по декабрь 2020 года) тренировочные занятия с группами испытуемых проводились 3 раза в неделю по 2 часа применением специальных упражнений программы World Athletics «Детская легкая атлетика».

В большей мере в ходе тренировочных занятий применялись игровые методы обучения для развития таких физических качеств, как быстрота и ловкость, а также развития скоростно-силовых способностей.

Для развития быстроты исследуемых на занятиях по легкой атлетике применялись следующие специальные упражнения программы (здесь и далее названия упражнений даны в соответствии с названиями в Программе): «формула виражей» – спринтерская эстафета; «прыжки в разные стороны»; «прыжки со скакалкой»; «бег через лестницу».

Для развития координационных способностей: «спринт/барьерный челночный бег»; «формула-1»; «спринт/барьерный «слаломный» челночный бег»; «точный прыжок в длину».

Для развития скоростно-силовых способностей: «барьерный бег»; «формула виражей»: спринтерский и барьерный бег»; «тройной прыжок в ограниченном пространстве»; «прыжки вперед в приседе»; «метание назад через голову»; «метание, стоя на коленях».

Упражнения выполнялись в начале основной части занятий следующим образом:

- игры на развитие быстроты в сентябре проводились по понедельникам по 4-5 минут на каждую игру;
- упражнения на развитие ловкости проводились по средам по 4-5 минут на каждую игру;
- упражнения на развитие скоростно-силовых способностей выполнялись по пятницам по 4-5 минут на каждую игру.

С целью исключения монотонности во время занятий, в октябре-декабре упражнения варьировались. Изменялась последовательность выполнения упражнений, количество серий и подходов.

Следует отметить, что в процессе проведения тренировочных занятий мы придерживались основного принципа программы – равного участия в упражнениях, проводимых в игровой форме, детей различного пола и с различным уровнем физической подготовленности.

В декабре месяце 2020 года после выполнения на тренировочных занятиях значительного количества специальных упражнений программы World Athletics «Детская легкая атлетика» было проведено повторное тестирование испытуемых с применением тех же контрольных упражнений, что и в сентябре 2020 года (рисунок 1 и рисунок 2).

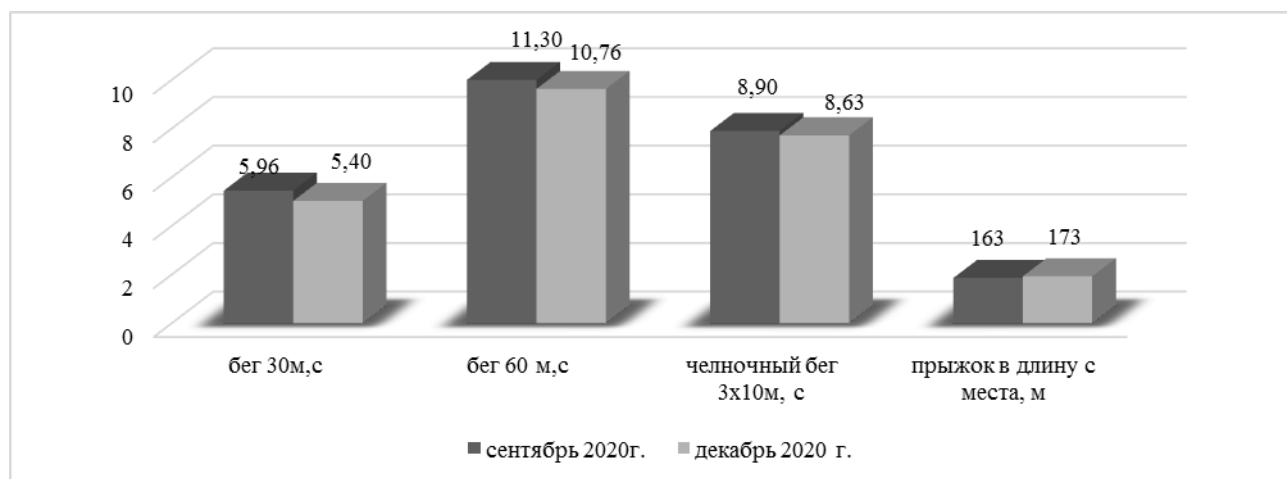


Рисунок 1 – Динамика среднегрупповых результатов в контрольных упражнениях мальчиков (n = 8) и девочек (n = 9) группы НП-1 в период исследования

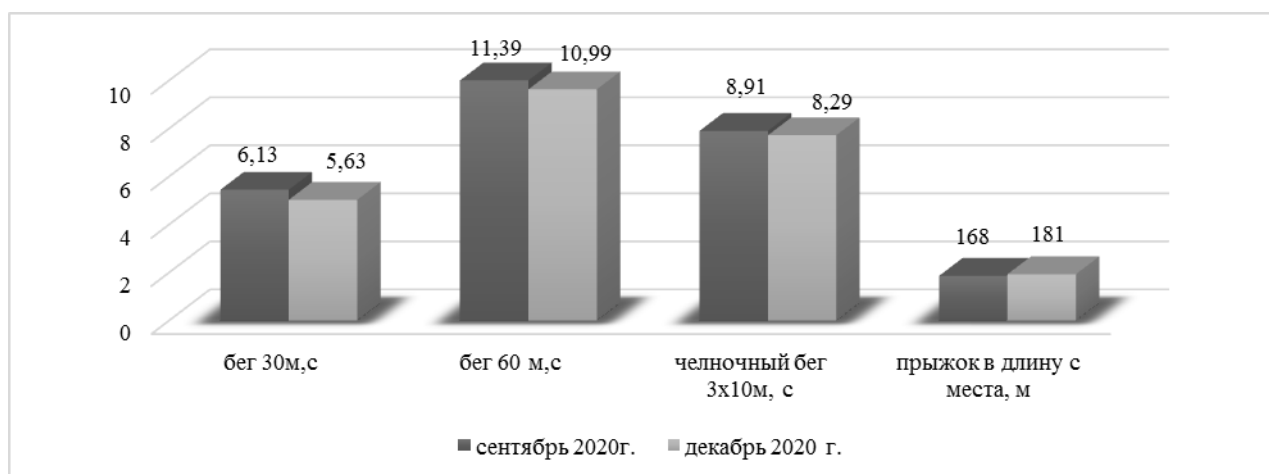


Рисунок 2 – Изменения среднегрупповых результатов в контрольных упражнениях девочек группы НП-1 (n = 9)

Анализ результатов повторного тестирования испытуемых после применения на каждом тренировочном занятии в течение четырех месяцев упражнений программы World Athletics «Детская легкая атлетика» показал, что в группе НП-1 у мальчиков произошли достоверные улучшения результатов в двух контрольных упражнениях – в беге на 30 и в беге на 60 метров с высокого старта ($P < 0,05$).

У девочек выявлено достоверное ($P < 0,05$) улучшение результатов в трех контрольных упражнениях – в беге на 30 метров с высокого старта, в прыжке в длину с места и в челночном беге 3x10 метров ($P < 0,05$).

В группе мальчиков группы третьего года обучения только в одном контрольном упражнении выявлены статистически достоверные изменения – в беге на 30 метров с высокого старта.

Даже в столь короткие сроки применения специальных упражнений Программы World Athletics «Детская легкая атлетика» имеет место улучшение показателей уровня физической подготовленности легкоатлетов на этапе начальной подготовки.

Результаты исследования позволили сформулировать следующие практические рекомендации:

- нельзя отрицать возможность применения упражнений, предложенных программой World Athletics «Детская легкая атлетика», в тренировочном процессе детей, проходящих спортивную подготовку на этапе начальной подготовки, учитывая тот факт, что данная программа предложена для реализации в общеобразовательных и спортивных школах РФ и получила поддержку и одобрена Министерством спорта и Министерством образования и науки страны как программа, способствующая всестороннему развитию детей младшего школьного возраста;

- упражнения программы нужно взять за основу в процессе планирования тренировочных занятий на этапе начальной подготовки;

- включать упражнения программы в основную часть тренировочного занятия;

- при проведении тренировочных занятий в игровой форме объединять в команды детей с различным уровнем технической и физической подготовленности;

- формировать у юных легкоатлетов устойчивые умения и навыки в технике простейших легкоатлетических упражнений с целью более плавного и безошибочного перехода к технике выполнения такого спортивного легкоатлетического упражнения, как соревновательное на этапе спортивной специализации.

Литература:

1. Зеличенко В.Б. Новые формы работы с детьми (7-12 лет) по легкой атлетике: методическое пособие для педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта / В.Б. Зеличенко, Е.Н. Лебонда, А.В. Черкашин. – М.: Terra Спорт, 2015. – 196 с.

2. Карпунина Е.А. Исследование эффективности построения тренировочного процесса в подготовительном периоде в группах начальной подготовки ДЮСШ / Е.А. Карпунина, Н.Г. Шубина / Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2020 г.) г. Краснодар: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – 238 с.

3. Рыбалко Е.Ф. Использование средств программы ИААФ «Детская легкая атлетика» для подготовки учащихся начальной школы к сдаче нормативов комплекса ГТО / Е.Ф. Рыбалко, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин / Тезисы докладов XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (декабрь 2014 – март 2015 года) г. Краснодар: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – С. 205-207.

К ВОПРОСУ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ НОВОГО ФОРМАТА

Т.П. Гончаренко

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

Аннотация. В настоящей работе на основе анализа научно-методической литературы раскрываются принципы проведения соревнований по легкой атлетике нового формата, обосновывается их необходимость и объясняется зрелищность, а также повышенный интерес к таким мероприятиям.

Ключевые слова: легкая атлетика, соревнования, динамичность, прыжок в высоту, метание диска, дуэль.

Легкая атлетика всегда считалась одним из популярнейших видов спорта, так как она не требует дорогостоящих условий для занятий. Этим была обусловлена ее высокая распространенность среди населения. Однако наряду с таким видом спорта, как плавание, она всегда считалась довольно консервативной. И если плавание смогло сделать шаг в сторону зрелищности, внедрив новые дистанции и смешанные дисциплины, то легкая атлетика была закрыта для изменений. Внесение существенных изменений в Единую всероссийскую спортивную классификацию было осуществлено лишь на 2017 году: это внедрение нескольких новых дистанций (таких как бег 30 м, бег 300 м с барьерами, эстафета 100 м + 200 м + 300 м + 400 м), переименование отдельных дисциплин («бег по шоссе», вместо «бег на шоссе», «бег с барьерами» вместо «барьерный бег», «эстафета» вместо «эстафетный бег»). Но внутреннее содержание легкоатлетических дисциплин почти всегда оставалось неизменным: 47 олимпийских дисциплин, проводимых в стандартных секторах.

Тем не менее все возрастающая динамика жизни, желание привнести в спорт больше коммерческих элементов, с одной стороны удорожание, а с другой – сокращение времени спортивных трансляций, а также снижение интереса зрителей с внутрироссийским соревнованиям подталкивали к серьезным переменам.

Первой «ласточкой» в правилах вида спорта «легкая атлетика» стала возможность внесения организаторами изменений в регламенты проведения соревнований, что сделало их динамичнее и зрелищнее. Это, например, уменьшение количества попыток в горизонтальных прыжках или выбывание участников после каждой совершенной попытки, ограничение числа неудачных попыток в вертикальных прыжках. Такие меры привнесли новый характер борьбы в сектора, элемент стратегии, когда участники, например, пропуская попытки на определенных высотах, держали зрителя во внимании до самого окончания вида.

Но несмотря на эти попытки легкая атлетика все равно оставалась «закрытой». Одним из путей выхода из сложившегося «кризиса консервативности» стала организация так называемых «соревнований по легкой атлетике нового формата». Это позволило легкой атлетике стать «ближе к народу», выйти из манежа на площади, набережные, вокзалы. Здесь следует упомянуть и соревнования, проводимые в аэропортах (например, противостояние прыгунов с шестом в Германии «Düsseldorf hebt ab», 2005 г. (русс. «Дюссельдорф взлетает»), ежегодные соревнования под маркой «Weltklasse Zurich», проводимые в Швейцарии, в 2015 г. вернувшиеся на свою первоначальную арену – на главный железнодорожный вокзал Цюриха, Всероссийские соревнования «Мастера прыжков с шестом», ежегодно проводимые на Красной площади столицы Чувашской Республики Чебоксары.

Однако самым ярким стартом в этой коллекции «соревнований нового формата» является «Битва полов», проводимая в Москве с 2018 года. «Битва полов» представляет собой прыжковый поединок между мужчинами и женщинами, которые прыгают поочередно на специально сооруженной платформе, сертифицированной Всемирной легкоатлетической ассоциацией (WA).

Чемпион турнира определяется как в личном, так и в командном зачете, по международной системе подсчета очков Божидара Спириева. Согласно данной системе за взятую высоту начисляется определенное количество очков. Система основывается на точных статистических данных и отображает эквивалентные результаты мужчин и женщин. Она понятна и зрителям, и участникам турнира. К примеру, мировой рекорд в помещении в прыжке в высоту у женщин (2.08) оценивается в 1299 очков, а у мужчин (2.43) – в 1296. Рекорд России в помещении – соответственно 1279 (2 метра 06 сантиметров) у женщин и 1287 (2 метра 42 сантиметра) у мужчин. Таблицы очков постоянно обновляются с учетом текущего уровня результатов в мире [1].

Световые эффекты, музыкальное и пиротехническое сопровождение делают «Битву полов» динамичной и атмосферной, а присутствие на турнире звезд прошлых лет и популярных российских СМИ придает этому турниру широчайшую огласку.

Идеей и названием турнира «Битва полов» с Михаилом Бутовым, выступающим теперь в роли ее организатора, еще в 2017 году поделился супруг ныне трехкратной победительницы этих соревнований Марии Ласицкене. Бутов же, в свою очередь, вместе со своей командой доработал идею и воплотил ее в жизнь. Если в ближайшем будущем удастся снять наложенные на Всероссийскую федерацию легкой атлетики ограничения, то на этом помосте мы сможем увидеть таких мировых звезд прыжка в высоту, как Мутаз Баршим и Юлия Левченко [2].

В 2019 году «Битва полов» попала в десятку лучших в мире специальных соревнований по легкой атлетике в помещении. Идея Михаила Бутова оказалась очень интересной. Турнир вызвал большой интерес как в России, так и за рубежом. И уже в следующем 2019 году в Германии был проведен турнир метателей диска также в формате «Битвы полов». Он прошел под эгидой международных соревнований ISTAF Indoor (Internationales Stadionfest Indoor, русс. Международный праздник на стадионе в помещении). Однако его отличало еще и то, что противостояние дискоболов происходило в помещении, на специально оборудованном для этого стадионе «Мерседес-Бенц-Арена». Дуэль также проводилась в форме индивидуальной и командной борьбы, где каждый из мужчин встречался с каждой из женщин, а абсолютные результаты учитывались для определения команды-победительницы [3].

Следует отметить, что такие соревнования организуются как коммерческие, тем более что совместное выступление мужчин и женщин не разрешено правилами Всемирной легкоатлетической ассоциацией (WA). И этот фактор делает их максимально зрелищными, позволяет привлечь к участию великих и именитых спортсменов.

Надеемся, что все эти изменения – это лишь первая ласточка в череде турниров новой формации, которые сейчас так нужны российской и мировой легкой атлетике!

Литература:

1. «Битва полов». Расписание и трансляция // Официальный сайт Всероссийской федерации легкой атлетики. – Режим доступа: <https://rusathletics.info/133368>
2. «БИТВА ПОЛОВ» Впервые в легкой атлетике! // Сайт Современной легкой атлетики. – Режим доступа: <http://www.rusathletics.com/nov/news.16114.htm>
3. Weltpremiere beim ISTAF INDOOR 2019: Diskus-Duell „Frauen gegen Männer“ // Официальный сайт ISTAF INDOOR. – Режим доступа: <https://www.istaf-indoor.de/weltpremiere-beim-istaf-indoor-2019-diskus-duell-frauen-gegen-maenner/>

СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ЖЕНЩИН В БЕГЕ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ

Ю.С. Кондрашкина

Научный руководитель Н.Г. Шубина

Аннотация. В публикации на основании анализа научно-методической литературы представлены особенности построения подготовки в женском спринте, что в настоящее время является весьма актуальным вопросом. К сожалению, многие тренеры не учитывают особенности женского организма при построении тренировочных планов и планируют одинаковую тренировочную нагрузку как для мужчин, так и для женщин. Однако построение продуктивного тренировочного плана без учета данной особенности невозможно. Поскольку спортсменки рискуют не только преждевременно завершить карьеру, так и не реализовав свой потенциал, но и приобрести немало проблем со здоровьем.

Ключевые слова: спорт, легкая атлетика, спринт, подготовка женщин.

Подготовка легкоатлетов в беге на короткие дистанции представляет собой сложный многогранный и многолетний тренировочный процесс, который состоит из многих компонентов, взаимосвязанных друг с другом – это обучение, тренировка и воспитание. Целью данного процесса является обеспечение развития и постоянное совершенствование умений, знаний, качеств и навыков спортсмена, которые необходимы для овладения техникой различных упражнений и достижения планируемых в тренировочном процессе соревновательных результатов. Ключевую роль в подготовке на короткие дистанции имеет скоростно-силовая подготовка. А построение тренировочного процесса у женщин заслуживает особого внимания ввиду физиологических особенностей женского организма.

Между женским и мужским организмом существуют большие различия. Это обусловлено не только физическими, но и физиологическими факторами. С возраста 13 лет показатели физического развития мальчиков и девочек начинают различаться. Главным различием являются внешние параметры тела, а также силовые и функциональные показатели [3].

Одной из немаловажных особенностей женского организма является существенно более низкий уровень тестостерона в организме, чем у мужчин. А так как тестостерон играет первостепенную роль в формировании мышечной массы, то при построении тренировочного процесса у женщин это нужно обязательно учитывать и постоянно включать упражнения для поддержания мышечной массы и тонуса. Также следует отметить, что особенности строения женского тела оказывают большое влияние и на техническую составляющую. Так, строение мужского таза позволяет достичь большей эффективности в беге, чем у женщин.

Из вышесказанного можно сделать вывод о том, что на спортивный результат у женщин может оказать огромное влияние даже самое небольшое изменение уровня физических качеств и технических элементов.

В женском организме проходит очень много сложных процессов. Большое влияние на женский организм оказывает менструальный цикл. В каждую фазу цикла меняется биохимия крови, организм, как правило, не настроен на выполнение сложных тренировочных нагрузок. Происходит снижение мышечной силы и быстроты [2].

При планировании и составлении тренировочного плана тренер должен обязательно учитывать периодичность ОМЦ. Это условие является обязательным, т.к. без этого невозможно достичь высокого результата. Поскольку неготовность женского организма выполнять запланированную нагрузку способствует тому, что будет происходить не тренировка организма, а использование его резервов. Также тренеру обязательно следует концентрировать внимание не только на планировании тренировочного плана, а на корректировке нагрузки и во время тренировки, опираясь на самочувствие спортсменок.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что тренеры и другие специалисты по легкой атлетике должны строить тренировочный процесс, делая основной упор на постоянное варьирование тренировочных нагрузок, учет самочувствия спортсменов в фазы цикла. Большое значение, если не самое важное, имеет индивидуальный подход тренера.

Если правильно выстроить тренировочный план и рационально спланировать нагрузку, то женский организм эволюционно способен выполнять нагрузку не только наравне с мужчинами, но иногда и превосходя ее по объему.

Составляя план тренировочного процесса легкоатлетов, тренеру необходимо наиболее тщательно вести подбор средств тренировочных воздействий, планировать их объем и интенсивность в соответствии с индивидуальными функциональными возможностями женского организма. Правильно подобранный и спланированный объем тренировок нагрузок – гарант высоких спортивных результатов и прогресса спортсменов в каждой возрастной категории, а также будет способствовать продлению «спортивной жизни» тренирующихся [3].

Спринтерский бег требует от спортсменов достаточно высокой физической подготовки. Для достижения высокого результата в спринтерском беге необходим высокий уровень таких качеств, как: координация, взрывная сила, быстрота и др.

Очень важное влияние в спринтерском беге оказывают показатели силы и скоростно-силовой подготовки. Эти качества являются самыми важными и необходимыми для спортсмена высокого уровня. Особое и немаловажное значение на подготовительном этапе имеет общефизическая подготовка (ОФП), которая является своеобразной базой для дальнейшего развития силовых качеств бегуний на короткие дистанции.

Все скоростно-силовые упражнения должны быть максимально адаптированы к бегу по дистанции. Если говорить о спринтерском беге, акцент должен быть направлен на своеобразные движения (проталкивания) стопой, на быстрое сведение бедер, работу рук и движения тазовых костей. Таким образом, спортсмен сможет применить натренированные навыки не только при непосредственном выполнении данного упражнения, но и при беге по дистанции. Очень хорошо физические качества развиваются с помощью упражнений взрывного характера: прыжки на возвышенность, бег с отягощением, бег в гору, различные упражнения, выполняющиеся в сложных условиях (песок, вода, гора и т.д.), броски предметов, имитирующие выход со старта и др. [1].

Быстрота является не менее важным качеством спринтера, так как именно за счет быстрых и эффективных движений спортсмен рационально перемещается по дистанции и показывает высокий результат. Но, к большому сожалению, данное качество тренируется сложнее всех остальных качеств, поскольку ее порог развития формируется генетически. Многие современные исследования говорят о том, что для развития данного качества наименее эффективны пробежки, выполняющиеся с максимальной или около максимальной скоростью. В подготовке бегунов на короткие дистанции существует такое понятие, как скоростной барьер, когда спортсмен достигает определенного результата и не прогрессирует. Поэтому для тренировки быстроты должны использоваться упражнения, выполняющиеся в быстром темпе. Например: спрыгивания и быстрые отталкивания от поверхности, быстрые переменные движения ногами с небольшой амплитудой, выполняющиеся на месте. Также арсенал используемых в тренировочном процессе упражнений должен обязательно пополняться и совершенствоваться по мере роста мастерства легкоатлетов.

Если наступит скоростной барьер и стабилизация результата, то в процессе подготовки возможно снова проведение общефизической подготовки и силовой, но уже на другом – высоком уровне. Необходимо внедрять какие-то новые упражнения в тренировочный процесс, так как организм тренированного спортсмена очень быстро привыкает к нагрузкам и перестает отвечать на уже привычные ему упражнения. Поэтому, можно говорить о том, что на развитие и прогрессирование быстроты оказывают большое влияние именно скоростно-силовые упражнения и упражнения, выполняющиеся с большой быстротой и интенсивностью.

В таблице 1 представлены контрольные упражнения, рекомендуемые в тренировочном процессе легкоатлета для определения скоростно-силовой подготовки [2].

Таблица 1 – Тесты для определения скоростно-силовой подготовки легкоатлета

Качества	Контрольные упражнения
Силовые	- подтягивания на высокой перекладине; - отжимания от пола или от гимнастической скамейки; - рывок гантели одной рукой; - упражнения с отягощением (приседания, жим и т.д.).
Скоростные	- бег 30 м или 40 м с ходу; - бег с ускорением с низкого старта; - челночный бег 4 x 7 м.
Скоростно-силовые	- прыжок в длину с места; - тройной прыжок в длину с места; - тройной прыжок «лягушка»; - прыжки через барьеры с дальнейшим увеличением расстояния между ними; - прыжки «в глубину»; - бросок набивного мяча различного веса снизу-вперед; - скачки 15 м на одной ноге с разбега.

Подводя небольшой итог, следует сказать о том, что точное и рациональное планирование тренировочного процесса женщин-легкоатлеток – залог успешного выступления на соревнованиях различного уровня и дальнейшего прогресса результата. Пренебрежение особенностями самочувствия спортсменок может привести не только к снижению результата, но и к нарушениям в организме женщины.

Силовые качества для бегунов на короткие дистанции имеют большое значение. Эти качества развиваются в процессе как общефизической, так и специальной подготовки. Иными словами, силовые качества бегунов на короткие дистанции эффективнее совершенствуются в процессе выполнения упражнений скоростно-силового характера.

Литература:

1. Бондаренко В.П. Силовая подготовка в спринте: учебно-методическая разработка / В.П. Бондаренко. – Краснодар: КГАФК, 1993. – 36 с.
2. Рыбакова Е.О. Особенности физической подготовки легкоатлетов – спринтеров / Е.О. Рыбакова, О.А. Хорошева, В.В. Созинов. – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2018. – 149 с.
3. Семенов В.Г. Двигательный аппарат женщин-спринтеров в спортивном генезисе / В.Г. Семенов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2008. – 130 с.

ДИНАМИКА ПРОЦЕНТНОГО СООТНОШЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ, ОТНЕСЕННЫХ ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К РАЗЛИЧНЫМ МЕДИЦИНСКИМ ГРУППАМ

А.Ю. Косухина

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

Аннотация. В представленной публикации посредством расчета t-критерия Стьюдента осуществлялось сравнение учащихся различных медицинских групп, обучавшихся в общеобразовательных организациях города Краснодара в 2019 и в 2020 гг. Полученные результаты свидетельствуют о позитивной годичной динамике доли учащихся, отнесенных к основной группе, при одновременном снижении количества обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам.

Ключевые слова: обучающиеся, медицинские группы, сравнительная характеристика.

Известно, что распределение обучающихся в общеобразовательных организациях осуществляется на основании данных медицинских осмотров [2]. При этом все обучающиеся подразделяются на 3 медицинские группы: основную, подготовительную и специальную. Также известно, что, за последние годы уровень здоровья детей стремительно ухудшается, что отражается на все возрастающем численном составе обучающихся подготовительной и специальной групп.

С целью подтверждения данной ситуации нами был проведен анализ процентного состава обучающихся четырех общеобразовательных организаций г. Краснодара, отнесенных по состоянию здоровья к различным медицинским группам. При этом полученные результаты сопоставлялись с данными аналогичного исследования, проведенного годом ранее (в 2019 г.) [1]. Полученные в процессе исследования результаты были подвергнуты соответствующей статистической обработке (по методу Стьюдента) и представлены на рисунке, а также в таблице.

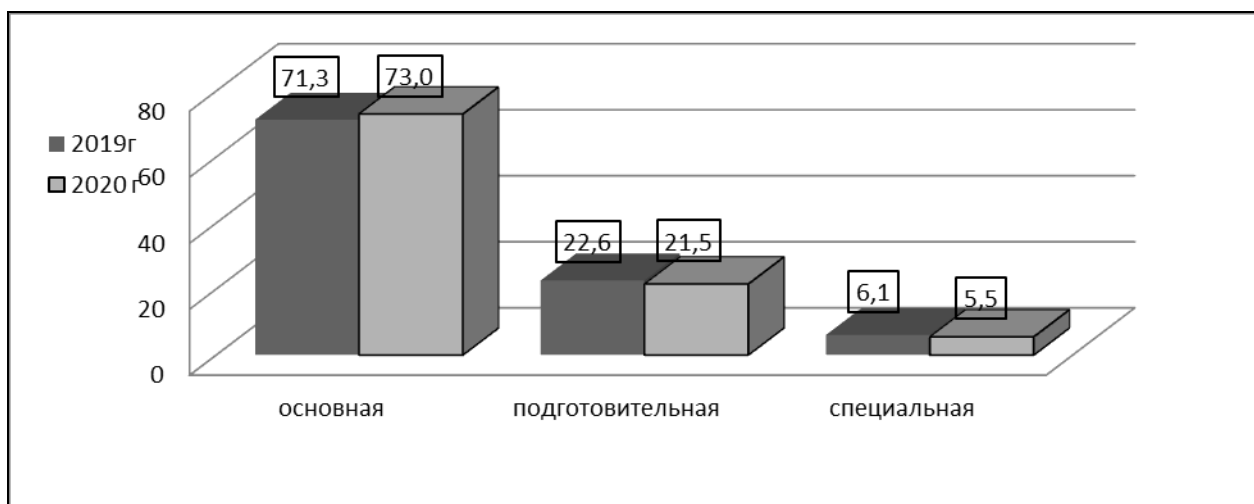


Рисунок – Сравнение доли школьников (в %) различных медицинских групп, обучавшихся в общеобразовательных организациях г. Краснодара в 2019 и в 2020 гг.

Анализ полученных данных свидетельствует, что за один год не зафиксировано статистически значимого изменения доли обучающихся, отнесенных к той или иной медицинской группе (что, по всей видимости, обусловлено краткосрочностью периода исследования). Однако имеется благоприятная тенденция повышения числа обучающихся основной группы (+2,4 %, достоверно, при $p < 0,10$). Одновременно стоит отметить, что за рассматриваемый период доля обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к

подготовительной и специальной медицинским группам, заметно снижается (соответственно, на 4,9 и 9,8 %).

Таблица – Сравнение процентного соотношения (доли) обучающихся общеобразовательных организаций г. Краснодара различных медицинских групп

Медицинские группы	Результаты, полученные в 2019 г. (n=4855)	Результаты, полученные в 2020 г. (n=5657)	Динамика %	t; p
Основная	71,3±0,65 %	73,0±0,59 %	+2,4 %	>0,05
Подготовительная	22,6±0,60 %	21,5±0,55 %	-4,9 %	>0,05
Специальная	6,1±0,34 %	5,5±0,30 %	-9,8 %	>0,05

Вместе с тем полученные данные указывают на то, что доля обучающихся подготовительной группы еще достаточно велика и составляет более пятой части всего состава обучающихся. Полученные результаты указывают на необходимость разработки отдельной программы по физической культуре, а также нормативов физической подготовленности для контроля и оценки физической подготовленности данной категории обучающихся.

Литература:

1. Овчарова А.С. Сравнительная характеристика распределения по медицинским группам школьников, обучавшихся в общеобразовательных организациях в 2015 и в 2019 гг. / А.С. Овчарова, С.П. Аршинник // Тезисы докладов XLVII научн. конф.: Мат-лы конф. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – Ч. 2. – 248 с.

2. Урок физической культуры в общеобразовательной школе: теория, методика, практика: учебное пособие / авт.-сост. С.П. Аршинник, К.В. Малашенко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 112 с.

К ВОПРОСУ О ТЕСТИРОВАНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ, ЗАЧИСЛЯЮЩИХСЯ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Е.А. Мертвищева

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

Аннотация. В настоящем исследовании посредством анкетирования специалистов был определен состав тестов для контроля физической подготовленности юных легкоатлетов. Данные опроса свидетельствуют о наличии несоответствия мнений экспертов положениям, прописанным в федеральном стандарте по легкой атлетике.

Ключевые слова: юные легкоатлеты, тесты, стандарт спортивной подготовки.

Известно, что Федеральные стандарты спортивной подготовки (далее ФССП, Стандарт) представляют собой совокупность требований к спортивной подготовке. Известно также, что в августе 2019 года «вышел в свет» ФССП по виду спорта легкая атлетика второго поколения [2]. При этом отмечается, что, несмотря на имеющиеся в сравнении с предыдущим Стандартом положительные изменения, в новом (действующем) ФССП по легкой атлетике, к сожалению, все же имеется ряд недостатков. Особенно это касается части Стандарта, относящейся к материалам по контролю уровня физической подготовленности юных легкоатлетов. Например, специалисты отмечают ошибки в выборе тестов для контроля общей и специальной физической подготовленности юных легкоатлетов, зачисляющихся на этап начальной подготовки [1]. В частности, специалистами отмечается не совсем удачный подбор тестов, отсутствие дифференцировки тестов по направленности на общую и специальную физическую подготовку, а также погрешности в расчетах нормативов [1]. К сожалению, данные тесты и нормативы уже внедрены в рабочие программы спортивных школ, в том числе и в Типовую программу спортивной подготовки по легкой атлетике.

С целью уточнения мнений специалистов по вопросам использования тестов физической подготовленности юных легкоатлетов нами был проведен анкетный опрос преподавателей и сотрудников кафедры теории и методики легкой атлетики КГУФКСТ, выступающих в роли экспертов. Предложенные вопросы анкеты были направлены на выявление мнений экспертов относительно направленности тестирования физической подготовленности юных спортсменов, а также его содержания.

Полученные в результате обработки данные свидетельствуют о том, что набор в секцию (группу) легкой атлетики (на этап начальной подготовки) должен осуществляться лишь на основе данных медицинского осмотра, а также на основе тестирования уровня общей физической подготовленности (ОФП) (таблица). По мнению экспертов, при наборе в секцию легкой атлетики вообще не должно быть тестов, оценивающих уровень специальной физической подготовленности (СФП), поскольку спортивная специализация может проявиться только лишь в результате достаточно продолжительного тренировочного процесса.

Таблица – Сопоставление мнений экспертов по вопросу использования тестов, направленных на контроль ОФП с положениями, прописанными в ФССП по легкой атлетике (этап НП)

Направленность	Тест	Аналог теста в ФССП
Быстрота	Бег на 30 м с высокого старта	+
Ловкость	Челночный бег 3x10 м	+
Выносливость	Бег на 1000 м	-
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на скамье	-
Сила	Подтягивание на перекладине	-
Скоростно-силовые способности	Прыжок в длину с места	+

При сопоставлении программы тестирования ОФП, которую предлагают эксперты, с мнением разработчиков Стандарта по легкой атлетике также было установлено, что данная программа у первых и у вторых совпадает лишь частично. Так, к примеру, в Стандарте вообще отсутствует тест для контроля важнейшего физического качества легкоатлета – быстроты, зато имеется испытание, которое направлено не столько на контроль физических способностей, сколько на оценку двигательного умения – «метание мяча весом 150 г». В то же время «экспертная» программа имеет содержание, позволяющее оценить и проконтролировать все ведущие физические качества юных спортсменов-легкоатлетов.

Таким образом, полученные в процессе исследования результаты свидетельствуют о необходимости коррекции двигательных заданий (тестов) для контроля физической подготовленности юных легкоатлетов на этапе НП.

Литература:

1. Аршинник С.П. Анализ тестов и нормативов физической подготовленности, представленных в Федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика» / С.П. Аршинник, М.С. Шубин, Н.Г. Шубина // Особенности подготовки и выступления в соревнованиях спортсменов высокого класса и резерва в условиях коронавируса. – М.: РГУФКСМиТ, 2020. – С. 87-93.

2. Приказ Министерства спорта РФ от 20.08.2019 г № 673 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика» // URL: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/>.

СРЕДСТВА СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ СПРИНТЕРА НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

Е.С. Плохой

Научный руководитель доцент Н.Г. Шубина

Аннотация. В публикации на основании анализа научно-методической литературы представлены основные средства подготовки бегунов-спринтеров высокой спортивной квалификации.

Ключевые слова: спринтерский бег, средства и методы подготовки, «скоростной барьер».

Особенности подготовки бегунов на короткие дистанции в специальной учебной и научной литературе освещены в большом объеме, однако вопросы влияния уровня специальной подготовленности на спортивный результат в спринтерском беге, как у женщин, так и у мужчин, раскрыты не всегда с учетом уровня развития физических качеств бегуна, особенно на этапе совершенствования спортивного мастерства, что обосновывает необходимость более подробного изучения средств и методов скоростно-силовой подготовки бегуна-спринтера.

На этапе совершенствования спортивного мастерства в тренировочном процессе бегунов на короткие дистанции акцент делается на решение задач технической направленности, в первую очередь на умение спортсмена в условиях проявления максимальных физических усилий быть готовым проявить психические возможности на высоком уровне.

Очень часто бегуны, достигнув квалификации на уровне норматива мастера спорта и выше, применяют разнообразные тренировочные средства, направленные на предотвращение проявления такого отрицательного момента, как появление «скоростного барьера», однако данная проблема должна решаться не только с помощью специальных упражнений, но и обязательно с применением разнообразных средств и методов повышения уровня морально-волевой и психологической подготовленности бегуна [2].

В планы тренировочных занятий спринтеров на этапе совершенствования спортивного мастерства следует включать специальные беговые упражнения на дистанциях различной длины (от 30 до 100 метров), и выполнять их не только в подготовительной части тренировочного занятия, но и в основной части, варьируя частоту и длину бегового шага.

Бег с ускорением с низкого или высокого старта или с ходу следует исключить на время из тренировочного процесса, если у спортсмена наблюдаются признаки «скоростного барьера». Рекомендуется применять упражнения в облегченных условиях, когда мышцы выполняют работу с меньшими усилиями при включении большего количества нейронов, которые ускоряют частоту нервных импульсов, и мышцы спортсмена запоминают данное состояние и впоследствии переносят на бег в обычных условиях. К таким упражнениям можно отнести бег под гору (бег вниз по наклонной дорожке, угол уклона не более 3%), бег с «передней тягой» (длина дистанции не более 40 метров), бег за лидером (световым или звуковым), и уже во многом забытое упражнение - бег на тредбане, которое нужно выполнять с максимальной скоростью.

Важно не забывать о том, чтобы в процессе применения упражнений в облегченных условиях не превысить правила «10%», т.е. увеличение скорости бега не должно превышать величины 10% от максимальной, иначе возникнут проблемы в технике бега, изменятся биомеханические характеристики бегового шага, что может привести к травмам. Если же спортсмен выполняет данные упражнения пассивно, эффективность их применения резко падает. Специалисты рекомендуют выполнять данное упражнение именно на этапе совершенствования спортивного мастерства, когда бегун имеет достаточное развитие физических качеств и стаж занятий спринтерским бегом.

При применении упражнений сопряженного воздействия также можно решить проблему «скоростного барьера», если чередовать упражнения различной направленности, например, на скорость и силу, на скорость и координацию движений, на скорость и гибкость.

На этапе совершенствования спортивного мастерства очень эффективны упражнения в усложненных условиях. К ним можно отнести следующие: бег в гору, бег по воде или бег по песку, бег с грузом на туловище (жилет) или на конечностях (манжеты), бег с парашютом, бег с санками, на которых установлен груз необходимого веса. Применение таких упражнений способствует увеличению длины бегового шага, бегун вынужден увеличивать величину усилий для продвижения вперед. Однако в этих упражнениях имеют место ограничения, так длина дистанции не должна превышать 15 – 30 метров, а величина отягощения не должна сокращать скорость бега более, чем на 10 процентов, иначе техника бега будет претерпевать изменения за счет более значительного наклона туловища вперед и увеличения времени отталкивания, вследствие чего применение таких упражнений должно быть не регулярным, а эпизодическим.

В последние годы бегуны-спринтеры стали активно применять в тренировочном процессе резиновые тяги, выполняя упражнение с акцентом на высокое поднимание бедра, что позволяет им повысить скорость беговых шагов. Для большей эффективности данное упражнение необходимо выполнять не на беговой дорожке со стандартным покрытием, а на травяном покрытии или на опилочной дорожке. Особое внимание обращать на целостность резинового жгута и надежность его крепления [1].

Весьма эффективным является упражнение, когда бег выполняется через предметы, расположенные на беговой дорожке на расстоянии значительно меньшем, чем обычная длина бегового шага (от 60 до 90 сантиметров), при выполнении акцент делается на упругую постановку стопы на опору.

Одним из средств подготовки бегуна-спринтера высокой квалификации являются плиометрические упражнения, при выполнении которых за счет резких сокращений мышечных волокон происходит увеличение максимальной мышечной силы. Чаще всего спортсмены используют самое простое из плиометрических упражнений – прыжок на возвышение и спрыгивание вниз с последующим отскоком вверх. Не менее эффективными являются такие плиометрические упражнения, как выпрыгивание из полуприседа с согнутыми после отталкивания ногами в коленных суставах; выпрыгивание из полуприседа с активным выпрямлением ног в коленных суставах после отталкивания; в положении «планки» резкое и быстрое отведение ног в стороны и такое же быстрое и резкое их сведение; из исходного положения «планка» резким движением согнуть ноги в коленных суставах, «подтянуть» их под корпус, стараясь не отрывать рук от пола и, выпрямляясь, выполнить прыжок вверх, с последующим возвращением в исходное положение. Плиометрические упражнения на данном этапе подготовки весьма эффективны в сочетании с упражнениями силовой направленности [3].

В подготовке спринтера в большом объеме применяются прыжковые упражнения, как «длинные», так и «короткие»: прыжок в длину с места, тройной прыжок в длину с места, выпрыгивания вперед с двух ног (с акцентом на длину или на высоту прыжка), прыжки «в шаге», прыжки на одной ноге с продвижением вперед (при активном махе свободной ногой или при удержании маховой ноги партнером) и др.

Упражнения с отягощениями активно применяются в тренировке бегуна на короткие дистанции практически на всех этапах годичного цикла подготовки. Наиболее часто применяемые упражнения силовой направленности: быстрые толчки штанги от груди; тоже из-за головы; прыжки «в разножке» со штангой на плечах (со сменой положения ног и без); прыжки на стопе со штангой на плечах (без продвижения и с незначительным продвижением вперед); приседания со штангой на плечах; жим штанги ногами из положения лежа на спине.

Средства тренировки рекомендуется применять с различными установками, например, пробегание максимально быстро с низкого старта отрезка, равного длине стартового разбега на соревновательной дистанции, и последующим бегом по инерции;

постепенное наращивание скорости на протяжении всей дистанции, не акцентируя на активное выполнение стартового разбега; бег с акцентом на максимальную частоту или длину шагов и др.

При подборе средств скоростно-силовой направленности на этапе совершенствования спортивного мастерства нужно помнить о том, что по своим биомеханическим и кинетическим параметрам эти упражнения должны быть максимально приближены к соревновательному упражнению.

Литература:

1. Плохотников К.А. Применение упругих амортизаторов в процессе скоростной подготовки бегуний на короткие дистанции в предсоревновательном периоде / К.А. Плохотников, М.С. Шубин // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2020 г.) г. Краснодар: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – С. 256.

2. Ширяева В.А. Динамика средств скоростно-силовой подготовки бегунов-спринтеров в подготовительном периоде годового цикла тренировки / В.А. Ширяева, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2018 г. г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар, КГУФКСТ, 2018. – Часть 2. – 76 с.

3. Шиффер Ю. Плиометрическая тренировка в прыжке в высоту / Ю. Шиффер // Легкая атлетика. – 2014. – № 7-8. – С. 7-9

К ВОПРОСУ О СИНХРОНИЗАЦИИ ОЦЕНОК ПРОГРАММ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И НОРМАТИВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ ВФСК ГТО

А.Д. Фаддеева

Научный руководитель доцент С.П. Аршинник

Аннотация. В представленной публикации обосновывается подход, при котором оценка физической подготовленности школьных программ по физической культуре должна основываться на нормативных требованиях ВФСК ГТО.

Ключевые слова: ВФСК ГТО, Стратегия развития, испытания, нормативы, оценки.

В соответствии с положениями «Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ до 2030 г.» в рамках основного направления развития физической культуры должно быть реализовано следующее требование: «...синхронизация...программ...занятий физической культурой...с нормативами испытаний... комплекса ГТО» [2].

Однако прежде чем обеспечить такую «синхронизацию», по нашему мнению, необходимо разработать критерии и индикаторы, позволяющие обеспечить это соответствие. Данными индикаторами, с нашей точки зрения, могут служить тесты и нормативы программ по физическому воспитанию, выполнение и достижение которых во многом позволит обеспечить качественную подготовку и выполнение норм (нормативных требований) комплекса ГТО [1].

В соответствии с вышеизложенным, нами на основе данных мониторинга физического состояния обучающихся города Краснодара были выбраны тесты по физической подготовленности детей школьного возраста. Данные испытания, во-первых, непосредственно включены в действующий комплекс ГТО; во-вторых, они являются двигательными тестами, включенными в программы по физическому воспитанию общеобразовательных организаций.

Далее нами были разработаны нормативы для видов испытаний, являющихся «сквозными» (т.е. теми тестами, которые могут быть применимы для всех начальных ступеней комплекса ГТО – с первой по пятую ступени). К таким тестам, к примеру, относятся «прыжок в длину...», «наклон вперед...», «челночный бег...» и др.

Разработка нормативов была проведена на основе методики, характерной для формирования нормативных требований ВФСК ГТО. В соответствии с указанной методикой расчета, показатель (норматив), соответствующий оценке «3», соответствовал бы бронзовому знаку ГТО; оценка «4» – серебряному, а оценка «5» – показателю, несколько превышающему уровень серебряного значка ГТО, но в то же время уступающему уровню «золотого» знака [1]. Таким образом, обучающемуся, чтобы получить положительную отметку по физической культуре, как минимум, необходимо выполнить норматив бронзового знака ВФСК ГТО.

Экспериментальная проверка предложенной технологии оценивания уровня физической подготовленности обучающихся, которая нами была проведена в МБОУ СОШ № 17 ст. Холмской, позволяет констатировать целесообразность и действенность предложенного подхода, поскольку непосредственно решает задачу синхронизации нормативов программ и нормативов комплекса ГТО. По нашему мнению, это позволит более успешно готовиться к испытаниям ВФСК ГТО непосредственно на уроках физической культуры в общеобразовательных организациях.

Литература:

1. Аршинник С.П. Актуализация нормативов физической подготовленности обучающихся в соответствии с требованиями комплекса ГТО / С.П. Аршинник, В.В. Лысенко [и др.] // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2020. – № 2. – С. 9-16.

2. Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 г // URL: <http://static.government.ru/media/files/Rr4JTrKDQ5nANTR1Oj29BM7zJBHXM05d.pdf>.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ПЛАВАНИЯ, ПАРУСНОГО И ГРЕБНОГО СПОРТА

УДК: 797.123.1

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ УДАРНЫХ МИКРОЦИКЛОВ В ПОДГОТОВКЕ ГРЕБЦОВ-АКАДЕМИСТОВ

Д.В. Андриенко

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В представленных материалах изложены данные по использованию в системе подготовки гребцов, специализирующихся в академической гребле, ударных микроциклов в разных зонах мощности и их перспективности. Данный фрагмент исследования формировался на основе анализа научно-методической литературы.

Ключевые слова: гребной спорт, спортивная подготовка в академической гребле.

Российская школа тренеров в академической гребле преимущественно в тренировочном процессе использует ударные микроциклы в аэробной зоне, причем комбинируя работу на воде и на суше, но тренировки на суше проходят с использованием смежных видов спорта, таких как бег, лыжная подготовка или тренажеры. Проведение тренировок без спарринга снижает возможность спортсмена проводить самооценку интенсивности выполнения нагрузки. В связи с чем методика внедряемой программы, основанной на использовании ударных микроциклов не только аэробной направленности, является перспективной. В ходе нашего исследования проводился анализ применения тренировочных программ Российской школы и программ, предложенных старшим тренером М. Спарклином [2, 3].

Особенностью программы тренировок Спарклина является работа не только в своем виде, но и в качестве подготовки в распашных двойках и одиночках [1]. Такие микроциклы позволяют стабилизировать индивидуальную технику гребца. Также особенностью программы является использование в тренировках тренажера Concept2, причем у каждого спортсмена свой тренажер, позволяющий контролировать индивидуальную динамику. Независимо от периода годичной подготовки активно используются контрольные заезды, каждые 2 дня. Вначале заезд осуществляется на тренажере, затем на воде. В ходе подготовки к Олимпийским играм использовалась система недельного микроцикла, в воскресенье проводился контрольный заезд на 2000 м. для снижения монотонности работы тренировки насыщались заданиями разной направленности, как по направлению движения, так и по интенсивности. Еще одной особенностью является система проведения тренировок. Все тренировки проводятся только в группе, что повышает возможность спортсмена оценить себя в команде и тренеру увидеть качество работы всей группы в целом. Предложенная система подготовки подтвердила свою эффективность при отборе на Олимпийские игры в 2016 году. Россия смогла получить 6 лицензий, во многом это заслуга новой системы тренировок. Следовательно, использование системы ударных микроциклов разной направленности в течение всего года позволяет качественно повысить подготовки гребцов специализирующихся в академической гребле.

Литература:

1. Андриенко Д.В. Сравнительный анализ ударных микроциклов тренировки гребцов-академистов высокой квалификации / Д.В. Андриенко, И.Н. Очередыко // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль – март 2020г., г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия И.Н. Калинина, М.М. Шестаков, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Т.А. Самсоненко, Е.А. Еремина, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – Часть 3. – 21 с.
2. 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.
3. 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.

ВЛИЯНИЕ СТИЛЕЙ РУКОВОДСТВА НА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Л.М. Гавриков, И.С. Ступак

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В представленном материале на основе данных литературных источников проведен анализ стилей руководства организацией и эффективности их использования с учетом обстоятельств. На данном этапе нами проведен анализ модели руководителя, предложенной Дугласом Макгрегором.

Ключевые слова: спортивная организация, менеджер, теория X и Y, поведенческие манеры.

На сегодняшний день в обществе большой популярностью пользуется профессия спортивного менеджера. Но мало кто задается вопросом, в чем же действительно заключается роль управленца? Ответ, безусловно, может включать большое количество различных вариантов, но направления деятельности строятся согласно целям и задачам спортивной организации. Наряду с этим управленец в сфере физической культуры и спорта волен использовать тот или иной стиль управления организации [1, 3]. Американский ученый Дуглас Макгрегор, изучающий социальную психологию и бихевиоризм, на базе имеющегося экспериментального опыта разработал и внедрил в практику теорию мотивации и стилей руководства [2, 3, 4].

«Теория X» – строится на уравнивании сотрудников организации, «приведении работников к общему наименьшему знаменателю», такой подход снижает возможность развития на рабочем месте, однако пока оказывать определяющее влияние на формирование стратегии управления. Такой подход снижает возможность познать, ни использовать потенциал среднего человека.

Сложность реализации «Теории Y» внутри коллектива во многом завязана на привычке людей быть управляемыми, при этом испытывая острую потребность в самореализации и самовыражении. Причем, по мнению Д. Макгрегора, такое позиционирование характерно как для управленца, так и для простого работника.

Таким образом, по сформированным и доказанным на практике фундаментальным трудам Дугласа Макгрегора в области мотивации и стилей управления, можно сделать вывод:

1) Эффективному управленцу необходимо быть жестким, но не жестоким, контролировать работу организации, при этом не оказывая излишнего давления на работников.

2) По ходу разработки и реализации структуры развития организации менеджер просто обязан использовать смешанные стили управления, являющиеся эффективными в той или иной ситуации.

3) Использование одного стиля управления при становлении и развитии приведет к понижению эффективности работы как отдельного рабочего, так и организации в целом.

4) В основном рабочие подсознательно хотят, чтобы ими управляли, исходя из этого, управленец должен анализировать поведенческие особенности работников и строить свою собственную модель поведения согласно направлению эффективности.

Литература:

1. Галицын С.В. Спортивный менеджмент: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / С.В. Галицын, А.В. Минаев, П.А. Ткаченко. – Хабаровск: Изд-во ДВГАФК, 2012. – 159 с.
2. Починкин, А. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта. Учебное пособие / А. Починкин. – Издательство «Спорт», 2016. – 202 с.
3. Конова Т.А. Менеджмент спортивных и физкультурно-оздоровительных организаций / Т.А. Конова – «1000 бестселлеров», 2017. – 44 с.
4. Сиянков А.В. Эффективное управление недвижимостью в спортивной сфере / А.В. Сиянков // Экономика и управление. – 2007. – №3. – С. 113-117.

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У ЮНЫХ БРАССИСТОВ

Т.Р. Гасанов, М.С. Малиновский

Научный руководитель доцент А.В. Аришин

Аннотация. В данной работе рассматривается динамика результатов технической подготовленности юных пловцов, специализирующихся в плавании способом брасс.

Ключевые слова: длина шага, темп движений, техническая подготовка, юные пловцы, брасс.

Многолетние исследования в области технической подготовки юных пловцов сформировали определенные требования к уровню физического развития и технической подготовленности [2]. Брасс является технически сложным и отличающимся по технике стилем плавания, а также уровню результатов, что предъявляет иные требования к подготовке [1, 2]. Именно его отличие от других способов плавания требует более углубленного изучения технической подготовки на разных этапах подготовки многолетнего тренировочного процесса.

Цель – улучшение технических показателей длина шага и темп движений в плавании при подготовке юных пловцов-бассистов.

В исследовании приняли участие юные пловцы в возрасте от 12 до 17 лет, специализирующиеся в плавании способом брасс. Для оценки технической подготовленности определялось расстояние (м), пройденное за один цикл движений (шаг), а также количество циклов движений в минуту (ц/мин) (темп). Данные показатели фиксировались при проведении теста 50 м с максимальной скоростью при плавании в полной координации. Вначале исследования было проведено исходное тестирование. На основе его результатов был разработан комплекс упражнений на суше и в воде для улучшения шага и темпа движений. В течение базового макроцикла подготовки юными пловцами выполнялись упражнения из предложенного комплекса для улучшения исследуемых показателей. По окончании исследования было проведено итоговое тестирование, которое показало, что с увеличением темпа движений и снижением длины шага увеличивается скорость плавания, что является положительным результатом для возрастного диапазона 12-14 лет. Так, у девочек темп движений в среднем достигает 50 ± 3 ц/мин при длине шага $1,2 \pm 0,5$, а у мальчиков находится в пределах 49 ± 3 ц/мин при длине шага $1,4 \pm 0,6$. В возрасте 15-17 лет наблюдается обратная связь. Увеличение скорости плавания происходит за счет удлинения длины шага и уменьшения количества циклов. Так, у девушек темп движений составляет 48 ± 3 ц/мин, а длина шага увеличивается в пределах $1,4 \pm 0,3$ м. У юношей темп движений снижается до 47 ± 2 ц/мин за счет удлинения длины шага в диапазоне $1,5 \pm 0,4$ м.

Таким образом, включенный в тренировочный процесс юных пловцов-бассистов комплекс упражнений на суше и в воде способствует улучшению показателей длины шага и темпа движений.

Литература:

1. Кравцов А.М. Методика срочного контроля и коррекции техники плавания в соревновательных и тренировочных упражнениях: Учебно-методическое пособие. – М.: ТВТ Дивизион, 2010. – 88 с.
2. Мироненко Е.Н. Дифференцирование средств технической подготовки юных пловцов, направленных на оптимизацию соотношения темпа и длины шага при плавании спортивными способами / Е.Н. Мироненко, Э.В. Кладов, А.А. Терещенко // Современные проблемы науки и образования. – Омск, 2017. – 145 с.

РОЛЬ ТЬЮТОРА В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ С ОВЗ

В.П. Дремин, А.В. Хороших

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В представленном материале после проведенного анализа научно-методической литературы систематизированы основные должностные обязанности тьютора, его роль в сопровождении детей с отклонениями в состоянии здоровья, а также предпринята попытка обосновать необходимость введения тьюторов в физкультурно-спортивную деятельность.

Ключевые слова: тьютор, инклюзивное обучение, физическое воспитание, физкультурно-оздоровительная работа.

Деятельность тьютора в физкультурно-спортивной деятельности детей с ОВЗ заключена в систему инклюзивного обучения и направлена на создание доступной обучающей среды [1]. Основной обязанностью тьютора является обеспечение скорейшей социализации ребенка и формирование логистического маршрута освоения двигательных навыков. При построении физкультурно-оздоровительной работы тьютор опирается на индивидуальный подход и особенности личности. Выбор путей социализации и подбор упражнений для овладения необходимыми двигательными действиями на прямую зависит от нозологии заболевания [2].

Таким образом, в обязанности тьютора при проведении спортивных занятий с лицами групп ОВЗ входит в первую очередь сопровождение образовательной деятельности ученика. Ведущим направлением в работе тьютора является формирование направления деятельности занимающегося по овладению необходимым двигательным навыком и адаптация к условиям среды [3]. При работе со слабовидящими детьми необходимо начинать с формирования пространственного ощущения. В связи с тем, что водная среда это непривычные условия, то для слабовидящих детей первоочередной задачей является формирование устойчивых ощущений, которые позволят в дальнейшем ускорить процесс овладения техникой плавания. Для слабослышащих детей начинать необходимо с овладения специальными жестами, которые облегчат понимание заданий при овладении техникой плавания. На сегодняшний день крайне скудно представлены программы по плаванию для детей с умственными отклонениями и нарушениями интеллекта, в связи с чем работа, проводимая нами, является актуальной. Следовательно, мы можем определить круг обязанностей тьютора при организации занятий плаванием с детьми групп ОВЗ.

Роль тьютора при проведении тренировочного процесса с детьми ОВЗ заключается в адаптации обучающего материала и формировании первичных навыков, связанных с освоением водной среды. Дети находятся в группе начальной подготовки, где тьютор принимает промежуточную роль в процессе обучения плаванию. При успешном завершении своей работы дети будут переведены в основную тренировочную группу. Тьютор должен ориентироваться не только в структуре организации школьной жизни, но и в особенностях ребенка и его семьи, учитывать медицинские показания. В задачи тьюторского сопровождения ребенка с ОВЗ (профстандарт тьютора) входит сопровождение ребенка в учебной деятельности и спортивной: организация образовательной среды, адаптация учебных материалов, помощь в выстраивании коммуникаций со всеми участниками инклюзивного процесса.

Литература:

1. Борисова Н.В. Инклюзивное образование: право, принципы, практика / Н.В. Борисов, С.А. Прушинский. – М.: Б.и. 2009. – 127 с.
2. Ержакова Е.А. Основы интегрированного обучения: пособие для вузов / Е.А. Ержакова, Е.В. Резникова. – М.: Дрофа, 2008. – 210 с.
3. Карпенкова И.В. Тьютор в инклюзивной школе: сопровождение ребенка с особенностями развития. Из опыта работы. Под ред. М.Л. Семенович. – М.: ЦППРиК «Тверской», 2010. – 88 с.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ ПЛАВАНИЯ СПОСОБОМ КРОЛЬ НА ГРУДИ ПЛОВЦОВ 12-13 ЛЕТ НА ОСНОВЕ ОПТИМИЗАЦИИ ТЕМПА И ДЛИНЫ ШАГА

И.Е. Евтушенко

Научный руководитель доцент Е.А. Сальникова

Аннотация. В работе представлены результаты применения специальных средств, направленных на оптимизацию технических элементов (длины шага и темпа) плавания способом «кроль на груди».

Ключевые слова: плавание, длина шага, темп, техническая подготовка, кроль на груди, подготовительный этап.

Основными факторами повышения скорости плавания является повышение темпа плавания с сохранением длины шага [1]. Для повышения технической подготовленности пловцов 12-13 лет необходимо внедрить в тренировочный процесс комплекс специальных упражнений, направленных на совершенствование данных факторов.

Цель: определить эффективность внедрения специальных упражнений, направленных на совершенствование технической подготовленности пловцов 12-13 лет на основе оптимизации темпа и длины шага.

Повышение темпа плавания за счет уменьшения длины шага зачастую влечет снижение скорости и увеличение энергозатрат, что негативно сказывается на спортивном результате [2, 3]. Оптимизация данных факторов за счет должного внимания в тренировочном процессе положительно отразится на технической подготовке спортсмена и, несомненно, повлияет на спортивный результат. В подготовительный период, для решения поставленных задач, был внедрен комплекс упражнений, направленный на оптимизацию элементов техники плавания. Средства плавания, применяемые на подготовительном этапе, были дифференцированы и имели различные педагогические установки.

На данном этапе исследования для определения эффективности применения специальных упражнений использовался метод педагогического тестирования. В начале и в конце исследования спортсмены преодолевали 50 метров вольным стилем с толчка, фиксировалось три показателя: время проплыwania дистанции (секунды); количество циклов (кол-во раз); длина шага (метров).

Сравнительный анализ результатов выявил достоверные изменения по исследуемым показателям: в скорости плавания на 6,25% ($p>0,05$) и длине шага на 28,6% ($p>0,05$). Результаты темпа плавания достоверно не изменились. Следовательно, скорость увеличилась за изменения длины шага и сохранения темпа плавания, что качественно повлияло на техническую сторону подготовки.

Таким образом, включение специальных упражнений в подготовительный период пловцов 12-13 лет, направленных на оптимизацию длины шага и темпа плавания способом «кроль на груди», качественно влияет на технику плавания.

Литература:

1. Матвеев Л.П. Методика срочного контроля и коррекции техники плавания в соревновательных и тренировочных упражнениях: учебно-методическое пособие / Л.П. Матвеев. – М.: ЭкоТрендз, 2010. – 88 с.
2. Платонов В.Н. Спортивное плавание: Путь к успеху. Книга 1./ В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2012. – 480 с.
3. Платонов В.Н. Спортивное плавание: Путь к успеху. Книга 2. / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2012. – 544 с.

ПРИМЕНЕНИЕ АКВАПРОГРАММ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В СФЕРЕ ФИТНЕС-ИНДУСТРИИ

Д.Ю. Елькин, А.А. Джанкишиев

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В работе представлены результаты применения аквапрограмм физкультурно-оздоровительной направленности в сфере фитнес-индустрии.

Ключевые слова: аквапрограммы, фитнес, плавательная подготовка, физкультурно-оздоровительные программы.

Плавание как средство физкультурно-оздоровительной направленности является важной составляющей сферы дополнительного образования [1]. Помимо спортивных школ и центров спортивной подготовки плавание нашло свое развитие в фитнес-индустрии. Причем разнообразие и содержание фитнес-программ в воде неуклонно растет [2].

Цель: определить эффективность применения аквапрограмм физкультурно-оздоровительной направленности в сфере фитнес-индустрии.

Программы аквафитнеса, применяемые в сфере фитнес-индустрии, можно разделить следующим образом:

- направленность программ (с учетом физической подготовленности занимающихся; аквааэробика; в зависимости от развития определенных физических качеств; сложность выполняемых упражнений);
- по воздействию на определенные группы мышц (фронтальное и локальное формирование мышц верхнего плечевого пояса, мышц кора, ног, рук и т.д., а также комплексное воздействие на несколько групп мышц);
- исходное положение в воде (в опорном, без опорном положении; горизонтальном, вертикальном положении тела; с использованием поддерживающих средств плавания);
- по использованию средств дополнительного отягощения (перчатки, пояса, лопатки, ласты, трубки и т.д.);
- по возрастному контингенту занимающихся;
- по уровню плавательной подготовленности (умеющие и не умеющие плавать; умение плавать облегченными способами плавания или спортивными).

На данном этапе исследования для определения эффективности применения аквапрограмм физкультурно-оздоровительной направленности был проведен формирующий эксперимент в течение года (2019-2020 гг.), в котором приняло участие 53 человека в возрасте от 14 до 51 года. В начале и конце эксперимента были взяты статистические изменения в состоянии здоровья и уровне плавательной подготовленности, которые показали улучшения: ЧСС в покое – на 21-30%; силовой индекс – на 15-23%; жизненный индекс – на 13-24%; уровень физической работоспособности (PWC170) – на 36-41%; скорость плавания вольным стилем 25 метров – 11-16%; скорость плавания вольным стилем в ластах 50 метров – 14-23%.

Таким образом, в результате применения аквапрограмм физкультурно-оздоровительной направленности произошли положительные изменения в состоянии здоровья и уровне плавательной подготовленности.

Литература:

1. Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания [Текст]: учеб. / Н.Ж. Булгакова, О.И. Попов, Е.А. Распопова; под ред. Н.Ж. Булгаковой. – 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2014. – 320 с.; 20,0 печ. л. – (Высшее образование. Бакалавриат). – ISBN 978-5-4468-1443-5: 816.10.
2. Елькин Д.Ю. Особенности методики оздоровительной тренировки по плаванию / Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль – март 2019 г., г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия И.Н. Калинина, С.Г. Казарина, Е.М. Бердичевская, М.М. Шестаков, Г.Б. Горская, В.З. Яцик, Е.А. Еремина, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 2. – 94 с.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ДОСТИЖЕНИЙ В ПЛАВАНИИ СПОРТСМЕНАМИ США И РОССИИ В ПЕРИОД С 2000 ПО 2020 ГГ.

М.Е. Крохина, Д.С. Лямина

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В научно-исследовательской работе обобщены данные из литературных материалов по рекордам, установленным на Олимпийских играх в плавании на различных дистанциях, начиная с 2000 по 2020 год. Раскрыты тенденции их развития, которые отражают эффективность методик и иных инструментов совершенствования спортивного мастерства на примере сравнения подходов США и России. Также выявлен объем государственной поддержки в сравниваемых странах, количество необходимой инфраструктуры и общедоступности занятий на платной основе.

Ключевые слова: плавание, рекорды, развитие, совершенствование, Россия.

В настоящее время весьма актуальными являются вопросы подготовки высококвалифицированных спортсменов. Высокая мировая конкуренция среди пловцов наглядно показывает изъяны и недоработки в российской системе плавания. С помощью сравнения отечественной и западной школ плавания можно найти основополагающие зависимости, которые и делают членов сборных США одними из главных законодателей олимпийских рекордов. По данным swiminfo [1], начиная с 2000 года по 2020 год американскими пловцами было установлено 12 олимпийских рекордов. Спортсменам, представляющим Россию, не удалось установить ни одного рекорда в данный временной промежуток. Проведя исследовательскую работу, удалось выявить несколько различий в подходах развития плавания в США и России, обратив внимание на которые, возможно, удастся добиться больших успехов на мировой арене спорта.

1. Количество необходимой инфраструктуры. Соотношение бассейнов в РФ (4800) к количеству бассейнов в США (270 000). По количеству бассейнов в пересчете на душу населения нашей стране пока еще далеко до США. У них на каждые 240 человек приходится один бассейн (включая и частные). У нас этот показатель составляет 20 000 человек [2]. Достаточное количество бассейнов на душу населения увеличивает количество будущих чемпионов, так как общее количество людей, попробовавших свои силы в плавании, тоже увеличилось.

2. Доступность платных посещений бассейнов. Средний показатель заработной платы в России с 2000 г. по 2020 г., по данным специальной Федеральной службы государственной статистики (Росстат), составляет 78,9 доллара в 2000 году и 400 долларов в 2016 году [3]. У американцев этот показатель равен 2539,15 и 3900 долларов, соответственно. При этом средняя стоимость месячного абонемента в России составляет 35,30 доллара в месяц, а это 8,82% от средней заработной платы. В США этот процент равен 0,68. При стоимости абонемента в 26,80 долларов. А ведь доступность спорта определяет его массовость.

3. Финансирование. Спортивные организации в США расположены по всей территории страны и могут сами себя финансировать, хоть и подчиняются usoc (главный центр олимпийского спорта в Америке), благодаря этому финансы распределяются равномерно по мере необходимости. Также весь совет директоров (16 человек) состоит из волонтеров, что помогает существенно сократить расходы. Целесообразно обратить внимание на недочеты развития системы плавания в России, которые мешают спортсменам достигать высот. Сделать это можно, опираясь на опыт стран, лидирующих в сфере спорта.

Литература:

1. Портал, отслеживающий рекорды в плавании. URL: <https://swiminfo.net/ru/records/men/lcm?id=1>
2. Недвижимость. Данные о количестве бассейнов. URL: https://wiahome.com/info/sotnoshenie_baseinov_v_ssha_i_rosi_ravno_270_000_na_4800_ili_pochemu_nam_ne_stoit_zhdat_pobed_analitika_na_wiahome_com.html
3. Специальная Федеральная служба государственной статистики. URL: https://rosstat.gov.ru/labor_market_employment_salaries

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ В ПЛАВАНИИ У ДЕТЕЙ 9-10 ЛЕТ

А.А. Лавенек

Научный руководитель доцент Е.А. Сальникова

Аннотация. При выполнении многих двигательных действий одним из важных физических качеств является гибкость. Воспитание высокого уровня гибкости и подвижности в суставах особенно необходимо для успешного овладения техникой двигательных действий в плавании. Уровень гибкости также влияет на другие физические свойства человека (быстрота, координационные способности и сила).

Ключевые слова: гибкость, спортсмен, плавание, упражнение.

В процессе подготовки спортсменов особое внимание уделяют развитию физических качеств: скорости, ловкости, силе, выносливости и гибкости. В плавании гибкость характеризуется степенью подвижности звеньев опорно-двигательного аппарата и возможностью выполнения движений с большой амплитудой, что положительно влияет на эффективность и экономичность техники проплывания дистанции [2].

Стабильное и экономичное выполнение элементов техники позволяет пловцу эффективно оптимизировать сопротивление воды и сохранить физические возможности, которые и позволяют проплыть дистанцию с максимальной скоростью, определяющей высокий спортивный результат в плавании. Использование специальных упражнений на развитие гибкости позволяет увеличить подвижность в рабочих суставах, что является одним из основных факторов совершенствования технической подготовленности пловцов [1].

В процессе совершенствования гибкости целесообразно учитывать физиологические чувствительные периоды развития данного физического качества. Наиболее благоприятный для этого период – раннее детство. Наиболее высокие естественные темпы развития гибкости наблюдаются в возрасте от 5 до 9 лет [3]. У девочек 11-13 лет и у мальчиков 13-15 лет активная гибкость достигает максимальных величин. В целом костная система детей характеризуется более высокой эластичностью, подвижностью и ростом, что предполагает более высокую податливость при воздействии внешних факторов, в том числе и внешних нагрузок [1].

Существует две формы проявления гибкости: активная и пассивная. Помимо этих форм гибкость делится на общую и специальную.

Для воспитания гибкости используют:

- динамические усилия,
- многократное растягивание,
- статическое растягивание,
- предварительное натяжение мышц с последующим их растягиванием и совмещенное с силовыми упражнениями воспитания гибкости.

Упражнения на растягивание являются одними из основных средств воспитания гибкости.

Для развития гибкости в плавании у детей 9-10 лет нами был разработан комплекс упражнений. Для повышения эффективности в комплекс входят упражнения как на суше, так и в воде.

Упражнения, входящие в комплекс:

1) Упражнение выполняется в воде. Спортсмен сидя на бортике, руки в упоре на бортик, прижаты к бедрам. По команде спортсмен спускается в воду, не убирая рук с бортика и находится в таком положении 3-5 сек после чего возвращается в исходное положение.

2) Упражнение выполняется в воде. Спортсмен, находясь в воде спиной к бортику и стартовой тумбе, берется за жердь тумбы и находится в положении вися.

3) Выполняется в парах. Один из спортсменов садится прямо, лицом к стене на расстоянии вытянутой руки, колени разведены в стороны, прямые руки поднимаются на верх

и кладутся на стену. Второй спортсмен подходит сзади, кладет руки на лопатки оппонента и выполняет плавные надавливания.

4) Спортсмен в положении наклон вперед, сцепляет руки сзади в замок и пытается наклониться как можно ниже и достать ими до пола.

5) Выполняется с использованием шведской стенки. Спортсмен подходит к стенке, встает к ней спиной, берется за жердь на уровне плеч и по команде выполняет присед

6) Выполняется в парах, 2 спортсмена (схожего роста), стоя параллельно лицом друг к другу, кладут руки друг другу на плечи и выполняют наклоны вперед.

7) Спортсмен из положения наклон вперед, разводит прямые руки в стороны и выполняет маховые движения, доставая ладонью внутреннюю часть стопы противоположной ноги

8) Выполняется в парах, один из спортсменов, находясь в положении стоя на коленях, сцепляет руки в замок за головой. Второй спортсмен, находясь сзади, берет своего напарника за локти и, выполняя плавные пружинящие движения, пытается свести локти за головой.

Вывод: развитие гибкости в плавании имеет большое значение (от совершенствования спортивных результатов до предотвращения различных травм). Гибкость лучше всего начинать развивать в определенном, наиболее благоприятном для этого, возрасте. В разработанный нами комплекс был включен широкий диапазон упражнений, для того чтобы спортсмен мог развивать гибкость не только в условиях суши, но и в воде, что непосредственно влияет на его спортивные результаты.

Литература:

1. Аулик И.В. Определение физической работоспособности в клинике и спорте / И.В. Аулик // Теория и практика физической культуры. –1979. – №10. – 192 с.

2. Аулик И.В. Определение физической работоспособности в клинике и спорте / И.В. Аулик // Здоровье нации: Сб. материалов Междунар. науч. конгр.– М., 1979. – 183 с.

3. Сальникова Е.А. Индивидуализация процесса обучения плаванию детей дошкольного возраста / Е.А. Сальникова, Н.Г. Скрынникова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015 – С. 34-35.

К ВОПРОСУ НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ БАЗЫ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩЕЙ КРИТЕРИИ ОТБОРА В СПОРТИВНОМ ПЛАВАНИИ

М.Е. Леонова

Научный руководитель доцент Е.А. Сальникова

Аннотация. В данной работе проведен анализ литературных источников по проблеме нормативно-правовой базы в плавании. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «плавание» предъявляет требования к проведению спортивного отбора, но указанные в нем критерии не учитывают всей совокупности морфофункциональных признаков, необходимых для достижения высоких спортивных результатов в плавании, а порой и прямо противоречат выводам специалистов, изложенным в научно-методической литературе.

Ключевые слова: Федеральный стандарт, плавание, научно-методическая литература, нормативы, критерии спортивного отбора.

Основным нормативным документом, регламентирующим спортивный отбор в плавании, является федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта плавание, утвержденный приказом Минспорта России от 19.01.2018 №41 (далее – Стандарт).

Спортивный отбор (далее – отбор) будет иметь смысл лишь тогда, когда оценке будут подвергаться те признаки, которые имеют высокий коэффициент наследуемости и плохо поддаются тренирующему воздействию. Нет смысла проводить отбор по показателям общей и специальной физической подготовки, потому что они являются результатом тренировки. Все критерии отбора можно условно разделить на три группы: а) состояние здоровья и особенности развития; б) морфофункциональные признаки: длина тела, пропорциональность сложения, плавучесть, показатели, характеризующие физическую работоспособность; в) психофизические характеристики: особенности моторики, настойчивость к занятиям плаванием, волевые качества и др. В этой части Стандарт либо вообще не оговаривает важнейших критериев отбора, либо прямо противоречит выводам специалистов, а именно:

1. Стандарт не содержит критериев оценки состояния здоровья и особенностей развития детей. Допуск к занятиям осуществляется на основании справки, выданной участковым педиатром без учета специфики избранного вида спорта. Было бы неплохо оценить хотя бы прогнозные характеристики развития ребенка и иметь необходимую методику для этого.

2. В Стандарте не говорится прямо о начале отбора. Можно предположить, что начало отбора совпадает с моментом зачисления ребенка на этап начальной подготовки, то есть с 7 лет (приложение №1 к Стандарту).

В научно-методической литературе говорится, что оптимальным для начала занятий плаванием является возраст 9-10 лет [1]. Ряд авторов указывали, что в этом возрасте целесообразно акцентировано обучать основам техники плавания (увеличение шага и темпа, чувство воды, сила тяги и др.). Следовательно, отбор должен начинаться ни тогда, когда ребенок зачисляется в группу первоначального обучения плаванию, а тогда, когда он научился плавать и готов к полноценному освоению техники плавания. Это позволит оценить способности к освоению техники и морально-волевые качества ребенка.

3. В приложениях № 5-8 к Стандарту приводится перечень нормативов по общей и специальной физической подготовке. Эти нормативы являются критериями отбора. Однако большая часть нормативов должна быть выполнена в условиях спортивного зала и не отражает природных задатков к плаванию, особенно на начальных этапах. В научно-методической литературе прямо говорится о том, что плавание формирует специфические двигательные и физиологические характеристики, которых нет и не может быть у людей, не занимавшихся плаванием и которые можно проявить только в условиях специфической водной среды. Некоторые авторы высказывались о том, что аэробная работоспособность

пловца, которая оценивается по показателям МПК в условиях суши, не может соответствовать тем результатам, которые спортсмен способен показать в воде.

Следовательно, оценке должны подвергаться только те характеристики, которые показаны в условиях водной среды.

4. В приложении №4 к Стандарту говорится о том, что телосложение практически не оказывает влияния на результативность в плавании, что противоречит выводам специалистов. Так, Булгакова Н.Ж. (1986) выявила зависимость спортивных результатов от антропометрических показателей пловцов и указывала, что финалисты Олимпийских игр на каждой из дистанций выше остальных участников в среднем на 3-4 см.

Таблица 1 – Тотальные размеры тела пловцов высокого класса (Н.Ж. Булгакова, 1986)

Дистанция, стиль	Длина тела, см		Вес тела, кг	
	мужчины	женщины	мужчины	женщины
100 м в/с	180,0±3,3	169,0±4,7	75,5±2,0	61,3±1,2
400 м в/с	177,5±2,3	166,6±4,8	68,5±1,7	58,5±5,4
1500 м в/с	175,0±3,5	165,0±4,2	66,5±1,6	58,0±5,9

Для сравнения рассмотрим сведения об антропометрических показателях победителей и призеров Олимпийских игр 2016 в Рио-де-Жанейро (Бразилия) по плаванию на дистанциях 100, 400 и 1500 м вольным стилем у мужчин и 100, 400 и 800 м вольным стилем у женщин. Сведения об антропометрических показателях спортсменов взяты из общедоступных источников в сети Интернет.

Таблица 2 – Антропометрические показатели победителей и призеров соревнований по плаванию на Олимпийских играх 2016 в Рио-де-Жанейро (Бразилия) (мужчины)

Дистанция, стиль	Мужчины (рост/вес)			
	1 место	2 место	3 место	среднее
100 м в/с	193 / 90	200 / 89	198 / 100	197 / 93
400 м в/с	190 / 88	198 / 81	186 / 81	191,3 / 83,3
1500 м в/с	191 / 72	186 / 77	186 / 81	187,7 / 76,7

Таблица 3 – Антропометрические показатели победителей и призеров соревнований по плаванию на Олимпийских играх 2016 в Рио-де-Жанейро (Бразилия) (женщины)

Дистанция, стиль	Женщины (рост/вес)			
	1 место	2 место	3 место	среднее
100 м в/с	186 / 68 180 / 67		185 / 70	183,7 / 68,3
400 м в/с	178 / 65	175 / 57	176 / 67	176,3 / 63
800 м в/с	178 / 65	175 / 57	167 / 56	173,3 / 59,3

Сравнительный анализ показал, что, во-первых, антропометрические показатели ведущих пловцов стали еще больше. Во-вторых, зависимость антропометрических показателей от плавательной дистанции сохранилась как у мужчин, так и у женщин. Максимальные антропометрические показатели отмечались у спринтеров и снижались по мере увеличения длины проплываемой дистанции.

Таким образом, проведенный анализ позволяет усомниться в правильности изложенной в Стандарте оценки о влиянии телосложения на результативность в плавании.

5. В приложении №4 к Стандарту говорится о том, что скоростные способности оказывают значительное влияние на результативность в плавании, а мышечная сила – среднее. Однако в научно-методической литературе чаще говорится о том, что основным

физическим качеством, оказывающим влияние на результативность в плавании, является мощность. В Стандарте это физическое качество вообще не упоминается. Под мощностью специалисты понимают сочетание силы и скорости [3].

Таким образом, нормативы, указанные в Стандарте, не позволяют в полной мере оценить способности юного спортсмена и не могут служить основанием для отказа в зачислении в группу спортивного плавания. Такие сведения нельзя закладывать в методику спортивного отбора в секции спортивного плавания, а сам отбор целесообразно проводить лишь среди детей, умеющих плавать, то есть уже после прохождения ими какого-то этапа подготовки.

Литература:

1. Булгакова Н.Ж. Основные критерии планирования подготовки спортивного резерва – Плавание: сборник / Н.Ж. Булгакова, А.Н. Сальникова. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 127 с.

2. Давыдов В.Ю. Отбор и ориентация пловцов по показателям телосложения в системе многолетней подготовки (Теоретические и практические аспекты). Монография / В.Ю. Давыдов, В.Б. Авдиенко – Волгоград: ВГАФК, 2012. – 344 с.

3. Коц Я.М. Спортивная физиология. Учебник для институтов физической культуры. / Я.М. Коц. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 200 с.

IMPROVEMENT OF SPECIAL PHYSICAL QUALITIES IN ELITE SWIMMERS

M.S. Malinovskiy

Scientific advisers: associate professor A.V. Arishin, professor L.G. Yarmolinets

Abstract. The purpose of this study is improving the level of functional fitness of elite swimmers by including the author's sets of exercises in the training process. Twenty elite swimmers performed a set of tests in the gym. The results of the tests proved the effectiveness of the developed set of exercises in improving special physical qualities into the training process of qualified swimmers.

Keywords: qualified swimmers, special physical qualities, set of exercises, training.

Classes in the gym are an integral part of the training process of swimmers at all stages of training. Improving special physical qualities at the stages of sports improvement and advanced skill acquisition is one of the main tasks that are set for specialists in the field of sports swimming [1]. The existing contradictions in the planning and application of means of physical qualities the enhancement in elite swimmers determine the need to correct the training programs of swimmers in the gym, as well as the search for links of the water exercises [2, 3]. That is why the development of means of physical qualities enhancing in the sports hall is the most relevant.

The study involved 20 individuals, candidate master of sports qualification, the chosen style of swimming is crawl on the chest. The athletes were divided into two groups of 10 people – control (CG) and experimental (EG). Prior to the study, initial testing was performed. Classes in the CG were conducted according to the generally accepted method of training, and in the EG, the training program included an experimental method for improving special managerial qualities aimed at improving the competitive result. The subjects performed 3 tests on land: 1) throw a stuffed ball (1 kg), shuttle run 4x10 m, which was modified based on the tasks of the study, 3) standing jump. Control tests were conducted in 2 stages: intermediate testing was performed after the first half of the study, and final testing was performed at the end. After analyzing the data of tests in the gym, complexes of exercises in the gym were developed, aimed at improving special physical qualities using the VASA ERGOMETER simulator. Analyzing the indicators of the stuffed ball throw test (1 kg), a positive dynamics of the results from the initial to the final test was found in both EG and KG. However the indicators in the EG are significantly higher, which indicates the effectiveness of the use of exercise complexes in the training process. Already during the second test, the improvement in EG results was $7.3 \text{ m} \pm 0.6$. Exercises aimed at the development of the power component in the EG allowed to significantly improve this indicator by the end of the second part of the cycle. Thus, during the final test, the average result of EG swimmers was $8.9 \text{ m} \pm 0.9$, which is 3.2 m further than at the beginning of the study. When analyzing the results of the long jump test from a place, a positive dynamics was revealed in the EG. The training process of took place with the introduction of the developed exercise complexes into the training process in the hall. In the second test, the jump range was improved by 13.5 cm ($196.7 \text{ cm} \pm 13$). By the final test, the improvement in the standing jump of the jump from a place in the EG swimmers reaches 24.7 cm ($207.9 \text{ cm} \pm 17$). The improvement of the result in KG is also observed, it is 18.7 cm, which is significantly less compared to the results of EG.

Thus the conducted research and its results indicate that the training process of qualified swimmers in the gym with the inclusion of complexes of exercises to improve special physical qualities contributes to their improvement. The first half of the study took place at training swimmers for the Championship of the Krasnodar Territory. EG swimmers showed an improvement from their best results by 1.5 - 3 %, and KG swimmers by 1%. The second part of the study took place in training swimmers for the Championship of the Southern Federal District. EG swimmers showed results that exceeded the baseline by 5 %. At the same time, KG swimmers were able to improve their results by only 1.5%. These results suggest that the training process of EG is

more effective, and the inclusion of complexes of exercises aimed at improving special physical qualities will contribute to improving the competitive result.

References:

1. Arishin A.V. New in the system of training swimmers: domestic and foreign experience / A.V. Arishin, A.I. Pogrebnoy, translator: E.V. Litvishko. Krasnodar: Ekoinvest, 2011. 188s.
2. Vaitsekhovsky S.M. Physical training of a swimmer. Ed. 2nd, reprint. and add. / S.M. Vaitsekhovsky. M.: Physical Culture and sport, 2006. 140 p.
3. The system of training highly qualified athletes in swimming: A course of lectures: Textbook. Guide/Ed.-comp. K. Egida, A. And Pogrebnoi. Krasnodar, 2008. 144c.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ЮНОШЕЙ-СПРИНТЕРОВ

Д.В. Онищенко, М.С. Малиновский
Научный руководитель доцент А.В. Аришин

Аннотация. В данной работе проведен анализ литературных источников о вопросе подготовки юношей-спринтеров и особенностях развития скоростно-силовой выносливости в тренировочном процессе.

Ключевые слова: плавание, скоростно-силовая выносливость, физические качества.

Скоростно-силовая выносливость – это производительность выполнения длительной мышечной работы, одновременно с этим не снижая интенсивности [1]. Скоростно-силовая выносливость обуславливается одновременным протеканием аэробных и анаэробных процессов энергообеспечения движений [2].

Для улучшения результативности в плавании необходимо разделение на две составные части: скоростно-силовую и силовую выносливость.

Скоростно-силовой компонент обусловлен максимальной и взрывной силой, влияет на качество стартового прыжка, поворота, скоростно-силовые качества развивается путем упражнений с высокой скоростью, небольшими отягощениями и небольшим количеством повторений [3].

Силовая выносливость подразумевает способность преодолевать мышечное утомление при выполнении силовых упражнений. Для развития этого качества необходимо увеличивать креатинфосфат в мышцах, например путем многократного выполнения упражнений за минимальное количество времени.

Для специального развития скоростно-силовой выносливости необходимо подобрать комплексные упражнения из направления кроссфит. Данная программа тренировки может способствовать тренировочному процессу юношей-спринтеров, что позволит разнообразить привычные упражнения и в то же время создавать динамику, способствующую для разных задач в спорте. Одним из эффектов упражнений данной программы является развитие верхнего плечевого пояса, а также развитие нижних конечностей пловца. Самым элементарным комплексом для развития скоростно-силовой выносливости спортсмена являются такие упражнения, как запрыгивание на тумбу, подтягивание, махи гантелями, которые необходимо сделать максимум подходов за короткий отрезок времени. Такой вид нагрузки будет благотворно влиять на развитие взрывной и максимальной силы, а также увеличит уровень силовой выносливости.

Таким образом, использование упражнений из базы комплекса кроссфит в тренировочном процессе будет положительно влиять на результативность пловцов, специализирующихся на спринтерских дистанциях.

Литература:

1. Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание: учеб. пособие для вузов / А.И. Погребной [и др.]; под общ. ред. А.И. Погребного; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 103 с.
2. Плавание. Книга-тренер / И.П. Нечунаев. – М.: Эксмо. – Москва, 2012. – 186 с.
3. Спортивное плавание: путь к успеху. Книга 2. Платонов В.Н. – Советский спорт, 2012. – 103 с.

УЧЕТ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЖЕНЩИН ПРИ ПЛАНИРОВАНИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В СПОРТЕ

Е.С. Орябинская, А.В. Маринина
Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. Проведенное исследование раскрывает ключевые критерии, регламентирующие планирование нагрузок для женщин в гребном спорте. В исследовании изучались индивидуальные циклы спортсменок и их влияние на выполнение тренировочных нагрузок разной направленности [1, 2]. Особенности ОМЦ и учет сроков протекания оказывает значительное влияние на особенности выполнения тренировочной нагрузки.

Ключевые слова: академическая гребля, гребной спорт, тренировки в женском спорте.

Планирование тренировочной нагрузки для женщин рекомендовано осуществлять с учетом фаз и периодов ОМЦ [2]. Для получения объективной информации большинство тренеров использует метод циклографии [3]. Этот метод включает в себя карту, в которую каждый участник тренировочного процесса вносит информацию. Спортсмен заполнял первую часть карты, в которой отражал свою реакцию и отношение к тренировке, самоконтроль после тренировки. Тренер заполнял вторую часть карты, в которой отражал результаты оперативного и текущего контроля в ходе каждого тренировочного занятия. Третий раздел карты заполнялся специалистом-медиком, в него вносились результаты медицинского контроля. От спортсмена получали информацию о температуре тела, особенностях протекания фазы менструации, личностную оценку специальной результативности (сплошная линия) и состояния здоровья (штриховая линия), а также замечания по изменениям самочувствия. Тренер по пятибалльной шкале оценивал проявление специальной работоспособности, силы и выносливости, выставляется общая оценка за выполненную тренировочную работу. Врач формирует рекомендации по общему состоянию здоровья и рекомендации по построению тренировочного процесса.

Анализ полученных данных по заполненным картам позволил с учетом особенностей проявления работоспособности с учетом фазы и периода ОМЦ условно разделить девушек на три группы: к первой группе отнесены спортсменки, у которых нет серьезных колебаний прироста или снижения показателей, таких спортсменок большинство, в нашей выборке их было 65%; прирост работоспособности и скачки результативности по некоторым физическим качествам был отмечен у 11% спортсменок; снижение параметров выявлено у 24% занимающихся. Учитывая вышеперечисленные особенности, тренеры планируют нагрузку и осуществляют контроль, опираясь на данные, полученные по каждой спортсменке. При подборе заданий тренер должен учитывать фазу ОМЦ и использовать нагрузку соответствующей интенсивности. В этом случае эффективность тренировочного процесса возрастает.

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.
3. Орябинская Е.С. Особенности спортивной подготовки женщин в гребном спорте / Е.С. Орябинская, И.Н. Очердько // 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, М.М. Шестаков, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Т.А. Самсоненко, Е.А. Еремина, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – Часть 3. – 34 с.

ПЛАНИРОВАНИЕ ПЛАВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПОЛИАТЛОНИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП НА СПЕЦИАЛЬНО-ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ

Ю.Д. Сидоров, А.В. Погожев

Научный руководитель доцент К.С. Пигида

Аннотация. В работе представлены результаты планирования плавательной подготовки полиатлонистов тренировочных групп на основе чередования ударных и поддерживающих нагрузок в структуре специально-подготовительного этапа.

Ключевые слова: полиатлон, тренировочные группы, плавательная подготовка, специально-подготовительный этап.

Комплекс многоборья полиатлон состоит из пяти дисциплин, одной из которых является плавание. Планирование плавательной подготовки совместно с другими дисциплинами должно основываться на чередовании ударных и поддерживающих нагрузок [1].

Цель: определить эффективность планирования плавательной подготовки полиатлонистов тренировочных групп на специально-подготовительном этапе.

Специально-подготовительный этап состоит из четырех мезоциклов длительностью четыре недели каждый. Планирование плавательной подготовки основывается на чередовании ударных и поддерживающих нагрузок [2]. В каждом мезоцикле ударную нагрузку имела одна или две дисциплины полиатлона, остальные дисциплины имели поддерживающий характер нагрузки. Смена ударных и поддерживающих нагрузок по дисциплинам полиатлона происходила в каждом мезоцикле на протяжении специально-подготовительного этапа.

На данном этапе исследования для определения эффективности планирования плавательной подготовки на специально-подготовительном этапе использовался метод педагогического тестирования и анализ протоколов соревнований. Педагогическое тестирование проводилось в начале и конце каждого мезоцикла, использовалось упражнение 50 метров вольным стилем. Также в начале и конце специально-подготовительного этапа проводились контрольные старты, по которым определялась динамика соревновательной деятельности полиатлонистов тренировочных групп.

Результаты педагогического тестирования показали, что к концу специально-подготовительного этапа в упражнении 50 метров вольным стилем отмечалось повышение показателей ($p < 0,05$). Также к концу этапа отмечалось улучшение показателей соревновательной деятельности полиатлонистов тренировочных групп в плавательной дисциплине (на 21,3%; $p < 0,05$).

Таким образом, на основе исследования результатов планирования плавательной подготовки полиатлонистов тренировочных групп на основе чередования ударных и поддерживающих нагрузок в структуре специально-подготовительного этапа было показано достоверное улучшение соревновательной деятельности в плавательной дисциплине полиатлона.

Литература:

1. Пигида К.С. Особенности годового планирования плавательной подготовки в летнем полиатлоне / К.С. Пигида, А.В. Погожев // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль - март 2017 г., г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Часть 2. – С. 4-6.

2. Погожев А.В. Анализ распределения нагрузки в годичном цикле подготовки полиатлонистов тренировочных групп / А.В. Погожев, А.И. Погребной // Материалы ежегодной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – № 1. – С. 82-84.

ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В ТЕЧЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ГОДА ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ 8-12 ЛЕТ

Г.А. Ускова

Научный руководитель доцент Е.А. Сальникова

Аннотация. В данной работе был проведен анализ литературных источников по вопросу восстановительных мер для юных пловцов. Применение восстановительных мероприятий несет в себе комплексный характер, включающий в себя ряд средств, зависящих от пола, возраста, квалификации спортсмена, а также мезоцикла. Восстановление применяется для предотвращения неприятных последствий переутомления и адекватного возвращения к нагрузкам после перенесенных травм.

Ключевые слова: плавание, средства восстановления, спортсмен.

Переутомление от частых и интенсивных физических нагрузок на тренировках, ежедневной учебы в школе может привести к снижению работоспособности, хронической усталости, недосыпу, нервным срывам и в итоге к потере интереса к занятиям плаванием. Поэтому во время планирования тренировочных занятий нужно включать различные виды восстановительных средств. Важно оповещать спортсменов о необходимости осуществления восстановления организма для достижения наивысших спортивных результатов. Восстановительные мероприятия распределяются относительно равномерно в течение всего тренировочного года. Конечно, основная часть данных средств сосредоточена в восстановительном мезоцикле, который, как правило, идет после соревновательного периода [1]. Это будет выражаться в уменьшении интенсивности работы на тренировочных занятиях. Но также в немалой степени процесс восстановления организма будет зависеть от юных спортсменов, ведь основная масса средств восстановления осуществляется в домашних условиях. Такими являются: полноценный ночной сон и, если его недостаточно, можно включить дневной; рациональное сбалансированное питание, включающее все 6 групп продуктов; контрастный душ, способствующий повышению устойчивости организма к раздражителям; самомассаж, направленный на те группы мышц, над которыми спортсмен работал накануне; также, как средство восстановления, благотворно воздействует на организм посещение бань, саун [2].

Наряду с тем, что достаточно много может проделывать спортсмен самостоятельно, существуют средства восстановления, которые должен планировать и организовывать тренер. Например, спортивные игры на свежем воздухе помогут раскрыться детям в другой сфере деятельности, проявить личностные качества, а также положительно воздействуют на психоэмоциональное состояние спортсмена. В туристическом походе, разделив зоны ответственности между детьми, можно дать им почувствовать свою значимость в команде, а еще смена деятельности лучшее средство восстановления даже при хорошей физической нагрузке. Все предыдущие организованные способы отвлечься и отдохнуть были связаны с физической деятельностью, но ведь иногда можно предложить детям пассивный отдых. Во время похода в кино или кафе спортсменам предоставляется возможность узнать друг друга поближе, найти общие интересы и, может быть, продолжить общение вне стен бассейна. В данной работе описано достаточное количество средств восстановления, при правильном распределении и применении их функциональные показатели организма спортсмена всегда будут оставаться в норме. Психоэмоциональное состояние ребенка будет устойчивым, что немаловажно для достижения наивысших результатов. Но важно помнить, данная формула успеха может работать только в сумме с грамотным планированием нагрузок.

Литература:

1. Булгакова Н.Ж. Плавание / Н.Ж. Булгакова. – М.: Физкультура и спорт, 1999. – 86 с.
2. Погребной А.И. Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание / А.И. Погребной. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 124 с.

ПРИМЕНЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ

Д.В. Хмельницкий

Научный руководитель доцент Е.А. Сальникова

Аннотация. Одной из наиболее важных задач в процессе обучения детей 4-5 лет является их гармоничное развитие. В частности при освоении плавательных движений дошкольниками важно с первых занятий дать возможность почувствовать себя уверенно в воде, привить интерес и, посредством упражнений, воздействовать на их физическое развитие.

Ключевые слова: физическое развитие, плавание, дошкольники, процесс обучения.

В настоящее время все большее внимание правительством РФ обращено на улучшение здоровья населения и продолжительности жизни. Пристальное внимание уделено подрастающему поколению, так как именно они будущее нашей страны [1].

Плавание, как средство физического развития, широко используется в качестве физического воспитания и приветствуется многими специалистами. Однако специфика воды и особенности развития детей 4-5 лет требуют от педагогов применения средств воздействия, позволяющих комплексно решать вопросы обучения, воспитания и оздоровления детей [2].

В частности, на наш взгляд, применение специальных упражнений в процессе начального обучения плаванию, адаптированных для детей данной возрастной группы, не только повысит эффективность процесса обучения, но и реализует другие важные задачи гармоничного развития. Программа исследования направлена на выявление наиболее эффективных упражнений для освоения плавательных движений в воде дошкольниками.

При поиске упражнений для обучения детей 4-5 лет следует помнить о том, что они слишком активны и непоседливы, им трудно долго сконцентрировать внимание на одном упражнении, быстро утомляются, не любят монотонную работу и именно поэтому необходимо подбирать средства, которые будут вовлекать ребенка полностью в процесс обучения.

В процессе обучения плаванию, на начальном этапе, должное внимание уделялось упражнениям по освоению с водой. Посредством методических приемов осваивались следующие упражнения: погружение лица и головы в воду, «БУЕК» (упражнение на задержку дыхания), «ЗВЕЗДА НА ГРУДИ», «ЗВЕЗДА НА СПИНЕ» (освоение лежания в воде), «РАКЕТА НА ГРУДИ», «РАКЕТА НА СПИНЕ» (освоение скольжения в воде), «НАСОС» (выдох, опуская лицо в воду).

Эффективность предложенных упражнений, применяемых на этапе освоения с водой, достоверно подтверждает целесообразность их применения ($p < 0,01$). Дети в ЭГ упражнения первого этапа освоили к 24 занятию, детям КГ на это понадобилось 36 занятий. Данные упражнения помогают не только предварительно сформировать базу для освоения спортивных способов плавания, но и решить вопросы адаптации ребенка к водной среде, повышения интереса к плаванию и через регулярные занятия выработать устойчивый интерес к данному виду деятельности.

Литература:

1. Протченко Т.А. Обучение плаванию дошкольников и младших школьников: практическое пособие / Т.А. Протченко, Ю.А. Семенов. – М.: Айрис-пресс, 2003. – 80 с.
2. Сальникова Е.А. Индивидуализация процесса обучения плаванию детей дошкольного возраста / Е.А. Сальникова, Н.Г. Скрынникова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорского состава Кубанского государственного университета физической культуры спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015 – С. 34-35.

Научное издание

**ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ
XLVIII НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ
ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА
(февраль - март 2021 г.)**

ЧАСТЬ 2

Ответственный редактор
Технический редактор
Корректор
Оригинал-макет подготовила

А.А. Витер
Г.А. Ярошенко
С.А. Савенко
Л.И. Просоедова

Подписано в печать 28.05.2021 г.

Формат 60x90/16.

Бумага для офисной техники.

Усл. печ. л. 20,2. Тираж 22 экз. Заказ 52.

Отпечатано на множительной технике.

Редакционно-издательский отдел
Кубанского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

