

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Национальный исследовательский
Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского
Приволжский студенческий спортивный союз

ПРИОРИТЕТНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ СПОРТА, ТУРИЗМА, ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ

*Сборник материалов
III Международной научно-практической конференции*

г. Нижний Новгород, 17 ноября 2022 г.

Нижний Новгород
2022

УДК 796/799
ББК 94.31
П75

Рецензенты:
проф., д.пед.н. Г.А. Кручинина
проф., к.э.н. Д.М. Дадабаева

П75 Приоритетные направления развития спорта, туризма, образования и науки: сборник материалов III Международной научно-практической конференции (Нижний Новгород, 17 ноября 2022 г.) / Ред. кол. Е.Н. Летягина, А.В. Гутко, В.Г. Кузьмин, К.Ю. Хаченкова – Нижний Новгород: ННГУ им. Н.И. Лобачевского. – 899 с.

ISBN 978-5-91326-784-9

В сборнике публикуются материалы III Международной научно-практической конференции молодых ученых и студентов «Приоритетные направления развития спорта, туризма, образования и науки», проходившей в Нижегородском государственном университете им. Н.И. Лобачевского 17 ноября 2022 г. Тематика тезисов докладов и статей охватывает актуальные проблемы различных отраслей спорта, туризма, активного отдыха, современного образования и науки.

ISBN 978-5-91326-784-9

УДК 796/799
ББК 94.31

© Нижегородский госуниверситет им. Н.И. Лобачевского, 2022
© Коллектив авторов, 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

РАЗГОВОРНЫЙ СИНТАКСИС КАК СТИЛИСТИЧЕСКАЯ ОСОБЕННОСТЬ СОВРЕМЕННОЙ ПРОЗЫ (на материале произведений Л. Петрушевской) <i>К.А. Азгур, А.А. Аладьина (Таразский региональный университет имени М.Х. Дулати)</i>	20
ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ ВИННОГО ТУРИЗМА В РОССИИ <i>А.Ю. Александрова, Е.С. Новичкова (Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова)</i>	25
ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ <i>А.В. Алибаиш (Майкопский государственный технологический университет)</i>	32
ИННОВАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ МИРОВОГО ТУРИСТИЧЕСКОГО СЕКТОРА НА ПРИМЕРЕ АЗЕРБАЙДЖАНА <i>Эльнур Гара оглы Аллахвердиев (Бакинский Колледж Бизнеса и Кооперации)</i>	36
ОЛИМПИЙСКИЕ ВИДЫ СПОРТА: ИСТОРИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ <i>В.М. Ангелов, М.Ю. Мочкаева (Саровский физико-технологический институт НИЯУ МИФИ)</i>	42
РОЛЬ АБНОТИВНОСТИ ТРЕНЕРА В РАЗВИТИИ СПОРТИВНОЙ ОДАРЕННОСТИ <i>О.Ю. Ангелова, Т.О. Подольская (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	49
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Д.Р. Аренкау (Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации им. Главного маршала авиации А.А. Новикова)</i>	52
ВАЖНОСТЬ РАЗВИТИЯ ОЛИМПИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ <i>Д.Р. Аренкау (Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации им. Главного маршала авиации А.А. Новикова)</i>	56
ОСОБЕННОСТИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СФЕРЕ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ <i>А.А. Арланова, О. Дурдыев (Туркменский государственный институт экономики и управления)</i>	60
ЦИФРОВОЕ РАЗВИТИЕ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ ТУРКМЕНИСТАНА <i>А.А. Арланова, П.Ш. Хангулыев (Туркменский государственный институт экономики и управления)</i>	65
VR В ТУРИСТИЧЕСКОЙ ИНДУСТРИИ: ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ И ПЕРСПЕКТИВЫ ВНЕДРЕНИЯ В ОТЕЧЕСТВЕННЫЙ ТУРИЗМ <i>В.М. Астрейко (Белорусский государственный университет физической культуры)</i>	69
ТЕХНОЛОГИИ В ИЗУЧЕНИИ ПРАКТИЧЕСКОЙ НАУКИ В ОБРАЗОВАНИИ <i>Х. Халмаммедов, Ш. Бабаназаров (Международный университет гуманитарных наук и развития Туркменский государственный институт экономики и управления)</i>	72
ПРИРОДА ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАНИИ <i>Х.А. Халмаммедов, Ш. Бабаназаров (Международный университет гуманитарных наук и развития, Туркменский государственный институт экономики и управления)</i>	77
ЦИФРОВОЙ СЛЕД КАК ЭЛЕМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОГО БРЕНДА <i>М.В. Багдасарян, О.Ю. Ангелова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	81

ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ И ПРОДВИЖЕНИЕ СПОРТИВНОГО КЛУБА ЕДИНОБОРСТВ <i>Р.Р. Багдасарян, Е.Н. Летягина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	84
ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ТЕМЫ: «АНТОНИМЫ НА УРОКЕ РУССКОГО ЯЗЫКА» <i>И.Б. Баймухамбетова, Р.А.Жумагалиев (Таразский региональный университет им. М.Х.Дулати)</i>	88
ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ СТАРШИХ КУРСОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСОМ <i>В.И. Балахонцев, М.В. Борисова, А.Ю. Мусохранов (Кемеровский государственный университет)</i>	94
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ <i>Д.Р. Бибалова (Майкопский государственный технологический университет)</i>	97
ПРИМЕНЕНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ГРЕБНЫХ ВИДАХ СПОРТА <i>Ф.Ю. Бильданова, Р.Р. Шириев, В.Р. Карфик (Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма)</i>	101
РОСТ ЭФФЕКТИВНОСТИ YOU TUBE КАНАЛА «OLYMPICS» КАК СРЕДСТВО ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ОЛИМПЕЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ <i>Г.А. Блохин, Е.Н. Летягина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	104
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ ДЕВОЧЕК 5-7 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ <i>К.В. Богданова, Р.С. Жуков (Кемеровский государственный университет)</i>	108
РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ БАРЬЕРИСТА ЧЕРЕЗ КОМПЛЕКСНЫЙ МЕТОД ТРЕНИРОВКИ <i>М.А. Богомоллова (Университет имени Шакарима)</i>	113
РАЗРАБОТКА МЕТОДИКИ РАЗДЕЛЕНИЯ РЕАКЦИЙ ДЫХАТЕЛЬНОЙ И МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМ В ОТВЕТ НА ПРЕДЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ В ИНТЕНСИВНЫХ ИНТЕРВАЛЬНЫХ ТРЕНИРОВКАХ <i>Е.Н. Большаков (Национальный исследовательский Нижегородский Государственный Университет имени Н.И. Лобачевского)</i>	121
АНАЛИЗ ТУРИСТИЧЕСКОГО РЫНКА <i>А.В. Боровик (Московский финансово-промышленный университет «Синергия»)</i>	130
РАЗВИТИЕ СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА КАК ПРИОРИТЕТНОГО НАПРАВЛЕНИЯ ТУРИЗМА В ЛУГАНСКОМ РЕГИОНЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ <i>В.А. Бут (Луганский государственный университет имени Владимира Даля)</i>	134
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ СТУДЕНТОВ <i>А.А. Ванечкин, М.С. Кириллов (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	139
КАРАБАХ ПРЕВРАТИТСЯ В ОДНУ ИЗ ГЛАВНЫХ ТУРИСТИЧЕСКИХ ЗОН АЗЕРБАЙДЖАНА <i>С.И. Велиева (Азербайджанский Университет Кооперации)</i>	144

ЦИФРОВАЯ ДЕМОГРАФИЯ КАК МЕТОДОЛОГИЯ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ <i>А.В. Виноградова, Д.М. Костенко (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	148
ПРЕИМУЩЕСТВА ДИСТАНЦИОННОГО ПРЕПОДАВАНИЯ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ <i>М.А. Волкова (Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова)</i>	150
ВЛИЯНИЕ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА СОЦИАЛЬНУЮ АДАПТАЦИЮ ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ <i>А.А. Волтарева, А.В. Старостина (Вологодский государственный университет)</i>	153
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У КАРАТИСТОВ ГРУПП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ <i>А.В. Воронков, А.В. Мальков, В.А. Молодых (Белгородский государственный национальный исследовательский университет)</i>	160
ИССЛЕДОВАНИЕ ВОПРОСА УВЕЛИЧЕНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ПЛОВЦОВ В СОВРЕМЕННОМ ПЛАВАНИИ <i>Н.С. Гаврилова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	165
К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ <i>Ф.И. Гибазов, И.Е. Коновалов (Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма)</i>	171
ВЫСТУПЛЕНИЕ РОССИЙСКИХ ПЛОВЦОВ НА КРУПНЕЙШИХ МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ С 2015 ПО 2020 ГОД <i>С.А. Гликман (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	175
ПРОГНОЗИРОВАНИЕ РАЗВИТИЯ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЭПОХУ ЦИФРОВИЗАЦИИ <i>О.А. Голубева (Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова)</i>	178
АДАПТАЦИЯ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ <i>А.Н. Гольшев, Е.Н. Летягина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	184
ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ У СТУДЕНТОВ ИНСТИТУТА ОБРАЗОВАНИЯ <i>К.В. Горбунова, М.В. Борисова, А.Ю. Мусохранов (Кемеровский государственный университет)</i>	187
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В АВТОМОБИЛЬНОМ СПОРТЕ <i>М.А. Гордиенко, А.А. Юнусова (Казанский национальный исследовательский технический университет им. А.Н. Туполева)</i>	192
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРИВЛЕЧЕНИЯ ЖЕНЩИН К ВОССТАНОВИТЕЛЬНОМУ ФИТНЕСУ ПОСЛЕ РОДОВ <i>Е.В. Горелова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	194
ПОДГОТОВКА КАДРОВ ДЛЯ СФЕРЫ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК ПРИОРИТЕТНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ <i>Ю.А. Гриневич, Д.М. Костенко (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	200

<p>ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ В СФЕРЕ ТУРИЗМА И ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА Ю.А. Гриневич, Д.М. Костенко (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</p>	203
<p>ТЕКУЩАЯ СИТУАЦИЯ И ПОТЕНЦИАЛ РАЗВИТИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В АЗЕРБАЙДЖАНЕ И.Г. Гулиев, Г.И. Гулузада (Азербайджанский государственный экономический университет, Азербайджанский университет кооперации).....</p>	207
<p>СУЩЕСТВУЮЩИЕ ПРОБЛЕМЫ В ТУРИСТИЧЕСКОЙ СФЕРЕ АЗЕРБАЙДЖАНЕ И ПУТИ ИХ ПРЕОДЕЛЕНИЯ З.М. Гусейнова (Азербайджанский университет кооперации).....</p>	212
<p>АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ЯЗЫКОВОГО ТЕСТИРОВАНИЯ В ВУЗЕ С ПРИМЕНЕНИЕМ БАЛЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ В.С. Гутарова, И.Ю. Старчикова (Ступинский филиал Московского авиационного института (национальный исследовательский университет)).....</p>	216
<p>ФОРМИРОВАНИЕ ИННОВАЦИОННОЙ КОМПЕТЕНЦИИ У СТУДЕНТОВ РОССИЙСКИХ ВУЗОВ Л.А. Гуцина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</p>	222
<p>ФОРМИРОВАНИЕ ИННОВАЦИОННОЙ КОМПЕТЕНЦИИ У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ ЧЕРЕЗ МОДЕРНИЗАЦИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА Л.А. Гуцина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</p>	225
<p>ПРИОРИТЕТНЫЕ СРЕДСТВА В ПРОГРАММЕ КОРРЕКЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ФУТБОЛИСТОВ 9-10 ЛЕТ С ПЛОСКОСТОПИЕМ Е.В. Дворянинова, С.В. Лагойкина (Белорусский государственный университет физической культуры)</p>	228
<p>РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ Е.В. Дворянинова, А.В. Филиппова (Белорусский государственный университет физической культуры)</p>	234
<p>СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ЛЫЖНИКОВ – ГОНЩИКОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ НА СПРИНТЕРСКОЙ ДИСТАНЦИИ М.А. Додонова, А.С. Самыличев (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</p>	237
<p>ПРИВЫЧКА ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРОЙ У СТАРШИХ КУРСОВ В УНИВЕРСИТЕТЕ Е.А. Евграфова, А.С. Тярова (Чувашский государственный педагогический университет имени И.Я.Яковлева)</p>	243
<p>ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ У.А. Ермакович, Т.В. Зглой (Полесский государственный университет).....</p>	249
<p>РАЗРАБОТКА И ВНЕДРЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ В СПОРТЕ А.В. Ермильчев, Е.Н. Летягина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</p>	253

СТРУКТУРА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ <i>Ю.Н. Ермошина, Н.Г. Титова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	257
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ И ОРГАНИЗАЦИИ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ВУЗОВСКОЙ ПОДГОТОВКИ <i>Р.Қ. Жұмабек, Д.Б. Ешенкулова (Университет «Мирас», Казахстан)</i>	262
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АНГЛИЦИЗМОВ В СРЕДСТВАХ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ КАЗАХСТАНА <i>Ж.М. Жусубалина, Т.Б. Радбиль (Шымкентский университет, Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	266
ЛЮБИТЕЛЬСКОЕ ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ КАК ОДНО ИЗ НАПРАВЛЕНИЙ МАССОВОГО СПОРТА И ЕГО РАЗВИТИЕ В НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ <i>Е.Е. Зайцева (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	269
ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ <i>А.А. Закалкин, В.А. Смирнов, Д.В. Макеева (Московский политехнический университет)</i>	273
ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ЦИФРОВЫХ ПРОДУКТОВ НА ДИСЦИПЛИНАХ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ <i>Р.Б. Тазтдинов, З.О. Закирова (Уфимский государственный нефтяной технический университет)</i>	276
ЗАКОНОМЕРНОСТИ СТАНОВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ФОРМЫ <i>П.С. Замковой, А.Н. Кутасин (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	280
СОВРЕМЕННЫЕ ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТИВНОЙ ИНДУСТРИИ <i>А.Р. Зарипова, С. Ю. Иванова (Кемеровский государственный университет)</i>	284
РАЗВИТИЕ НРАВСТВЕННО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ ПОСРЕДСТВОМ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ <i>Н.С. Зарубина, Л.Б. Лозовская (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	287
АДАПТАЦИЯ И МОТИВАЦИЯ К ЗАНЯТИЯМ ЛФК У СТУДЕНТОВ ВУЗА <i>А.Н. Иванова (Чувашский Государственный Педагогический Университет им. И.Я. Яковлева)</i>	291
ЗРЕЛИЩНОСТЬ ЦЕРЕМОНИЙ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР КАК СПОСОБ ПРОПАГАНДЫ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ <i>И.В. Игнатьева, И.Т. Сумина (Чайковская государственная академия физической культуры и спорта)</i>	294
ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СПОРТЕ И ТУРИЗМЕ <i>А.Е. Ионова, В.М. Булгаков (Кемеровский государственный университет)</i>	302
СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ <i>А.С. Исмаилова, М.В. Борисова, А.Ю. Мусохранов (Кемеровский государственный университет)</i>	305

РОЛЬ КУРАТОРА В ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ <i>А.М.Кадирова (Колледж бизнеса и сервиса, г. Семей)</i> <i>А.М. Тургунова (Гимназия № 2 отдела образования города Рудного, г. Рудный)</i>	309
ВОЗМОЖНЫЕ ПУТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ БАРЬЕРОВ В РЕАЛИЗАЦИИ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ПРОГРАММ ПО РАЗВИТИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ <i>И.В. Казаков, А.В. Гутко (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	313
КРОССФИТ КАК СПОСОБ УЛУЧШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЯХТСМЕНОВ- ВИНДСЕРФЕРОВ В КЛАССЕ «IQ FOIL» <i>В.А. Казимов, В.А. Симакин (Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта)</i>	317
АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ ИНФРАСТРУКТУРЫ В РОССИИ <i>С.В. Калинин, Е.Н. Летягина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	321
ИННОВАЦИИ В СФЕРЕ ВОСПИТАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ <i>В.Г. Калюжнин, В.В. Кедышко (Белорусский государственный университет физической культуры)</i>	325
ИННОВАЦИИ В ТЕСТИРОВАНИИ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НЕЙРОСЕНСОРНОЙ ТУГОУХОСТЬЮ <i>В.Г. Калюжнин, А.О. Коновалова (Белорусский государственный университет физической культуры)</i>	328
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ НАУК О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ <i>А.А. Канавцева, В.Г. Кузьмин (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	333
ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ СТУДЕНТА ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ <i>К.Н. Канатъев (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	337
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ТЕСТИРОВАНИИ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ <i>В.В. Кедышко, В.Г. Калюжнин (Белорусский государственный университет физической культуры)</i>	339
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЗДОРОВЬЕ ДИРИЖЕРА <i>Н.Н. Киселёва, А.В. Старостина (Вологодский государственный университет)</i>	342
ПРОБЛЕМА ПЛАНИРОВАНИЯ УДАРНЫХ МИКРОЦИКЛОВ <i>М.В. Кит (Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина)</i>	350
ВАЖНОСТЬ ПРАВИЛЬНОЙ РАЗМИНКИ КАК ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМ <i>Я.Е. Клетченко, С.В. Никифоров, И.Н. Блудова (Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ, Омская Академия Министерства внутренних дел РФ)</i>	354

АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ БОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОВД И СПОСОБЫ ЕЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ <i>Я.Е. Клетченко, С.В. Никифоров, И.Н. Блудова (Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ, Омская Академия Министерства внутренних дел РФ)</i>	356
РАЦИОН ПИТАНИЯ И ВИТАМИННЫЙ КОМПЛЕКС КАК ВАЖНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ КУРСАНТОВ <i>Я.Е. Клетченко, С.В. Никифоров, К.Ю. Хаченкова (Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ, Национально-исследовательский Нижегородский государственный университет им. Лобачевского)</i>	360
ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ СПОРТИВНОГО КЛУБА НА ПРИМЕРЕ ФИТНЕС КЛУБА «FITNESS HOUSE» <i>М.С. Климова, Е.В. Буланова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</i>	364
ПРОБЛЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ В СФЕРЕ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА <i>А.А. Кованова (Луганский государственный университет имени Владимира Даля)</i>	371
АНАЛИЗ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ КАК ДЕСТИНАЦИИ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА <i>С.С. Козьякова (Луганский государственный университет имени Владимира Даля).....</i>	374
КОММЕРЦИАЛИЗАЦИЯ СОВРЕМЕННЫХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР <i>Д.Э. Кондратов, И.Т. Сумина (Чайковская государственная академия физической культуры и спорта)</i>	381
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗЕ ПОЯСНИЧНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА У ЛИЦ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА <i>А.Ю. Корнейчук, Е.В. Дворянинова (Белорусский государственный университет физической культуры)</i>	387
ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ, УЧЕБНОЙ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС СПО <i>Т.В. Крепс (Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма).....</i>	391
ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СПОРТИВНОМ СЕКТОРЕ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ <i>И.О. Крук, А.В. Старостина (Вологодский государственный университет).....</i>	394
ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ 6-7 ЛЕТ <i>М.М. Кузёмко, П.Г. Сыманович (Белорусский государственный университет физической культуры)</i>	398
ПОДХОДЫ К ПРОГНОЗИРОВАНИЮ МИРОВЫХ РЕКОРДОВ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТА <i>О.А. Кузина, В.Г. Кузьмин (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</i>	404
ИСТОРИЧЕСКОЕ ФЕХТОВАНИЕ: СПОРТИВНЫЙ И ОЛИМПИЙСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ <i>Н.А. Кузнецов (Кемеровский государственный университет)</i>	407
КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА, КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У ПЛОВЦОВ <i>О.М. Кузьмина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</i>	410

ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ИНДУСТРИЮ ТУРИЗМА <i>Т.А. Куликова (Луганский государственный университет имени Владимира Даля)</i>	414
АНАЛИЗ ЗАРУБЕЖНОГО ОПЫТА ПО ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНОГО КЛУБА ЛЮБИТЕЛЕЙ ПО БАДМИНТОНУ <i>К.Э. Кульчицкая, Е.Н. Лetyагина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	418
СТРАТЕГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ УПРАВЛЕНИЯ СОВРЕМЕННЫМИ СПОРТИВНЫМИ ОРГАНИЗАЦИЯМИ <i>К.В. Купряшкина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	422
ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ <i>А.Н. Кутасин (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	425
ДИФФЕРЕНЦИРОВКА НОРМАТИВОВ В РАЗНЫХ ВИДАХ СПОРТА <i>В.Э. Куцero, научный руководитель А.Н. Малинин (Российский государственный аграрный университет – МСХА имени К.А. Тимирязева)</i>	430
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СПОРТА В РЕГИОНАХ РОССИИ <i>А.С. Кучина, С.Ю. Иванова (Кемеровский государственный университет)</i>	432
ПРОБЛЕМАТИКА ВЫСОКОЙ ЗАГРУЖЕННОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ КОМПЛЕКСОВ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА <i>А.Е. Левачев, Е.Н. Лetyагина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	434
О СОВРЕМЕННЫХ ТРЕНДАХ И ИННОВАЦИЯХ В СПОРТЕ <i>Е.Н. Лetyагина, К.Р. Богачева (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	439
ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ НА ИНДЕКС ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ <i>Е.Н. Лetyагина, В.И. Перова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	442
АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ФЕДЕРАЛЬНЫХ ОКРУГАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ <i>Е.Н. Лetyагина, В.И. Перова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	446
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ. ЦИФРОВОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ <i>Ф.С. Лetyaев, Е.В. Красильникова (Кузбасский гуманитарно-педагогический институт Кемеровского государственного университета)</i>	450
ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ СПОРТИВНОГО КЛУБА <i>Д.М. Лобанов, Т.П. Логинова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	453
ФИТНЕС ТУРИЗМ КАК ОДИН ИЗ ВИДОВ ИННОВАЦИИ В СФЕРЕ ТУРИЗМА <i>А.С. Луганская (Луганский государственный университет имени Владимира Даля)</i>	459

КИБЕРСПОРТ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЛЮДЕЙ <i>Л.Р. Мавляутинов, А.Б. Хабибуллин (Казанский государственный энергетический университет)</i>	462
ТЕРМОБЕЛЬЕ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ: ФУНКЦИИ, СВОЙСТВА, ПРЕИМУЩЕСТВА И НЕДОСТАТКИ <i>А.Ю. Магала (Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина)</i>	464
МОТИВАЦИЯ ДЕТЕЙ 7-9 ЛЕТ К ЗАНЯТИЯМ СОВРЕМЕННЫМИ ТАНЦАМИ <i>К.О. Малина (Мурманский арктический государственный университет)</i>	467
РОЛЬ РАЗВИТИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ <i>Т.В. Малова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	472
СТЕПЕНЬ МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ <i>А.А. Малуева, И.П. Шлее (Кемеровский государственный университет)</i>	475
ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ БЫСТРОТЫ НА СИЛУ УДАРА В ТХЭКВОНДО НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ <i>Д.В. Мальшикин, В.В. Зебзеев (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского, Чайковская государственная академия физической культуры и спорта)</i>	478
ДИСТАНЦИОННЫЕ ИНТЕНСИВЫ КАК НОВЫЙ ФОРМАТ ОБУЧЕНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ РЕАЛИЯХ <i>Е.А.Мамаева (Вятский государственный университет)</i>	483
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ PR-ТЕХНОЛОГИЙ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ <i>Р.Ю. Мамбетов, И.В. Луцик («Волгоградская государственная академия физической культуры)</i>	487
ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В АЗЕРБАЙДЖАНЕ И НЕОБХОДИМОСТЬ ОЦЕНКИ ОСНОВНЫХ ПЕРСПЕКТИВНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ <i>Г.В. Мамедов (Азербайджанский Университет Кооперации)</i>	489
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ ВОГУ В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ <i>М.А. Мамчур, А.В. Старостина (Вологодский государственный университет)</i>	494
ВЛИЯНИЕ МОДЕЛИ НАЧАЛЬНОЙ ШАХМАТНОЙ ПОДГОТОВКИ С ПРИМЕНЕНИЕМ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ НА УСПЕВАЕМОСТЬ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ <i>П.Н. Мартынов (Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого)</i>	499
ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ-АККОРДЕОНИСТОВ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В КОНТЕКСТЕ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ЭСТРАДНОГО ИСПОЛНИТЕЛЬСТВА <i>К.В. Масленикова (Крымский университет культуры, искусств и туризма)</i>	503
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ТУРИСТИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА НА ТЕРРИТОРИЯХ АЗЕРБАЙДЖАНА, ОСВОБОЖДЕННЫХ ОТ АРМЯНСКОЙ ОККУПАЦИИ <i>А.Б. Меликов (Азербайджанский университет кооперации)</i>	508

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ К ПРИМЕНЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ СИЛЫ И СПЕЦИАЛЬНЫХ СРЕДСТВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ <i>Д.Д. Меркулов, В.В Зайцев, К.Ю. Хаченкова (Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ Национально-исследовательский Нижегородский государственный университет им. Лобачевского)</i>	513
ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В ВОЕНИЗИРОВАННЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ <i>Д.Д. Меркулов, В.В Зайцев, К.Ю. Хаченкова (Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ, Национально-исследовательский Нижегородский государственный университет им. Лобачевского)</i>	518
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ ТРЕНЕРОВ ПО ВИДУ СПОРТА (НА ПРИМЕРЕ РУКОПАШНОГО БОЯ) <i>М.А. Мешков; Ю.А. Бахарев (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	525
ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА <i>М.М. Миронов, Н.Г. Титова, Е.Н. Летягина, С.Н. Гутко (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	530
СОВРЕМЕННЫЕ ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИТНЕС-ИНДУСТРИИ <i>Т.М. Михайлов (Кемеровский государственный университет)</i>	533
ОСОБЕННОСТИ ПРОДВИЖЕНИЯ ВИДА СПОРТА БОКС НА ВИДЕОХОСТИНГЕ ЮТУБ <i>Д.В. Мухин, О.Ю. Ангелова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет имени Н. И. Лобачевского)</i>	536
АНАЛИЗ И РАЗВИТИЕ СПОРТИВНОГО ПОТЕНЦИАЛА ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА <i>А.В. Мухина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	542
ВОПРОСЫ ОБРАЗОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В УЗБЕКИСТАНЕ <i>Р.Х. Набиуллин, Л.Б. Отажанова, Ж.И. Кувандыков (Узбекский государственный университет физической культуры и спорта)</i>	546
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ЕДИНОБОРСТВАХ <i>А.Н. Нестеров (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	549
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В УПРАВЛЕНИИ И ЭКСПЛУАТАЦИИ СПОРТИВНЫХ СООРУЖЕНИЙ <i>Н.Н. Николаенко, Е.Н. Летягина, А.В. Гутко (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	553
ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ СРЕДСТВАМИ <i>И.Е. Новикова, А.В. Свистунов (Муромский институт Владимирского государственного университета им. Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых)</i>	557

НЕОБХОДИМОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ В ПЕРИОД МОБИЛИЗАЦИИ <i>А.А. Обви (Кемеровский государственный университет)</i>	561
РЕЗЕРВЫ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В ПЕРИОД САНКЦИОННЫХ ОГРАНИЧЕНИЙ <i>С.Р. Овчинникова, Е.Н. Летягина (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	564
ИННОВАЦИИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА <i>Н.Е. Ольшанникова, Т.А. Михайлова (Кемеровский государственный университет)</i>	569
РЕАЛИЗАЦИЯ ЦЕННОСТЕЙ ОЛИМПИЗМА В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ <i>А.В. Оринчук (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	571
МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ ТЕРРИТОРИАЛЬНЫХ ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННЫХ СИСТЕМ <i>В.И. Павлова (Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова)</i>	577
ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ О МЕРАХ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ <i>М.С. Погожева, А.В. Старостина (Вологодский государственный университет)</i>	583
ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СПОРТЕ <i>К.А. Полторанина (Кемеровский государственный университет)</i>	588
ОНЛАЙН-СОРЕВНОВАНИЯ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ: ЗА И ПРОТИВ <i>У.В. Понаморева (Сибирский институт управления – филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации)</i>	591
ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ И СПОСОБЫ ИХ КОРРЕКЦИИ <i>Д.Г. Попов, И.Б. Улитин (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	596
ДИСТАНЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В УПРАВЛЕНИИ И ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ <i>Д.Г. Попов (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	603
К ВОПРОСУ ОБ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЕ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ИССЛЕДОВАНИИ <i>Л.А. Попова (Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта)</i>	609
ИСТОРИЯ И ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ «ШОРТ-ТРЕКА» В РОССИИ <i>А.В. Попова, В.Г. Кузьмин (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	614
РАЗГРАНИЧЕНИЕ ПОНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ <i>Е.В. Попова, С.В. Никифоров, К.Ю. Хаченкова (Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ, Национально-исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	619
ВЛИЯНИЕ ЕДИНОБОРСТВ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ <i>Т.С. Пугачева (Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева)</i>	623

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ <i>Д.В. Раманович, В.Г. Калюжин (Белорусский государственный университет физической культуры)</i>	627
МОТИВАЦИЯ НАСЕЛЕНИЯ КАК ФАКТОР РЕАЛИЗАЦИИ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИТИКИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА <i>А.С. Рапопорт (Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина)</i>	631
ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ТРАВМАТИЗМА НА ЗАНЯТИЯХ ВОЗДУШНОЙ АКРОБАТИКОЙ <i>Т.Д. Рожкова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	638
ДИСТАНЦИОННЫЙ МОНИТОРИНГ В ЗАДАЧЕ АНАЛИЗА ГЕОСИСТЕМ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ РЕКРЕАЦИОННОГО ОСВОЕНИЯ: СОСТОЯНИЕ ИССЛЕДОВАНИЙ И НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ <i>А.С. Ротанов, С.А. Ямашкин, Ю.Е. Тепаева, А.А. Камаева (Национальный исследовательский Мордовский государственный университет)</i>	641
ПРОБЛЕМЫ ОБУЧЕНИЯ ОСНОВАМ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ В ПОДГОТОВКЕ КАДРОВ ДЛЯ СФЕРЫ ТУРИЗМА <i>Е.С. Русакевич, А.И. Чунин (Мурманский арктический государственный университет)</i>	649
ЛЕЧЕНИЕ ОЖИРЕНИЯ СРЕДСТВАМИ ФИТНЕСА <i>Н.Е. Садовиков., М.В. Борисова, М.В. Апарина, Н.В. Колесникова (Кемеровский государственный университет)</i>	652
МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТХЭКВОНДИСТОВ <i>А.А Салимова (Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма)</i>	656
ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ РАЗВИТИЯ КАНЬОННОГО ВИДА ТУРИЗМА В АЗЕРБАЙДЖАНЕ <i>Т. Салифов (Азербайджанский Университет Кооперации)</i>	658
ОПРЕДЕЛЕНИЕ КРИТЕРИЕВ К ПРИРОДНЫМ ОБЪЕКТАМ ДЛЯ КЛАССИФИКАЦИИ СЛОЖНОСТИ МАРШРУТОВ Тура ВЫХОДНОГО ДНЯ (НА ПРИМЕРЕ НАЦИОНАЛЬНОГО ПАРКА «ТАГАНАЙ») <i>Е.С. Салтыкова, О.В. Котлярова (Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет)</i>	667
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО СПОРТА, НА ПРИМЕРЕ ВИДА СПОРТА – ВОЛЕЙБОЛ <i>П.А. Самойленко (Поволжский Государственный университет физической культуры, спорта и туризма)</i>	673
ГОСТИНИЧНЫЙ БИЗНЕС В ПЕРИОД ДО И ПОСЛЕ ПАНДЕМИИ <i>Н.А. Самойлова (Московский государственный университет пищевых производств)</i>	676
РЕСТОРАННО-ГОСТИНИЧНЫЙ БИЗНЕС И ЕГО ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ В КАЗАХСТАНЕ <i>З.Р. Саниева (Университет «Мирас», Казахстан)</i>	682
ИННОВАЦИИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: «МОЛОДЕЖЬ НАУКЕ XIII» <i>Е.Б. Саркисян, Н.А. Иванов, К.Г. Томилин (Сочинский государственный университет)</i>	686

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВИДЕОКОНФЕРЕНЦСВЯЗИ В ОБУЧЕНИИ <i>Д.С. Седов, С.Р. Овчинникова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	690
ПРИНЦИПЫ ФОРМИРОВАНИЯ СОБЫТИЙНОГО КАЛЕНДАРЯ НА ТУРИСТСКОЙ ТЕРРИТОРИИ <i>С.Д. Семенцова (Российская международная академия туризма)</i>	694
ПРОБЛЕМЫ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ ГЛАЗАМИ СТУДЕНТОВ <i>М.И. Сергеева, П.В. Фурсова (Московский автомобильно-дорожный государственный технический университет)</i>	699
СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ НА ПРИМЕРЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГРЕБНОГО КЛУБА ВОЛЖСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ВОДНОГО ТРАНСПОРТА <i>С.А. Серебряков (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	703
ВЛИЯНИЕ ТИПА ТРЕНИРОВКИ И СТЕПЕНИ НАГРУЗКИ В РАЗНЫЕ ПЕРИОДЫ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ СПОРТСМЕНОВ САМБИСТОВ НАЧАЛЬНОЙ ГРУППЫ ПОДГОТОВКИ И СПОРТСМЕНОВ ВЫСШЕЙ КВАЛИФИКАЦИИ <i>Р.В. Сидоров (Уральский государственный экономический университет)</i> <i>Д.А. Корюкин (Курганский государственный университет)</i>	706
КРИЗИС МЕЖДУНАРОДНОГО ТУРИЗМА В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЯЮЩИХСЯ ФАКТОРОВ ВНЕШНЕЙ СРЕДЫ <i>А.С. Сизикова (Белорусский государственный университет физической культуры)</i>	713
ПЕРЕХОД ОТ «ЛАЗЕРА» К «ILCA» – ВЛИЯНИЕ СМЕНЫ БРЕНДА НА ПОДГОТОВКУ ЯХТСМЕНОВ <i>В.А. Симакин, И.В. Русакова (Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта)</i>	717
ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ И ЦЕЛИ У ПЛОВЦОВ 13-15 ЛЕТ <i>К.К. Симанова (Мурманский арктический государственный университет)</i>	720
РАЗРАБОТКА МАРКЕТИНГОВОЙ СТРАТЕГИИ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ <i>Ю.М. Симдянова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	725
АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ МЕЖДУНАРОДНОЙ ПОЛИТИКИ НА СПОРТ ВЫСОКИХ ДОСТИЖЕНИЙ <i>И.В. Скворцов (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i> <i>А.С. Кочуров (Приволжский исследовательский медицинский университет)</i>	728
ПРИМЕНЕНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ СОШ <i>А.И. Слободенюк, В.О. Ноткина, В.С. Невиницына (Томский государственный педагогический университет)</i>	733
ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ВФСК «ГТО»: ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ <i>Ю.И. Смолина (Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма)</i>	738

ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИТИЯ МОЛОДЕЖНОГО ТУРИЗМА В ЛУГАНСКОМ РЕГИОНЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ <i>А.В. Соколова (Луганский государственный университет имени Владимира Даля)</i>	740
РАЗВИТИЕ ГТО В АЛТАЙСКОМ КРАЕ <i>Г.Д. Сорокин, Н.Ю. Молчкова (Алтайский филиал Российской Академии народного хозяйства и народной службы при президенте РФ).....</i>	743
ТЕХНОЛОГИЯ ПОУРОВНЕВОГО ФОРМИРОВАНИЯ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» <i>И.А. Сорокин (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</i>	746
РАЗВИТИЕ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В РОССИИ И МИРЕ <i>И.А. Сорокин, Г.А. Блохин (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского) А.И. Сорокин (Пеля-Хованская спортивная школа).....</i>	751
РАЗВИТИЕ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ГРУЗИИ <i>И.А. Сорокин, И.Э. Бичаивили (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</i>	754
РЕГУЛИРОВАНИЕ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ГРУЗИИ <i>И.А. Сорокин, И.Э. Бичаивили (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</i>	756
ФОРМИРОВАНИЕ ГРУПП ДЛЯ ЗАНЯТИЙ КИОКУШИН КАРАТЭ С УЧЕТОМ ЖЕНСКОГО ОРАГНИЗМА <i>О.Ф. Стромкова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</i>	759
УЧЕТ СОВРЕМЕННЫХ ТЕНДЕНЦИЙ РАЗВИТИЯ АНИМАЦИОННЫХ ПРОГРАММ НА КРУИЗНЫХ ТЕПЛОХОДАХ В ПРОЕКТИРОВАНИИ СОДЕРЖАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ДЛЯ СФЕРЫ ТУРИЗМА <i>В.Б. Субботин, А.А. Панфилова, Е.В. Субботина (Российская международная академия туризма, Московский филиал Российской международной академии туризма)</i>	765
ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ PR-СПЕЦИАЛИСТА И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СВЯЗЕЙ С ОБЩЕСТВЕННОСТЬЮ В ОБЛАСТИ СПОРТА <i>А.А. Судариков, И.А. Сударикова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....</i>	769
РАЗВИТИЕ ТУРИЗМА В РЕГИОНАХ АРКТИЧЕСКОЙ ЗОНЫ РОССИИ <i>А.П. Тараненко, И.Н. Сафронова, Т.В. Трофимова (Нижегородский институт управления – филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ)</i>	772
АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ КАК СПОСОБ БОРЬБЫ С ПОЛИТИЗАЦИЕЙ СПОРТА – ИСТОРИЯ ВОПРОСА <i>Ю.С. Тараник (Нижегородский институт управления Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ)</i>	776

ГЕОИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ТУРИЗМЕ: АГРЕГАЦИЯ СОБЫТИЙ И ИХ ВИЗУАЛИЗАЦИЯ НА ЦИФРОВОЙ КАРТЕ <i>Ю.Е. Тепаева, С.А. Ямашкин, А.А. Камаева (Национальный исследовательский Мордовский государственный университет)</i>	780
ЗНАЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В ЖИЗНИ СТУДЕНТА, РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ <i>М.В. Тимофеев, Л.А. Евграфова (Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева)</i>	787
ИССЛЕДОВАНИЕ КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЙ В ОБЛАСТИ ФУТБОЛА: ПРИЧИНЫ И РЕЗУЛЬТАТЫ ПОСТ-КРИЗИСНОГО РЕАГИРОВАНИЯ <i>А.Н. Тимохович, В.В. Игнатов (Государственный университет управления)</i>	792
УПРАВЛЕНИЕ РИСКАМИ СПОРТИВНОГО БИЗНЕСА И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА <i>У.Б. Турдубеков, К.М. Тургунов, Б.Ш. Халиков (Узбекский государственный университет физической культуры и спорта)</i>	796
ПОДГОТОВКА ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ШАШИСТОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ <i>Н.Ю. Федорова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i> <i>М.Г. Федоров (Спортивная школа № 17 по шашкам имени А.Ф. Лазаренко)</i>	799
МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА СБОРНОЙ КОМАНДЫ ПО ВОЛЕЙБОЛУ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ <i>В.А. Фиризанов, К.Ю. Хаченкова (Нижегородская академия Министерства внутренних дел РФ, Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	802
ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РОССИИ <i>В.А. Фиризанов, Ю.А. Бахарев (Нижегородская академия Министерства внутренних дел РФ, Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	806
ПРОБЛЕМА ОЦЕНКИ ГОТОВНОСТИ К СОРЕВНОВАНИЯМ <i>В.А. Фиризанов, К.Ю. Хаченкова (Нижегородская академия Министерства внутренних дел РФ, Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	810
САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТА <i>В.А. Фиризанов, К.Д. Дятлова (Нижегородская академия Министерства внутренних дел РФ, Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	813
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ГИБКОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ У КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ <i>В.А. Фиризанов, К.Д. Дятлова, А.А. Харитоновна (Нижегородская академия Министерства внутренних дел РФ, Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского, Московский технический университет связи и информатики)</i>	818

ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ

Н.О. Фокин (Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского)822

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СЕМЬЕ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА

К.Ю. Хаченкова, Н.С. Мошкова (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....825

МЕТОДИКА ВВЕДЕНИЯ КУРСАНТОВ ПЕРВОГО КУРСА В ДИСЦИПЛИНУ «ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

К.Ю. Хаченкова, Д.С. Семикин, И.Н. Блудова (Национально-исследовательский Нижегородский государственный университет им. Лобачевского, Челябинский филиал Военного учебно-научного центра Военно-воздушных сил Военно-воздушной академии им. Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина, Омская Академия Министерства внутренних дел РФ).....829

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ СИМУЛЯЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ

Ю.В. Цыплухина, Д.В. Мерзликін, А.С. Лысенков (Военный учебно-научный центр военно-воздушных сил «Военно-воздушная академия им. проф. Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина)833

ФАКТОРЫ КОМПЛЕКСНОЙ ОЦЕНКИ ТЕРРИТОРИЙ КРУИЗНОГО МАРШРУТА ПЕРМЬ- УСОЛЬЕ-ВИШЕРА

Е.В. Чабанова, Е.А. Чабанов, Е.В. Бартова, Л.С. Скорюпина (Пермский филиал Волжского государственного университета водного транспорта, Пермский национальный исследовательский политехнический университет)837

ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА

Н.Н. Черевичник, Н.А. Ерохина, М.П. Коновалова (Саратовские государственные технический университет имени Гагарина Ю.А.).....841

КЛАСТЕРНЫЙ ПОДХОД И ЦИФРОВЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОЗЯЙСТВУЮЩЕГО СУБЪЕКТА СПОРТА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ

М.С. Чистяков, Д.И. Лукашина (Российский университет кооперации, Владимирский филиал) А.Л. Золкин (Поволжский государственный университет телекоммуникаций и информатики)847

ИСТОРИЯ ДОПИНГОВОГО КОНФЛИКТА И ПРИ ЧЁМ ЗДЕСЬ «ТРИ СЕКУНДЫ»

Е.Р. Шумыло, Ю.В. Меркурьева, А.Ю. Басараб (Вологодский государственный университет).....852

ПРИЧИНЫ ОТСУТСТВИЯ АМЕРИКАНСКОГО ФУТБОЛА В ПРОГРАММЕ ЛЕТНИХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

В.А. Щербаков (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....856

ТРАВМАТИЗМ В СПОРТЕ

С.В. Щуров (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского).....861

УСТРАНЕНИЕ ЭНДОГЕННОЙ ИНТОКСИКАЦИИ С ПОМОЩЬЮ ОТЕЧЕСТВЕННОГО ПРЕПАРАТА РЕОМАННИСОЛ ПРИ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ МОДЕЛИ ДИАБЕТИЧЕСКОЙ СТОПЫ

Х.И. Эрназаров, У.Ю. Эргашев (Ташкентская медицинская академия).....866

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРАКТИВНЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ОБУЧЕНИИ УЧАЩИХСЯ ОСНОВАМ АЛГОРИТМИЗАЦИИ И ПРОГРАММИРОВАНИЯ В БАЗОВОМ КУРСЕ ИНФОРМАТИКИ <i>Ю.А. Юдина (Мордовский государственный педагогический университет имени М.Е. Евсевьева)</i>	869
ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ НА ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ В ТЕХНИЧЕСКОМ ВУЗЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ППФП СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЁННЫМИ ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ <i>А.А. Юрьева (Южно-Российский государственный политехнический университет (НПИ) имени М.И. Платова)</i>	873
ОБЗОР МЕДИЙНОЙ ФУТБОЛЬНОЙ ЛИГИ <i>Д.В. Яковлев, И.А. Сорокин (Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	877
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ: СОВРЕМЕННЫЕ ТРАКТОВКИ И ПЕРСПЕКТИВЫ ВНЕДРЕНИЯ <i>М.Д. Ярошенко, В.Н. Тараторина (Вологодский государственный университет)</i>	879
РЕГБИ КАК ИНСТРУМЕНТ ПОДДЕРЖАНИЯ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ <i>М.П. Яценко, Е.В. Ореховская (Кемеровский государственный университет)</i>	883
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ОРГАНАХ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ <i>С.П. Ячменев, А.П. Голодов, К.Ю. Хаченкова (Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ, Краснодарская Академия Министерства внутренних дел РФ, Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского)</i>	887
СПОСОБЫ ОБРАЗОВАНИЯ НОВЫХ СЛОВ СПОРТИВНОЙ ТЕМАТИКИ В РУССКОМ ЯЗЫКЕ <i>Е.И. Яценко (Смоленский государственный медицинский университет)</i>	893

РАЗГОВОРНЫЙ СИНТАКСИС КАК СТИЛИСТИЧЕСКАЯ ОСОБЕННОСТЬ СОВРЕМЕННОЙ ПРОЗЫ (на материале произведений Л. Петрушевской)

К.А. Азгур, А.А. Аладьина

Таразский региональный университет имени М.Х. Дулати

Аннотация. В статье описываются разговорные конструкции, которые активно вошли в текстовое пространство произведений Л. Петрушевской, а именно лексический повтор с синтаксическим распространением, различные способы организации чужого слова: несобственно-прямая речь, непомеченная-прямая речь и пр.

Ключевые слова: экспрессивный синтаксис, экспрессивная конструкция, способы организации чужого слова, несобственно-прямая речь, непомеченная-прямая речь, «синтаксическое лицо» разговорной речи, этапы вхождения разговорных конструкций в текстовое пространство произведений.

В последнее десятилетие всё более распространённой в речевой сфере современной художественной прозы является ориентированность на разговорную речь. Это связано не только с демократизацией русского языка в целом, но и со стремлением авторов имитировать разговорную речь, ввести в повествование голос простого «человека с улицы». Подчёркнутое, демонстративное использование разговорной речи не только в персонажной сфере, но и в авторской меняет общую композиционно-речевую структуру художественных произведений, расширяет несобственно-прямую (авторскую) речь, придаёт элементам разговорной речи экспрессивный характер. Ярким примером использования элементов разговорной речи в художественной прозе могут служить произведения Л. Петрушевской, Т. Толстой, Л. Улицкой, рассказы М. Палей, Е. Арифонова, Д. Пригова, В. Пелевина и мн. др.

Широкое проникновение разговорной речи в художественную литературу происходит на уровне всех языковых средств, но, прежде всего, – синтаксических и лексических.

В связи с этим остановимся на характеристике разговорных синтаксических конструкций.

Представим синтаксическое "лицо" разговорной речи в табличной форме:

Простое предложение	Сложное предложение
1. Широкое использование нечленяемых предложений: утвердительных, отрицательных, побудительных.	1. Активное использование сложносочиненных и бессоюзных сложных предложений элементарной структуры.
2. Активное использование вопросительных и восклицательных предложений.	2. Нагромождение одинаковых союзов (сочинительных и подчинительных).
3. Употребление различного рода актуализаторов (местоимений, отрицательных или утвердительных частиц).	3. Пропуск соотносительного слова в рамках сложноподчиненного предложения.

4.Повтор актуальных компонентов.	4.Включение главной части в состав придаточной части.
5.Широкое использование вводных и вставных конструкций.	5.Слияние придаточной части с главной.
6.Особый разговорный порядок слов.	6."Самостоятельные" придаточные.
7.Особая роль интонации (темп речи, тон, мелодика, паузы, логическое ударение и т.д.).	7.Низкий процент использования многочленных сложных предложений.

Интересно проследить этапы вхождения разговорных конструкций в язык художественной прозы. Приведем концепции Н. Ю. Шведовой, Г. Н. Акимовой, Е. А. Покровской:

Н. Ю. Шведова указывала, что существуют «две ступени вхождения разговорных конструкций в систему письменной речи»: «на первой ступени разговорная конструкция полностью сохраняет свою специфическую окрашенность и воспринимается как нечто по отношению к письменному тексту внешнее, инородное: на второй ступени оказывается элементом системы внутри письменной речи, для придания ей непринужденности и свободы для непосредственного контакта с читателем». [5, с.15-17]

Г. Н. Акимова отмечает, что на первой ступени вхождения устных конструкций в литературный язык они копируются в речи персонажей художественных произведений.

Вторая ступень вхождения устных конструкций в литературный язык – употребление разговорных конструкций в авторской речи (художественной и публицистической), именно здесь создаются экспрессивные синтаксические конструкции.

Третья ступень вхождения в письменный синтаксис знаменуется стилистическим сдвигом, выражающимся в нейтрализации экспрессивного оттенка. [2, с.28-32]

Е. А. Покровская предлагает свою типологию вхождения разговорных конструкций в художественный текст:

По ее мнению, изначально включение разговорных конструкций приходится на начало XX в. Ярким примером может служить творчество Б. Пастернака.

Дальнейшее развитие разговорных конструкций в языке художественной литературы прослеживается в литературе конца 20-х-50-х годов XX века.

Хронологические рамки третьего этапа художественной прозы XX века можно условно обозначить с 60-х до середины 80-х годов. Но жесткая нормированность начинает отступать.

Динамикой синтаксиса в лингвокультурологической периодизации стали 80-е – 90-е годы. [5, с.11-18]

Интересно проследить, как меняются синтаксические типы прозы. Приведем примеры синтаксической и актуализирующей прозы:

Синтаксическая проза	Актуализирующая проза
<p>Меня невольно поразила способность русского человека применяться к обычаям тех народов, среди которых ему случается жить; не знаю, достойно ли порицания или похвалы это свойство ума, только оно ясно доказывает невероятную его гибкость и присутствие этого ясного здравого смысла, который прощает зло везде, где видит его необходимость или невозможность его уничтожения (Л.).</p>	<p>Сеть в искусстве понятия – драматический анекдот и композиция. В анекдоте один влепил пощечину, другой схватился за щеку. А в композиции главное, кто ударил и кого. Потому что реакция оскорбленного непредсказуема. Может заплакать, может и захохотать, может обнять обидчика и утешить его, а может и почесаться или умереть от оскорбления (Анч.).</p>

Второй пример – это расчлененный расчлененный текст. Синтаксическая расчлененность – это основное проявление аналитизма, потому что синтаксическая цепочка нарушается в разных синтаксических звеньях.

Проза Л. Петрушевской – яркий пример использования экспрессивных конструкций, в основе которых лежит разговорный субстрат.

Произведения Л. Петрушевской можно отнести к особому типу женской прозы, в которой органично совмещаются "мужское" и "женское" начала. В центре ее повествования семейно-бытовые события, которыми наполнена жизнь женщины. Однако эти самые обычные, на первый взгляд, житейские истории наполнены различными мотивами: литературными, библейскими, мифологическими. Основными концептами для писательницы являются: Человек, Женщина, Мужчина, Ребенок, Жизнь, Смерть, Судьба, Время, Пространство. Например: "Ну ты же можешь, ну ты же можешь! – частенько восклицала сопрано. – Вон на вечере встречи ты же была самая клевая! Как на тебя все смотрели! Ну что тебе стоит, на, на, возьми тушь! Губы подкрась!" (Л. Петрушевская "Призрак оперы").

В данном примере автор акцентирует внимание на внешней женской красоте, которую в принципе легко "подкорректировать" с помощью туши и помады.

Многие исследователи творчества Л. Петрушевской не раз отмечали, что писательница пользуется очень скромными художественными средствами. «А если точнее – то едва ли не единственным, но доведенным до совершенства за многие годы творчества: **речевой характеристикой**» [2, с.33]

Л. Петрушевская сознательно индивидуализирует речь персонажей, часто закрепляя за тем или иным героем определенные речевые особенности. С помощью прямой речи автор более точно знакомит читателя с личностными качествами персонажей, их поведением.

Излюбленным синтаксическим приемом писательницы становится введение прямой речи персонажа в повествование без каких – либо графических показателей: Софа быстро вышла. Заперла номер и пулей сбежала по лестнице в столовую, съела то, что осталось на столе, – яйцо, холодную кашу и хлеб с сыром. Официантки собирали посуду. **Фу, пронесло** (Л. Петрушевская «Найди меня, сон»).

Соотношение различного рода речевых пластов, ориентация на разговорное слово- одна из особенностей прозы Л. Петрушевской.

Л. Петрушевская в своих произведениях достаточно широко использует несобственно – прямую речь как особый стилистический прием, позволяющий передать индивидуальный стиль говорящего, эмоциональную окраску речи персонажа, лишая ее некоторой нарочитости, которая свойственна косвенной речи благодаря столкновению особенностей чужой речи и синтаксической формой ее передачи: **К этому надо привыкать, решила она**, панически пляясь в сторону (Л. Петрушевская «Как цветок на заре»).

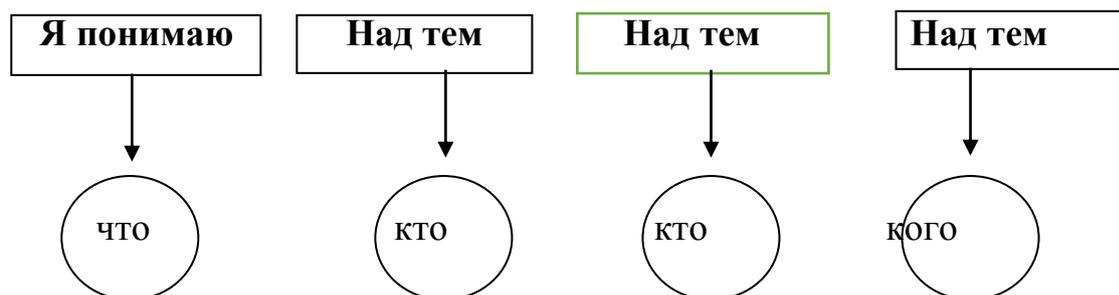
В произведениях Л. Петрушевской наблюдается своя, особая эстетика построения текста, своеобразная поэтика, помогающая наиболее адекватно выразить замысел произведения, у автора выработался неповторимый стиль, что говорит об истинном таланте и самобытности. Поэтическую стилистику Л. Петрушевской определяют чаще всего термином «поэтика повседневности». И, на наш взгляд, это наиболее емкая формулировка, отражающая своеобразие ее творческого почерка.

Часто в потоке «сознания персонажа» автор использует экспрессивные конструкции. Например, лексический повтор.

- Я понимаю, это сенсация! Съемки в реальном времени! А? Все будут смотреть не отрываясь! Все купят эту запись! Ну, спасите же нас! Это будет еще интереснее, я вас уверяю! Ещё дороже будет стоять кассета! Помогите- и - те! Ка- ра- уул! Этот мешок- то, что осталось от моего мальчика! Я понимаю, что вы смеетесь надо мной, как всегда люди смеются над дураком, который поймал себя на удочку! Над тем, кто упал, над тем, кто потерял штаны! Над тем, кого снимает сам себе режиссёр! Но не смейтесь! С каждым из вас это может случиться. Доченька! Не бросай меня! Не смейтесь над моими слезами, вы! Вас могут также убить, как моего Кузю! (Л. Петрушевская. «Город света: нашествие»).

Чаще всего в прозе Л. Петрушевской лексический повтор выражен личным глаголом (в данном случае – понимаю), и тогда у такого повтора синтаксический распространитель может быть представлен в виде придаточной- изъяснительной части СПП (как и в приведенном примере). Второй повтор личной формы глагола (смеетесь) в приведенном примере акцентирует внимание на информации, содержащейся в придаточных местоименно- соотносительных, причем повтор соотносительных местоимений в неполных предложениях помогает восстановить опущенный глагол (смеются).

Схемы проиллюстрируют наши наблюдения:



В последних предложениях личный глагол (смеются) транскрибируется в глагол повелительного наклонения (не смейтесь). Изменение модального плана в предложении усиливает экспрессию всей синтаксической конструкции.

В прозе Л. Петрушевской лексический повтор выполняет различные функции: уточнение, имитация живой разговорной речи, создание эффекта «потока» сознания, актуализация внимания читателя и т.д.

Писательница внимательно вслушивается в речь своих героев, дословно воспроизводит их «словечки», оговорки, вводя нас через речь как бы внутрь современной жизни общества. Таким образом, создается эффект звучащей речи, представленной в письменной форме. Исследователи творчества Л. Петрушевской называют ее прозу «целым лингвистическим континентом со своим словарем, синтаксисом и стилистикой», а ее стилю дают название «поэзия языка». Петрушевская один из немногих современных писателей, умело использующей синтаксические конструкции в своих произведениях.

Список литературы

1. Акимова Г. Н. Новые явления в синтаксическом строе современного русского языка. Л., 1982.
2. Комелева А. Л. Проза Л. Петрушевской: содержательно-эстетический дискурс, типология// Мир науки, культуры, образования. Ярославль: ЯрГУ, 2013.
3. Петрушевская Л. Собрание сочинений в 5-ти томах. М., 1996.
4. Покровская Е. А. Этапы развития русского синтаксиса в лингвокультурологическом аспекте. Ростовский государственный университет// Русский язык. 2001. №8.
5. Шведова Н. Ю. Активные процессы в современном русском синтаксисе. Москва., 1992.

COLLOQUIAL SYNTAX AS A STYLISTIC FEATURE OF MODERN PROSE

(based on the works of L. Petrushevskaya)

A. Korlan, A. Aladina

Taraz Regional University named after M. Kh. Dulaty

Abstract. The article describes colloquial constructions that actively entered the text space of L. Petrushevskaya's works, namely lexical repetition with syntactic distribution, various ways of organizing someone else's word: improperly direct speech, unmarked direct speech, etc.

Keywords: expressive syntax, expressive construction, ways of organizing someone else's word, improperly direct speech, unmarked direct speech, "syntactic face" of colloquial speech, stages of entry of colloquial constructions into the text space of works.

ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ ВИННОГО ТУРИЗМА В РОССИИ

А.Ю. Александрова, Е.С. Новичкова

Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова

Аннотация. В настоящее время отмечаются высокие темпы роста винного туризма в России вследствие ряда условий, сложившихся на отечественном туристском рынке. В статье рассмотрены и проанализированы факторы формирования и развития российского винного туризма.

Ключевые слова: факторы развития туризма, винный туризм России

Введение

Сегодня индустрия туризма и гостеприимства России переживает стадию переосмысления и трансформации существующих туристских продуктов, что сопровождается выходом на рынок новых предложений и направлений. Одним из проявлений таких изменений является формирование и развитие винного туризма.

Впервые в 1996 г. географ Колин Майкл Холл дал определение понятия «винный туризм». До настоящего времени оно является общепризнанным в мировом научном сообществе. Согласно Холлу, «винный туризм – это посещение виноградников, виноделен, винных фестивалей и винных выставок, для которых дегустация виноградного вина и (или) знакомство с винодельческим регионом являются основными мотивирующими факторами для посетителей» [16].

В российской научной литературе отсутствует общепринятое толкование понятия «винный туризм». На законодательном уровне была предпринята попытка введения понятия винного туризма – сенаторами был внесен в Государственную думу законопроект № 149339-8. В нормативном документе винный туризм понимается как «одно из направлений сельского туризма, предусматривающее посещение виноградарских и (или) винодельческих хозяйств, в целях отдыха, ознакомления с их деятельностью и (или) участия в сельскохозяйственных работах без извлечения материальной выгоды с возможностью предоставления услуг по временному размещению, организации досуга, экскурсионных и иных услуг» [3].

Винный туризм в мире и в России является достаточно молодым видом туризма. На международном уровне он начал формироваться с конца 1990-х – начала 2000-х гг. В России винный туризм зародился позднее, когда в 2010 г. было образовано первое структурное подразделение, отвечающее за предоставление туристских услуг на территории винодельни – Центр винного туризма «Абрау-Дюрсо» [14].

Видится важным рассмотреть факторы, способствующие развитию винного туризма в России.

Развитие виноградарства и виноделия в постсоветский период

Российское виноделие в промышленных масштабах зародилось во второй четверти XIX века благодаря деятельности князя Михаила Воронцова, создавшего первую в Крыму и России винодельню (современная «Массандра»). Позднее промышленное развитие виноделия продолжил князь Лев Голицын, основав завод игристых вин «Новый свет» на Южном берегу Крыма и «Абрау Дюрсо» на Черноморском побережье [4].

В период СССР виноградарство и виноделие достигло вершины своего развития: в несколько раз были увеличены площади виноградников, построены новые винодельческие предприятия, создана масштабная научная база виноградарства и виноделия. Однако антиалкогольная кампания 1985-1987 гг., а следом экономический кризис 1990-х гг. негативно отразились на состоянии этих подотраслей сельского хозяйства и промышленности.

Винные предприятия стали возрождаться в 2000-х гг. благодаря частным инвестициям российского бизнеса (для которого виноделие и виноградарство было непрофильной специализацией) и иностранному капиталу. В этот период осуществлялась модернизация советских заводов и строилась новая инфраструктура, расширялись площади виноградников. Наиболее интенсивно процесс восстановления подотраслей происходил в Краснодарском крае, в наименьшей степени – в Ставропольском крае, кавказских республиках и регионах Нижнего Поволжья.

В 2000-2010-х гг., среди представителей бизнеса и власти появился тренд на создание собственных микро- и малых виноделен по типу французский «шато» (фр. chate) преимущественно в Краснодарском крае, современной Республике Крым и г. Севастополь.

Присоединение Республики Крым и г. Севастополя, являющихся «колыбелью» российского виноделия, оказало положительный эффект на развитие виноградарства и виноделия страны. За период 2013-2014 гг. площади виноградников увеличились с 64,4 до 90,2 тыс. га. Показатель продолжает расти – в 2020 г. площадь виноградных насаждений составила 96,8 тыс. га. [10]

Формирование винной культуры питья

С момента распада Советского Союза – культура питья России претерпела значительную трансформацию. Ранее люди средних и старших возрастов отдавали предпочтение винам, преимущественно красным полусладким, а также более крепким алкогольным напиткам [6]. Сейчас винная культура питья распространилась на более молодые поколения (от 25 до 35

лет), которые потребляют полусухие и сухие вина [6, 9]. По итогам 2021 г. Россия оказалась на 8 месте в мире по потреблению вина (10,5 млн гектолитров в год) при этом показатель растет последние 4 года по данным Международной организация виноградарства и виноделия [11].

В настоящее время потребление вина – это стиль жизни. Увеличение платежеспособного спроса, глобализация, развитие розничных сетей винных магазинов, ресторанного бизнеса, а также повышение качества продукции российского виноделия способствовали росту винной культуры, особенно в крупных городских агломерациях [6]. На российском трудовом рынке за 30 лет появились новые профессии – сомелье и винный гид (винный экскурсовод). Создано несколько десятков «школ вина», а также изданы справочники, гиды (например, «Винный гид России» – ежегодный рейтинг лучших отечественных вин) и другая литература. Виноделие широко освещается в средствах массовой информации и среди блогеров.

Государственная поддержка виноградарства, виноделия и туризма

С 2016 г. Министерство сельского хозяйства реализует концепцию и государственную программу поддержки виноградарства и виноделия в России. По программе государством субсидируются: часть затрат на закладку и уход за виноградниками, часть затрат по инвестиционным кредитным договорам (договорам займа), заключенным на срок от 2 до 8 лет, связанных с виноградарством и виноделием, часть затрат на строительство селекционно-питомниководческих центров виноградарства и др [8]. Также действует преференция для виноматериалов, произведённых из российского винограда в виде налогового вычета акциза в размере 31 из 32 рублей на 1 литр реализованного виноматериала. Таким образом, отечественный винодел, производящий виноматериал из своего винограда заплатит 1 рубль акциза на 1 литр [2].

В 2019 г. был подписан федеральный закон ФЗ № 468 от 27.12.2019 г. «О виноградарстве и виноделии в Российской Федерации» [12], вступивший силу с 26 июня 2020 г. Он является первым базовым нормативным документом для виноградарства и виноделия. Закон носит протекционистский характер – он направлен на защиту российских виноградарей и виноделов, использующих для производства вина отечественный виноград. Согласно закону «Вином России» может называться вино, произведенное полностью из российского винограда. Вино, произведенное из иностранного виноматериала может называться только «виноградосодержащим напитком», и «не является вином». Нормативно-правовой акт, в том числе, направлен на ограничение использования иностранного виноматериала при производстве вина. Кроме того, законом вводится национальная система защиты вина по географическому указанию и наименованию места происхождения [12].

С 2022 г. Министерство сельского хозяйства реализует конкурс на грант «Агротуризм» для поддержки реализации микро- и малыми сельскохозяйственными производителями проектов по развитию сельского туризма [7]. Например, агропредприятие может инвестировать в создание

объектов размещения туристов, их обустройство и подключение к инженерным коммуникациям, покупку туристского оборудования, проведение работ по благоустройству территории. Сумма гранта от 3 до 10 млн рублей и зависит от объема софинансирования самого производителя в проект [15]. Грант может помочь расширить свой бизнес и получить дополнительный доход за счет альтернативного канала сбыта продукции и оказания туристических услуг [5]. Предприятия должны быть зарегистрированы и осуществлять деятельность на сельской территории, они обязаны продолжать работу в этой местности не менее пяти лет со дня получения гранта и достигнуть показателей проекта.

Заинтересованность органов исполнительной власти в сфере туризма субъектов РФ и туристского бизнеса

В 2018 г. были разработаны и реализованы первые проекты по винному туризму. Пионерами в этом вопросе выступили Республика Крым и г. Севастополь. «Винная дорога Крыма» – один из первых эногастрономических туристских маршрутов, который включает рекомендованные к посещению винодельни, объекты гастро-, сельского и культурно-познавательного туризма полуострова.

Также был запущен проект «Терруары Севастополя», направленный на формирование нового туристского продукта и повышение туристской привлекательности города Севастополь. Цель – объединить крупные винодельни и фермеров для формирования винного маршрута. Однако из-за законодательных ограничений, связанных с запретом на строительство туристских объектов в пределах территорий виноградников (земли сельскохозяйственного назначения), малые виноделы не могут принимать участия в данном проекте. «Терруары Севастополя» позиционируется скорее, как комплексная программа, направленная на социально-экономическое развитие города.

В 2019 г. был представлен туристский маршрут «Винные дороги Боспорского царства». Это первый межрегиональный проект, имеющий культурную и историческую основу. Он объединяет Ростовскую область, Краснодарский край, Республику Крым, г. Севастополь – регионы, имеющие общее прошлое – от античности до современности. Объектами туристского показа выступают винодельни, музеи, древние городища и др. Таким образом, туристский продукт проекта включает в себя винный и культурно-познавательный туризм.

Другим шагом в развитии винного туризма является создание в 2021 г. Комиссии Российского союза туриндустрии (РСТ) по винному туризму, состоящая из представителей туристской и винной отрасли. В рамках профессионального союза предпринята попытка наладить взаимоотношения между тремя разобщенными элементами: представителями туристского бизнеса, винного бизнеса и органами власти.

Как ранее было сказано, в июне 2022 г. группа сенаторов внесла в Государственную думу законопроект, предусматривающий введение понятия винного туризма (эготуризма) [1]. Согласно документу, заниматься винным

туризмом могут только винодельческие хозяйства, т.е. организации или фермеры, имеющие лицензию на производство винодельческой продукции. Таким образом законопроект разрешает строительство виноделен и туристских объектов площадью не более 1 га на виноградопригодных землях, которые в свою очередь должны быть не менее 10 га. Данный документ «отменяет» для участников винного туризма существующий запрет строительства туристской инфраструктуры на землях сельскохозяйственного назначения.

Турагенства и туроператоры активно включают в свой туристский продукт посещение виноделен и фермеров. Туристский бизнес заинтересован в развитии данного направления, т.к. винный туризм является элементом экономики впечатлений. Посещение винодельни или виноградника вызывает положительные эмоции у туристов, ведь вино ассоциируется с отдыхом и расслаблением. Однако в российской практике объекты показа винного туризма скорее являются второстепенным элементом туристского продукта, чем его «ядром».

Сугубо винных туров (или эногастрономических туров) на отечественном туристском рынке представлено в ограниченном количестве. Это обусловлено тем, что такие туры организуют компании, специализирующие только на винном или гастрономическом туризме (насчитывается не более 20 туркомпаний во всей России) или немногочисленные частные винные гиды. Винные (эногастро-) туры не пользуются широкой популярностью из-за высокой стоимости такого предложения и сравнительно небольшой доли энофилов в России, которые являются их основными покупателями. Исключение составляет новый туристский пакет Российских железных дорог – гастротуристический поезд «К виноградникам у моря». Данный продукт можно расценивать как попытку сделать винный туризм доступным и массовым в России.

Маркетинг винодельческой продукции

Винный туризм в мировой практике рассматривается как способ продвижения винодельческой продукции на международном и национальном рынках. Винный туризм способствует лояльности потребителя к бренду винодельческой компании.

В 2010-е гг. возникают структурные подразделения у крупных и средних винных предприятий, отвечающих за предоставление туристских услуг: отделы по винному туризму, экскурсионные отделы, центры винного туризма и т.д.

С 2017 г. на различных отраслевых выставках России (Золотая осень, World Food и др.) в качестве экспонентов стали появляться крупные российские винодельни. Также получили развитие винные фестивали в Республике Крым и г. Севастополь – «WineFest», «ZBFest», «Winepark Fest» в Mriya Resort), в Краснодарском крае – Фестиваль вина в «Долина Лефкадия», «Строптивный виноград», винная выставка «WinExpo», в Ростовской области – «Донская лоза» и др.

Влияние геополитики

Геополитическое положение России также влияет на сдвиг потребительского выбора в пользу российского вина. С 2014 г. увеличились цены на импортные вина из-за роста курса евро и доллара. В 2022 г. из-за удорожания стоимости логистики винодельческой продукции, полного прекращения ввоза вин из некоторых стран (США, Австралия и Новая Зеландия) в розничных сетях и в винных картах ресторанов увеличивается число российских вин [13].

Заключение

Винный туризм – молодой, перспективный и набирающий популярность вид туризма в России. В статье было рассмотрено шесть факторов, которые способствовали его росту. Основопологающим фактором для формирования и развития российского винного туризма является восстановление в 2000-е гг. подотраслей виноградарства и виноделия после долгого кризисного периода 1980–1990-х гг. Формирование в России винной культуры питья «взрастило» энóфилов – одних из основных потребителей услуг винного туризма. Последнее десятилетие важную роль в развитии виноделия, а вместе с ним и винного туризма играет законодательная и финансовая поддержка государства. Реализация вино-туристских проектов, инициированных органами исполнительной власти в сфере туризма на региональном уровне способствовало популяризации данного туризма, а также диверсификации туристского продукта южных дестинаций. Винный бизнес рассматривает энóтуризм как способ продвижения своей продукции и формирования доверия у покупателей, а представители туристского бизнеса считают этот вид туризма частью экономики впечатлений.

Список литературы

1. В Госдуму внесли законопроект о винном туризме. Информационное агентство ТАСС. URL: <https://tass.ru/ekonomika/15003685> (Дата обращения: 29.11.2022).
2. Виноград, виноматериалы, виноградное или фруктовое сусло с 2020 года начали облагаться акцизами. Официальный сайт Федеральной налоговой службы. URL: https://www.nalog.gov.ru/rn91/news/tax_doc_news/9681410/ (Дата обращения: 20.11.2022).
3. Законопроект №149339-8 О внесении изменений в Федеральный закон «О виноградарстве и виноделии в Российской Федерации». Система обеспечения законодательной деятельности Государственной автоматизированной системы «Законотворчество». URL: <https://sozd.duma.gov.ru/bill/149339-8> (Дата обращения: 20.11.2022).
4. Зелинская Е. Л. К вопросам о становлении виноградарства и виноделия в Крыму в первой половине XIX века // Символ науки. 2016. №12-3. С. 36-38
5. Минсельхоз выбрал первых получателей гранта «Агротуризм». Официальный сайт Министерства сельского хозяйства Российской Федерации. URL: <https://mcx.gov.ru/press-service/news/minselkhoz-vybral-pervykh-poluchateley-granta-agroturizm/> (Дата обращения: 20.11.2022).

6. О настоящем и будущем винного потребления в России. Сетевое издание «Роскачество. Портал для умного покупателя». URL: <https://rskrf.ru/tips/eksperty-obyasnyayut/vino-potrebitelskoe-povedenie/> (Дата обращения: 20.11.2022).

7. Правительство утвердило постановление о грантовой поддержке агротуризма. Официальный сайт Правительства Российской Федерации. URL: <http://government.ru/docs/44177/> (Дата обращения: 20.11.2022).

8. Развитие виноградарства и виноделия. Официальный сайт Правительства Российской Федерации. URL: <http://government.ru/rugovclassifier/718/main/> (Дата обращения: 20.11.2022).

9. Ритейлеры рассказали, какие вина пьют россияне. Интернет-портал «Российской газеты». URL: <https://rg.ru/2021/11/25/ritejlery-rasskazali-kakie-vina-piut-rossiiane.html/> (дата обращения: 20.11.2022).

10. Российское виноделие. Аналитическое исследование. Национальные Кредитные Рейтинги (НКР). URL: https://ratings.ru/files/research/corps/NCR_Wine_July2021.pdf/ (дата обращения: 20.11.2022).

11. Состояние виноградарско-винодельческой отрасли в мире в 2021 году. Международная организация виноградарства и виноделия OIV. URL: <https://www.oiv.int/public/medias/8788/ru-note-april-2022.pdf> (дата обращения: 20.11.2022).

12. Федеральный закон от 27.12.2019 г. № 468-ФЗ О виноградарстве и виноделии в Российской Федерации. Официальный сайт Президента Российской Федерации. URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/45067> (дата обращения: 20.11.2022).

13. Цена за бокал: как санкции повлияют на винный рынок в России. Сетевое издание «Forbes.ru». URL: <https://www.forbes.ru/forbeslife/460673-cena-za-bokal-kak-sankcii-povliaut-na-vinnyj-rynok-v-rossii> (дата обращения: 20.11.2022).

14. Центр винного туризма «Абрау-Дюрсо». Национальный туристический портал Russia.Travel URL: <https://russia.travel/places/60f050a01459b465c3bcda09/detail> (дата обращения: 20.11.2022).

15. Эксперты назвали удачной идею грантовой поддержки сельского туризма в России. Информационное агентство ТАСС. URL: <https://tass.ru/ekonomika/13526247> (дата обращения: 20.11.2022).

16. С. М. Hall Wine tourism in New Zealand. In *Tourism Down Under II: Towards a More Sustainable Tourism*, Conference Proceedings (Kearsley, G., ed.), 1996, pp. 109–119, Centre for Tourism, University of Otago.

FACTORS FOR THE DEVELOPMENT OF WINE TOURISM IN RUSSIA

A.Y. Alexandrova, E.S. Novichkova

Moscow State University

Abstract. At present, there is a high growth rate of wine tourism in Russia due to a number of conditions prevailing in the domestic tourism market. The article considers and analyzes the factors of formation and development of Russian wine tourism.

Keywords: tourism development factors, wine tourism in Russia.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

А.В. Алибаи

Майкопский государственный технологический университет

Аннотация. В данной статье описываются актуальные вопросы, проблемы и задачи, связанные с формированием здорового образа жизни российской молодежи. Отмечается значимость этого демографического слоя населения в характере развития общества, его перспективе. Подчеркивается важная, значимая роль здорового общества в дальнейшем развитии страны, влияние здорового образа жизни на продолжительность жизни, на рождение здорового поколения в будущем, влияние здорового общества на экономическую ситуацию в стране. В статье отражена роль социально-экономических, социально-культурных реалий общества в приобщении молодежи к ценностям здорового образа жизни. Реализация государством множества программ – один из ключевых факторов для осуществления поставленных задач. Рассматриваются некоторые проблемы, которые проявляются в сельской местности при формировании здорового образа жизни молодых людей.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, общество, молодежь, социализация, ценности, здоровье.

Одним из основных аспектов развития благополучного общества является здоровье нации. Развитое общество – это прежде всего демографическое развитие, физически крепкое поколение, достаточный уровень продолжительности жизни, позитивный психологический настрой.

К значимым факторам состояния здоровья общества относятся жизненный уклад населения, занятия активными видами спорта, степень алкоголизации и наркотизации населения. Если проанализировать динамику заболеваний и временной нетрудоспособности населения, то можно понять насколько велико влияние негативных последствий на экономическое развитие страны. Здоровье нации – самый важный показатель действенности государственной политики, реализуемой в области здравоохранения [2].

Исходя из опубликованных общедоступных статистических сведений в 2021 году средний возраст в России составлял 40,6 лет. Половина населения нашей страны – это граждане моложе 39 лет. В 2022 году Государственная Дума в третьем чтении приняла закон о молодежной политике в Российской Федерации, а также сопутствующие поправки в Федеральный закон «О государственной поддержке молодежных и детских общественных

объединений», в котором нормотворчески предложено закрепить статус молодежи. К ней будут относиться российские граждане в возрасте от 14 до 35 лет включительно. Исходя из этих данных, мы можем понять какой огромной демографической группой является молодежь, от образа жизни которой зависит будущее развитие и благополучие нашего общества.

По данным экспертов здоровый образ жизни в наших семьях составляет более 50% общего состояния здоровья. Здоровый образ жизни человека – комплексное понятие, которое включает целый ряд разнообразных сфер деятельности. Сюда следует отнести: питание, занятие физической культурой, досуг, саморазвитие. Он зависит от общего экономического состояния населения, просвещенности, уровня образования, степени культуры, и досягаемости здравоохранения.

В последние годы состояние здоровья молодежи является актуальной проблемой развития современного общества. Одной из существенных причин рассматриваемой проблемы является несформированность у молодежи ценностного отношения к собственному здоровью. В дополнение отметим, что в основе выбора образа жизни огромное влияние оказывают привычки как полезные, так и вредные. По данным ВОЗ основной проблемой состояния здоровья молодежи являются гиподинамия, курение, алкоголь, наркотики, стрессы, несбалансированное питание (дистрофия и ожирение), материально-бытовые условия проживания. На долю здравоохранения приходится всего 10-15% данных вопросов – такие как эффективность профилактических мероприятий, своевременность и качество оказания медицинской помощи.

Несмотря на столь тревожную ситуацию, положительный образ жизни становится популярным среди молодых людей. Наиболее действенной альтернативой гипокинезии и гиподинамии в современных условиях могут выступать средства физической культуры, увеличение объема и интенсивности мышечной деятельности [1].

Для достижения этой цели политика государства направлена на приобщение молодежи к ценностям здорового образа жизни, что является одной из важнейших задач здравоохранения, образования, культуры. Так по всей стране мы наблюдаем тенденцию к увеличению численности организаций, проводящих работу в области физкультуры и спорта. Такие виды спорта как хоккей, футбол, гандбол, баскетбол, волейбол и плавание не теряют своей популярности ни среди подростков, ни среди людей более старшего возраста. Женская часть общества в желании достичь совершенства в каноны красоты, стремится в спортивные залы и фитнес центры. Правительство России на своём уровне вкладывает немалые средства для развития спорта и компенсации части затрат на посещение спортивных секций и клубов молодежью, что отражается в соответствующих законодательных нормах.

Настало время осмысления такого понятия, как физическая культура, личности, разработки «техники» ее реального воплощения в жизнь и решающим в физкультурном образовании и воспитании подрастающего поколения должно стать целенаправленное формирование и закрепление

осознанной, основанной на глубоких знаниях и убеждениях мотивации и потребности постоянно самостоятельно заботиться о своем здоровье. В этом случае важно осуществлять идею непрерывного физкультурного образования, начав с обязательного обучения, научить человека заботиться о своем здоровье, заниматься самообразованием в этой сфере деятельности в течение всей жизни [1].

Благоустройство инфраструктуры городов направлено на увеличение количества стадионов, бассейнов, парков, спортивных площадок во дворах многоэтажных домов. Все вновь возводимые детские площадки оснащаются лестницами, кольцами, брусками, что позволяет приобщиться к физкультуре с самого юного возраста.

Систематические занятия физическими упражнениями и спортом укрепляют здоровье и развивают физические способности молодежи. С психологической точки зрения, человек становится более здоровым, чувствует себя комфортно и уверенно.

Физическая подготовка в широком смысле трактуется как процесс воспитания физических качеств и овладения базовыми (жизненно важными) движениями. Физическая подготовка в узком смысле (в теории и практике спорта) трактуется только как процесс воспитания физических качеств [1].

Очень важную роль в организации здорового образа жизни играет сбалансированное рациональное питание. По данным ВОЗ за последние четыре десятилетия ожирение среди молодежи в мире возросло в десять раз. Если мы не изменим данную тенденцию, то количество молодых людей с избыточной массой тела превысит число сверстников с нормальным или заниженным весом.

Нарушение принципов сбалансированного питания молодежи связано прежде всего с тем, что многие люди используют в своем рационе «вредные» для своего организма продукты питания. К ним относятся сладкие газированные напитки, «фаст-фуд» – еда быстрого приготовления, нездоровые перекусы в виде чипсов и снеков. Для реализации принципов здорового питания нужно прежде всего отказаться от такой еды и соблюдать баланс жиров, белков и углеводов в правильном и здоровом рационе питания. Для решения этой задачи необходимо сделать выбор в пользу овощей и фруктов, цельного белка. Нужно отметить, что для воспитания принципов здорового питания, по информации Министерства здравоохранения в школьных и студенческих столовых запрещено готовить и реализовывать ряд таких продуктов как гамбургеры, чизбургеры, чипсы, натуральный кофе, энергетические напитки, использовать продукты, содержащие гидрогенизированные жиры. Это позволит молодому поколению выработать привычку к правильному рационально сбалансированному питанию.

Также немаловажное значение в организации здорового образа жизни имеет режим. Полноценный сон, не менее 8 часов, организация труда и отдыха позволит сохранить нервную систему организма в равновесном состоянии. Также занятия такими видами как цигун могут оздоровить организм. Цигун это

целостная система знаний и методов практики, включающая в себя упражнения, медитацию и разные способы дыхания, направленные на развитие человека, его оздоровление и лечение, расширение сознания, понимание своих жизненных задач и своей миссии [1].

Несмотря на реализацию многочисленных программ, направленных на поддержку государством молодежи, развития спорта, жилищных вопросов, досуговых центров в стране, одной из задач остаётся недостаточная социализация сельской молодежи в сравнении с городской. В связи с дефицитом работы, низким уровнем оплаты труда, большинство сельской молодежи испытывают неудовлетворенность в жизни, поэтому возможности удовлетворения досуговых, образовательных, оздоровительных потребностей ограничены. Закономерно, что «вредные» привычки сельской молодежи выше, чем у городской, а также по статистике сельские жители меньше ощущают себя полностью здоровыми в классическом понимании этого вопроса [2].

В республике Адыгея данному вопросу уделяется очень большое внимание. В 2022 году откроются три физкультурно-оздоровительных комплекса (ФОК) – в Майкопском и Красногвардейском районах. По федеральному проекту «Спорт – норма жизни» в республике будут введены в эксплуатацию ФОКи в поселке Первомайском и хуторе Пролетарском Майкопского района, а также в селе Красногвардейском.

В планы городских властей входит построить уличную площадку-воркаут для занятий гимнастикой и скейтпарк, три теннисных корта, в том числе один крытый, обустроить велодорожки. Кроме того, есть предложения по созданию крытого манежа с беговыми дорожками, строительству картодрома, регионального центра боевых искусств, площадки для проведения соревнований по киберспорту, а также для страйкбола (пейнтбол), тактических командных игр и военно-патриотического воспитания молодежи.

На основании вышеизложенного можно сделать выводы, что повышение уровня жизни, улучшение экономических и социальных реалий, доступных услуг в сфере здравоохранения, спорта, образования, культуры помогут воспитать поколение молодежи имеющего ценности здорового образа жизни, крепкой семьи, и доброго психологического настроения в обществе.

Список литературы

1. Ашхамахов К.И. Гимнастика Цигун: монография. Майкоп: Магарин О.Г. 2016. 424 с.

2. Бояк Т.Н. О формировании здорового образа жизни молодежи в современных условиях / Здоровье и образование в XXI веке [Электронный ресурс] // Клинический журнал: [сайт]. URL: <http://dx.doi.org/10.26787/nydha-2226-7425-2017-19-11> (дата обращения: 08.11.2022).

FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE OF MODERN YOUTH

A. V. Alibash

Maikop State Technological University

Abstract: this article describes current issues, problems and tasks related to the formation of a healthy lifestyle for Russian youth. The significance of this demographic stratum of the population in the nature of the development of society and its prospects is noted. The important, significant role of a healthy society in the further development of the country, the impact of a healthy lifestyle on life expectancy, on the birth of a healthy generation in the future, the impact of a healthy society on the economic situation in the country are emphasized. The article reflects the role of socio-economic, socio-cultural realities of society in introducing young people to the values of a healthy lifestyle. The implementation of many programs by the state is one of the key factors for the implementation of the tasks set. Some problems that are manifested in rural areas in the formation of a healthy lifestyle of young people are considered.

Keywords: healthy lifestyle, society, youth, socialization, values, health.

ИННОВАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ МИРОВОГО ТУРИСТИЧЕСКОГО СЕКТОРА НА ПРИМЕРЕ АЗЕРБАЙДЖАНА

Эльнур Гара оглы Аллахвердиев

Бакинский Колледж Бизнеса и Кооперации

Аннотация. Согласно Всемирной Туристской Организации (ЮНВТО), инновации в туризме определяются как «введение нового или улучшенного компонента, предназначенного для предоставления материальных и нематериальных выгод заинтересованным сторонам в сфере туризма и местному сообществу, для повышения ценности туристического опыта и основных компетенций туристов». Сектор туризма, ставший одним из самых быстрорастущих и расширяющихся секторов мировой экономики со второй половины 20-го века, является одним из важнейших секторов услуг, обеспечивающих экономическое, социальное и культурное развитие страны. В целом инновации используются как инструмент местного/регионального и национального развития. Чтобы сохранить этот динамизм, Азербайджан, который пытается получить большую долю на международном туристическом рынке, где потребности и ожидания быстро меняются из-за его конкурентоспособности, должен диверсифицировать свою туристическую деятельность и создать основу для развития туризма. Все это говорит об актуальности темы.

Ключевые слова: мировой туристический сектор, инновационный потенциал, пример Азербайджана, туристические инновации в Азербайджане, современный туризм

Инновация – это процесс инноваций, который проистекает из поиска лучшего мира для людей. В нашу эпоху конкурентоспособность стран, способность производить науку и технику, способность к инновациям и обучению людей основываются на инновациях.

Туристические предприятия, которые следят за инновационной деятельностью и технологическими разработками в мире, создают различия в предлагаемых ими услугах, ведут себя в соответствии с окружающей средой, заинтересованы в питании, отдыхе и счастье своих клиентов и обеспечивают

им впечатляющую атмосферу, должны больше работать над собой и использовать мировой опыт.

Туристические предприятия в сфере услуг играют важную роль в развитии экономики страны. На сектор туризма, в отличие от других секторов, существенное влияние оказывает инновационная деятельность, осуществляемая в контексте экономики страны.

В последние годы потребность в инновациях в сфере туризма стала более актуальной для таких целей, как усиление конкуренции, повышение производительности и устранение структурных проблем на рынке.

Способ повысить производительность туристических предприятий больше, чем у их конкурентов, заключается в проведении инновационной деятельности [1, с.56].

Туристические предприятия, которые сохраняют существующих клиентов, приобретают новых клиентов, повышают лояльность и лояльность клиентов и создают ценность для своих клиентов, получают устойчивое конкурентное преимущество [2, с.67].

В частности, наиболее важным способом для сектора услуг добиться устойчивого конкурентного преимущества является дифференциация за счет инноваций в продуктах и процессах.

Применение инноваций в сфере туризма в Азербайджане

Текущие показатели инноваций в сфере туризма в Азербайджане за последние годы следующие:

Дайвинг в помещении впервые в мире

В качестве первого из них можно привести пример того, что финал мировой серии Red Bull Cliff Diving 2021 пройдет 16 октября 2021 года в недавно открывшемся первом в мире Deniz Mall в крытом торговом центре. . Главная цель в этом финале – выиграть награду «Король Кахекили».

Страны мира проявляют большой интерес к этому событию. Безусловно, это новшество является очень благоприятной возможностью представить нашу страну миру и привлечь в нашу страну туристов.

Цифровое меню – Как модель искусственного интеллекта

Быстрое развитие технологий в значительной степени влияет на сектор туризма, как и на другие отрасли бизнеса, что приводит к дифференциации предлагаемых услуг. Интернет, мобильные устройства, интеллектуальные приложения и технологии социальных сетей обеспечивают новые модели обслуживания в туризме.

Однако использование искусственного интеллекта (интеллекта) в индустрии туризма как новой технологии, появившейся в последние годы, привлекает внимание как одна из проблем, освещенных в соответствующей литературе.

В каких услугах и в какой форме можно использовать искусственный интеллект в индустрии туризма, области применения этой технологии в индустрии туризма можно выразить в виде основных тем, освещаемых в смежных работах по данной теме.

Основные ожидания разработчиков технологий искусственного интеллекта связаны с разработкой компьютеров, которые думают и действуют как люди [5, с.56].

Как и люди, компьютеры стремятся учиться и развивать свой интеллект. Одним из лучших примеров компьютеров, которые думают и действуют как люди, являются меню цифровой системы искусственного интеллекта, реализованные в Азербайджане.

Впервые в Азербайджане в Deniz Mall сдан в эксплуатацию ресторан с цифровым меню.

Интерактивное меню Zazu – незаменимая инновация для клиентов со встроенными, постоянно меняющимися интересными играми, всевозможными видеороликами о еде, ресторанным меню, сервисом заказа без официанта, специально интегрированным для взрослых и детей.

Ручное управление меню в лазерном режиме обеспечивает особое удобство. На наш взгляд, такие цифровые меню необходимо использовать во всех ресторанах.

Это позволяет предприятиям собирать и анализировать большие объемы сложных данных с меньшими усилиями. Эти данные анализируются и классифицируются с помощью искусственного интеллекта [3, с.45].

Используя эту информацию, можно предлагать продукты и услуги, отвечающие потребностям и запросам клиентов, используя наиболее подходящие методы распространения в нужное время и в нужном месте [8, с.17].

Такие инновации в сфере услуг также повлияют на выбор бизнеса и решение клиентов о покупке. Компании, которые хотят воспользоваться этими возможностями, должны использовать новые технологии искусственного интеллекта, которые могут анализировать потребительские тенденции и предпочтения быстрее, глубже и проще, чем предыдущие приложения.

Приватизация систем продаж

Как известно, билеты покупаются на страницах онлайн-продаж. Количество таких систем продажи билетов на иностранных языках (английский, русский, польский и др.) достаточно велико. Эта система практически не существовала в Азербайджане до 2021 года.

Туристический Потенциал освобожденных территорий

Некоторые территории, которые азербайджанская армия пытается освободить от оккупации Армении, имеют большие перспективы для развития туризма. Речь идет о районах Шуша, Лачин, Кельбаджар, Агдам, которые пользуются популярностью у туристов еще со времен СССР. Но могут ли указанные регионы после восстановления территориальной целостности нашей страны снова стать туристическими направлениями?

Как сообщает Yenisabah.az, эксперт по туризму Джейхун Ашуров сказал, что территория Карабаха была выбрана за ее рельеф, природные богатства и исторические памятники. Он отметил, что после того, как Азербайджан

полностью восстановит свою территориальную целостность, эти территории должны быть признаны туристическими регионами мира:

«В советское время эти районы были самыми посещаемыми местами. Так, в Шуше было много санаториев. Кроме того, были и пионерские лагеря. В 80-е годы в Агдаме развивался потенциал туризма.

Шуша была открыта в 1936 году. Действовали Шушинское санаторно-курортное объединение на 1316 коек, туристическая база «Шафа» на 130 коек, лечебные центры на 100 коек в селе Гюлаблы, 50 коек в селе Шелли и 40 коек в Шахбулаге Агдамского района. в г. Шуша и включала 17 3-х этажных зданий.

Он добавил, что в 2013 году, когда был представлен ряд туристических направлений Азербайджана, в список этих направлений был добавлен Карабах: «Это был очень хороший шаг. Этот регион Азербайджана также должен быть более известен в мире.

После того, как азербайджанская армия полностью восстановит нашу территориальную целостность, в эти районы будет наплыв. Интерес нашего народа к Карабаху и прилегающим районам чрезвычайно высок. Это приведет к развитию внутреннего туризма. «К сожалению, когда армяне проводили политику этнической чистки на территории Азербайджана, они уничтожали исторические памятники».

Музаффар Агакаримов, советник председателя Ассоциации туризма Азербайджана, также считает, что туризм в этих регионах будет стремительно развиваться: «Карабахская зона считается культурным центром Азербайджана, колыбелью национальной культуры.

Ассоциация подготовит предложения и рекомендации по развитию туризма в Карабахе. После того, как Азербайджан восстановит свою территориальную целостность, после того как эти районы станут безопасными, необходимо организовать туда туристические маршруты.

В освободившихся от оккупации местах можно развивать различные виды туризма. Например, есть условия для развития экологического туризма. Наряду с международными отелями должны строиться двухзвездочные и многозвездочные отели.

До оккупации Ханкенди, Шуша, Кельбаджар, Агдам были известными туристическими зонами в Азербайджане. Туда поехало большое количество туристов из советских стран. Получил развитие и санаторно-курортный туризм тех мест.

Туристы останавливались как в санаториях, так и в домах. Это привело к увеличению доходов сельского и районного населения. Поэтому ожидается развитие туризма в этих районах. Горные лошади известны во всем мире. Экскурсии об этих лошадях можно организовать отдельно.

Самир Дюбенди, председатель правления Ассоциации гостиниц и ресторанов Азербайджана, говорит, что освобожденные территории богаты природными ресурсами [11]: «Эти районы имеют достаточно богатые водные ресурсы. районов. После полного освобождения земель Азербайджана "На территориях должна быть создана инфраструктура, в том числе туристическая.

Карабах можно быстро превратить в туристическое направление, работая в различных направлениях и выполняя комплексные работы. Вероятно, Азербайджан создаст условия для инвестиций на этих территориях».

С. Дубанди обратил внимание на важный вопрос [11]: «В Википедии есть раздел о Нагорном Карабахе. Там Нагорный Карабах указан как территория Армении, и предлагаются туры в те районы. Национальная академия наук Азербайджана должна работать над этим вопросом, и эта ложная информация, которая сбивает с толку мир, должна быть устранена. В будущем они могут вызвать недоумение у туристов. В мире Карабах был принят как неотъемлемая часть Азербайджана.

Заключение и предложения

В ходе исследования темы были получены следующие результаты:

Сектор туризма представляет собой социальную структуру, образованную движением людей. Сектор туризма, который оказывает влияние на международную валютную политику, способствует экономическому развитию стран, вызывая валютную активность. В этом контексте сектор дает жизнь экономике и дает значительные преимущества в повышении уровня благосостояния граждан страны. Чувствительный характер туристического сектора может быстро изменить поведение людей в сфере путешествий.

Результаты количественного исследования бизнеса продуктов питания и напитков показывают, что инновации оказывают линейное влияние на устойчивое конкурентное преимущество. Чтобы получить устойчивое конкурентное преимущество, сектор туризма должен постоянно быть в курсе событий и поддерживать готовность своих продуктов, услуг и методов производства к изменениям.

Для успешных изменений, основанных на инновациях, предприятиям нужны дальновидные менеджеры, стратегические решения менеджеров и сильный организаторский дух. Туристические предприятия должны предоставить своим сотрудникам возможность эффективно работать в сферах маркетинга, производства, исследований и разработок.

Туристические предприятия должны предоставить своим сотрудникам гибкость в использовании рыночных возможностей. В то же время творческих сотрудников внутри компании следует поддерживать и поощрять. Эффективное общение между высшим руководством и сотрудниками и построение прочных отношений может повысить эффективность организации.

Хотя искусственный интеллект – хорошо зарекомендовавшая себя технология с долгой историей, за последние несколько лет в этой области произошли разработки. Появившиеся в результате этих разработок приложения искусственного интеллекта стали надежно выполнять сложные задачи без посторонней помощи.

В заключение можно сказать, что использование технологий искусственного интеллекта, являющихся одним из важных достижений эпохи индустрии 4.0, в последние годы получает все более широкое распространение.

Искусственный интеллект, который раньше был предметом исследований технических наук, сейчас широко исследуется от образования до бизнеса, от менеджмента до маркетинга.

Использование технологий искусственного интеллекта в сфере услуг привлекло внимание как одна из тем, освещаемых исследователями в последние годы. Индустрия трудоемкого туризма является одной из важных отраслей сферы услуг, и сегодня обсуждается использование искусственного интеллекта в путешествиях и туризме.

В случае сильной организационной деятельности можно развивать инновационную деятельность, устранять угрозы на рынке, а предприятия могут превзойти своих конкурентов. По этой причине страны и туристические предприятия должны принять правильные стратегии и политику, которые поддерживают инновации и включают их в свои структуры. Эта работа исследовала концептуальный аспект инновационных стратегий и была ограничена туристическими компаниями.

Потенциальным исследователям, которые будут работать над этой темой в будущем, можно предложить изучить, какие инновационные стратегии важны в туристических предприятиях, с помощью количественных методов исследования.

Список литературы

1. Bilalov B.Ə. Turizm fəaliyyətinin tənzimlənməsi, Bakı, Mütərcim, 2016, 280 səh.
2. Həsənlı A.S. Turizm sektorunda yenilik anlayışı, Bakı, Azər nəşr, 448 səh.
3. Kamalov N.E. E-ticaret. Elm və təhsildə informasiya-kommunikasiya texnologiyalarının tətbiqinə dair elmi-praktiki konfransın materialları, Bakı, Qafqaz Universitetinin nəşriyyatı, 2017, 750 səh.
4. Məmmədov A.S. İnnovasiya prosesi və onun inkişaf tarixi, Bakı, Qanun, 2016, 287 səh.
5. Məmmədov R.R. Qloballaşma və elektron ticarət, / Qloballaşma prosesində Qafqaz və Mərkəzi Asiya, İqtisadiyyat və beynəlxalq münasibətlərə həsr olunmuş 3-cü Beynəlxalq konfrans materialları, Bakı, 2015, 120 səh.
6. Gural S.A. Artificial intelligence, robot technology, Istanbul, Western press, 2017, 459 p.
7. Kaya H.N. Innovation in Tourism and Hotel Management, İzmir, Serin, 2019, 452
8. Özer A.A. Yeni Ekonomide Bilgi Dönüşümleri ve Bilgi Şirketlerinin Artan Önemi. İstanbul: Active yayını, 2013, 444 s.
9. Pamukçu S.T. Teknoloji, Sanayileşme ve Türkiye, İstanbul, Mülkiye Dergisi, 2019, 288 s.
10. Pınar İ.A. Turizm endüstrisinde e-ticaret, İstanbul, Ekonomik yayınları, 2015, 432 s.
11. <https://yenisabah.az/isgaldan-azad-olunan-erazilerin-turizm-potensial>

INNOVATIVE POTENTIAL OF THE WORLD TOURISM SECTOR: THE EXAMPLE OF AZERBAIJAN

E. Allahverdiyev

Baku College of Business and Cooperation

Abstract. According to the World Tourism Organization (UNWTO), tourism innovation is defined as "the introduction of a new or improved component intended to bring tangible and intangible benefits to tourism stakeholders and the local community, to increase the value of the tourism experience and the core competencies of tourists." The tourism sector, which has become one of the fastest growing and expanding sectors of the world economy since the second half of the 20th century, is one of the most important service sectors that ensure a country's economic, social and cultural gains. In general, innovation is used as a tool for local/regional and national development. In order to maintain this dynamism, Azerbaijan, which is trying to get a larger share of the international tourism market, where needs and expectations are rapidly changing due to its competitiveness, needs to diversify its tourism activities and create tourism development pillars. All this indicates the relevance of the topic.

Keywords: world tourism sector, innovative potential, example of Azerbaijan, tourism innovation in Azerbaijan, modern tourism

ОЛИМПИЙСКИЕ ВИДЫ СПОРТА: ИСТОРИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ

В.М. Ангелов, М.Ю. Мочкаева

Саровский физико-технологический институт НИЯУ МИФИ

Аннотация. В статье анализируется информированность российской молодежи об олимпийских видах спорта на основе статистики интернет-запросов в поисковых системах и данных проведенного исследования. Кроме того, проведен ретроспективный анализ состава олимпийских видов спорта по олимпиадам, проведенным в XX и XXI веках. Предложены мероприятия, которые позволят повысить информированность россиян в теме олимпийских видов спорта.

Ключевые слова: олимпийские игры, олимпийские виды спорта, интерес, цифровой след, интернет-запросы, статистика обращений, Яндекс, Google

Каждые два года мировое сообщество наблюдает масштабное и яркое спортивное событие – олимпиаду. Она состоит из множества событий – спортивные соревнования, церемонии награждения, мероприятия в честь открытия и закрытия олимпиады. Несомненно, все они интересны и привлекают внимание миллионов людей по всему миру, но основной ценностью и носителем интриги, конечно, являются именно спортивные состязания.

Соревнования в рамках олимпиады проходят по определенному набору видов спорта – 33 в летнюю олимпиаду (олимпиада 2021(2020) г. в Токио), 7 – в зимнюю (2022 г. в Пекине). Это число не является константой и изменялось с течением времени. На первых играх нового времени (1896, Афины) были представлены: борьба, плавание, фехтование, лёгкая и тяжёлая атлетика, теннис, велоспорт, стрельба и спортивная гимнастика. Динамика числа олимпийских видов спорта в программе летних олимпийских игра представлено в таблице 1.

**Таблица 1. Динамика числа олимпийских видов спорта
в летних олимпийских играх в XX и XXI вв.**

Год, место проведения	Число видов спорта	Год, место проведения	Число видов спорта
1896, Афины	9	1960, Рим	17
1900, Париж	20	1964, Токио	19
1904, Сент Луис	18	1968, Мехико	20
1908, Лондон	22	1972, Мюнхен	23
1912, Стокгольм	14	1976, Монреаль	21
1916	Были отменены	1980, Москва	21
1920, Антверпен	22	1984, Лос Анджелес	23
1924, Париж	17	1988, Сеул	27
1928, Амстердам	14	1992, Барселона	32
1932, Лос Анджелес	14	1996, Атланта	26
1936, Берлин	19	2000, Сидней	28
1940	Были отменены	2004, Афины	28
1944	Были отменены	2008, Пекин	28
1948, Лондон	17	2012, Лондон	26
1952, Хельсинки	17	2016, Рио-де-Жанейро	28
1956, Мельбурн	18	2020 (2021), Токио	33

Составлено автором на основе [2, 5]

Можно отметить, что наибольшая изменчивость была свойственна этому количественному показателю на начальном этапе становления олимпийского движения в XX веке, в конце 80-х годов и сейчас. Олимпиада в Токио представила на 5 видов спорта больше, чем предыдущая. В программу были включены: скалолазание, скейтбординг, карате, серфинг и бейсбол [7]. Все новые виды спорта динамичные, яркие, привлекательные для молодежной аудитории, удобные для трансляций и, как следствие, ориентированы на привлечение рекламодателей [6]. Как нам кажется, именно так международное олимпийское движение старается выстроить коммуникации для повышения своей популярности среди молодежи, которая пока имеет нисходящий тренд, что подтверждает и проведенное нами ранее исследование, представленное в [1].

Для включения в программу олимпийских игр вид спорта должен отвечать ряду требований: широкое распространение в мире (для летних олимпиад в мужских видах спорта как минимум 4 континента и 75 стран, для женских – 3 континента и 40 стран), признание МОК федерации по данному виду спорта, соответствие олимпийскому девизу «Быстрее, выше, сильнее» (с 2022 года – «Быстрее, выше, сильнее – вместе») и наличие антидопингового кодекса. Естественно, каждый новый вид спорта, подлежащий включению в программу Олимпиады, утверждается Международным Олимпийским Комитетом [3, 4]. И включается в программу игр через 7 лет – чтобы была возможность у спортсменов подготовиться.

Для первичной оценки интереса к составу олимпийских видов спорта обратимся к статистике интернет-запросов, так как именно этот канал

получения информации является наиболее привычным для молодежной аудитории. В качестве источника информации будем использовать данные наиболее популярных поисковых систем Яндекс (wordstat.yandex.ru) и Google (Google Trends).

Как показал сервис wordstat.yandex.ru по запросу «олимпийские виды спорта» в октябре 2022 года было сделано чуть менее 60000 запросов. Лидеры по числу показов за месяц представлены в таблице 2.

Таблица 2. ТОП-10 поисковых запросов по теме олимпийских видов спорта в системе Яндекс в октябре 2022 года

Поисковый запрос	Число в месяц	Поисковый запрос	Число в месяц
олимпийские виды спорта	58 666	виды спорта входящие в олимпийские	4 980
виды спорта в олимпийских играх	15 494	в олимпийские виды спорта входят	4 967
программа олимпийских видов спорта	6 111	летние олимпийские виды спорта	4 937
зимние олимпийские виды спорта	5 976	виды спорта входящие в олимпийские игры	4 302
виды спорта в программе олимпийских игр	5 129	бывшие олимпийские виды спорта	3 954

При этом число запросов по анализируемой тематике с мобильных телефонов (поведение, которое по мнению маркетологов более характерно для молодежной аудитории) составляет 35030 (или 59,7%)

Сервис wordstat.yandex.ru позволяет проанализировать географическое распределение запросов, что дает возможность выявить регионы-лидеры. По анализируемой тематике в настоящее время ими стали крупнейшие города страны – Москва (5050), Санкт-Петербург (1604), Нижний Новгород (1025), Екатеринбург (573) и Новосибирск (569), что логично следует из численности этих населенных пунктов. Но интересно, что если добавить в проводимый анализ показатель региональной популярности, который характеризует интерес в запросу в контексте всех поисковых запросов, то можно увидеть, что в Москве (значение показателя 110%), Нижнем Новгороде (166%) и Екатеринбурге (104%) интерес к тематике интерес к составу олимпийских видов спорта выше среднестатистического, а в Санкт-Петербурге (88%) и Новосибирске (99%) – ниже.

Динамика числа запросов по словам «Олимпийские виды спорта» за последние 2 года – именно столько позволяет проанализировать сервис wordstat.yandex.ru, представлена на рис.1.

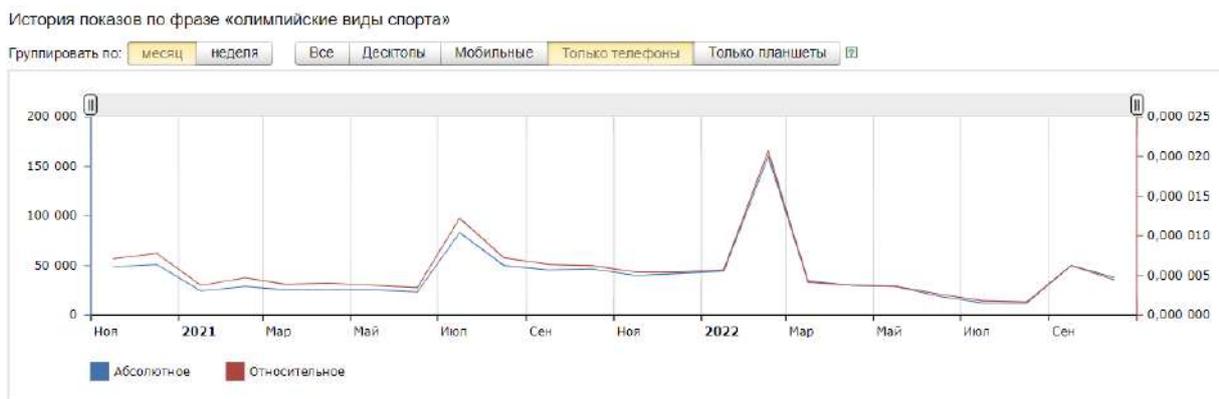


Рис. 1. Статистика запросов "Олимпийские виды спорта" с ноября 2020 по октябрь 2022 гг.

Статистика запросов в Google Trends доступна за 18 лет (с 2004 года), по запросу «олимпийские виды спорта» данные представлены на рисунке 2. Достаточно явно прослеживаются пики, совпадающие со сроками проведения очередных олимпиад.

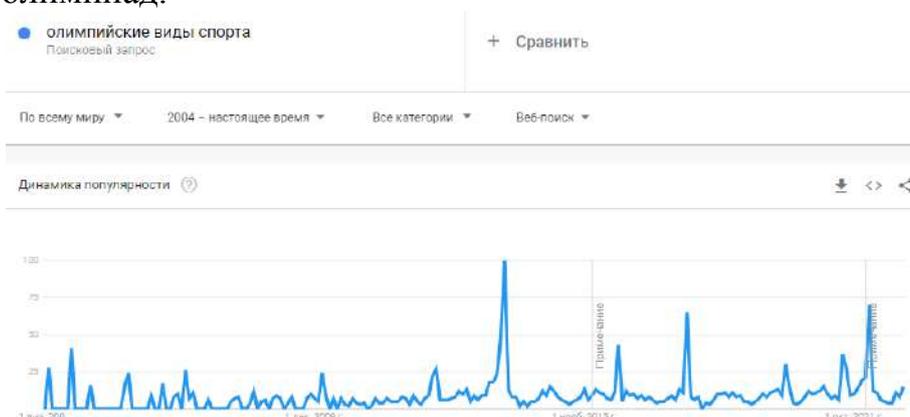


Рис. 2. Количество запросов «Олимпийские виды спорта» в поисковой системе Google с 2004 по 2022 гг.

Причины интереса к составу олимпийских видов спорта, который наглядно демонстрируют данные интернет-статистики, могут быть разные – от сиюминутного интереса до потребности изучить данный вопрос более подробно. Целью опроса, проведенного в октябре-ноябре 2022 г. среди студентов Нижегородской области было выявление осведомленности о составе олимпийских видов спорта. Средний возраст респондентов, ответивших на вопросы онлайн-анкеты (использовался сервис google docs) составляет 20 лет, гендерная структура представлена на рисунке 3.

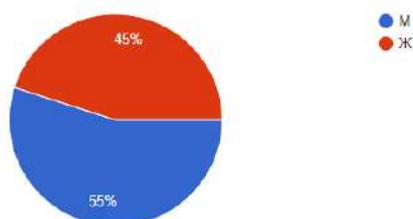


Рис. 3. Распределение респондентов по полу

Попавшие в выборку студенты не являются профессиональными спортсменами – только 37,5 % ответили утвердительно на вопрос «Вы регулярно занимаетесь спортом?», но 60% интересуются спортом и спортивными новостями. При этом они проявляют интерес к олимпийским играм скорее как к ивенту – большая часть была заинтересована в просмотре церемоний открытия и закрытия как наиболее зрелищной части Олимпийских игр. Статистика ответов на вопрос «Во время летних Олимпийских игр в Токио в 2021 году вы следили за ходом олимпиады?» представлена на рисунке 4.



Рис. 4. Распределение ответов на вопрос «Во время летних Олимпийских игр в Токио в 2021 году вы следили за ходом олимпиады?»

Число олимпийских видов спорта верно не назвал ни один из участвующих в опросе студентов. Разброс ответов от 10 до 200, при этом значительная доля (21%) респондентов честно ответила, что не владеет данной информацией.

Ответ на вопрос со множественным выбором «Какие виды спорта являются олимпийскими на текущий момент?» продемонстрировал отсутствие у респондентов понимания различия между понятиями «Олимпийский вид спорта» и «спортивная дисциплина» и низкую осведомленность о том, какие виды спорта входят в программу олимпийских игр. Ответы представлены в таблице 3.

Таблица 3. Доля респондентов, указавших вид спорта как олимпийский

Вид спорта / спортивная дисциплина	Олимпийская история вида спорта / спортивной дисциплины	Доля респондентов, указавших данный ответ в качестве верного, %
Американский футбол	будет олимпийским с 2024 года	2,5
Бейсбол	дебютировал (неофициально) в 1904 году. На совещании МОК в 2005 году бейсбол (и софтбол) были лишены статуса олимпийского вида спорта. Постановление вступило в силу с Олимпиады в Лондоне в 2012 году, но в 2020 году был возвращён в список олимпийских дисциплин, они вернутся в программу Олимпиад в 2028 г.	10,5
Биатлон	Зимний олимпийский вид спорта	54
Бокс	Сейчас – олимпийский вид спорта, но 9.09.2022 МОК принял решение, что бокс не будет включён в олимпийскую программу игр 2028 года	42,1

Брейк-данс	Брейк-данс официально вошел в соревновательную программу Олимпийских игр – 2024 в Париже.	2,5
Водное поло	один из старейших олимпийских видов спорта. Впервые он был включён в программу летних Олимпийских игр в Париже в 1900 году	42,1
Гольф	Соревнования по гольфу на Олимпийских играх прошли только на двух Олимпиадах – 1900 и 1904 – и были затем отменены	10,5
Картинг	Пока не олимпийский, но является одним из кандидатов на Олимпиаду 2028	7,9
Кёрлинг	Олимпийский командный вид спорта	65,8
Настольный теннис	Является олимпийским видом спорта с 1988 года, включает несколько дисциплин	55,3
Парусный спорт	Парусный спорт включили в программу Олимпийских игр в 1900 году	18,4
Прыжки на батуте	одна из трех олимпийских гимнастических <u>дисциплин</u> (наряду со спортивной и художественной гимнастикой)	7,9
Прыжки с трамплина	Лыжный вид спорта, один из старейших в программе Олимпийских игр (с 1924 года)	60,5
Самбо	В 2021 г. на 138-й сессии самбо официально стала олимпийским видом спорта	15,8
Сёрфинг	Серфинг дебютировал на летних Олимпийских играх 2020 года в Токио	2,5
Стрельба из лука	олимпийский вид спорта с 1900 года, с 1924 года был исключён из программы по причине отсутствия общих правил и вернулся обратно с Игр 1972 года с личным первенством	52,6
Ушу	в 2020 году официально стал олимпийским видом спорта, попав в программу Четвертых юношеских Олимпийских игр.	2,5
Футбол	был включен во все летние Олимпийские игры как мужской соревновательный вид спорта, за исключением 1896 г. и 1932 г.	55,3
Хоккей на траве	впервые появились на летних Олимпийских играх 1908 г. в Лондоне и с тех пор включались в программу каждые последующих Игр, кроме 1912 г. и 1924 г.	21,1
Черлидинг	получил полный олимпийский статус и может уже дебютировать на Играх в Париже в 2024 году.	0

Таким образом, можно констатировать, что не смотря на интерес к олимпийской тематике, значительная часть молодежи не имеет четкого представления о программе олимпийских игр. Целесообразно разработать специальный информационный ресурс с информацией по видам спорта, где выделить раздел «Олимпийские виды спорта». Кроме того, возможна организация и проведение «Олимпийского диктанта» (по аналогии с уже популярными Тотальным диктантом, географическим диктантом), где одним из значимых разделов станет информация об олимпийских видах спорта. Системная работа позволит повысить уровень осведомленности. Что касается перспектив появления новых олимпийских видов спорта – то здесь надо

понимать, что МОК уже ведет работу по включению в Олимпийские тех видов спорта, которые интересны молодежной аудитории (серфинг, брейк-данс, черлидинг и др.), а значит способны поддержать интерес этой аудитории и к олимпийскому движению в целом. В будущем мы можем увидеть среди олимпийских видов спорта картинг и фрисби (это уже обсуждается), а, может быть, и киберспорт.

Список литературы

1. Ангелов В.М., Мочкаева М.Ю. Применение статистики интернет запросов для изучения интереса к олимпийскому движению в России и с мире // В сборнике: Приоритетные направления развития спорта, туризма, образования и науки. Сборник материалов II Международной научно-практической конференции молодых ученых и студентов. Нижний Новгород, 2021. С. 17-22.
2. История олимпийских игр [электронный ресурс] <http://olimp-history.ru/node/341> (дата обращения 5.11.2022)
3. Казиков И.Б. Основные тенденции формирования программы олимпийских игр и включения новых видов спорта и дисциплин // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2017. № 4. С. 89.
4. Крылов В.М., Вдовин М.В. Востребованность новых видов спорта в олимпийской программе // Аллея науки. 2018. Т. 2. № 11 (27). С. 38-4
5. Олимпийские игры [электронный ресурс] URL <http://ru.sport-wiki.org/olimpiyskie-igry/> (дата обращения 5.11.2022).
6. Старцева Г.Р., Назарова Р.Ф., Якшибаев И.С. Необычные олимпийские виды спорта // Электронный научный журнал. 2017. № 1-2 (16). С. 253-256.
7. Чуринов А.А. Дебют новых видов спорта на XXXII олимпийских играх в Токио // Инновации. Наука. Образование. 2021. № 39. С. 605-608.

OLYMPIC SPORTS: HISTORY AND OUTLOOK

V. Angelov, M. Mochkaeva

Sarov Physics and Technology Institute of the National Research Nuclear University MEPHI

Abstract. The article analyzes the awareness of Russian youth about Olympic sports based on the statistics of Internet queries in search engines and the data of the study. In addition, a retrospective analysis of the composition of Olympic sports for the Olympiads held in the 20th and 21st centuries was carried out. Measures are proposed that will increase the awareness of Russians in the subject of Olympic sports.

Keywords: Olympic Games, Olympic sports, interest, digital footprint, Internet queries, access statistics, Yandex, Google

РОЛЬ АБНОТИВНОСТИ ТРЕНЕРА В РАЗВИТИИ СПОРТИВНОЙ ОДАРЕННОСТИ¹

О.Ю. Ангелова, Т.О. Подольская

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В статье рассматривается место и значение абнотивности тренера в раскрытии одаренности в сфере физической культуры и спорта, влияние уровня данного показателя на вовлеченность одаренных обучающихся в занятия спортом и их достижения в рамках спортивной карьеры.

Ключевые слова: абнотивность, сфера физической культуры и спорта, спортивная одаренность, тренер.

Одной из задач, определенных в государственных приоритетах России, является развитие массового спорта и популяризация здорового образа жизни среди населения страны. Это отражено в контрольных показателях Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации, принятой в 2020 году, где доля граждан, систематически занимающихся спортом, в 2030 году определена в 70%, а среди молодежи в возрасте до 29 лет (включая детей) – 90%. Кроме того, в этом документе [8] заложены и ориентиры на высокие результаты российских спортсменов на мировой арене. Все это предполагает активную работу со спортивно одаренной молодежью, причем изменившиеся условия требуют сегодня новых подходов с учетом сложившихся общественных ожиданий и сформировавшегося социального заказа на демонстрацию выдающихся спортивных результатов [5, 2].

В «Рабочей концепции одаренности», разработанной российскими педагогами и психологами [3], одаренность определяется результативностью деятельности, достижениями в конкретном виде деятельности. При исследованиях спортивной одаренности критерием будем рассматривать успехи субъекта в спортивных соревнованиях разного уровня.

Сегодня в науке сформулированы несколько подходов к определению набора факторов, определяющих уровень спортивной одаренности. Последователи одного из них считают, что достижение высоких результатов в спорте в значительной мере определяется врожденными качествами (физическими и психическими), требования к которым значительно дифференцированы в зависимости от вида спорта [1, 6]. Другие исследователи [10], делают акцент на внешних факторах, таких как внутренняя мотивация спортсмена, время, отведенное на занятия, качество тренерской поддержки, организацию учебного процесса, травмы, родительские установки. Причем, влияние этих факторов может быть как позитивным, так и негативным. Но и российские, и зарубежные ученые отмечают важность начального этапа

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта №19-29-07462. The reported study was funded by RFBR, project number 19-29-07462.

становления спортсмена – этапа отбора и привлечения спортсменов в секцию, поиск талантов в сфере спорта [7, 9]. Здесь особое значение имеет такое качество тренера как абнотивность, под которой понимается интеллектуальная способность педагога (в сфере физической культуры и спорта – тренера) к адекватному восприятию, осмыслению, пониманию и принятию креативного ученика, способность заметить одаренного ребенка и оказать необходимую психолого-педагогическую поддержку в развитии его потенциала [4].

Для проверки гипотезы о влиянии абнотивности тренера на раскрытие одаренности обучающихся в сфере физической культуры и спорта авторами в январе-марте 2022 года было проведено исследование в формате онлайн-анкетирования. Для обработки данных применялись методы описательной статистики. В опросе приняло участие 63 студента факультета физической культуры и спорта Нижегородского государственного университета им. Н.И. Лобачевского. Среди респондентов доля женщин 57,14%, мужчин – 42,86%. Средний возраст участников исследования составил 23 года, при диапазоне изменений от 19 до 26 лет. Респонденты представляют широкий спектр направлений спорта: академическая гребля, бадминтон, баскетбол, бокс, бодибилдинг, велосипедный спорт, волейбол, карате, легкая атлетика, лыжные гонки, настольный теннис, плавание, рукопашный бой, пятиборье, фехтование, фигурное катание, фитнес, футбол, хоккей, художественная гимнастика, черлидинг. Наиболее массовыми видами спорта в рамках данной выборки оказались баскетбол, волейбол, легкая атлетика, плавание и футбол.

Анализ ответов на вопрос «Кто первый заметил способности к выбранному виду спорта?» показал, что более половины (51,6%) респондентов отметили роль тренера, 22,6% – родителей, 24,2% – указали. Для оценки уровня проявления спортивной одаренности в качестве индикатора студентам-спортсменам было предложено назвать «наибольший успех в спорте на данный момент времени». Среди вариантов ответов были предложены следующие: «успех на уровне секции, занимаюсь для себя» (такой ответ дали 14,5% респондентов), «победитель/призер на городском уровне» (19,4%), «победитель или призер на региональном уровне» (30,6%), «победитель или призер на уровне страны» (30,6%), «победитель или призер на мировом уровне» (4,8%). Анализ ответов позволил авторам разделить участников исследования на две группы: тех, чьи способности к конкретному виду спорта были обнаружены тренером (этот подход можно назвать «профессиональным», отражающим абнотивность педагога), и тех, кто пришел в спорт самостоятельно или под влиянием мнения родителей («непрофессиональный», «интуитивный» подход). Результаты сравнения спортивных результатов двух выделенных групп представлены на рисунке 1.

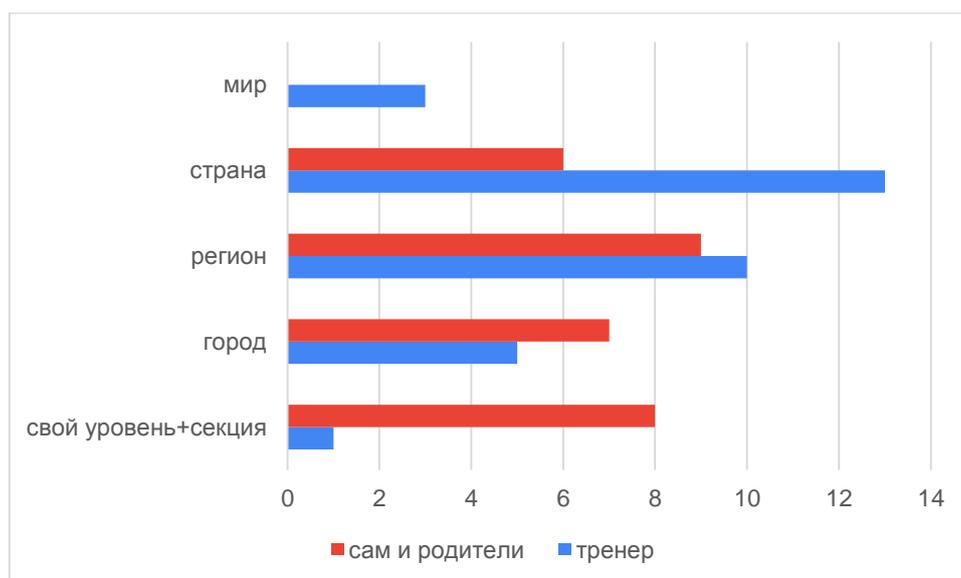


Рис. 1. Сравнение двух групп в разрезе наивысшего спортивного достижения (составлено авторами на основе данных исследования)

В группе, где отбор был «профессиональным», то есть построение спортивной карьеры обучающегося опиралось на мнение тренера, были выдающиеся достижения на мировом уровне, и преобладают достижения на уровне страны. Во второй группе («интуитивный» отбор) уровень результатов спортивной деятельности значительно ниже и редко превышает уровень региона. При этом надо отметить, что во второй группе самоопределение спортсмена происходит в более осознанном возрасте – такие обучающиеся, по данным исследования, приходят в спорт в 15,5 лет против среднего значения по выборке 10,5 лет, что значительно сужает перечень видов спорта, в которых они могут достичь выдающихся результатов.

Пилотное исследование подтвердило гипотезу о влиянии уровня абнотивности тренера на результаты спортивных достижений спортсмена. Перспективы дальнейших исследований могут быть связаны с изучением специфики конкретных видов спорта, оценкой влияния уровня абнотивности тренера на эффективное построение траектории развития спортивной одаренности.

Список литературы

1. Аксенов М.О., Андриющенко Л.Б., Филимонова С.И. Поиск "Генов спортивного таланта " в силовых видах спорта \\\ Культура физическая и здоровье. 2018. № 4 (68). С. 52-54
2. Ангелова О.Ю. Механизмы поддержки спортивно одаренной молодежи в Российской Федерации // В сборнике «Приоритетные направления развития спорта, туризма, образования и науки». Сборник материалов II Международной научно-практической конференции молодых ученых и студентов. Нижний Новгород, 2021. С. 22-29
3. Богоявленская Д.Б. Рабочая концепция одаренности // Вопросы образования. 2004. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rabochaya-kontseptsiya-odarennosti> (дата обращения: 7.11.2022).

4. Кашапов М.М. Ресурсная готовность педагога к работе с одаренными обучающимися // Человеческий фактор: социальный психолог, 2019. № 2(98). С.90-101
5. Крылов Д.В. Спортивная одаренность в России: поиск, диагностика, развитие // Интернет-журнал «Мир науки». 2018. №6, <https://mir-nauki.com/PDF/24PDMN618.pdf> (доступ свободный).
6. Сальников В.А. Одаренность и талант как основное условие достижения выдающегося спортивного результата // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2007. № 2. С. 61-66
7. Сальников В.А., Хозей С.П., Ревенко Е.М. Одаренность в системе спортивного отбора: проблемы и перспективы // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2017. № 4 (146). С. 194-201
8. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года [электронный ресурс], URL: <https://sudact.ru/law/rasporiazhenie-pravitelstva-rf-ot-24112020-n-3081-r/strategiia-razvitiia-fizicheskoi-kultury-i/> (дата обращения: 7.11.2022).
9. Tranckle P., Cushion C. J. Rethinking giftedness and talent in sport // Quest. 2006. Т. 58. №. 2. PP. 265-282. doi.org/10.1080/00336297.2006.10491883
10. van Rossum J. H. A. Giftedness and talent in sport //International handbook on giftedness. Springer, Dordrecht, 2009. PP. 751-791. DOI: 10.1007/978-1-4020-6162-2_37

THE ROLE OF THE COACH'S ABNOTIVITY IN THE DEVELOPMENT OF SPORTS ALENT

O. Angelova, T. Podolskaya

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article discusses the place and significance of a trainer's abnotivity in the disclosure of giftedness in the field of physical culture and sports, the influence of the level of this indicator on the involvement of gifted students in sports and their achievements within the framework of a sports career.

Keywords: abnotivity, sphere of physical culture and sports, sports talent, coach.

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Д.Р. Аренка

*Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации
им. Главного маршала авиации А.А. Новикова*

Аннотация. Технический прогресс не стоит на месте, так, что инновации прочно вошли в нашу жизнь. Современный профессиональный спорт уже невозможно представить без высокотехнологичного оборудования и спортивного снаряжения. Также наблюдается гонка допинг-лабораторий и методик выявления применения новых форм допинга. Инновации затронули и сферу медицины, позволяя проводить реабилитацию после таких травм, при которых спортсменов еще 20 лет назад навсегда выпадал из сферы спорта. В

представленной статье рассмотрены основные направления развития инновационных технологий в сфере спорта.

Ключевые слова: инновационные технологии, профессиональный спорт, спортивная индустрия, технологии искусственного интеллекта в спорте, финансирование инноваций.

Инновации – своеобразный мотор для развития всех сегментов мировой экономики. Это в равной степени относится и к спортивной индустрии. На сегодняшний момент инновационные технологии затрагивают все области профессионального спорта и физкультуры: от первых тренировок до выступлений профессиональных спортсменов на Олимпийских играх; от наполнения болельщиками стадионов, до масштабных трансляций соревнований в международном масштабе.

Планируется, что рынок спортивных технологий к 2026 году достигнет \$42 млрд. При этом, ведущие спортивные клубы мира стремятся реализовать цифровые технологии практически во всех сферах их деятельности. На сегодняшний день крупнейшие спортивные корпорации тесно сотрудничают с научными и медицинскими центрами, справедливо считая, что будущее развитие спортивной индустрии лежит в области медицины и нейротехнологии. В целом, инновации в области физкультуры и спорта можно разделить на несколько направлений:

- 1) разработка на основе последних данных науки и медицины, спортивного оборудования, используемого для тренировок профессиональных спортсменов;
- 2) создание инновационных методов реабилитации спортсменов, перенёсших физические или психологические травмы;
- 3) создание цифровых приложений для гаджетов, при помощи которых можно формировать план тренировок согласно индивидуальным особенностям спортсмена;
- 4) создание спортивной экипировки;
- 5) открытия новых методик тренировки профессиональных спортсменов и спортсменов-любителей [4].

Рассмотрим вышеуказанные направления внедрения инновационных технологий в сфере спорта подробнее. Технологи искусственного интеллекта открыли возможности тренерским штабам создавать системы анализа выступления команд и результативности отдельных спортсменов. На основе этих данных стало возможно разрабатывать оптимальные комплексы тренировок и проводить их корректировку в режиме реального времени. Технологии искусственного интеллекта стали широко использоваться в игровых видах спорта для поиска новых перспективных спортсменов и точной оценки объёма финансовых вложений в их тренировки.

Сегодня сфера профессионального спорта уже невозможна без крупных финансовых потоков, к которым относятся деньги спонсоров, зарплаты спортсменам и тренерскому составу. Нагрузки на организм и психику профессиональных спортсменов непрерывно возрастают, что чревато

крупными финансовыми потерями. В связи с этим, большое значение стало предаваться профилактике травм и процессу реабилитации спортсменов после перенесённых травм. Такие технологии позволяют вести анализ поступающих данных в режиме реального времени, так как устройства закрепляют непосредственно на спортсменах или на элементах спортивной экипировки. За рубежом существует форма, датчики с которой непрерывно передают информацию о физиологических параметрах организма атлета во время тренировок или выступления. Такие массивы данных могут быть использованы не только для анализа физических характеристик спортсмена, но и позволяют заметить тревожные сигналы о возможных или уже совершившихся травмах. В медицине подобные технологии используются для мониторинга восстановления спортсмена после травм мышечных или костных структур. Всё это открывает широкие возможности для быстрой реабилитации [2].

Системы искусственного интеллекта используются также в спортивных снарядах. Например сенсоры, встроенные в футбольные мячи и другие снаряды, позволяют осуществлять анализ техники работы спортсмена и оптимизировать его стратегию. Одними из первых биометрические сенсоры стали использовать пилоты «Формулы-1». В случае аварии данные, показывающие уровень кислорода в крови, использовались для экстренных мероприятий при авариях [3].

Планирование тренировок в сфере большого спорта стало в обязательном порядке включать в себя технологии виртуальной реальности.

Достижения биоинженерии открыли широкие горизонты редактирования генома в целях роста достижений в сфере спорта. Новейшие технологии в этой области позволяют на стадии эмбрионального развития человека провести его генетическое улучшение для повышения физиологических характеристик. Это в будущем станет серьёзным аргументом в борьбе против допинга. Наибольшие проблемы в этой области связаны с этическими нормами, принятыми во всём мире. Достижения биотехнологии начинают активно использоваться при тестировании и в ходе допинг-контроля. Пандемия Covid-19 стала катализатором роста использования инноваций крупными спортивными клубами. Невозможность заполнить стадионы болельщиками, иммунизировать спортивную деятельность привело к тому, что наиболее быстрый технологический рост в 2020-2021 годах наблюдался в сфере показа спортивных соревнований. Технологии 5G открыли возможность формирования эффекта полного присутствия болельщиков на соревнованиях. Технологии искусственного интеллекта дают возможность в реальном времени смотреть видео, которые обладают эффектом присутствия болельщика на стадионе. Возможность персонализированного выбора контента существует уже давно. Снижение доходов от продаж билетов и услуг в сфере спорта привело к необходимости наращивания эффективности маркетинга спортивных компаний. Привлечение новых болельщиков и спонсоров стало обязательной целью любого спортивного мероприятия. В этой ситуации незаменимыми оказались средства интеллектуальной сегментации, которые дают возможность

персонализировать контент согласно вкусам болельщиков, что повышает процент их удержания.

В отношении отечественного спорта можно сказать, что спорт пока ещё не стал сферой бизнеса. Следствием такого положения является недостаточность привлечения новых технологий в профессиональный спорт. Привлечение спонсоров до сих пор не является основной целью спортивных мероприятий любого масштаба. Помимо демонстрации спортивных результатов, что в приоритете, следует обратить внимание на подход к построению спортивного мероприятия как к шоу, приносящему прибыль его участникам и организаторам. В России всего несколько лет назад спортивные менеджеры стали придавать этому значение. Профессия маркетолога ныне не является широко распространённой в сфере спорта. Подобное отставание не позволяет привлечь в сферу спорта крупный капитал.

Ещё одной проблемой внедрения инновационных технологий в сферу отечественного спорта является отсутствие кадров. Недостаточное финансирование отрасли логично ведёт к низким заработкам персонала, занятого в ней. Естественно, что крупные спортивные клубы и букмекерские конторы имеют достаточно финансовых ресурсов, чтобы реализовать масштабные проекты и внедрять новые технологии. Специалистов в сфере маркетинга и инновационных технологий можно встретить в спортивных организациях России, однако это скорее исключение, чем правило. В сфере российского спорта сложно привлекать высокопрофессиональные кадровые ресурсы в связи с её недостаточным финансовым обеспечением. Ещё одна сложность в области внедрения инновационных технологий – отсутствие широких возможностей внедрения стартапов. Большинство спортивных организаций до сих пор не осознают необходимость работы со стартапами или не придают этому должного значения. Устранение вышеперечисленных проблем поможет избежать сильного отставания спортивной индустрии в области инновационных технологий [1].

Как видим из приведённой выше информации, направлений для разработки и внедрения инновационных технологий в сфере физической культуры и спорта достаточно. Необходимы знания из различных наук, разнообразные технологии, масштабные бизнес-идеи и финансовые вливания.

Список литературы

1. Гарник В. С., Никишкин В. А., Бумарскова Н. Н. Современные направления интеграции инновационных технологий в сферу физической культуры и спорта // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма. 2020. С. 402-405.
2. Ермакова Е. Г. Использование информационных технологий в спорте // ББК 74+ 88 М 63. 2020. URL: <https://scipress.ru/upload/pedagogy/mpp112020-1.pdf#page=33>
3. Жихарев Д. А. Инновационные технологии в профессиональном спорте // Наука-2020. 2019. №. 7 (32). С. 209-212.

4. Инновационные технологии в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: Инновационные технологии в физической культуре и спорте (infourok.ru), свободный.

INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE FIELD OF SPORTS AND PHYSICAL CULTURE

D. Arenkau

Novikov St.Petersburg State University of Civil Aviation

Abstract. Technological progress does not stand still, so that innovation has firmly entered our lives. Modern professional sports can no longer be imagined without high-tech equipment and sports equipment. There is also a race of doping laboratories and methods to detect the use of new forms of doping. Innovations have also affected the field of medicine, making it possible to carry out rehabilitation after such injuries, in which an athlete 20 years ago fell out of the field of sports forever. In the presented article, the main directions of development of innovative technologies in the field of sports are considered.

Key words: innovative technologies, professional sports, sports industry, artificial intelligence technologies in sports, innovation financing.

ВАЖНОСТЬ РАЗВИТИЯ ОЛИМПИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ

Д.Р. Аренкау

*Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации
им. Главного маршала авиации А.А. Новикова*

Аннотация. Олимпизм – это образовательная вера или образовательный идеал, который использует спорт в качестве средства и направлен на всестороннее развитие людей и полную реализацию их ценностей. Олимпийское движение явно практически в плане осознания ценности образования; во-вторых, образование, в которое верит и которое реализует Олимпийское движение, – это образование, открытое жизни и природной среде, отражающее открытость ситуации; опять же, Олимпийское движение соответствует духу времени и мотивирует людей к прогрессу. Данная статья раскрывает важность его развития в студенческой среде.

Ключевые слова: физическое воспитание, олимпийские игры, просвещение, физическая культура, инновационное измерение.

Под влиянием Олимпийских игр 2014 г. студенты уделяют больше внимания своим знаниям об олимпийских видах спорта, чем когда-либо прежде. Олимпийское образование фокусируется на человеческом существовании и развитии, свободе и освобождении и считает, что соревновательные виды спорта предназначены не для создания сильного тела, а для воспитания гармоничной, целостной и здоровой современной личности. Можно сказать, что только тогда, когда личность человека действительно обогащена и развита, она может послужить ориентиром для установления правильного образа жизни. В то время, когда материальная жизнь становится

все более изобильной, ценности власти и денег серьезно влияют на образ жизни студентов [1].

Важное значение отводится формированию духа спортивного мастерства в олимпийском образовании. Дух спортивного мастерства помимо того, что приносит эмоциональный опыт студентам, также оказывает положительное стимулирующее воздействие на развитие эмоций и идеалов молодежи. Олимпийские игры принесли новые психологические ощущения студентам, то есть обогатили эмоциональный мир, расширили духовное пространство и укрепление жизненного опыта. Когда студенты занимаются спортом, большинство из них стремится превзойти свои физические возможности, чтобы достичь цели получения эмоционального опыта, укрепления физического и психического здоровья студентов, а также повышения желаний и требований студентов к участию в физических упражнениях, чтобы они могли развивать здоровый взгляд на спорт на протяжении всей жизни.

Причина, по которой Олимпийские игры могут привлечь внимание людей во всем мире, заключается в том, что они выбрали универсальный язык спорта для продвижения и распространения идей «дружбы, мира и прогресса» через свои организационные формы и методы участия по всему миру для достижения фундаментальной цели своих игр. Современные Олимпийские игры проводятся каждые четыре года. В это время люди со всего мира собираются вместе на общий праздник народов мира. Благоприятные признаки Олимпийских игр, передача священного огня, церемония зажжения, место проведения соревнований, этикет соревнований и т.д. – все это свидетельствует об уважении и энтузиазме людей к соревновательным видам спорта. Страны по всему миру гордятся тем, что могут принять Олимпийские игры, что показывает, какое значение люди придают им. Развитие олимпийской культуры и образования в колледжах и университетах позволяет студентам унаследовать идеи Олимпийских игр, понять дух олимпийского движения и проложить путь для распространения и устойчивого развития Олимпийских игр.

Введение курсов олимпийской культуры в качестве обязательных государственных курсов, с участием студентов в качестве основного состава и преподавателей в качестве ведущих курсов физического воспитания в колледжах и университетах, неизбежно будет способствовать развитию образования, а общественные спортивные курсы станут наиболее эффективным и базовым способом олимпийского образования. В соответствии с концепцией новой реформы учебной программы, в которой учащиеся являются основным контингентом, учителя уделяют внимание обучению спортивным навыкам. В то же время преподаватели должны укреплять свои собственные олимпийские культурные знания, изучая и совершенствуя их, чтобы иметь возможность свободно использовать их в преподавании физического воспитания, чтобы учащиеся могли понять широкое и глубокое богатое содержание Олимпийских игр.

В деятельности колледжей и университетов по олимпийскому образованию необходимо усилить подготовку учителей физической культуры

по соответствующим знаниям и исследованиям по олимпийским темам, чтобы учащиеся могли проводить мероприятия, направленные на пропаганду олимпийского духа, распространение олимпийской культуры, привлечение студентов к серьезному изучению олимпийских знаний, стимулирование студентов к занятиям спортом в свободное время.

Университетское образование является наиболее важным этапом для студентов перед вступлением в общество, поэтому этот этап времени является репрезентативным этапом в сердцах студентов. Развитие культуры кампуса неизбежно повлияет на физическое и умственное развитие студентов. Поэтому реализация мероприятий по олимпийскому спортивному образованию в кампусе будет иметь длительное влияние на студенческий союз. В некоторых регионах для развития олимпийской культуры в кампусе регулярно проводятся летние олимпийские студенческие лагеря, чтобы учащиеся могли усвоить знания об Олимпийских играх, а также способствовать формированию культуры кампуса путем полного создания олимпийской атмосферы.

Олимпийские игры в Сочи воплотили и продемонстрировали всестороннюю национальную мощь во всех направлениях и способствовали международному культурному обмену. Поэтому Олимпийские игры 2014 года являются возможностью для всех студентов получить олимпийское образование. Олимпийская культура в разной степени проникнет в культурное и образовательное поле, и тогда это повлияет на культурную и образовательную сферу вузов.

Олимпийское образование является ключевым содержанием обучения физической культуре. Посредством олимпийского образования можно уделять внимание развитию основной массы студентов и воспитанию интереса к спорту на протяжении всей жизни, чтобы студенты могли в большей степени улучшить свое физическое, психическое и духовное здоровье. Олимпийское движение способствует развитию спорта с его уникальным и богатым культурным наследием. В то же время, оно, безусловно, внесет новый вклад в обмен и распространение мировой культуры в XXI веке [1].

Олимпийское движение фокусируется на развитии искренней и понимающей дружбы между людьми, выступает за честную и открытую конкуренцию, а также подчеркивает межличностное взаимопонимание, уважение и единство. Что еще более важно, в современном обществе спорт оказывает огромное влияние на поведение, эмоции и образ жизни людей. Он проник во все сферы жизни современного человека. Будь то напряженный футбольный матч, волейбольный матч или Олимпийские игры. Олимпийское движение глубоко воплощает социальную ценность спорта.

Цель олимпийского образования – сделать так, чтобы спорт и физическое воспитание служили гармоничному развитию человечества, чтобы способствовать созданию мирного общества, которое поддерживает человеческое достоинство. Такое развитие, в конечном счете, приводит к укреплению социальной гармонии [2].

Олимпийское движение, несомненно, практично в плане осознания ценности образования. Олимпийские игры берут спорт в качестве основного носителя. Важность спорта как неотъемлемой части образования и формы средства обучения обусловлена не только объективным физиологическим фактором, но, что более важно, спорт воплощает в себе одну из самых оригинальных практик. Чтобы достичь физической и ментальной гармонии и достичь идеального баланса между живым телом и внутренним духом, физическая практика стала отправной точкой и основой всей человеческой практики. Практика нравственного воспитания в контексте западной культуры начинается с физической практики. Как упоминалось ранее, разделение этих двух аспектов в современном образовании привело к ослаблению нравственного воспитания и отсутствию жизненного дыхания.

Образование, в которое верит и которое реализует Олимпийское движение, – это образование, открытое для жизни и открытое для окружающей среды. Оно основано на спорте и распространяет его влияние и мобилизацию на экономическую, политическую и культурную сферы.

Олимпийское движение – это образовательная концепция, которая соответствует духу времени и мотивирует людей к прогрессу. Оно обновляется и развивается в связи с изменениями объективного характера, ростом экономики и общества, а также преобразованием человеческого прогресса. Оно тесно связано с эволюцией, обменом, интеграцией и прогрессом человеческой цивилизации, и все виды развитых культур будут поглощены ею с течением времени.

Полученные знания студенты используют в жизни, опыт олимпийского образования можно рассматривать лишь как начало интересной, но сложной работы, в сферу которой предстоит вовлечь всех учащихся.

Олимпийское образование органично вписывается в учебно-воспитательный процесс и содействует эффективному решению основных задач:

- повышению уровня знаний в области физической культуры и спорта;
- участвует в формировании мировоззрения студентов;
- формирует представления о значимости здорового образа жизни [3].

Содержание олимпийских программ включает базовые знания об истории и философии олимпийского и параолимпийского движений, информацию о подготовке к играм в Сочи, о деятельности органов управления олимпийским движением, а также о стратегическом видении сочинской Олимпиады и наследии Игр. Впервые в истории олимпийского движения Оргкомитет «Сочи 2014» предложил системный подход к решению задач олимпийского образования. Это и методологическая новинка для мирового Олимпийского движения, и значимый фактор модернизации образования в России.

Таким образом, проведенное нами исследование позволило представить олимпийское образование как совокупность умений и навыков, необходимых человеку для общения в современном мире и поддержания своего здоровья на должном уровне. В этой связи олимпийское образование следует рассматривать

как достаточно протяженный период в жизни человека, начинающийся со школьного возраста.

Список литературы

1. Леонтьева Н. С., Коренева М. В., Мельникова Н. Ю., Сычева И.С., Белинский Д. В. Реализация олимпийского образования в физкультурно-спортивных вузах РФ: дисциплины и межпредметные связи // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2022. С. 243-248.

2. Малышев А. И. Профессиональное образование и профессиональное обучение спортсменов: проблемы и пути решения // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. 2020. С. 93-98.

3. Пожаркин Д. И., Савичева Е. В., Угольников О. А. Роль спортивно-образовательной среды ДЮСШ в исследовании, формировании и теоретизации качества развития личности // Образование. Карьера. Общество. 2020. С. 24-27.

THE IMPORTANCE OF DEVELOPING OLYMPIC EDUCATION AMONG STUDENTS

D. Arenkau

Novikov St.Petersburg State University of Civil Aviation

Abstract. Olympism is an educational faith or an educational ideal that uses sport as a means and is aimed at the comprehensive development of people and the full realization of their values. The Olympic Movement is clearly practical in terms of awareness of the value of education; secondly, the education that the Olympic Movement believes in and implements is an education open to life and the natural environment, reflecting the openness of the situation; again, the Olympic Movement corresponds to the spirit of the times and motivates people to progress. This article reveals the importance of its development in the student environment.

Keywords: physical education, Olympic Games, education, physical culture, innovative dimension.

ОСОБЕННОСТИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СФЕРЕ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ

А.А. Арланова, О. Дурдыев

Туркменский государственный институт экономики и управления

Аннотация. В данной статье описываются особенности интеллектуальных технологий в сфере образования. Приведены примеры приоритетных направлений внедрения цифровых интеллектуальных технологий в систему образования.

Ключевые слова: цифровые технологии, большие данные, ИИ, блокчейн, VR, AR.

Цифровая трансформация меняет социально-культурную парадигму жизни людей, открывает новые возможности для приобретения новых знаний, расширения мировоззрения, выбора новой карьеры и профессионального развития, а также снимает географические ограничения. Активное внедрение цифровых технологий в экономику открывает широкие возможности для

автоматизации многих видов основной хозяйственной и производственной деятельности, централизованного управления, развития персонифицированных производственных и потребительских рынков, повышения экономической эффективности, совершенствования знаний за счет увеличения скорости обмена информацией, создания новых современных рабочих мест во всех отраслях экономики.

Для развития цифровой экономики необходимо, в первую очередь, наличие компетентных специалистов с цифровыми навыками, и это в какой-то мере зависит от сферы образования. Это свидетельствует о том, что для развития цифрового образования, в первую очередь, преподавателям и специалистам, работающим в сфере образования, а также студентам необходимо владеть современными компьютерными и информационно-коммуникационными технологиями. Таким образом, выдвигается задача совершенствования подготовки работников образования по данным направлениям.

В результате широкого внедрения цифровых технологий и высокоскоростного Интернета в образовательных центрах организуются общие учебные курсы через систему цифровой связи между высшими и средними профессиональными учебными заведениями. Проведение таких обучающих курсов, других методов дистанционного обучения, частая организация видеоконсультаций с высшими учебными заведениями, научными и образовательными центрами зарубежных стран означает, что эти мероприятия становятся все более эффективными.

В дальнейшем изучается мировой опыт по внедрению интеллектуальных технологий, в том числе искусственного интеллекта, облачных вычислений, виртуальной реальности, дополненной реальности, интернета вещей в систему цифрового образования и проводится соответствующая работа. Работники образования, в том числе учителя и специалисты, должны идти в ногу с эпохой цифровой трансформацией, то есть они должны стремиться работать и более эффективно использовать цифровые технологии, т.е.:

- уметь использовать приёмы, методы и средства ИКТ в различных видах и формах учебной деятельности;
- уметь использовать современные средства ИКТ и цифровые технологии в своей профессиональной деятельности;
- владеть методикой использования цифровых технологий в предметной области;
- обладать навыками разработки педагогических технологий, основанных на применении цифровых инструментов и сервисов;
- обладать навыками практической реализации использования веб-технологий, также систем искусственного интеллекта, технологии больших данных, виртуальных и дополненных реальностей, Интернета вещей и.п.;
- уметь использовать телекоммуникационные технологии в образовательных и обучающих целях;

- владеть навыками дистанционного преподавания, обучения, т.е. удаленного мониторинга и оценивания образования студента;
- уметь удаленно взаимодействовать и использовать ИКТ, сервисы для обмена инновациями с коллегами или оказания индивидуальной помощи обучающимся;
- должен создавать электронные образовательные ресурсы и размещать их в специализированных системах, на образовательных платформах или порталах;
- владеть методикой проведения разнообразных учебных онлайн-проектов, логических кейсов, хакатонов на образовательных платформах или порталах;
- проводить совместные учебно-научные мероприятия и лекции, лабораторные и практические занятия, тренинги с использованием сервисов для вебинаров или других сервисов для виртуальных встреч и семинаров и т.д.

Основываясь на мировом опыте, следует выделить приоритетные направления внедрения цифровых интеллектуальных технологий в систему образования, такие как большие данные, искусственный интеллект (ИИ), облачные вычисления, технология распределенного реестра (блокчейн), технологии виртуальной и дополненной реальности, Интернет вещей, цифровые коммуникационные технологии, аналитические технологии, открытые образовательные ресурсы. Коротко опишем некоторые из них:

Большие данные. Большие данные в образовании – это технология аналитики образовательной системы, включающей измерение, сбор, анализ и представление структурированных и неструктурированных данных огромных объемов об обучающейся и образовательной среде. В сфере образования для анализа больших данных следует выделить основные показатели: персональные данные; данные о взаимодействии студентов с электронными системами обучения (электронными учебниками, онлайн-курсами, скорости просмотра страниц, возвраты к страницам, количество связей, количество просмотров страниц одним пользователем и т.д.); данные об эффективности учебных материалов (обучающиеся с какой частью контента взаимодействуют, результаты взаимодействия, образовательные результаты и т.д.); общесистемные данные (посещаемость, пропуски занятий по уважительной и неуважительной причине, количество проведенных уроков и т.д.); прогнозные данные (какова вероятность участия ученика, студента в той или иной деятельности, какова вероятность выполнения задания и т.д.).

Искусственный интеллект. Как отмечает Стивен Дагген с Института ЮНЕСКО по информационным технологиям в образовании: «Искусственный интеллект (ИИ) сыграет ключевую роль в реализации идеи персонализированного обучения – адаптации обучения, его содержания и темпа к конкретным потребностям каждого учащегося. ИИ обеспечивает возможность получения данных из разнообразных источников, проверки этих данных и их анализа с использованием таких инструментов, как прогнозная аналитика и машинное обучение, таким образом может быть раскрыт многообещающий

потенциал ИИ в сфере образовательных технологий и его использование может сыграть роль катализатора трансформации образования для всех заинтересованных сторон – от отдельных учащихся до министерств образования» [1]. С этой точки зрения ИИ в образовании можно рассматривать как «расширенный» (усиленный) интеллект.

Облачные вычисления. В сфере образования также очень важны технологии облачных вычислений, так как анализ крупномасштабных источников данных невозможен без доступа к современным вычислительным мощностям. Здесь следует отметить, что переход от локальных вычислительных ресурсов к облачным технологиям с доступом к удаленным вычислительным ресурсам через Интернет, обеспечивает доступ к различным сервисам, как SaaS, IaaS, PaaS и т.д. Внедрение в сферу образования и науки облачных технологий имеет ряд преимуществ: не требуются мощные компьютеры, увеличивается мощность используемого компьютера за счёт удаленных серверов, меньше затрат на приобретаемое программное обеспечение (использование ПО в облаках), не требуются постоянные обновления, так как всё находится в облаке, отсутствие пиратства, неограниченный объем хранимых данных, синхронизация и доступность с различных устройств и с различных мест, устойчивость данных к потере, выполнение многих видов учебной и научной работы, онлайн контроль и оценка, экономия средств на оплату технических специалистов, экономия дискового пространства (DaaS), открытость и доступность образовательной среды, возможность создания web ориентированных лабораторий (специализированных кабинетов) по конкретным предметным областям, принципиально новые возможности для проведения лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий и др.

Блокчейн. Возникает вопрос о том, как технология блокчейн изменит систему образования? По мере того, как блокчейн получает все большее признание и интерес в экономике, высшие учебные заведения все более внимательно изучают эту технологию. Как отмечают сторонники внедрения технологию распределенного реестра, что блокчейн может улучшить ведение документации, повысить эффективности и безопасности, расширить образовательные возможности, также технология блокчейн может обеспечить универсальный доступ к открытым образовательным ресурсам, таким как книги, подкасты, вебинары и фильмы, которые можно бесплатно использовать и распространять, а также поддерживать обучение на протяжении всей жизни. Блокчейн обеспечивает доступный и безопасный обмен этими ресурсами в общедоступной сети.

Технологии виртуальной (VR) и дополненной (AR) реальностей набирают популярность во всех сферах жизни человека, в том числе и в образовании, особенно, в области лингвистики и психологии, истории и экологии, проектировании и графики, астрономии и географии, биологии и медицине и т.д. Например: Complete Anatomy – это кроссплатформенное приложение для студентов-медиков и профессиональных врачей. Это

приложение предоставляет пользователям более 17 тысяч структур человеческого тела, доступных в виде 3D-моделей. С помощью виртуального тела студенты могут лучше понять анатомию тела, изучить функции каждой мышцы, посмотреть детальную анимацию движения мышц, разобрать крупные костные структуры на более мелкие, изучить различные слои костей и т.п.

Star Chart – это научное и образовательное приложение с AR для любителей астрономии, с помощью которого можно через мобильное устройство виртуально и визуально проникнуть в настоящий планетарий и исследовать космос, просматривая созвездия, планеты и многое другое. Когда пользователи направляют свои устройства в небо, приложение выделяет созвездие на экране и предоставляет пользователям его подробное описание. Он также показывает информацию об отдельных звездах. В базе данных приложения более 120 тысяч звезд и 88 созвездий, так что для астрономов есть много контента [2].

VR Chemistry LAB – виртуальная лаборатория по химии. Помимо нее разработан комплекс методических материалов, предусмотрена система отслеживания действий каждого пользователя. Новые лабораторные работы могут создаваться учителем без привлечения IT-специалиста.

Digital Media Lab – интерактивный музей истории, благодаря использованию технологии AR для каждого экспоната музей становится интересен современному школьнику, студенту, историку или любителям истории. Также в рамках лаборатории Digital Media разработан свой фреймворк для создания образовательных лабораторий в VR.

Varwin Education – это технология с ПК VR / HTC Vive / Oculus Rift / Windows Mixed Reality / Stand Alone VR / HTC Vive Focus / Oculus Quest создает экосистему для обучения технологии VR, обмена мультимедийным контентом и получения навыков профессии будущего VR-разработчик. Это простой в освоении конструктор для создания VR-приложений и управления ими, развивающий навыки программирования с помощью логики Blockly. Предназначено для учеников, студентов, учителей и преподавателей вузов.

Безусловно, подходы к внедрению цифровых интеллектуальных технологий в образование и науки в дальнейшем все больше дадут положительные результаты.

Список литературы

1. Искусственный интеллект в образовании: Изменение темпов обучения. Аналитическая записка ИИТО ЮНЕСКО / Стивен Даггэн; ред. С.Ю. Князева; пер. с англ.: А.В. Паршакова. – Москва: Институт ЮНЕСКО по информационным технологиям в образовании, 2020. С.5.

2. Как технологии VR и AR применяют в производстве, науке и образовании? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.comnews.ru/digital-economy/content/221427/2022-08-01/2022-w31/kak-tekhnologii-vr-i-ar-primenyayut-proizvodstve-nauke-i-obrazovanii>, свободный.

FEATURES OF INTELLECTUAL TECHNOLOGIES IN THE FIELD OF EDUCATION AND SCIENCE

A. Arlanova, O. Durdyev

Turkmen State Institute of Economics and Management

Abstract. This article describes the features of intellectual technologies in the field of education. Examples of priority areas for the introduction of digital intelligent technologies in the education system are given.

Keywords: digital technologies, big data, AI, blockchain, VR, AR.

ЦИФРОВОЕ РАЗВИТИЕ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ ТУРКМЕНИСТАНА

А.А. Арланова, П.Ш. Хангулыев

Туркменский государственный институт экономики и управления

Аннотация. В данной статье особое внимание уделяется развитию системы образования путем внедрения цифровых технологий. Описывается основная цель системы образования в условиях цифровой экономики, формирования информационного пространства знаний и создание различных технологических платформ.

Ключевые слова: цифровая система образования, ИКТ, цифровая платформа, образовательные порталы.

В Туркменистане в период Возрождения новой эпохи стабильного государства огромные средства направляются на опережающее развитие цифровой экономики, в том числе на модернизацию национальной системы образования, активно продвигается внедрение инноваций на основе научно-технических разработок. Высокоскоростное развитие передовой науки и новейших технологий ведет к полному удовлетворению потребностей и желаний людей, развитию «умного» общества, основанного на гибких и креативных принципах. Мероприятия по цифровизации ведёт к изменению ситуаций, запросов и условий на рынке труда и дает мощный импульс для достижения непрерывного прогресса в таких важных сферах жизнедеятельности, как образование, наука, здравоохранение и рынок труда.

Наука и система образования являются тем достоянием, которое объединяет общество в достижении великих целей нашей страны и приумножает мощь Независимого государства.

Сегодня цифровые технологии стремительно внедряются в систему образования, что привело к повышению цифровой грамотности и цифровых навыков. Цифровая грамотность – это способность создавать и использовать контент с помощью цифровых технологий, включая программирование и веб-дизайн. Понимание культурного контекста интернет-среды как компонента цифровой грамотности; иметь возможность общаться в интернет-сообществах; создавать и делиться контентом; можно выделить самосовершенствование цифровых навыков. Компонентами цифровой грамотности можно отметить

понимание культурного контекста интернет-среды; иметь возможность общаться в интернет-сообществах; создавать и делиться контентом; самосовершенствование цифровых навыков и т.д.

Политика цифровизации ставит неперенным условием создание новых возможностей и развитии компетентности на рынке труда. Это приводит к коренному изменению всего метода работы, подходов, принципов, целей и содержания системы образования.

Цифровая система образования представляет собой индивидуализированную территориально независимую образовательную систему, предназначенную для развития необходимых навыков, приобретения теоретических знаний и удовлетворения потребностей всех учебных предметов. Переход к персонифицированному (т.е. основанному на полностью персонифицированном подходе к каждому учащемуся) методу обучения приводит к повышению гибкости системы образования, способствует полной адаптации предоставляемого образования к возможностям учащегося, уровню знаний, желанию и цели, а также способствует развитию системы точной оценки такого соответствия.

Развитие технологий, их разнообразие и доступность побуждают педагогов к творческой работе, помогают использовать новые способы работы с учащимися по основным принципам классического образования. Создание виртуальной среды в образовании – это новый способ организации современной образовательной среды на основе цифровых технологий.

Трансформацию практик, лежащих в основе цифрового образования, и технологические достижения, которые позволяют это сделать, можно описать следующим образом:

1. Переход от принципа «самообучения» к принципу «все, везде, все время» (непрерывное самосовершенствование);
2. Из опыта передачи информации, то есть от теории к практике;
3. Присоединение от «каталога ресурсов» и «хранилищ данных» к «поток трансформаций»;
4. Переход от традиционных платформ LMS («Learning Management System», система управления обучением) к рельсам (версиям), разработанным на базе мобильных и цифровых медиа ресурсов.

В 2017 году принята «Концепция развития системы цифрового образования в Туркменистане», а также план ее реализации. Основная цель Концепции в ближайшее время кардинально совершенствовать работу образовательных учреждений, обеспечить качественной электронной информацией на всех уровнях образования, а также широкое использование цифровых ресурсов и повышение содержания образования в учебных заведениях, соответствия его качества мировым стандартам [1]. То есть основной целью системы образования в условиях цифровой экономики является создание информационного пространства знаний. Создание различных технологических платформ, позволяющих осуществлять дистанционное обучение и преподавание, является основным инструментом управления и

развития системы образования с помощью ИКТ. Для выполнения этих задач необходимо постоянное обновление информационно-коммуникационной базы образовательных учреждений и обеспечение интерактивными компьютерными технологиями, использование интеллектуальных технологий в воспитательной работе, создание цифровых пространств для проведения дистанционного обучения, внедрение цифровых систем управления обучением, создать единую базу студентов, оцифровать преподавательскую работу важно интегрироваться в среду.

План развития системы цифрового образования направлен на создание цифровой образовательной среды в образовательных учреждениях и реализацию цифровых реформ в системе образования. В рамках плана планируется модернизировать информационно-коммуникационную, материально-техническую базу образовательных учреждений, развивать цифровые образовательные услуги и цифровые образовательные резервы, их доступность.

Будущее высшего образования связано с использованием виртуальных лабораторий и технологий дополненной реальности, 3D-моделирования и робототехники, искусственного интеллекта, нейронных сетей, мобильных и облачных технологий, массового открытого онлайн-обучения и инновационных технологий и т.п. Действительно, поэтапная интеграция этих технологий с традиционной образовательной методикой очень эффективна.

Основываясь на конституционных принципах регулирования права на образование, а также в гармонии с международными нормами, национальное законодательство об образовании создает возможности для внедрения в образовательный процесс передового опыта, в том числе цифровых инновационных технологий.

«Возрождение новой эпохи стабильного государства: Национальная программа социально-экономического развития Туркменистана на 2022-2052 годы» констатируется, что совершенствуется система высшего образования, совершенствуются ее научные основы и образовательные программы высших профессиональных учебных заведений, укрепляется взаимосвязь науки и образования. Также отражено, что запущены цифровые образовательные порталы и веб-сайты всех учреждений высшего и среднего профессионального образования, и продолжается работа по совершенствованию и развитию работы этих образовательных порталов [2].

Приведем некоторые из практических примеров внедрения цифровых технологий в системе образования:

В Туркменском государственном институте экономики и управления внедрена платформа управления информацией «Moodle» на основе веб-технологий. Данная платформа предоставляет широкий спектр возможностей для автоматизации учебного процесса цифровой системы образования. Онлайн-программа Moodle имеет удобные, гибкие и интуитивно понятные инструменты. Создание образовательного портала еще больше повысило уровень предоставления цифровой информации. То есть есть условия для

размещения на портале такой информации, как электронные книги, пособия, записи общих курсов, тесты по курсам, видео- и аудиозаписи учебных занятий. Требования к цифровым данным, собранным в базе данных цифровой системы образования в университете, осваиваются преподавателями всех кафедр. Цифровые электронные данные отделений систематизируются и регистрируются в установленном порядке. Серверное оборудование дает полную возможность внедрить цифровую систему образования внутри вуза. Во всех помещениях института, а также в общежитии предусмотрены широкие возможности использования электронных наборов данных, размещенных на сервере, посредством устройств Wi-Fi. Также внедрена система электронного документооборота под названием «eResminama» и «Системы управления данными студентов».

В Туркменистане в рамках внедрения и развития системы цифрового образования была запущена несколько систем, например:

1. В целях повышения эффективности единых электронных образовательных порталов высших и средних профессиональных учебных заведений страны и обеспечения доступа к ним не только внутри учебных заведений, но и из любой точки мира созданы возможности использования услуги образовательных порталов в домене «nesil.edu.tm». На данной платформе в интегрированном формате предоставляется доступ (переходы) к информационным ресурсам по нескольким направлениям: образовательные порталы (ВУЗы, средние профессиональные учебные заведения), цифровые образовательные сервисы, зарубежный опыт («Khan Academy», «Yandex practicum», «Udemy») и т.д.

2. Система видеосвязи «Шекил» для проведения дистанционных уроков и консультаций, а также запущена система интернет-олимпиад «Зехин» для проведения онлайн открытых олимпиад и соревнований среди учащихся и студентов по предметам в сфере образования. Кроме этого, с помощью этих систем регулярно проводятся онлайн-консультации между высшими и средними профессиональными учебными заведениями.

3. В целях повышения доступности ресурсов централизованного учебно-методического комплекса для образовательной системы создана и запущена электронная библиотечная система в доменной зоне «kitaphana.edu.tm». В этой системе учебники размещаются согласно учебным планам, также продолжается работа по внедрению интерактивных учебников в электронную библиотеку.

4. Запущена система «Ukyply web ulgamy» с обучающими видеороликами, которые открывают возможности для улучшения и разработки новых образовательных технологий. Эта система доступна в домене «ukyply.nesil.edu.tm». Продолжается поэтапная загрузка в эту систему видеороликов, относящихся ко всем этапам образования.

В общем, внедрение цифровых технологий в систему образования страны в дальнейшем послужит прочной основой для глубокой модернизации и современного развития системы цифрового образования.

Список литературы

1. Цифровое управление в сфере образования [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://turkmenistan.gov.tm/ru/post/64380/cifrovое-upravlenie-v-sfere-obrazovaniya>, свободный.
2. Возрождение новой эпохи стабильного государства: Национальная программа социально-экономического развития Туркменистана на 2022-2052 годы. 2022г. С. 138.

DIGITAL DEVELOPMENT OF THE EDUCATION SYSTEM OF TURKMENISTAN

A. Arlanova, P. Khangulyev

Turkmen State Institute of Economics and Management

Abstract. In this article, special attention is paid to the development of the education system through the introduction of digital technologies. The main goal of the education system in the digital economy, the formation of an information space of knowledge and the creation of various technological platforms are described.

Keywords: digital education system, ICT, digital platform, educational portals.

VR В ТУРИСТИЧЕСКОЙ ИНДУСТРИИ: ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ И ПЕРСПЕКТИВЫ ВНЕДРЕНИЯ В ОТЕЧЕСТВЕННЫЙ ТУРИЗМ

В.М. Астрейко

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. В этой статье изложен опыт применения VR в мире и то, как это может быть применено в отечественном туризме для дальнейшего его развития.

Ключевые слова: информационные технологии, инновации, VR, виртуальная реальность.

Технологии уже довольно давно являются движущей силой прогресса в туристическом секторе. Технологии помогают компаниям оставаться конкурентоспособными на все более насыщенном туристическом рынке. Последним дополнением к туристическим технологиям является виртуальная реальность или просто VR.

Виртуальная реальность относится к интерактивным изображениям или видео, которые позволяют зрителю исследовать всю сцену на 360 градусов. В отличие от обычного изображения или видео, которое снимается с фиксированной точки, VR захватывает каждую часть местоположения.

Это достигается с помощью специальных камер и программного обеспечения. Готовый контент затем можно просмотреть либо на гарнитуре VR, либо на обычном компьютере или мобильном устройстве.

Наиболее распространенным способом использования виртуальной реальности в индустрии туризма является маркетинг. Возможность запечатлеть туристические направления таким запоминающимся и захватывающим способом – это мощный маркетинговый инструмент.

В то время как многие приложения виртуальной реальности сосредоточены на развлечениях, маркетологи используют эту технологию несколькими интересными способами. Например, гарнитуры виртуальной реальности могут позволить маркетологам выйти за рамки предоставления базовых изображений, позволяя пользователям фактически «прочувствовать» продукт, который они продают. Кроме того, многие компании экспериментируют с пользовательскими интерфейсами на основе виртуальной реальности, заменяя традиционные компьютерные или мобильные интерфейсы.

Одна из самых сильных сторон виртуальной реальности – это возможность пользователя испытать ощущение «присутствия». Хотя обычные изображения и видео могут хорошо показать, что может предложить пункт назначения, они не часто вызывают эмоциональную реакцию.

VR в туризме имеет возможность поместить пользователя в центр сцены и позволяет ему легче представить себя в этом месте.

VR можно использовать по-разному в индустрии туризма. Вместо того, чтобы показывать посетителям брошюры и экраны компьютеров, турагенты могут предоставить своим клиентам виртуальный опыт. Этот подход также, может быть, с большим эффектом использован на выставках и мероприятиях, быстро завоевывая интерес широкой общественности.

Согласно исследованию, проведенному компанией Statista, почти 50% людей использовали бы виртуальную реальность в качестве инструмента для выбора места отдыха (при условии, что это было бесплатно). 13% опрошенных действительно были готовы заплатить за VR. 38% опрошенных не использовали бы VR как источник информации для путешествий.

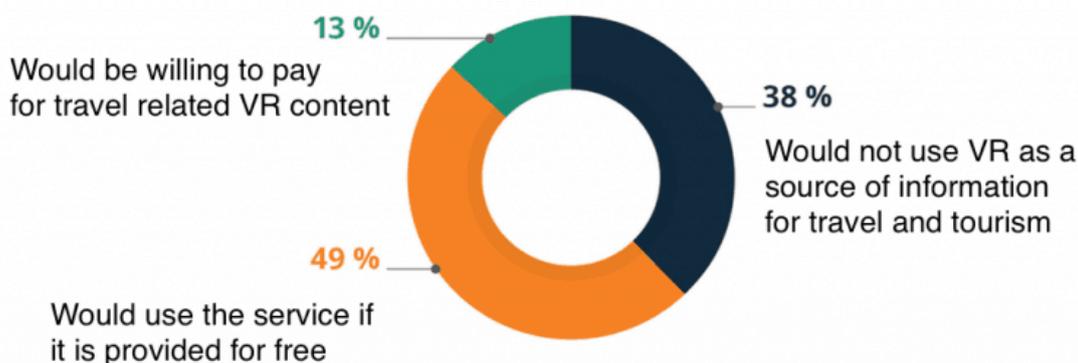


Рис. 1. Статистика использования VR-реальности
Примечание – Источник: [1].

Кроме того, исследование, проведенное компанией Tourism Australia, показало, что почти 20% потребителей использовали VR для выбора места отдыха. Около 25% потребителей заявили, что планируют использовать VR в будущем, чтобы помочь им определиться с местом отдыха [2].

Многие отели и туристические компании в настоящее время предоставляют элементы виртуальной реальности на своих веб-сайтах или в приложениях, позволяя пользователям испытать цифровую версию гостиничного номера или даже взглянуть на одну из близлежащих

достопримечательностей. Это погружение позволяет тем, кто работает в индустрии туризма, впервые предложить своего рода вариант «попробуйте, прежде чем покупать».

Зарубежный опыт отражает успешность данной технологии, например, авиакомпания Thomas Cook Airlines в Манхэттене работает на очень насыщенном рынке, предлагая полеты на вертолете над Манхэттеном. Поскольку их заказы сокращались, они решили использовать виртуальную реальность. Компания объединилась со студией виртуальной реальности и создала VR-тур, используя реальные 360-градусные записи их полета на вертолете. Результат был выдающимся. Количество бронирований выросло на целых 180%, поскольку виртуальная реальность помогла компании выделиться из толпы и предложить что-то уникальное путешественникам.

Marriott является одним из пионеров внедрения виртуальной реальности. Два отеля, Нью-Йоркский Marriott и лондонский Marriott Park Lane, решили предоставить своим гостям возможность использовать гарнитуры виртуальной реальности в своих номерах. Эксперимент длился 24 часа. Они решили оснастить гостей гарнитурами Samsung Gear VR, чтобы они могли путешествовать по трем уникальным направлениям, даже не выходя из своих комнат. Учитывая, что эксперимент длился всего 24 часа, результаты были выдающимися. Уровень удовлетворенности гостей превысил 100%.

First Airlines – компания, базирующаяся в Токио. Однако это не туристическая компания, а развлекательная компания, которая предлагает виртуальные путешествия. Компания увидела возможность привлечь людей, которые не могут путешествовать самолетом, и обратилась к виртуальной реальности. First Airlines сделала макет самолета в натуральную величину и использовала виртуальную реальность, чтобы обеспечить захватывающий опыт путешествий любителям путешествий, у которых не хватает ни денег, ни времени.

Используя записи из реальной жизни, он предлагает полное обслуживание на борту с участием бортпроводников. Их «самолет» может вместить 12 пассажиров одновременно.

Целью этого предприятия было привлечь капитал, позволив заядлым путешественникам, которые не могут путешествовать, испытать следующую лучшую вещь – виртуальное путешествие через гарнитуру реальности. Это вызвало большой интерес к виртуальным путешествиям среди путешественников, что означает, что в этом секторе появилось больше возможностей для внедрения виртуальной реальности [3].

Исходя из успешного опыта применения данной технологии в туристической индустрии зарубежными компаниями можно сделать вывод, что технология виртуальной реальности может многое предложить туристическому сектору. Разные варианты использования позволяют применить данную технологию повсеместно в отечественном туризме. Производство подобных видео роликов для отечественных турфирм, отелей, ресторанов и других

предприятий туристической индустрии будет стоить от 200 белорусских рублей за одну точку или 16 тысяч российских рублей.

Данная технология вызовет отклик у отечественных туристов, так как это будет чем-то новым и уникальным и позволит привлечь большее число туристов, особенно, если использовать эту технологию для привлечения туристов к путешествиям внутри страны.

Список литературы

1. Virtual Reality: Mehr als nur gaming? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/statistacdn/static/promo/Whitepaper/Whitepaper_DMO_Virtual_Reality.pdf. – (дата обращения: 27.11.2022).
2. New research confirms the potential of virtual reality for destination marketing [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tourism.australia.com/content/dam/assets/document/1/6/y/7/t/2003897.pdf>. – (дата обращения: 27.11.2022).
3. 4 well-thought examples of virtual reality in tourism [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.hotelmize.com/blog/4-well-thought-examples-of-virtual-reality-in-tourism/>. – (дата обращения: 28.11.2022).

VR IN THE TOURISM INDUSTRY: FOREIGN EXPERIENCE AND PROSPECTS OF IMPLEMENTATION IN DOMESTIC TOURISM

V. Astreiko

Belarusian State University of Physical Culture

Abstract. This article describes the experience of using VR in the world and how it can be applied in domestic tourism for its further development.

Keywords: information technology, innovation, VR, virtual reality.

ТЕХНОЛОГИИ В ИЗУЧЕНИИ ПРАКТИЧЕСКОЙ НАУКИ В ОБРАЗОВАНИИ

Х.А. Халмаммедов, Ш. Бабаназаров

*Международный университет гуманитарных наук и развития,
Туркменский государственный институт экономики и управления*

Аннотация. В данной работе рассмотрено влияние технологий на процесс образования и на практические методики. Проведен сравнительный анализ влияния технологий на образовательный процесс и процесс практической части. Даны рекомендации по внедрению технологий в отрасль.

Ключевые слова: анализ, метод, технологии, образование.

По мере того, как технологии внедрялись в нашу повседневную жизнь, образование претерпевало изменения. Давно прошли времена листания энциклопедии. С информацией на кончиках наших пальцев обучение теперь безгранично.

Улучшение образования является огромной проблемой для нашего общества. Результаты тестов, наши предполагаемые результаты по сравнению с другими странами и различные элементы выдвинули образование на передний край национальных законодательных вопросов, непосредственно стоящих за реформой здравоохранения. Технологии можно использовать для улучшения преподавания и обучения и помощи нашим ученикам в достижении успеха.

Технологии помогают образованию во многих отношениях, включая использование:

- Цифровые симуляции и модели
- Онлайн обучение
- Улучшенная связь
- Обширные информационные ресурсы
- Улучшенные задания
- Самостоятельное обучение
- Более увлекательное обучение
- Онлайн-сотрудничество
- Улучшенный доступ к образованию

В то время как все хотели бы видеть школы меньшего размера и размеры классов, технологии не могут этого сделать физически. Тем не менее, технология может быть «множителем силы» для учителя. Благодаря использованию систем управления обучением (LMS) учащиеся могут получить доступ к онлайн-ресурсам, чтобы получить помощь по запросу за пределами физической досягаемости их учителя. Технологии также могут расширять образование другим способом.

Образование не останавливается к концу учебного дня. Студенты могут получить доступ к учителям, ресурсам и заданиям через Интернет в любое время и в любом месте, где у них есть подключение к Интернету. Учащимся, которым нужно уделять больше времени отработке концепции, онлайн-упражнения и учебная программа также могут помочь им работать в своем собственном темпе и не отставать от своих сверстников.

Родительский вклад – еще один фактор, влияющий на успеваемость учащихся, который может расширяться с помощью технологий. У большинства опекунов в настоящее время чрезвычайно напряженный график. В свою очередь, у них может не быть времени, чтобы помочь своему ребенку с домашним заданием или прийти в класс на конференции.

Технологии могут помочь. Родители могут встречаться с учителями с помощью веб-конференций или других онлайн-инструментов для совместной работы. Кроме того, они могут проверять посещаемость, задания и оценки своего ребенка через онлайн-платформы. Они также могут общаться со своими детьми с работы по электронной почте, текстовым сообщениям, мгновенным сообщениям и видеозвонкам.

Технологические проекты также могут вдохновить учащихся на размышления и сотрудничество, а не на запоминание, независимо от того, используют ли они Интернет для исследований или для переписки с другими

учащимися или экспертами, которые физически не присутствуют. Эти проекты также помогают им освоить технологические навыки, необходимые им для достижения успеха в современной рабочей силе.

Хотя технологии сами по себе могут быть дорогими, они также могут помочь школам сэкономить деньги. Виртуальные экскурсии, электронные документы, электронная почта вместо печатных заметок, виртуальные лаборатории, электронные учебники и тысячи бесплатных онлайн-ресурсов помогают школам экономить деньги и по-прежнему дают учащимся потрясающие возможности для обучения.

Учителя также могут использовать технологии для поиска ресурсов и посещения виртуальных курсов повышения квалификации и конференций (большинство из них бесплатны). Они также могут создавать личные обучающие сети (PLN) с помощью Ning, Twitter и других ресурсов, чтобы находить и делиться мыслями и ресурсами, а также получать поддержку от своих коллег.

1. Цифровые симуляции и модели

Цифровые симуляции и модели могут помочь учителям более наглядно и ясно объяснять сложные понятия, а учащимся, способным к визуальному или тактильному обучению, лучше понять понятия.

Это может варьироваться от простых моделей в начальной школе, чтобы помочь учащимся визуализировать концепции, до гораздо более сложных предметов. Технология медицинского моделирования позволяет студентам, изучающим некоторые из самых сложных тем, практиковать свои навыки более безопасными способами. Цифровые симуляции блестят, когда они напрямую применимы к своим аналогам из реального мира.

Для преподавателей, желающих начать работу, вот краткий набор советов по использованию цифровых симуляций в образовании.

2. Теперь вы можете получить степень онлайн

Для тех, кто работает весь день и не может ходить на занятия лично, онлайн-обучение стало отличным решением. От лиг плюща до младших колледжей множество различных типов учреждений предлагают онлайн-курсы, сертификаты и степени.

3. Улучшенная связь

Неэффективная переписка между учителями и учениками может стать препятствием для обучения и образования. Технологии могут превратить класс в сеть, в которой учителя постепенно публикуют задания, а учащиеся могут легче задавать вопросы – учителям и своим сверстникам – и ссылаться на структурированные записи прошлых обсуждений.

4. Расширенные исследования, краткая информация и электронные книги

Облачное хранилище и интеллектуальные поисковые системы сделали исследование намного менее требовательным к студентам в наши дни. Прошли те времена, когда им нужно было перелистывать кучу книг, чтобы найти конкретную ссылку.

Поскольку на исследования уходит значительное количество времени и легче получить доступ к более широкому кругу источников, студенты могут консолидировать массу информации и знаний в своих проектах. Результаты можно более эффективно сравнивать по всему миру, что позволяет ускорить прогресс в передовых исследованиях.

Хотя новые технологии и информационные банки – это фантастика, необходимо приложить целенаправленные усилия для обеспечения равного доступа к таким ресурсам. Электронные книги и обучающие приложения – невероятные ресурсы, но почти бесполезные для студентов без аппаратного обеспечения для их использования.

5. Эффективные оценки

Технологии позволяют учителям не только продуктивно готовить практические упражнения, но и лучше измерять успеваемость своих учеников.

Существует доступное программное обеспечение, с помощью которого учителя могут непрерывно давать или получать оценки своих учеников. Цифровые оценки позволяют учителям регулярно проверять прогресс. Затем у них появляется возможность более легко и точно обновлять записи. Они могут сообщить учителям не только о том, правильно ли учащийся ответил на вопрос, но и о том, сколько времени было потрачено на этот вопрос.

Эти оценки дают учителям гораздо более четкое представление об успеваемости их учеников. Оттуда они могут вмешиваться более своевременно и эффективно. Они также могут анализировать тенденции в классе и легче сравнивать результаты тестов с другими классами и школами.

Никого не удивляя, это не заменяет плохих учителей и может усугубить проблемы. Плохой доступ к практическим тестам, учебным ресурсам и четким инструкциям по предмету может превратить онлайн-задания в разочаровывающий ад. Профессиональное развитие и обучение новым технологиям, особенно для учителей старшего возраста, необходимы для помощи преподавателям и их ученикам.

6. Обучение в собственном темпе

Очевидно, что самостоятельное обучение является еще одним огромным преимуществом, которое учащиеся ценят с развитием технологий в сфере образования. Несмотря на то, что есть некоторые сообразительные ученики, способные быстро приспосабливаться к новым понятиям, есть и другие, которым приходится выделять значительное время на усвоение мысли.

Такие студенты благословлены тем, что технология может стать частью их обучения; теперь они могут идти в ногу со своими сверстниками, используя упражнения с пошаговыми инструкциями и онлайн-учебный план, чтобы осваивать новые концепции в своем собственном темпе, а затем снова практиковаться дома.

7. Увлекательное обучение

Любой хороший учитель скажет вам, что вовлеченность учащихся является ключом к осмысленному обучению. Активное участие и внимание могут превратить урок в нечто действительно запоминающееся. Вспомните себя в школе: как часто что-то запоминалось для теста, а затем тут же

отбрасывалось? Геймификация процесса обучения превращает учащихся из наблюдателей в участников.

Использование технологий сделало обучение значительно более увлекательным, чем когда-либо в недавнем прошлом. Учащиеся участвуют в разнообразных учебных задачах, которые улучшают их усвоение новых понятий. Использование видеоигр имеет огромное количество преимуществ и даже может побудить студентов продолжать заниматься STEM.

Учащиеся, которым сложно понять определенный предмет, могут найти обучающее видео в Интернете. Видео или контент в прямом эфире могут предложить альтернативный подход к размышлению и лучшее понимание концепции или предмета. Эти видеоролики могут обеспечить интересный и интерактивный подход к обучению, который легче усваивается.

Игровое обучение – это область, которая становится все более распространенной и широко изучается. Для тех, кому интересно узнать больше, вот фантастическое выступление TED о практике и ее преимуществах.

8. Онлайн групповое сотрудничество

Идея группового обучения была улучшена в цифровом мире. В настоящее время студентам не нужно собираться физически; существует множество способов сотрудничества в Интернете. Они могут обмениваться файлами и заметками, вместе работать над документами, мгновенными сообщениями или электронной почтой. Они даже могут использовать видеоконференцсвязь для обсуждения проектов лицом к лицу.

В мире, пострадавшем от пандемии, это стало как никогда важным. Электронное обучение, профессиональное развитие и другие возможности для совместной работы были переведены в онлайн, и технологии сделали эту корректировку терпимой.

Виртуальный класс стал стандартом для миллионов учащихся от дошкольных учреждений до университетов. Сотрудничество в режиме реального времени необходимо для развития навыков и профессионального развития даже в мире, затронутом Covid-19. Технологии образования могут и ограничили ущерб.

9. Открытое образование

У нас есть доступ к информации, как никогда раньше. В этом инновационном и революционном мире учащимся доступны различные бесплатные ресурсы, будь то статьи, написанные отдельными лицами, курсы микрообучения от экспертов или архивы, предоставленные престижными колледжами. Независимо от вашего местоположения или бюджета, если у вас есть доступ в Интернет, вселенная Интернета, несомненно, найдет способ ответить на ваш вопрос.

Технологии могут дать учителям и учащимся замечательные ресурсы. У них есть доступ к новым возможностям для изучения подходов к совместной работе и откладыванию дополнительных денежных средств. Технологии – это не просто мощная вещь для образования – это сверхдержава.

Список литературы

1. Hodson, D. (2009). Teaching and learning about science: Language, theories, methods, history, traditions and values. Sense Publishers: Rotterdam.
2. Taber, K. (2017). Reflecting the nature of science in Science Education. In K. S. Taber & B. Akpan (Eds.), Science Education- an international Course Companion, pp. 23-39. Rotterdam: Sense Publishers.
3. Svendsen, B. (2015). Mediating artifact in teacher professional development. International Journal of Science Education, 37(11), 1834-1854.
4. Aydeniz, M., & Cakmakci, G. (2017). Intergrating Engineering Concepts and Practices into Science Education: challenges and opportunities. In K. S. Taber and Akpan. B (Eds.), Science Education- an International Course Companion (pp. 221-235). Rotterdam: Sense Publishers.
5. Clough, M. P. (2017). History and Nature of Science in Science Education. In K. S. Taber and Akpan. B (Eds.), Science Education- an International Course Companion (pp. 39-53). Rotterdam: Sense Publishers.
6. McComas, W.F. & Olson, J. K. (1998). The nature of science in international science education standards documents. In McComas (Ed.), The nature of science in science education: Rationales and strategies (pp. 41-52). Kluwer Academic Publishers: The Netherlands.
7. Karagöz, E, Cavas, B., & Oral, O. (2019). A view of the impact of technology on science Education in 2070. In B. Akpan (Ed.), Science Education: Visions of the future (pp. 261-289). Ajuba: Next Generation Nigeria).

TECHNOLOGIES IN THE STUDY OF PRACTICAL SCIENCE IN EDUCATION

Kh. Halmammedov, Sh. Babanazarov

*International University for the Humanities and Development,
Turkmen State Institute of Economics and Management*

Abstract. This paper considers the impact of technology on the education process and on practical methods. A comparative analysis of the impact of technology on the educational process and the process of the practical part was carried out. Recommendations are given for the introduction of technologies in the industry.

Keywords: analysis, method, technology, education.

ПРИРОДА ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАНИИ

Х.А. Халмаммедов, Ш. Бабаназаров,

*Международный университет гуманитарных наук и развития,
Туркменский государственный институт экономики и управления*

Аннотация. В данной работе рассмотрено влияние технологий на процесс образования. Проведен сравнительный анализ влияния технологий на образовательный процесс и его развитие. Даны рекомендации по внедрению технологий в отрасль.

Ключевые слова: анализ, метод, технологии, образование.

Последние 30 лет были периодом, который оказал большое влияние на радикальное место технологий в жизни человека. Вполне резонно будет

сказать, что компьютерные технологии и Интернет нужны людям. Новые методы, основанные на технологиях искусственного интеллекта, генерируют создание новых идей на горизонте и предлагают альтернативные решения множества различных проблем. Технология включает в себя понимание того, что такое технология, как и почему технология развивается, как люди и общество управляют, реагируют на нее и иногда невольно изменяются под влиянием технологии.

Понимание того, как технологии взаимодействуют с наукой, важно для учащихся, чтобы они могли принимать обоснованные личные и общественные решения. Тем не менее, контексты обучения STEM часто узнают о том, как технологии могут быть полезны для нас. Тем не менее, надежное технологическое образование требует, чтобы усилия в области естественнонаучного образования рассказывали учащимся о природе технологий. Здесь важно узнать, что такое технология, как она связана с наукой, но в то же время отличается от нее, как она формирует и формируется обществом и как технологии влияют на то, как люди думают и действуют.

Технологии существуют столько же, сколько в мире есть люди, приемы формообразования орудий принимаются за главное свидетельство начала человеческой культуры. В целом, технология была влиятельной силой в развитии цивилизации. Технологии, как и язык, искусство, ритуалы, ценности и бизнес, являются неотъемлемой частью культурной системы и одновременно формируют, и воспроизводят ценности системы. В современном мире технология представляет собой сложное социальное предприятие, включающее исследования, проектирование, ремесла, финансы, производство, управление, труд, маркетинг и техническое обслуживание. Мы используем технологии, чтобы попытаться изменить мир так, чтобы он лучше подходил нам.

Технологии охватывают наши возможности изменить мир: резать, придавать форму или соединять материалы; переносить вещи с одного места на другое; дотянуться дальше руками, голосом и чувствами. Однако результаты изменения мира часто бывают сложными и непоследовательными. Они могут включать неожиданную прибыль, неожиданные расходы и неожиданные опасности. Это может приходиться на разные социальные группы в разное время. Таким образом, предвидение эффектов технологии так же важно, как и развитие ее возможностей.

Ключевые принципы в области природы технологии:

- Технологическое развитие требует творческого мышления.
- Технология ограничена законами природы, такими как гравитация.
- Ученых интересует то, что существует в природе; Инженеры модифицируют природные материалы, чтобы удовлетворить потребности и желания человека.
- Технологии, разработанные для одной цели, иногда адаптируются для других целей.
- Темпы технологических изменений возрастали.

- Наука, технология, инженерия, математика и другие дисциплины взаимно дополняют друг друга.
- Инструменты помогают людям делать что-то эффективно, точно и безопасно.
- Технологии и их связь с природой

В школьном образовании преподавание может проводиться методом исследования, с использованием обучения, основанного на запросах (IBL), или с использованием обучения, основанного на проблемах. IBL в основном касается учителей, которые учат студентов лучше понимать мир, в котором они работают, общаются, учатся и живут. Стратегии обучения, которые активно вовлекают учащихся в процесс обучения через вопросы, с большей вероятностью улучшат концептуальное понимание. ИБЛ должен быть преднамеренный процесс диагностики проблем, критики экспериментов, выделения альтернатив, планирования исследований, изучения предположений, поиска информации, построения моделей, дебатов с коллегами и формирования последовательных аргументов. Задавать вопросы и находить ответы важно в IBL, так как они помогают эффективно генерировать знания, однако IBL – это не только задавание вопросов и обсуждение решений; это способ преобразования данных и информации в полезные знания. Стратегии обучения, которые активно вовлекают учащихся в процесс обучения посредством опросов, с большей вероятностью улучшат концептуальное понимание, и учитель может получать разное количество указаний как при открытом, так и при направляемом опросе. Тем не менее, споры между исследователями о влиянии IBL на улучшение понимания понятий учащимися сложны, и дискуссия вокруг этого является предметом дискуссий на протяжении многих лет.

Проблемно-ориентированное обучение (PBL) – это учебный подход, который успешно используется с семидесятых годов и продолжает получать признание во многих дисциплинах. Это учебный (и учебный) подход, ориентированный на учащихся, который позволяет учащимся проводить исследования, интегрировать теорию и практику и применять знания и навыки для разработки жизнеспособного решения определенной проблемы. Инновационные подходы к образованию, такие как проблемно-ориентированное обучение (PBL) и научно-исследовательское обучение (IBL), помещают обучение в решение проблем или исследование сложных явлений.

Стимулирование интереса учащихся к естественным наукам, технологиям, технике и математике (STEM) уже много лет вызывает серьезную озабоченность. Еще одной проблемой была необходимость развития навыков 21-го века, таких как творчество, критическое мышление и сотрудничество, которые необходимы для будущего. Наука как предприятие имеет индивидуальное, социальное и институциональное измерения. Научная деятельность – одна из главных черт современного мира

Как социальная деятельность наука отражает социальные ценности и культуры. На направление научных исследований влияют неформальные

влияния внутри самой научной культуры, такие как преобладающее мнение о том, какие вопросы наиболее интересны или какие методы исследования, скорее всего, будут продуктивными. Чтобы понять важность культуры для человеческого познавательного научного развития, мы могли бы обратиться к Выготскому. Выготский разработал социокультурный подход к когнитивному развитию. Выготский, «обучение есть необходимая и всеобщая сторона процесса развития культурно организованной, специфически человеческой психологической функции». Другими словами, социальное обучение имеет тенденцию предшествовать (т. е. опережать) развитию. Теории Выготского подчеркивают фундаментальную роль социального взаимодействия в развитии познания, поскольку он твердо верил, что сообщество играет центральную роль в процессе познания. Для Выготского среда, в которой растут дети, влияет на то, как они думают и о чем думают. Выготский предполагает, что когнитивное развитие различается в разных культурах, и необходимо рассматривать культуры с целью понимания когнитивного развития.

Создание рабочего пространства в школе может дать место для инновационного обучения, ведущего к повышению творческих способностей учащихся. Производственное пространство – это рабочее место, на котором учащиеся, интересующиеся STEM, особенно в области вычислительной техники или технологий, могут собираться для работы над проектами, обмениваясь идеями, оборудованием и знаниями. Цифровое производство является одним из ключевых видов деятельности в производственных помещениях. Оборудование, такое как 3D-принтеры, лазерные резак и электронные элементы, часто доступно. Навык, который часто упоминается при обсуждении пространства для творчества, – это креативность.

Концептуальное рабочее пространство получило широкое распространение: ему больше не нужно включать заранее определенный набор инструментов для изготовления, основное внимание уделяется созданию творческого пространства, доступного для публики, где можно исследовать, создавать и возиться.

Список литературы

1. Hodson, D. (2009). Teaching and learning about science: Language, theories, methods, history, traditions and values. Sense Publishers: Rotterdam
2. Taber, K. (2017). Reflecting the nature of science in Science Education. In K. S. Taber & B. Akpan (Eds.), Science Education- an international Course Companion, pp. 23-39. Rotterdam: Sense Publishers
3. Svendsen, B. (2015). Mediating artifact in teacher professional development. International Journal of Science Education, 37(11), 1834-1854
4. Aydeniz, M., & Cakmakci, G. (2017). Intergrating Engineering Concepts and Practices into Science Education: challenges and opportunities. In K. S. Taber and Akpan. B (Eds.), Science Education- an International Course Companion (pp. 221-235). Rotterdam: Sense Publishers

5. Clough, M. P. (2017). History and Nature of Science in Science Education. In K. S. Taber and Akpan. B (Eds.), Science Education- an International Course Companion (pp. 39-53). Rotterdam: Sense Publishers

6. McComas, W.F. & Olson, J. K. (1998). The nature of science in international science education standards documents. In McComas (Ed.), The nature of science in science education: Rationales and strategies (pp. 41-52). K1 Kluwer Academic Publishers: The Netherlands

7. Karagöz, E, Cavas, B., & Oral, O. (2019). A view of the impact of technology on science Education in 2070. In B. Akpan (Ed.), Science Education: Visions of the future (pp. 261-289). Ajuba: Next Generation Nigeria).

THE NATURE OF TECHNOLOGIES IN EDUCATION

Kh. Halmammedov, Sh. Babanazarov

*International University for the Humanities and Development,
Turkmen State Institute of Economics and Management*

Abstract. This paper considers the impact of technology on the education process. A comparative analysis of the impact of technology on the educational process and its development has been carried out. Recommendations are given for the introduction of technologies in the industry.

Key words: analysis, method, technology, education.

ЦИФРОВОЙ СЛЕД КАК ЭЛЕМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОГО БРЕНДА

М.В. Багдасарян, О.Ю. Ангелова

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Цифровизация жизни общества и новая реальность стремительно меняют наш мир. Современные технологии внедряются повсюду, коренным образом меняют основные ценности нашей жизни. В данной статье рассматривается понятие «цифровой след» и возможность его использования в целях создания личного бренда. Данное исследование крайне актуально, в связи с тем, что цифровые технологии полностью вошли в нашу жизнь и способны удовлетворять потребности по формированию портрета потребителя при построении личного бренда.

Ключевые слова: цифровой след, цифровая тень, отпечаток, всемирная паутина, аккаунт, тренд, бренд личности

Переход к цифровой экономике и виртуализации многих процессов послужил основанием для создания цифрового портрета потребителя по изучению его покупательских способностей, следа в интернете, который именуется «цифровым следом», а также социально-демографических и прочих характеристик, которые можно узнать о потребителе в социальной сети [1]. Цифровой след по своей сущности – это совокупность информации о тех посещениях и вкладе пользователя в то время как он находится в сети Интернет [2]. Цифровой след включает в себя информацию, которая получена в интернет-

пространстве и на телевидении. Цифровой след обеспечивает возможность изучить базу данных и тех фактов, которые имеются в любой его работе в цифровой среде. Это может быть личный профиль пользователя в социальной сети, данные, которые выставляют на различных сайтах, информация о тех местах, которые он посещает, информация с личных сообщений и комментариев под постами и фотографиями, непосредственно сами фотографии и любая другая виртуальная активность.

Самую главную роль на сегодняшнем цифровом рынке играют социальные сети, электронная коммерция и интернет вещей. Ведущие компании, которые разрабатывают цифровые технологии и торговлю в данных направлениях являются Apple, Google, Facebook и платформа Amazon. Также непосредственное влияние на B2C рынок оказывают электронные площадки, созданные для торговли – это Amazon, AliExpress eBay. Такими площадками в России являются Авито, Wildberries и другие.

По тому поведению, которое оставляет человек в социальной сети и на сайте на основании считывания его цифрового следа, производителями товаров и услуг строится look-alike. Это профиль потребителя или цифровая модель человека, с помощью look-alike проводится социально-демографический и поведенческий таргетинг. Соответственно в социальной сети такой человек видит предложение именно того товара, и той услуги, которую он недавно искал, потому специально отбирают клиентов рекламодателей для такого человека. В ходе look-alike рекламных кампаний проводится статистический анализ по потребителям и с помощью математического моделирования осуществляется поиск пользователя, у которого схожие поведенческие характеристики и запросы и таким образом в интернете демонстрируется та реклама, которая ему больше всего подходит. Цифровые двойники воспроизводят потребителя с точки зрения характеристики его поведения и физического состояния [3].

Изучение цифрового следа и цифрового поведения, помогает многим компаниям создавать свои продуктовые предложения, которые очень отражают интересы потребителя, в том числе данные технологии применимы и при построении личного бренда.

Концепция любой компании берёт за свою основу цифрового двойника потребителя и создаёт цифровой двойник продукта, который ему необходим. Использование этих двух моделей приводит к изоляции продуктовых предложений, в том числе и в личном бренде ведёт к повышению понимания индивидуального запроса потребителя. Так один из исследователей в своей книге «Мой цифровой след» выделяет целых два вида цифровых следов [5]. Это пассивный и активный. Пассивный цифровой след формируется на тех данных, которые пользователь оставляет ненамеренно, например, посетил сайт, социальную сеть, какой-либо поисковый ресурс автоматически такая информация сохранилась на сервере, в архиве и базе.

Активный же цифровой след создаётся, когда сам пользователь публикует личные данные с целью обнаружения информации о себе, то есть

цифровой след – это действие, которое совершается самим потребителем, например, это может быть выкладывание поста, фотография. Такая информация собирается данным потребителем, сформировывается его цифровая тень или образ, как его видят различные системы. Цифровая тень в понимании Тони Фишера, – это совокупность информации о пользователе сети, которая собирается или с согласия или без согласия определённой системой [6]. Таким образом, создатель личного бренда строит модель, то есть предсказывает поведение, предпочтение и те продукты, которые будут интересны его целевой аудитории. Он даже может продиагностировать состояние здоровья у данной целевой аудитории. Такие системы используют алгоритмы коллаборативной фильтрации. С помощью данного инструмента предполагают, что система группирует похожих пользователей по определенным признакам, которые отдают предпочтение тому товару или услуги, которые продвигают бренд, то есть поведение таких покупателей одинаково.

В настоящее время сайты и цифровые программы анализируют поведение любого пользователя, накапливают о нём информацию и подстраиваются под них, создавая тем самым удачный личный бренд. Действие личного бренда основано на алгоритмах машинного обучения. То есть при входе для построения моделей указываются все данные о пользователях и известны результаты их последних взаимодействий. Система выделяет необходимые факторы и предсказывает результат с достаточной чёткостью.

Согласно исследованию, которое провела одна из американских компаний на рынке [5], расширенную и предиктивную аналитику 28% предприятий и бизнесменов используют для построения своего личного бренда. Поиск показателя активности по использованию цифрового следа для экономических субъектов, в том числе и личного бренда растет на 5% предприятий и личных брендов. Они используют предиктивную аналитику, а около 90% знают об аналитике, но не используют её.

Однако стоит заметить, что интерес превышает реализацию данного инструмента. Следующее поколение личных брендов будет основано непосредственно на активной аналитике и будет выдавать конкретное предложение под конкретную целевую аудиторию. Таким образом стоит сказать, что персональные рекомендации станут очень распространенными и в будущем сформируется автоматический сценарий продвижения личного бренда. Это крайне важно для использования данного инструмента молодым поколением по продвижению товаров и услуг. Многочисленные опросы, которые проводят исследовательские центры [4], говорят о том, что более половины пользователей социальных сетей готовы поделиться данными в обмен на выгодное предложение.

Таким образом цифровой след влияет на формирование услуг личного бренда.

Список литературы

1. SkillFactory. Блог. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://blog.skillfactory.ru/auditoriya-soczialnyh-setej-i-messendzherov-v-2021-godu/>, свободный.
2. VC.RU. Береги тень смолоду. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vc.ru/social/117884-beregi-ten-smolodu>, свободный.
3. WebCanape-digital-агентство. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.web-canape.ru/about/>, свободный.
4. Газета «Наука»/ Интернет-версия. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://nvo.ng.ru/science/2021-08-31/100_143530082021.html, свободный.
5. СМИ «Обозник». Цифровые следы человека и их использование в политическом управлении. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.oboznik.ru/?p=70351>, свободный.
6. Аакер Д. Создание сильных брендов. – М.: Издательский дом «Гребенников», 2008.

DIGITAL FOOTPRINT AS AN ELEMENT OF PERSONAL BRAND FORMATION

M.V. Baghdasaryan, O. Angelova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The digitalization of society's life and the new reality are rapidly changing our world, modern technologies are being introduced everywhere and radically changing the basic values of our life. This article discusses the concept of "digital footprint" and the possibility of using it to create a personal brand. This study is extremely relevant, due to the fact that digital technologies have fully entered our lives and are able to meet the needs of forming a portrait of the consumer when building a personal brand.

Keywords: digital footprint, digital shadow, fingerprint, world wide web, account, trend, personality brand

ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ И ПРОДВИЖЕНИЕ СПОРТИВНОГО КЛУБА ЕДИНОБОРСТВ

Р.Р. Багдасарян, Е.Н. Летягина

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Современные технологии продвижения и популяризации спортивных организаций позволяют создать эффективную систему коммуникаций и управления общественным мнением и средствами массовой информации. Среди разнообразнейших функций PR важнейшее место принадлежит коммуникациям с разными группами общественности. В работе рассмотрены особенности и специфика популяризации и продвижения спортивного клуба единоборств.

Ключевые слова: спортивный клуб, личный бренд, PR, коммуникации, таргетинг, целевая аудитория.

Методы PR в индустрии спортивных клубов, в том числе клубов единоборств незначительно отличается от других методов и инструментов, которые применяются для популяризации и продвижения организаций в индустрии спорта. С помощью методов продвижения решаются некоторые задачи:

1) популяризация видов спорта, создание позитивного имиджа.

2) зрительское доверие, от этого фактора зависит придёт человек на боксёрский бой и бой единоборств или купит трансляцию и будет смотреть её в комфортном для себя месте или на сайте, бесплатно предоставляющим трансляцию боёв единоборств, однако в плохом качестве [1].

Создание бренда спортсменов в области единоборств, формирование позитивного образа бойца у зрителя, разрушение стереотипов о том, что такие спортсмены не наделены интеллектуальными способностями. Стоит отметить, что многие спортсмены достаточно умны, образованы, дают качественные интервью и владеют грамотной речью.

3) активное взаимодействие со средствами массовой информации, которые имеют свою целевую аудиторию, фанатов единоборств.

4) привлечение спонсоров, меценатов и проведения различных спонсорских мероприятий для усиления эффекта и привлечения новых болельщиков и новых фанатов для просмотра единоборств.

Таким образом, основные задачи в области популяризации и продвижения единоборств сводятся к определённому набору инструментов, которые помогают сделать эффективной деятельность спортивного клуба единоборств. При этом важным инструментом является распространение новостей о мероприятиях спортклуба, аргументация, убеждение и привлечение новых посетителей.

Авторы многих исследований [2] говорят о том, что PR и продвижение, то есть распространение информации о продукте, о человеке, услуге, которое предполагает последующую оценку с точки зрения эффективности, различные понятия.

Однако мы считаем, что PR является главной составляющей любой компании по продвижению спортивного клуба.

Также сюда можно отнести выстраивание грамотных отношений с партнерами, инвесторами и внутри компании.

Целевую аудиторию для привлечения внимания к спортивному клубу единоборств можно определить с помощью таргетинга. Таргетинг и ретаргетинг, в переводе с английского, это рекламный механизм, который позволяет выделить аудиторию, которая удовлетворяет заданным критериям, и реклама в интернете, и социальных сетях будет показываться именно данной аудитории [3].

Именно с помощью этого инструмента решаются задачи, которые ставит перед собой спортивный клуб для увеличения своей эффективности. Для того, чтобы понять, как правильно продвигать социальные сети, клубу единоборств необходимо выделить методы влияния на группу, которой интересен спорт и

единоборства. Данным методам и определением аудитории занимаются маркетологи, которые учитывают экономическую географию социальной группы, достаток, состояние, возраст и многие другие факторы. Однако данный набор критериев не всегда позволяет точно определить группу, которой было бы интересно посещать и следить за деятельностью спортивного клуба единоборств.

Так в PR, сформированы различные принципы, по которым можно более четко определить, какие тенденции отражает рынок, например, стоит выделить, что такой вид спорта, как единоборство больше интересен мужчинам, при том любого возраста. Мужчины любят драки, они любят конкуренцию, возможно, многие из них когда-то в детстве или в юности занимались спортом, единоборствами. Также можно определить характер человека, который будет посещать спортивный клуб – это может быть смелость, агрессивность, уверенность в себе, сила духа, волевые качества, склонность к азартным играм, конкуренция, мечтательность. Также с помощью психографических принципов таргетинга можно разделить целевую аудиторию на однородные группы, например, по таким критериям, как ценность, мотивация к покупке и тип личности.

Среди единоборств очень легко определить тот тип, кому интересен данный спорт. Сообщение, которое присылается с помощью рекламы будет примерно одинаково, так как возрастные социальные ограничения в данном случае не учитываются. Конечно, если человек, который живёт в глубокой деревне и у него маленькая зарплата вряд ли позволит себе ходить в элитный спортивный клуб единоборств, однако такой человек может стать фанатом тех ребят, тех мужчин, которые занимаются в данном спортивном клубе. Они сформируют у него доверие и, таким образом, данный человек будет постоянным подписчиком социальных сетей данного клуба, будет оставлять лайки и комментарии.

Если рассмотреть тип людей, которым интересна индустрия единоборства, то можно выделить следующие показатели:

1) мужчины в возрасте от 10 до 90 лет разного социального статуса и происхождения, любого вероисповедания и денежного достатка,

2) женщины от 12 до 90 лет, которые также заниматься единоборствами или имеют родственников в данной сфере, независимо от их социального статуса, вероисповедания и денежного достатка. Разброс возраста в данном случае обосновывается тем, что минимальный допустимый возраст, когда девочки могут приступить к занятию единоборствами это 12 лет.

Таким образом, проведя данное исследование можно смело сделать заключение, что интерес к спортивному клубу единоборств может возникнуть у любого человека, так как зрителями и участниками клуба могут быть абсолютно все люди.

Задача для повышения эффективности деятельности клуба рассказать о тех бойцах, которые в нём занимаются, привлекать СМИ для того, чтобы рассказывать зрителям и показывать, как развивается клуб, чего достигают

бойцы, которые в нём занимаются – от этого интерес аудитории подписчиков будет только расти [4].

Боец, которого показывают по телевизору это как минимум необычный, и у людей возрастает любопытство ко всему интересному и необычному. Они восхищаются тем, что не могут сделать сами.

Анализ в комментариях в социальных сетях про клубы единоборств показывает, что люди восхищаются спортсменами и стремятся к подражанию, достижению подобного уровня, уважают их. Они с интересом смотрят пресс-конференции, интервью, которые дают спортсмены, читают статьи о их жизни и о том, как они прошли данный путь.

В отличие от многих других сфер увеличение эффективности деятельности клуба единоборств, возможно в том случае, если информация будет максимально откровенной и честной. Так, к примеру, любая другая индустрия, например, кино, музыка, и так далее, они могут привлекать к себе внимание и увеличивать свою эффективность за счёт жёлтой прессы, за счёт выдумывание различных легенд для того, чтобы обратить на себя внимание. А боксёру, бойцу единоборств, данный метод не подвластен. Его успех зависит только от дисциплины, тренировок и правильного досуга, для того, чтобы достичь высоких результатов в спорте, поэтому, в данном случае повышение эффективности деятельности спортивного клуба и привлечения к нему внимания зависит непосредственно от личности бойца.

Выделим основные группы, которые на которые легко оказать воздействие с помощью грамотного PR и раскрутки социальных сетей спортивного клуба единоборств. Во-первых, это преданные фанаты единоборств. Это та группа населения, которая всегда будет в группе единоборств. Она любит данный спорт, любит боевое искусство. Несмотря на то, что боксёры, которые занимаются в данном клубе не участвуют в бойцовских клубах, бойцовских шоу, там не будет именитых спортсменов, однако они будут поддерживать тот клуб, за который они болеют, будут покупать билеты на различные матчи, которые там проводятся, приходить на мастер-классы и так далее.

Вторая группа – это фанаты других конкурентных видов спорта: это смешанные единоборства, ММА, борьба и другие.

Для того, чтобы привлечь внимание к смешанным единоборствам и популяризировать данный вид спорта переманивает на свою сторону тех боксёров и специалистов, у которых не всегда есть стойкий интерес к своему виду спорта.

Итак, для популяризации спортивных единоборств и продвижения спортивного клуба необходимо привлекать внимание к личности бойцов, развивать их личные бренды, рассказывать о них целевой аудитории и доводить информацию до потенциальных клиентов данного клуба.

Список литературы

1. Литвишко О. В., Голикова О. М. Эффективная бизнес-модель как основа прироста инвестиционной стоимости профессионального спортивного клуба // Вестник ГУУ. 2019. №5.
2. Литвишко О.В., Вейнберг Р.Р. Инвестиционный потенциал субъектов профессионального спорта // Статистика и экономика. 2019. №1.
3. Литвишко Олег Валерьевич Специфика определения фундаментальной стоимости профессионального спортивного клуба // Вестник Удмуртского университета. Серия «Экономика и право». 2017. №5.
4. Газета «Наука»/ Интернет-версия. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://nvo.ng.ru/science/2021-08-31/100_143530082021.html, свободный. – (дата обращения: 10.11.2022).
5. Екимова, К. В., Дохойн, З. М. Об оценке эффекта диверсифицированности бизнеса на стоимость компании//Иновации и инвестиции. 2015. № 10. С. 31-34.
6. Титов, В. А., Вейнберг, Р. Р., Литвишко, О. В. Инвестиционные характеристики акций профессиональных спортивных клубов//Фундаментальные исследования. 2015. № 7(2). С. 428-432.

POPULARIZATION AND PROMOTION OF THE MARTIAL ARTS SPORTS CLUB

R.R. Baghdasaryan, E. Letiagina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. Modern PR technologies are virtual sphere technologies that control the communication sphere and control the mass media. Among the diverse functions of PR, the most important place belongs to communications with different groups of the public. In this paper, we will consider the specifics of PR work as a tool for developing an effective model of activity in the martial arts sports club industry.

Keywords: sports club, personal brand, PR, communications, targeting, target audience.

ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ТЕМЫ: «АНТОНИМЫ НА УРОКЕ РУССКОГО ЯЗЫКА»

И.Б. Баймухамбетова, Р.А. Жумагалиев

Таразский региональный университет им. М.Х.Дулати

Аннотация: Данная статья посвящена теме инновационным методам, которые можно использовать для того, чтобы объяснить антонимы учащимся. Также приведены примеры для использования теоретических знаний на практике, рассмотрены определенные ситуации с учениками.

Ключевые слова: педагог, обучаемый, антонимы, новый материал, инновационные технологии, методы обучения, виды инновационных технологий в образовании, мотивационный процесс, личностный подход в обучении, сфера деятельности

Для того чтобы понять, что такое инновационные методы и их применение, давайте разберемся, что такое инновационная педагогика.

Нынешний век требует замены определенных устоев в воспитании и образованиях. Условно, это главенствующая теория, которая положена в основу решения теоретических и практических проблем. Многие ученые высказываются, что классическая педагогическая информация устарела, необходимы новшества, которые продвинут нас.

Инновационная технология является выходом из этой ситуации. Инновационные технологии – это процессы, которые создают новые вещи или улучшают существующие с целью повышения прогресса и эффективности в определенной сфере деятельности человека, в данном случае – это образование.

В школьном образовании применяются самые разнообразные педагогические инновационные методики. В выборе огромную роль играет профильная направленность учебного заведения, его традиции и стандарты.

- Наиболее распространенные новшества в процессе образования:

- а)) информационно-коммуникационные технологии;
- б) личностно-ориентированное обучение;
- в) проектная и исследовательская деятельность;
- г) игровые технологии.

Когда нужно объяснить новую тему, можно использовать интерактивную доску, где учащиеся смогут смотреть на презентацию и понимать главную мысль. Прежде чем приступить к уроку, преподаватель стоит заранее подготовиться, имея собственный план. Итак, начало учебного процесса, учащиеся внимательно слушают учителя. Предметник, озвучивая новую тему, предлагает желающим участвовать в диалоге, написанном на доске. В разговоре школьники понимают, что антонимы имеют большое значение в коммуникации с окружающим миром. Это будет началом, воспитанники заинтересованы. Далее в работу можно добавить пословицы, поговорки, чтобы дети их продолжили, например:

1. **Старый** друг лучше ... двух.
2. **Вместе** ... – **порознь** скучно.
3. *Ученье* – ..., а *неученье* – **тьма**.

Такой список можно продолжать дальше, детям легче воспринимать новое, если они не понимают значение термина. Данный пример относится к инновации с использованием информационно-коммуникационных технологий: компьютера, интернета, интерактивной доски, презентации.

Следующим у нас стоит личностно-ориентированное обучение. Она включает в себя личностный, индивидуальный подход к каждому ученику или же подразумевает дифференциацию учащихся. Самое главное – это правильно побудить интерес учащихся, которые в будущем будут активными. В этом случае используют разные тестирования, для понимания уровня знаний коллектива, и формулирования к каждому особый подход. Мы можем раздать карточки классу, и объяснить, что нужно найти сделать, при выполнении задания [2, с.52].

За каждый правильный ответ – 1 балл. Найдите каждому антониму пару: весело, тихий, жарко, глупый, прямой, грустно, мало, скупой, громкий, много, кривой, холодно и т.д.

Следом идет проектная и исследовательская деятельность, которая подразумевает групповую работу учащихся, они должны уметь работать в команде, чтобы понимать не только необходимость коммуникации с социумом, но и смогут укреплять свои знания. Если будут вместе работать, непосредственно задавая друг другу вопросы, будет формироваться мотивационный дух во время соревнования с остальными командами в классе. Итак, делим коллектив на 2 основные группы, каждой дали текст, ученики должны на места пропусков написать антоним. Та команда, что подберет правильные антонимы, получит больше очков.

Например: Кругом во всем мире не найдешь такого красивого () места. Воздух был пропитан холодом (), молодые () деревья только сейчас желтели (). За маленьким () окном виднелось теплое () солнышко. Эта атмосфера давала () мне силы () идти к своей мечте.

А вторая команда имела такой текст: Собака была старой () и злой (). Дети часто боялись () проходить мимо этой улицы. Она вела себя агрессивно (). Я всегда любил () её, понимал (), что есть причина. Мы часто () проводили время вместе ().

1 правильный ответ – 1 балл. Итого: 8 баллов[3, с.63].

Также в этой деятельности главным является ребенок. Т.е., под индивидуальные особенности каждого могут создаваться проектные работы, или же добавляются профильные предметы в школе. Различные кружки, мероприятия, конкурсы тоже способствуют развитию личностных качеств учащегося.

Далее, если учащиеся затрудняются ответить или задают вопросы, учитель может сразу объяснить, чтобы предотвратить ошибки. Зачастую бывают моменты, когда ученики начинают шуметь или ситуация определенным образом складывается не в пользу педагога, поэтому в зависимости от возраста можно предложить индивидам игру. Здесь можно использовать фантазию преподавателя, к игре могут относиться загадки, пословицы, поговорки, произведения русских писателей, поэтов. Игровая деятельность проходит в любой форме, учитель ориентируется на время.

Например, учитель начинает предложение, аудитория заканчивает.

*Скажу я слово **рано***

А ты ответишь: (поздно)

*Скажу я слово **хорошо***

А ты ответишь: (плохо)

Множество факторов зависят от возрастной категории, индивидуальных особенностей каждого ребенка, воспитания и т.д. Можно выбрать стихи длиннее, используя книги, интернет-ресурсы, сборники стихотворений.

Мы можем придумать множество различных игр-упражнений, познавательных, соревновательных игр. Используя интерактивную доску,

несколько примеров ребус на антонимы. Или же вместе с воспитанниками разобрать кроссворд, задавая вопросы. Такой вид занятости поможет развить творческую сторону индивидов. Специалист показывает таблицу данного кроссворда, рядом написаны условия для разгадки.

Подберите антонимы к следующим словам:

по вертикали: день, старик, шум, порядок;

по горизонтали: правда, помеха, проигрыш, старт.

После того, как учащиеся выполнили задания, параллельно учитель считает баллы каждого обучаемого. Если вдруг мы замечаем, что дети устали от быстрого потока новой темы, учитель может предложить физминутку, т.к. сидя за столом столько времени ученики быстро утомляются. Чтобы глаза и руки отдохнули, пусть дети вместе расслабят пальцы, плечи и немного поморгали, вращая глаза по кругу.

И, конечно, к концу урока мы проводим блиц-опрос, чтобы анализировать результаты наших трудов. Можно провести устно или письменно. При устном вопросе, который специалист задает всему классу, педагог по своему усмотрению поднимает студента или же можно опросить желающих. При условии письменной сдачи, мы проводим рефлексию:

- *Сегодня на уроке я научился...*
- *Теперь я могу...*
- *Я хотел бы научиться...*

Все эти методы и формы обучения можно использовать на уроке ознакомления, но времени не всегда хватает, по этой причине Б.П. Есипов предложил наиболее разработанную классификацию системы уроков, по которой можно применять инновационные методы в нужное время в нужном месте.

- *Ученый выделяет:*

- *комбинированные и смешанные уроки;*
- *уроки по ознакомлению учащихся с новым материалом;*
- *уроки закрепления и повторения знаний;*
- *уроки имеет основной целью обобщение и систематизация изученного;*
- *уроки, выработки и закрепления умений и навыков;*
- *уроки проверки знаний и разбора проверочных работ*[2, с.260].

От того на каком этапе проходит изучение данной темы будет прогнозирование дальнейших результатов. Выполнение домашнего задания также обладает большое значение, благодаря повторению, закреплению в уме новой информации, учащимся легче вспоминать то, что всегда упоминали.

К примеру, на уроке ознакомления студентов с новым материалом, комбинированных уроках можно применять на практике вышеперечисленные методы. На занятиях, где необходимо повторение правил, учащиеся воспроизводят снова пройденный материал. На уроках проверки знаний проводится самостоятельная работа или контрольная, где преподаватель оценивает результат и ставит оценки.

Не стоит забывать какую роль может играть эмоционально-психологический климат в классе. Подростки могут чувствовать неловкость, если все время обучения учитель вел себя не так положительно, как на открытом уроке. Даже если они будут отвечать на вопросы правильно, воспитанники будут чувствовать себя несколько неуютно. Нужно уметь пользоваться педагогическими способами выражения мысли. Стимулирующая роль поощрения заключается в удовлетворении ученика его личностным ростом в обществе, уверенность в собственных силах и движении вперед к своей цели. Не всегда это уместно, т.к., если хвалить бездельника, вряд ли будут хорошие результаты. Быть квалифицированным, компетентным педагогом не так легко, как кажется. Нужно понимать эту тонкую грань психологии, все это может прийти с опытом, по словам учителей[2, с.342].

Отношение к наказанию в нашей науке противоречиво и неоднозначно. Если, мы верно определим воспитанника, который небрежно относится к учебе и примем нужные меры, то он еще сможет измениться. Есть ученики, которые всегда готовы, но они боятся выступать перед публикой, или имеют определенный комплекс, поэтому не отвечают, не участвуют в процессе. Педагог принимает письменные работы школьника и видит, как ведет себя воспитанник. Зачастую, мы делаем вывод, что учащиеся, может быть, не совсем понимает тему, раз не отвечает. В таком случае необходимо индивидуально провести беседу с индивидуальностью, если же учитель выберет неправильную тактику, и перед всем классом выскажет свое недовольство, выговор переходя на личность. Мы не знаем, какой это человек, какие имеет особенности в характере, он может перестать готовиться и замкнуться в себе или перейти в другую школу. Педагог, как весы, должен взвешивать свои слова, анализировать поступки, чтобы научить детей, приучить их к труду, правильно направлять подрастающее поколение, которое в будущем будет пожинать свои плоды[2, с.343].

Таким образом, инновационные технологии используются, чтобы разнообразить рутинную жизнь учащихся, заинтересовать их, тем самым, это может служить мотивацией в будущем. Также проводите групповые работы, именно в таких мероприятиях у ребенка формируется целостное мировоззрение, и воспитанник проверяет свои полученные знания, основываясь на своем опыте, начиная понимать суть вопроса.

Хотя многие и утверждают, что советское образование отстало от современного времени, в то время давали качественные знания. Каждый взрослый считает, что это вина интернета, но я думаю, что это из-за большого количества информации. Повседневно нашему мозгу приходится обрабатывать много материала, поэтому ненужные, неинтересные знания мы откладываем в краткосрочную память. Задача педагога состоит в том, чтобы постоянно повторять пройденный материал, задавать наводящие вопросы, связывать теорию с практикой, чтобы это ярко отпечаталось в сознании индивида. Необходимо давать качественные знания и после принимать обратную связь.

Список литературы

1. В. И. Смирнов. Общая педагогика: Учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по пед. направлениям и специальностям / 2. изд., перераб., испр. и доп. – М.: Логос, 2002. – с. 52.
2. В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов. Педагогика: учебник по дисциплине "Педагогика" для студентов высших учебных заведений, обучающихся по педагогическим специальностям / 8-е изд., стер. – Москва: Академия, 2008. – с. 342- 343, с. 260.
3. З. Д. Гольдин, В. Н. Светлышева. Русский язык в таблицах. 5-11 классы: справочное пособие / – 13-е изд., стер. – Москва: Дрофа, 2010. – с. 63 – 68.
4. Биктемирова, Д.И. Современные инновационные образовательные технологии [Электронный ресурс]: сервер профессиональной подготовки учителей / ООО «Инфоурок». 2018. // URL: <https://infourok.ru/sovremennie-innovacionnie-obrazovatelnie-tehnologii-456029.html> (дата обращения: 16.11.22)
5. Зулхашева, Д.Р. Технологическая карта по русскому языку [Электронный ресурс]: сервер профессиональной подготовки учителей / ООО «Инфоурок». 2018. // URL: <https://infourok.ru/urokigra-po-russkomu-yaziku-po-teme-antonimi-klass-3961422.html> (дата обращения: 16.11.22)
6. Курумбаева, А.С. Урок-игра «Антонимы» [Электронный ресурс]: Электрон. сайт / ООО «Мультиурок». 2014. // URL: <https://multiurok.ru/files/urok-igra-antonimy.html> (дата обращения: 17.11.22)
7. Черняев, Е.В. Применение инновационных технологий в образовательном процессе [Электронный ресурс]: статья / Электрон. б-ки. 2017. // URL: <https://stranatalantov.com/news/primenenie-innovacionnyix-texnologij-v-obrazovatelnom-proczenne/> (дата обращения: 17.11.22)

INNOVATIVE METHODS IN STUDYING THE TOPIC: "ANTONYMS IN THE LESSON OF THE RUSSIAN LANGUAGE"

I. Baimukhambetova, R. Zhumagaliev

Taraz Regional University named after M.Kh.Dulati

Abstract: This article is devoted to the topic of innovative methods that can be used to explain antonyms to students. Examples are also given for the use of theoretical knowledge in practice, certain situations with students are considered.

Keywords: teacher, student, antonyms, new material, innovative technologies, teaching methods, types of innovative technologies in education, motivational process, personal approach to learning, field of activity

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ СТАРШИХ КУРСОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСОМ

В.И. Балахонцев, М.В. Борисова, А.Ю. Мусохранов
Кемеровский государственный университет

Аннотация. В статье представлен анализ распространённости фитнеса среди различных возрастных групп. Приведены основные причины отказа от фитнеса и способы поднятия мотивации к занятиям им, среди студентов старших курсов. Показано влияние различных факторов на занятие фитнесом.

Ключевые слова: фитнес, мотивация, спорт, студент, силовые нагрузки, исследование.

Фитнес, в понимании студентов, остается чем-то новым и неизведанным, многие из них не понимают важность развития данной деятельности для здоровья человека, а, следовательно, не могут сформировать мотивацию к тренировкам. Однако, фитнес очень важен для студентов, так как он включает в себя различные фитнес-технологии, которые сопутствуют развитию всех внешних и внутренних качеств человека. Фитнес-технологии – это совокупность физических нагрузок, выполняемых людьми, которые придерживаются формальных правил и конкурируют между собой [1]. Помимо изучения самих технологий фитнеса, студент должен осознавать важность получения теоретических знаний, сформировать личные мотивационные причины для освоения фитнеса.

Формирование мотивации среди студентов – важнейшая задача учебного заведения. Мотивация – процесс стимулирования самого себя и других на деятельность, направленную на достижение индивидуальных и общих целей организации [2]. Именно благодаря формированию мотивации среди учащихся, как и организации в целом, можно добиться поставленных задач. Но в современной тенденции, мы видим, что даже среди молодой возрастной группы населения, фитнес становится менее популярен, из-за чего угасает интерес к занятиям фитнесом в повседневной жизни.

Результаты проведенного исследования, среди 89 686 респондентов, показали, что наиболее активными пользователями фитнес-услуг являются граждане от 30 до 39 лет – 35,4%. Из возрастной категории от 20 до 29 лет регулярно тренируются в фитнес-клубах 26,9%, показатели систематической посещаемости физкультурно-оздоровительных занятий населением в возрасте от 40 до 54 лет демонстрируют небольшое отставание от молодежи, и составляют 24,4% [3].

Показатели указывают на то, что молодежная группа заинтересована в занятии фитнесом чуть больше, чем на четверть. Рассмотрим основные причины отказа от занятия фитнесом среди студентов старших курсов:

1. Дисконфорт. Студентам неудобно посещать занятия по фитнесу, так как они могут стесняться находиться в компании, или у них, возможно, нет возможности соблюдать личную гигиену после трудной тренировки.

2.Отсутствие цели. Данная проблема возникает по причине того, что сам студент не видит своего прогресса, а также формирует неправильное мнение о потраченном времени на посещение тренировок.

3.Желание заниматься самостоятельно. Проблема заключается в том, что большинство студентов не могут работать самостоятельно, для них важен коллективный подход, ведь именно он позволяет усовершенствовать все свои способности, появляется азарт и соперничество среди групп студентов. Также повышается риск получения травм, при неправильном выполнении упражнений, из-за отсутствия опыта и знаний в тренировках.

4. Отсутствие индивидуального подхода. Многие студенты не могут понять своего преподавателя фитнеса, так как не имеют конкретных знаний в данной области и у них отсутствует практический опыт. Порой сам преподаватель не может сформулировать правильную подачу информации и строит тренировки для общей группы студентов, не учитывая возможности отдельных ее членов.

5.Отсутствие оборудования для занятия фитнесом. Оборудование очень важно, ведь оно позволяет не только увеличить эффективность и безопасность проводимой тренировки, но также позволяет чувствовать уверенность в возможности дальнейшего прогресса в физическом плане.

Для развития, мотивация, важнейшим фактором, является позицией человека, его стабильное психическое состояние, а также комфортная среда для возвращения сильных волевых качеств. Рассмотренные ранее проблемы мешают в создании и развитии мотивации среди студентов, не давая правильно соотнести свои интересы и предпочтения. Большинство студентов старших курсов начинают обращать внимание на возникновение проблем при занятии фитнесом, а не на наличие немалых преимуществ и достигаемых успехов.

Исследование показало, что среди 100 опрошенных студентов из Кемеровского государственного университета, 35% – выбирают замену фитнеса или не посещают данную дисциплину, 41% – посещают по причине необходимости получения зачета или экзамена, и лишь 24% по личной инициативе.

Для решения проблемы с повышением мотивации, предложим несколько подходов, которые позволят решить различные проблемы при физической нагрузке, а также увеличат заинтересованность студентов именно к фитнесу, как виду физической деятельности:

1. Создание удобного расписания, с учетом всех факторов, влияющих на посещение занятий фитнесом. Примерами таких факторов могут выступать: занятие фитнесом стоит среди остальных учебных занятий (студент не успевает подготовиться к учебному процессу, а также испытывает дискомфорт, в связи с возникшей физической нагрузкой, которая, в дальнейшем, препятствует успешному получению знаний), отсутствие душевых кабин или их малое количество, отсутствие полок для хранения индивидуальных вещей. Все эти факторы очень важны для студента, нужно учитывать их и составлять расписание тренировок после основных учебных занятий.

2. Создание приложения для отслеживания прогресса обучающегося. В приложение студент сможет видеть не только расписание занятий фитнесом, а также его личные достижения (сколько времени он потратил на то или иное упражнение; как часто выполняет полную нагрузку на все группы мышц; какие упражнения стоит использовать именно в данный момент времени, с учетом всех показателей студента; показатели роста, веса, объема мышц и жира; составление рациона питания; возможность поставить уведомления о посещении тренировок и приема пищи). Добавить вкладку рекомендации от преподавателя, где он сможет просматривать советы или видео, присланные его преподавателем. Также можно включить коллективный и личный чат, где можно делиться интересными источниками, своими результатами.

3. Добавление в программу интересных упражнений или необычного спортивного инвентаря. Студент должен всегда подпитываться интересом к фитнесу, именно интерес позволяет длительное время поддерживать мотивацию к занятиям фитнесом. Необычное оборудование позволит студенту вновь познавать что-то новое и развиваться в, интересующем его, формате.

4. Создание комфортной и дружеской обстановки между преподавателем и студентом. Преподаватель должен обладать навыками общения, а также уметь правильно доносить информацию до обучающегося студента. Живое общение и дружеский тон позволят не только построить хорошее взаимоотношение в учебном процессе, но и увеличить продуктивность работы на тренировках (всегда приятно осознавать, что тебе здесь рады и тебя здесь ждут).

5. Создание поощрения для обучающихся при посещении и занятии фитнесом. К каждому студенту нужен индивидуальный подход и собственная программа, на первом занятии со студентом лучше познакомиться и ввести их в основные понятия фитнеса, рассказать о возможных плюсах и попытаться найти причину прийти снова для каждого студента. Поощряя посещения занятий фитнесом, преподаватель сможет сильно увеличить мотивацию студента (можно проводить различные соревнования или конкурсы, для выделения лучших студентов).

Данные подходы позволяют ослабить влияние отрицательных качеств на развитие мотивации, а сами студенты смогут сосредоточиться на занятии фитнесом, общении с преподавателем и возвращении личных мотивационных качеств. Также, данные подходы позволяют не только увеличивать количество студентов, которые будут посещать фитнес, но и улучшат мнение о фитнесе среди других возрастных групп, что способствует популяризации фитнеса.

Мотивация к занятию фитнесом среди студентов старших курсов должна быть в приоритете, среди преподавателей данной дисциплины. Мотивация позволит точно корректировать способности студента, с помощью его заинтересованности, а также позволит развивать физические и психические стороны обучающегося. Все приведенные подходы решаемы и могут принести большую пользу для начинающих практиков данной дисциплины. Мотивационные студенты – это залог успешной работы не только преподавательского состава, но и всего учебного процесса.

Список литературы

1. Глазунова С.И., Борисова М.В., Мусохранов А.Ю. Комплексное сочетание фитнес-технологий на занятиях по физической культуре в ВУЗе // Научное обозрение. Педагогические науки. 2022. №3. С. 20-24.
2. Антикризисное управление. Краткий словарь терминов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://business-portal.ru/doc/z18cp3rbmq_ask_cr_3484384/ (дата обращения: 28.11.2022).
3. Фитнес-рынок: стагнация или рост? // Центр международной торговли Москва [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://corp.wtcmoscow.ru/services/international-partnership/actual/fitnes-rynok-stagnatsiya-ili-rost/> (дата обращения: 28.11.2022).

FORMATION OF MOTIVATION OF SENIOR STUDENTS TO FITNESS CLASSES

V. Balakhontsev, M. Borisova, A. Musokhranov

Kemerovo State University

Annotation. The article presents an analysis of the prevalence of fitness among various age groups. The main reasons for giving up fitness and ways to increase motivation for fitness classes among senior students are given. The influence of various factors on fitness is shown.

Keywords: fitness, motivation, sport, student, strength training, research.

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Д.Р. Бибалова

Майкопский государственный технологический университет

Аннотация: в данной статье описываются актуальные вопросы, проблемы и задачи, связанные с малоподвижным образом жизни. Раскрывается важность воздействия на организм физических упражнений, правильного дыхания, сбалансированного питания. Разъясняется положительное влияние физических упражнений, цигун на организм молодежи.

Ключевые слова: спорт, молодежь, физические упражнения.

На сегодняшний день множество болезней, которые еще пару десятилетий назад достигали человека в более старшем возрасте очень помолодели. Электронные и цифровые технологии, существенно облегчившие жизнь населения планеты, «омолодили» такие болезни как остеохондроз, метаболический синдром, подагра.

Жизнедеятельность человека в современном обществе характеризуется высокими психофизическими нагрузками, часто отрицательно сказывающимися на здоровье, особенно при недостатках в физическом развитии и отклонениях в функционировании различных систем организма. Положение осложняется антропогенным воздействием окружающей среды особенно в крупных промышленных городах. Современная жизнь атакует здоровье человека со всех сторон. Уже в школьном возрасте появляются более

или менее серьезные отклонения в состоянии здоровья многих учеников, значительная часть призывников оказывается негодной к военной службе по состоянию здоровья [1].

Одной из причин заболеваний студентов является гиподинамия – болезнь цивилизации XXI века. По данным ВОЗ недостаточная физическая активность стоит на четвертом месте из факторов риска приводящих к смерти в мире, что по данным экспертов составляет примерно 10% смертей. Малоподвижный образ жизни приводит к заболеваниям опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистым заболеваниям, сахарному диабету, ожирению, оказывает влияние на дыхательную систему что ухудшает здоровье нации в целом. Еще несколько лет назад гиподинамия довольно редко встречалась среди населения, а сегодня уже достигла размеров эпидемии. Согласно исследований Европейского отделения Всемирной Организации Здравоохранения более 60% взрослого населения и около 80% молодежи страдают этим недугом. Причиной такого образа жизни является рост цивилизации. Молодое поколение сменило игры на свежем воздухе на проведение времени в гаджетах. Игры и социальные сети затягивают молодежь на долгие часы пребывания за компьютерами, планшетами, смартфонами. Если данная ситуация не изменится, то через время мы получим поколение людей с метаболическим синдромом, и сниженной продолжительностью жизни. Ключом для решения этой задачи станет физическая активность в жизни каждого молодого человека [2].

Физические упражнения являются неотъемлемой частью здорового образа жизни. Наиболее действенной альтернативой гипокинезии и гиподинамии в современных условиях могут выступать средства физической культуры, увеличение объема и интенсивности мышечной деятельности [1].

На сегодняшний день имеется множество разнообразных методик, позволяющих дать физическую нагрузку как на весь организм, так и на отдельные группы мышц. Мышцы, участвующие в работе, требуют для своей работы большого количества уровня кислорода и подпитки питательных веществ, а также нуждаются в быстром выведении продуктов распада. Это может быть достигнуто с помощью увеличения поступающей крови и прогресса в скорости кровотока в кровеносных артериях и сосудах. Помимо этого, кровь в альвеолах более насыщена кислородом. У молодежи, которая регулярно занимается физическими упражнениями сердечная мышца проще адаптируется и приспосабливается к условиям новой жизнедеятельности и функционирования, а когда уровень физической нагрузки снижается, способна вернуться к нормальному уровню деятельности в кратчайшие сроки. Число мышечных сердцебиений сердца, которое регулярно вовлечено в физические упражнения, меньше, что является результатом пониженного пульса, однако, с другой стороны, при каждом сокращении сердце выбрасывает в кровяные артерии больше крови. При более редких сокращениях сердечной мышцы предпочтительней проявляются условия для остальной части сердца.

При регулярных физических нагрузках молодого организма деятельность сердечной мышцы и кровеносных артерий становится более экономичной и

лучше регулируется нервной системой. Благодаря физическим упражнениям происходит общее расширение сосудов, стабилизация тонуса мышц, улучшение питания и корректировка проводимого обмена веществ в сосудах. Выраженная умственная работа в течение рабочего дня, гиподинамия, зачастую проявляющаяся при стрессах, курение и прием алкоголя вызывают повышение тонуса мышц и снижение уровня питания стенок кровеносных артерий, что приводит к снижению их эластичности. Поэтому для поддержания здоровья и работоспособности сердца и всех группы мышц необходимо активизировать кровообращение с помощью физических упражнений.

Выраженное полезное влияние на сердце и сосуды оказывают такие виды физических упражнений как: беговая нагрузка, быстрая ходьба, плавание в бассейне, зимние активные виды спорта на открытом воздухе, езда на велосипеде. При выполнении ритмичных и постоянных физических упражнений на все группы мышц, увеличивается количество уровня красных кровяных телец в крови, что является следствием выработки своего рода иммунитета и защитной реакцией на проникновение в организм вирусов и бактерий, проявляется устойчивость к инфекциям. Медицинскими специалистами достоверно установлено, что те молодые люди, которые на системной основе посещают спортивные секции и занимаются физической активностью, реже болеют, и способны в легкой форме переносить заболевания, вызванные проникновением инфекции в организм.

Еще одно положительное действие регулярных физических упражнений для молодых людей заключается в профилактике сахарного диабета, так как в ходе длительной работы мышц уровень сахара в крови подвержен снижению. В ходе занятий физической культурой на системной основе, у тренированных молодых людей снижается уровень холестерина в крови и активизируется система, отвечающая за свертываемость крови, которая в полной мере не допускает формированию тромбов в сосудах.

В нормальном спокойном состоянии уровень дыхательных движений составляет порядка шестнадцати в минуту если рассматривать здоровый организм. При физической активности вследствие возрастания уровня потребления кислорода мышцами дыхание становится более частым и глубоким. Объем кислорода, проходящего через легкие за одну минуту, увеличивается с восьми литров в норме до ста сорока литров. При нормальной жизнедеятельности работа мышц практически организмом практически не используется, при этом через большую часть кровеносных капилляров движение крови не осуществляется, тем самым, человеческий организм не задействует основные жизненные системы, оставаясь «на страже». Как только деятельность организма активизируется, все капилляры открываются, и приток крови к мышце увеличивается более чем в тридцать раз.

В процессе двигательной активности в мышцах формируются новые кровеносные сосуды. Под влиянием занятий спортом меняется и химический состав мышцы – в нем увеличивается количество веществ, при распаде которых выделяется много энергии: гликогена и фосфагена. В тренированных мышцах быстрее восстанавливаются соединения гликогена и фосфора, которые

распадаются при сокращении мышечных волокон, а окислительные процессы протекают интенсивнее, мышечная ткань лучше усваивает и использует кислород.

Результаты исследований свидетельствуют о том, что здоровье человека напрямую связано с его работоспособностью и утомляемостью. От состояния здоровья во многом зависит успешность учебной и производственной деятельности студентов [1].

Весомый вклад в наше физическое и эмоциональное здоровье вносят, такие упражнения как например, занятия цигун. Это не просто физическая активность, а целостная система знаний и методов практики, включающая в себя упражнения, медитацию и разные способы дыхания, направленные на развитие человека, его оздоровление и лечение, расширение сознания, понимание своих жизненных задач и своей миссии [1].

Системное занятие спортом и физической активностью молодежью способствует исключительно положительному влиянию на весь двигательный аппарат, оказывает профилактический эффект предупреждая развитие дегенеративных изменений, связанных с возрастом и гиподинамией, повышается минерализация костной ткани, укрепляются связки и сухожилия. Систематические физические упражнения в молодом возрасте способствуют заложению крепкого фундамента для поддержания здоровья и позволяют надолго сохранить красоту и стройность.

Список литературы

1. Ашхамахов, К.И. Гимнастика Цигун [Электронный ресурс]: монография / Ашхамахов К.И., Козлов Р.С.; М-во образования и науки РФ, ФГБОУ ВО Майкоп. гос. технол. ун-т. – Майкоп: Магарин О.Г., 2016. 424 с.

2. Рубизова А.А., Жданова Д.Р., Джейранова М.О. Гиподинамия – болезнь цивилизации // Бюллетень медицинских Интернет-конференций. 2017. Том 7. № 6. С. 1031.

3. Журнал Международный студенческий научный вестник. – 2015. – № 5 (часть 3). С. 454-455

THE INFLUENCE OF PHYSICAL EXERCISES ON THE HEALTH OF STUDENTS

D. Bibalova

*Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education
"Maikop State Technological University"*

Abstract: this article describes topical issues, problems and tasks related to a sedentary lifestyle. The importance of the impact on the body of physical exercises, proper breathing, balanced nutrition is revealed. The positive effect of physical exercises, qigong on the body of young people is explained.

Keywords: sports, youth, physical exercises.

ПРИМЕНЕНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ГРЕБНЫХ ВИДАХ СПОРТА

Ф.Ю. Бильданова, Р.Р. Шириев, В.Р. Карфик
*Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма*

Аннотация. В статье предоставлен теоретический анализ гребного спорта в России. Подробно рассматриваются новейшие технологии, используемые в тренировочном процессе и соревновательной деятельности, проведен анализ развития гребли в совокупности с цифровыми инновациями.

Ключевые слова. Гребной спорт, цифровые технологии, развитие спорта, спорт, прогресс.

Результаты исследования и их обсуждение. Гребля – это один из старейших видов спорта. Зарождалась она еще у индейцев и эскимосов, но как профессиональный вид спорта она пришла в массы намного позже. В наше время в России гребля делится на две федерации: гребля на байдарках и каноэ (сюда так же входят гребля на лодках дракон, гребной слалом и сап-серфинг), а также федерация гребного спорта – это академическая, народная и прибрежная виды гребли, гребля-индор. Так же в каждой из федерации имеется гребля для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Данный вид спорта является одним из сложнейших – в нем задействуются почти все мышечные группы организма, в лодке необходимо держать баланс. Погодные условия играют большую роль в тренировочном процессе и соревнованиях. С каждым гребком спортсменам необходимо преодолевать мышечную усталость. Гребля является циклическим видом спорта, входящим в программу летних Олимпийских Игр.

Развитие цифровых технологий в мире не могло обойти спортивную составляющую общества. С каждым годом появляются новые тренажеры, средства для наблюдения за ЧСС, пульсом, пройденной дистанции и тд. Так же цифровые технологии помогают в соревновательный период: повышение качества трансляций прямых эфиров с гонок. Улучшенная техника помогает не только спортсменам, но и тренерам. В рамках данной работы мы рассматривали последние новшества и изменения, наблюдаемые в гребном спорте в России.

Самым популярным тренажером в академической гребле не только в России, но и по всему миру можно считать гребной эргометр. Данный тренажер максимально приближает спортсменов к условиям «воды». Но самое интересное находится на мониторе эргометра Concept2 PM5. Основные его показатели: пройденная дистанция, скорость, темп, мощность гребка, количество затраченных на тренировку калорий и параметры ЧСС (пульса). Данные могут отображаться в удобной для спортсмена и тренера форме: в виде общей информации, с отображением кривой силы гребка, с лодкой-лидером, гистограммой или крупным шрифтом.

Также в мониторе PM5 встроены игры, для обеспечения дополнительной мотивации или возможности отвлечься при длительной монотонной

тренировке. В комплекте установлены игры «Рыбки», «Биатлон», «Дартс» и «Стрельба по мишени».

Возможности монитора PM5 позволяют использовать его, при объединении в сеть с другими тренажерами Concept2 для проведения соревнований, как в одном помещении, так и с соперниками по всему миру с помощью ресурса RowPro.

В тренировочном процессе на воде помимо лодки и весел гребцы используют системы GPS (прибор SpeedCoach), датчик ЧСС и смарт-часы, измерительную уключину «NK EmPower Oarlock».

Прибор GPS фиксируется на корпусе лодки с помощью специальных креплений, он демонстрирует спортсмену и тренеру следующие показатели: темп гребли, время отрезка, скорость за гребок, средняя скорость за 500м, количество гребков, пройденный путь, частота пульса при наличии нагрудного датчика. Получение данных системы GPS в режиме реального времени позволяет тренеру оперативно управлять экипажем.

С помощью пульсометров, которые крепятся под грудь, отслеживается частота сердечных сокращений, что показывает ответную реакцию организма спортсмена на нагрузку. Пульсометры идут в пару со смарт-часами, но также существуют часы, которым не требуются дополнительные гаджеты. В них уже встроены и пульсометр и GPS. Все данные тренировки можно отслеживать в специальных приложениях, которые можно скачать в телефон, в системе сохраняются прошлые результаты, с их помощью можно наблюдать за прогрессом тренировок, возможно, где-то изменить тренировочный план, чтобы выйти на пик формы к соревновательному периоду.

Еще одним высокотехнологичным прибором является совместная разработка компании «Nielsen-Kellerman» и «BioRow» – измерительная уключина «NK EmPower Oarlock». Она позволяет измерять: эффективную длину гребка, угол захвата и «промашку» в начале гребка, угол конца гребка и «сплывание», точку пикового усилия, среднее и максимальное усилие (Н), мощность за гребок и отрезок (Вт), работу за гребок (Дж), графическое отображение. Одна уключина соединяется с одним «SpeedCoach GPS Model 2» беспроводным способом и работает в радиусе до 100 м.

С помощью измерительной уключины «EmPower» гребцы-академисты получают практическую обратную связь после каждого гребка. Для тренеров – это возможность видеть все критические аспекты гребцов в виде простых понятных чисел, и помогать гребцу улучшать технику в этой же тренировке. Для гребцов в команде – это возможность знать точно, что означают команды “не заваливайся” или “быстрее захват” в действительности. Для одиночников – это возможность самостоятельно работать над эффективным гребком, и сразу видеть изменения в настройке лодки.

В тренировочном процессе все больше тренеров стараются использовать видеоанализ. С его помощью можно увидеть ошибки в технике цикла гребка, наглядно посмотреть на особенности биомеханики движений гребцов.

На соревнованиях в последние годы можно наблюдать положительную динамику развития цифровых технологий. Фотофиниш используется на всероссийских соревнованиях, особенно сильно он помогает на спринтерских дистанциях у байдаристов и каноистов, ведь зрелищность данных дисциплин получается благодаря тому, что спортсмены финишируют с разницей в сотые секунды. Видеоанализ так же активно используется на соревнованиях: при съемке сверху, можно обнаружить, что кто-то из гребцов сошел со своей воды на другую, в следствии чего его дисквалифицируют, так как это нарушение правил соревнований. Повысился уровень трансляций соревнований: видео операторы передвигаются на катерах и катамаранах рядом со спортсменами, летают квадрокоптеры и показывают зрителям всю красоту гребли. В комментаторских вышках обновляется техника, картинка и звук становятся качественнее с каждым годом, благодаря чему вырастает интерес к данному виду спорту. Активно рекламируются коммерческие соревнования в социальных сетях, что так же позитивно сказывается в развитии гребли в России.

Заключение. Гребля в России в наше время активно развивается – появляются коммерческие соревнования, создаются студенческие команды, строятся новые центры, а вместе с этим появляется необходимость в новых технологиях, чтобы привлекать новых спортсменов. Тренировочный процесс развивается с каждым годом, появляются новые методики и в большинстве своем они связаны с технологическим прогрессом. Использование цифровых технологий положительно влияет на результаты гребцов, с помощью чего получается более детально изучать аспекты всех сторон тренировочной деятельности.

Список литературы

1 Гарник, В. С. Современные направления интеграции инновационных технологий в сферу физической культуры и спорта / В. С. Гарник, В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова / Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма. Уфа: УГАТУ. 2021. С. 402-405.

2. Лифанов А.А., Салахияев Р.Р., Фомина Е.В. Методика преподавания и обучения гребным видам спорта в вузе: уч. метод. Пособие / А.А. Лифанов К.:КФУ, 2015. 52 с.

3. Прилуцкая, В. А. Инновационные технологии на уроках физической культуры // Образование в современном мире: практики цифровой трансформации. Самара: Самарский национальный исследовательский университет имени академика С. П. Королева. 2021. С. 220-224.

APPLICATION OF DIGITAL TECHNOLOGIES IN ROWING SPORTS

F.Y. Bildanova, R.R. Shiriev, V.R. Karfik

Volga Region State University of Physical Culture, Sports and Tourism

Abstract. The article provides a theoretical analysis of rowing in Russia. The latest technologies used in the training process and competitive activities are considered in detail, the analysis of the development of rowing in conjunction with digital innovations is carried out.

Keywords. Rowing, digital technologies, sports development, sports, progress.

РОСТ ЭФФЕКТИВНОСТИ YOU TUBE КАНАЛА «OLYMPICS» КАК СРЕДСТВО ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ. ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ

Г.А. Блохин, Е.Н. Лелягина

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В данной статье описана роль официального You Tube канала «Olympics» для Олимпийского движения.

Ключевые слова: Олимпийские игры, You Tube, Интернет, канал, контент, пропаганда.

Международное олимпийское движение с момента его возрождения активно занимается информационно-пропагандистским обеспечением Олимпийских игр для популяризации и расширения данного вида соревнований. Важную роль в этом играло освещение Олимпийских игр. Если в начале XX века это были кинохроники, которые транслировались в некоторых кинотеатрах, с середины прошлого столетия трансляции по всему миру на телевидении [2], то в XXI веке одним из ключевых методов стала сеть Интернет, на которой имеется большое количество платформ для публикации контента, одной из которых является You Tube, где зарегистрировано более 2 миллиардов пользователей. В связи с постоянным обновлением интернет-платформы и активностью канала «Olympics» возникает нехватка материалов по аналитике данного инструмента пропаганды, что и определяет актуальность темы.

Целью данного исследования является анализ статистических данных по охвату аудитории You Tube канала «Olympics» и прогноз эффективного использования источника как средства популяризации олимпийского движения.

Объектом исследования выступает официальный You Tube канал Международного Олимпийского Комитета «Olympics».

Предметом исследования выступают статистические данные официального You Tube канала Международного Олимпийского Комитета «Olympics».

Задачи исследования:

1. Изучить деятельность You Tube канала «Olympics» на предмет популяризации олимпийского движения;
2. Проанализировать статистику You Tube канала «Olympics»;
3. Дать прогноз эффективности канала, согласно проанализированным данным.

Методы исследования:

1. Анализ литературных и интернет-источников;
2. Анализ статистических данных.

Характерным симптомом современной пропаганды является представление аудитории, как статичной группы. Соответственно целевую

аудиторию необходимо описывать как группу с определенным поведением. В данной ситуации целевой аудиторией выступают болельщики и любители спорта [1].

Учитывая то, что целевая аудитория Олимпийских Игр разновозрастная, творческие редакторы канала публикуют разнообразный контент: официальные хроники с прошедших Олимпийских Игр, трансляции Всемирной эстафеты Олимпийского огня, трансляции с отбора на Олимпийские Игры по разным видам спорта, а также, следуя современным тенденциям и в дополнение к официальным хроникам Олимпийских Игр, добавляются видео развлекательного характера.

Самыми популярными видео на канале являются видео с открытия Олимпийских Игр в Лондоне 2012 года с выступлением комедийного персонажа Мистера Бина (107 млн. просмотров), видео, где на Олимпийских играх участвуют 2-х летние дети (72 млн. просмотров) и видео с открытия Олимпийских Игр в Лондоне 2012 года с участием персонажа Джеймса Бонда и Королевы Елизаветы II (64 млн. просмотров). С июля 2021 года, когда You Tube запустил новый стандарт публикаций в виде «You Tube Shorts», канал начал активно использовать данный инструмент, что также показывает структуру канала и МОК, как динамически развивающиеся и актуальные. Крайне важной чертой канала является частота публикаций контента-новые видео добавляются на канал ежедневно, а каждый день недели характеризуется специальной рубрикой. Необходимо также отметить высокотехнологичность и качество публикуемой картинки, которая привлекает широкие массы к просмотру видео. На данный момент, выкладываемые видео соответствуют максимально возможному разрешению на видеохостинге.

You Tube канал Олимпийских Игр был зарегистрирован 10 января 2006 года. В настоящий момент суммарное количество просмотров на канале более 4737030277. Это очень высокий показатель для спортивного канала, так как данный видеохостинг специализируется на видео развлекательного характера

Статистические данные, которые предоставляются платформой «Social Blade.com», доказывают востребованность данного канала на платформе. В настоящее время, во всем мире только 19 каналов спортивной тематики опережают официальный канал по количеству подписчиков.

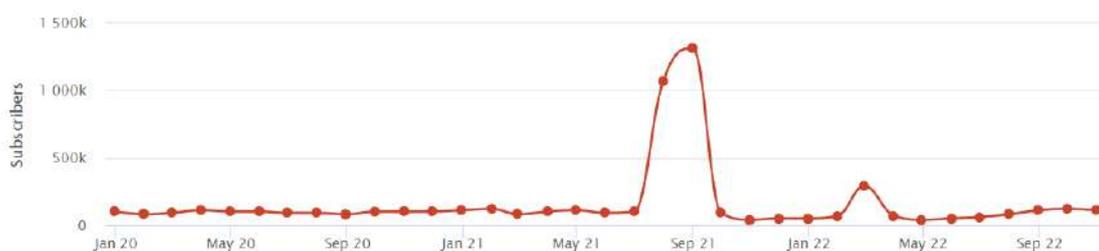
Рост подписчиков, как и количество просмотров стабильно росли в течении последнего года. Бурный рост пришелся на момент проведения летних Олимпийских и Параолимпийских Игр в Токио, Япония (23.07.2021-05.09.2021), а также зимних Олимпийских и Параолимпийских Игр в Пекине, Китай (04.02.2022-13.03.2022), когда ежедневно публиковались уникальные хроники Олимпиады [4].

YOUTUBE ANALYTICAL HISTORY FOR OLYMPICS

Monthly Gained Video Views for 'Olympics'

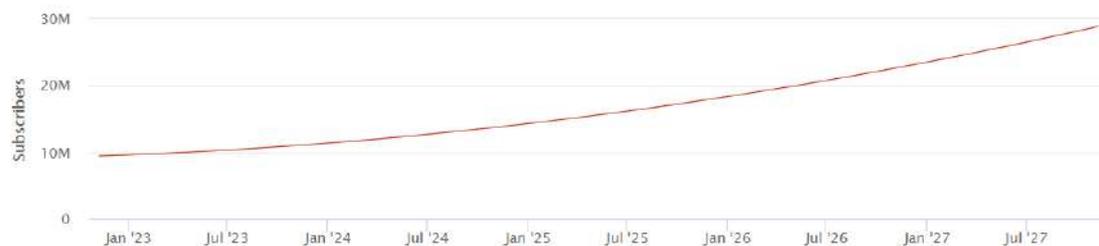


Monthly Gained Subscribers for 'Olympics'

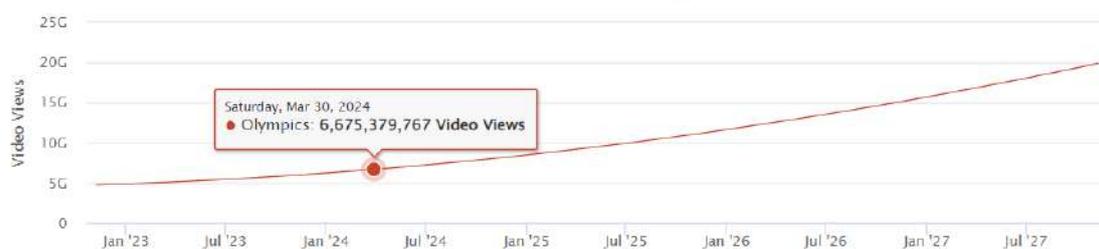


YOUTUBE FUTURE PROJECTIONS FOR OLYMPICS (2022-11-09 - 2027-11-11)

Future Subscribers for 'Olympics'



Future Video Views for 'Olympics'



По закономерностям роста и прогнозам аналитиков видеохостинга, в ближайшие 5 лет канал может преодолеть отметку в 28 млн. подписчиков, где значительные скачки придется на Олимпийские Игры 2024 и 2026, что значительно увеличит аудиторию канала, а значит и Олимпиады в целом.

В последнее время количество каналов со спортивной направленностью на стриминговой площадке YouTube стремительно растет. МОК, осознавая важность и востребованность данной социальной сети, развивает свой официальный канал «Olympics». Своим развитием, YouTube канал

Олимпийских игр, продвигает бренд МОК. С помощью данного инструмента привлекается и сторонняя, более молодая аудитория, которая активно следит за трендами.

Эффективность международной спортивной организации напрямую зависит от вовлеченности аудитории и постоянной поддержки [5]. Учитывая это, МОК проводит открытую политику, своевременно освещая пользователей о своей деятельности [3]. В приведенном случае, модераторы канала постоянно публикуют разнообразные видео спортивного и развлекательного характера. Таким образом, в неолимпийские года аудитория сохраняет интерес к олимпийскому движению. Данный способ предотвращает кризис идеи Олимпизма информационного характера, что дает широкую возможность для привлечения новых коммерческих партнеров и роста аудитории.

По представленным статистическим данным, можно сделать вывод, что канал продолжит развиваться и в следующие 5 лет. Рост количества подписчиков, как и рост просмотров на канале, показывает востребованность и возможность для дальнейшего развития идеи Олимпизма и продвижения ее в массы.

Для данной работы была изучена деятельность You Tube канала «Olympics», проанализированы статистические данные You Tube канала «Olympics» и даны прогнозы на развитие канала. В работе был кратко изложен современный принцип подхода к популяризации Олимпизма на платформе You Tube.

Список литературы

1. Агитационно-пропагандистская работа в профессиональной подготовке бакалавров отрасли физической культуры и спорта / Е. В. Утишева, Е. В. Калашникова, Т. Э. Круглова, С. И. Петров // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2020. № 8(186). С. 280–284.
2. Штейнбах В.Л. Большая олимпийская энциклопедия. – М.: Олимпия Пресс, 2006. 715 с.
3. Речапов М.Р. Фокус внимания на Олимпийском движении // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма: Сборник статей. Новосибирск: Изд-во СибГУФК, 2015. С. 17–25.
4. Olympics, YOU TUBE ANALITICS, // Social Blade 2022 [электронный ресурс] URL: <https://socialblade.com/youtube/c/olympics> (дата доступа 01.11.2022).
5. «Олимпийская повестка 2020». [Электронный ресурс], – Режим доступа: <http://valovs.ru/userfiles/docs/VneocherednayaSessiyaМОКmaterialy2014>, свободный. – (дата обращения 01.11.2022).

**IMPROVE THE EFFICIENCY YOU TUBE CHANNEL «OLYMPICS»
AS A MEANS OF POPULARIZING THE OLYMPIC MOVEMENT.
PROSPECTS OF DEVELOPMENT.**

G. Blokhin, E. Letiagina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract: This article presents the role of the official channel «Olympics» for the Olympic movement.

Keywords: Olympic Games, You Tube, Internet, channel, content, propaganda.

**МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ ДЕВОЧЕК 5-7 ЛЕТ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ**

К.В. Богданова, Р.С. Жуков

Кемеровский государственный университет

Аннотация. Данная тема выбрана и разработана неслучайно, поскольку значимость способности, которая характеризуется, как гибкость, является важной в спортивной гимнастике. Для спортивной гимнастики упражнения на гибкость, особенно шпагаты и мосты, оказывают сильное влияние на увеличение амплитуды движений, пластику, формируют хорошую осанку, придают уверенность в движениях. В процессе исследования была предпринята попытка определить влияние упражнений художественной гимнастики на развитие гибкости девочек 5-7 лет, занимающихся спортивной гимнастикой.

Ключевые слова: спортивная гимнастика, девочки 5-7 лет, гибкость, амплитуда, мобильность.

Введение. Гибкость – одно из значимых физических качеств человека и неотъемлемый компонент физической подготовленности в любом виде спорта. Она позволяет выполнять движения с большой амплитудой, также характеризуется хорошей мобильностью суставов [1]. Чтобы гибкость была достаточной и долго не могла утратить свои функции, ее необходимо развивать с самого детства и делать это систематично.

В спортивной гимнастике на этапе начальной подготовки большее внимание уделяется силовым и скоростно-силовым способностям, тем самым, отесняя гибкость на второй план. Такой подход, не является эффективным, поскольку происходит отрицательный перенос в развитии силовых способностей и проявлений гибкости, что приводит к недостаточной подвижности суставов, к снижению показателей эластичности связок и мышц, тем самым ребенок развивается негармонично, и вследствие, повышается риск травматизма [2]. В современной литературе и источниках недостаточно информации о путях решения данного противоречия, поэтому было принято решение разработать комплексную программу совершенствования гибкости гимнасток 5-7 лет, занимающихся спортивной гимнастикой с помощью средств и методов художественной гимнастики, где традиционно большое внимание уделяется процессу развития гибкости [3].

Объект исследования: тренировочный процесс на этапе начальной подготовки в спортивной гимнастике.

Предмет исследования: уровень гибкости у девочек 5-7 лет, занимающихся спортивной гимнастикой.

Цель исследования: определить влияние упражнений художественной гимнастики на развитие гибкости девочек 5-7 лет, занимающихся спортивной гимнастикой.

Задачи исследования: провести анализ научно-методической литературы по выбранной нами теме; разработать методику комплексного развития гибкости гимнасток 5-7 лет, специализирующихся в спортивной гимнастике с использованием средств и методов художественной гимнастики, экспериментально проверить эффективность методики.

Организация и методы исследования. В нашем исследовании приняло участие 14 гимнасток, занимающихся спортивной гимнастикой в возрасте 5-7 лет. Педагогический эксперимент проводился по адресу г. Ленинск-Кузнецкий пр. Ленина, 2А, в СШОР Кузбасса по спортивной гимнастике им. И. И. Маметьева.

Участницы экспериментальной группы «Э», занимались по разработанной экспериментальной методике с помощью средств и методов художественной гимнастики, которая включалась в тренировочный процесс 3 раза в неделю, длительностью 60 мин. Контрольная группа «К» тренировалась по традиционной системе. Нашей задачей явилось выявление эффективной методики, тестирование гибкости у тренирующихся до проведения эксперимента и после, а также сравнение результатов между группами.

Результаты исследования и их обсуждение. Результаты первого тестирования представлены в таблице 1.

Табл. 1. Показатели исходного уровня развития гибкости испытуемых контрольной и экспериментальной групп

№	Наклон вперед (см)		Прогибание назад (см)		Мост (см)		Поперечный шпагат (см)	
	э	к	э	к	э	к	э	к
1.	8	5	55	53	20	17	12	10
2.	9	9	49	49	19	20	2	7
3.	4	11	60	45	30	15	3	3
4.	8	11	50	44	23	27	11	5
5.	6	6	55	55	23	25	8	14
6.	11	7	45	50	14	18	5	9
7.	8	7	50	53	22	13	3	6
X	7,7	8,0	52,0	49,9	21,6	19,3	6,3	7,7
±m	0,8	0,9	1,9	1,6	1,8	1,9	1,5	1,4

Анализ полученных результатов показал, что девочки экспериментальной и контрольной групп показали практически идентичные результаты, ни по одному из показателей не было зафиксировано надежных статистических различий между выборочными данными ($p > 0,05$). На конечном этапе эксперимента было проведено повторное тестирование групп, для оценки результативности экспериментальной методики (табл. 2).

Табл. 2. Показатели итогового уровня развития гибкости испытуемых контрольной и экспериментальной групп

№	Наклон вперед (см)		Прогибание назад (см)		Мост (см)		Поперечный шпагат (см)	
	э	к	э	к	э	к	э	к
1.	12	7	50	53	14	10	6	8
2.	13	9	45	49	12	13	0	5
3.	8	12	51	44	21	6	2	0
4.	12	12	43	44	19	19	4	5
5.	11	7	45	54	14	23	5	13
6.	14	9	37	49	10	15	0	8
7.	13	7	40	52	16	13	2	5
X	11,9	9,0	44,4	49,3	15,1	14,1	2,7	6,3
±m	0,7	0,8	1,9	1,5	1,5	2,1	0,9	1,5

На момент завершения педагогического эксперимента стало очевидным, что средние показатели уровня развития гибкости девочек в экспериментальной группе существенно превзошли аналогичные показатели контрольной группы.

В тесте 1 (наклон вперед, с гимнастической скамейки) в контрольной группе процентном соотношении показатель улучшился на 12 % а в экспериментальной на 54 %. Сравнение границ доверительных интервалов позволяет отметить, что если на начальном этапе педагогического эксперимента не были зафиксированы надежные различия ($p > 0,05$), то на итоговом этапе различия между выборочными данными носят достоверный характер ($p < 0,05$) (табл. 2, 3; рис. 1). Сравнивая динамику данного показателя в связанных выборках можно отметить, что в экспериментальной группе за время проведения педагогического эксперимента произошел достоверный прирост ($p < 0,01$), а в контрольной группе подобных изменений не зафиксировали.

В тесте 2 (прогибание назад в упоре лежа) в контрольной группе в процентном соотношении показатель улучшился на 1,2 %, в экспериментальной группе – на 15 %. Сравнение границ доверительных интервалов позволяет отметить, что если на начальном этапе педагогического эксперимента не были зафиксированы надежные различия ($p > 0,05$), то на итоговом этапе различия между выборочными данными носят достоверный характер ($p < 0,05$) (табл. 2, 3; рис. 2). Сравнивая динамику данного показателя в связанных выборках

можно отметить, что в экспериментальной группе за время проведения педагогического эксперимента произошел достоверный прирост ($p < 0,05$), а в контрольной группе подобных изменений мы не зафиксировали.

В тесте 3 (мост) в контрольной группе в процентном соотношении показатель улучшился на 27 %, в экспериментальной группе – на 30 %. Сравнение границ доверительных интервалов позволяет отметить, что как на начальном, так и на итоговом этапах проведения педагогического эксперимента между средними арифметическими значениями не были зафиксированы надежные различия ($p > 0,05$) (табл. 2, 3; рис. 3), однако заметно превосходство экспериментальной группы в данном тесте на итоговом этапе. Сравнивая динамику данного показателя в связанных выборках можно отметить, что в экспериментальной группе за время проведения педагогического эксперимента произошел достоверный прирост ($p < 0,05$), а в контрольной группе подобных изменений мы не зафиксировали.

В тесте 4 (поперечный шпагат) в контрольной группе в процентном соотношении показатель улучшился на 19 %, в экспериментальной группе – на 57 %. Сравнение границ доверительных интервалов позволяет отметить, что как на начальном, так и на итоговом этапах проведения педагогического эксперимента между средними арифметическими значениями не были зафиксированы надежные различия ($p > 0,05$) (табл. 2, 3; рис. 4), однако заметно превосходство экспериментальной группы в данном тесте на итоговом этапе. Сравнивая динамику данного показателя в связанных выборках можно отметить, что ни в экспериментальной, ни в контрольной группе за время проведения педагогического эксперимента не произошло достоверных приростов ($p > 0,05$). Возможно, что это связано с тем, что подвижность тазобедренного сустава наиболее консервативна и трудно поддается коррекции, для получения статистически значимых изменений необходимо было увеличить продолжительность педагогического эксперимента.

Анализ динамики индивидуальных результатов контрольных испытаний показал, что в экспериментальной группе показатели улучшили все занимающиеся, а в контрольной у ряда гимнасток положительных изменений показателей не отмечается.

Таким образом, результаты педагогического эксперимента подтверждают гипотезу исследования о том, что разработанная программа комплексного совершенствования гибкости с использованием средств и методов художественной гимнастики, позволит повысить уровень развития гибкости гимнасток 6-7 лет, специализирующихся в спортивной гимнастике.

Выводы. Опираясь на результаты педагогического эксперимента, можно сделать вывод, о том, что систематичные и комплексные тренировки по спортивной гимнастике с использованием методов и средств художественной гимнастики положительно влияют на гибкость и гармоничное развитие спортсменов.

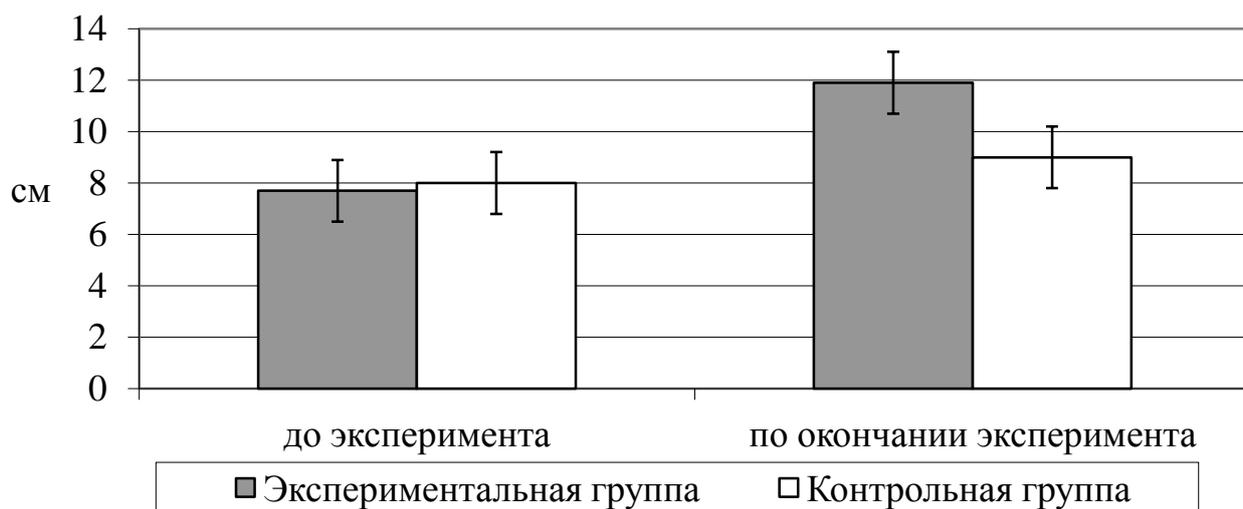


Рис. 1. Динамика показателей в тесте «наклон вперед» в процессе проведения педагогического эксперимента

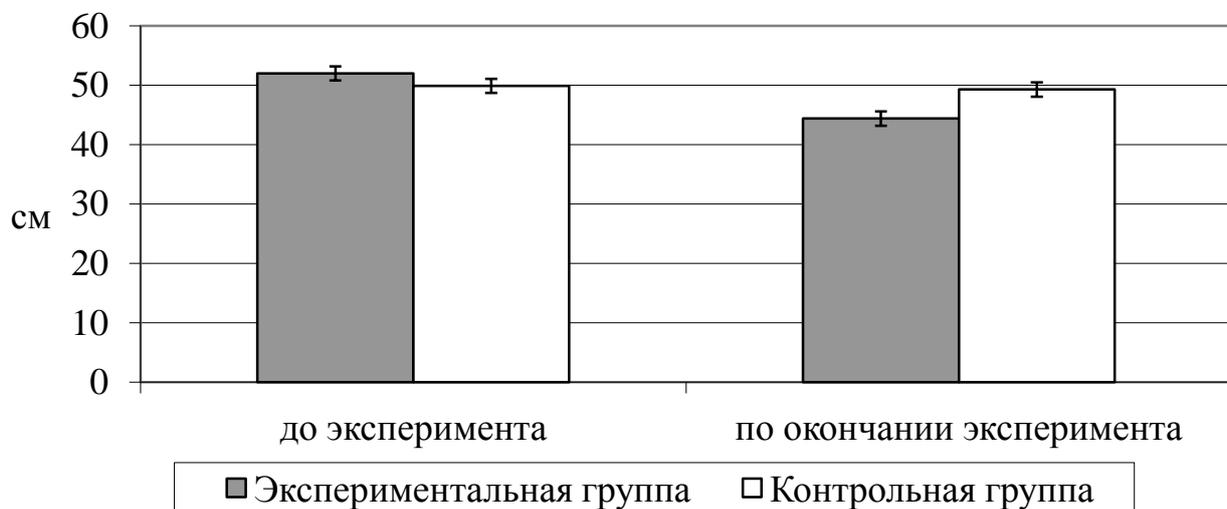


Рис. 2. Динамика показателей в тесте «прогибание назад» в процессе проведения педагогического эксперимента

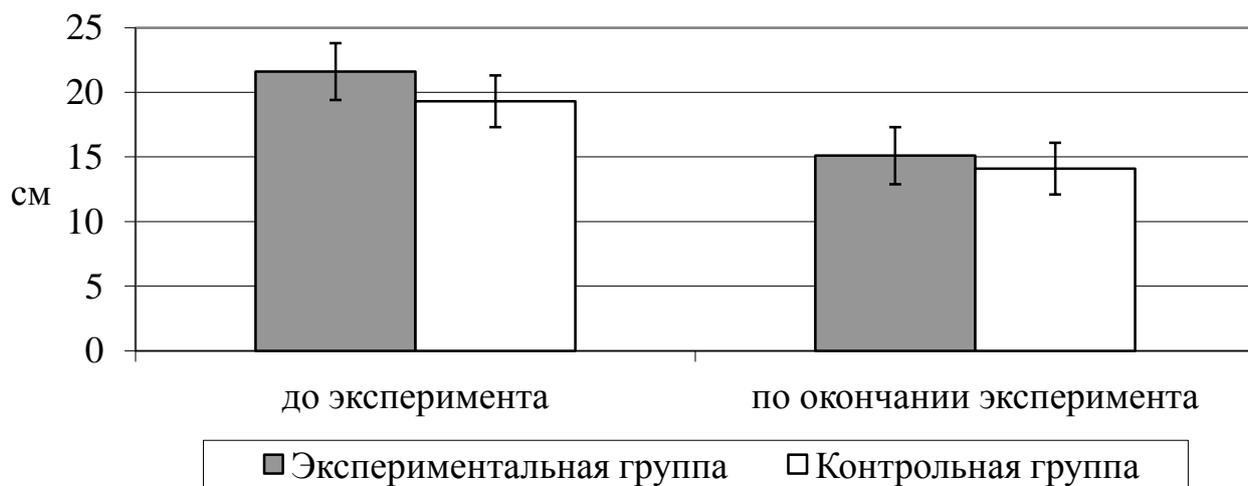


Рис. 3. Динамика показателей в тесте «мост» в процессе проведения педагогического эксперимента

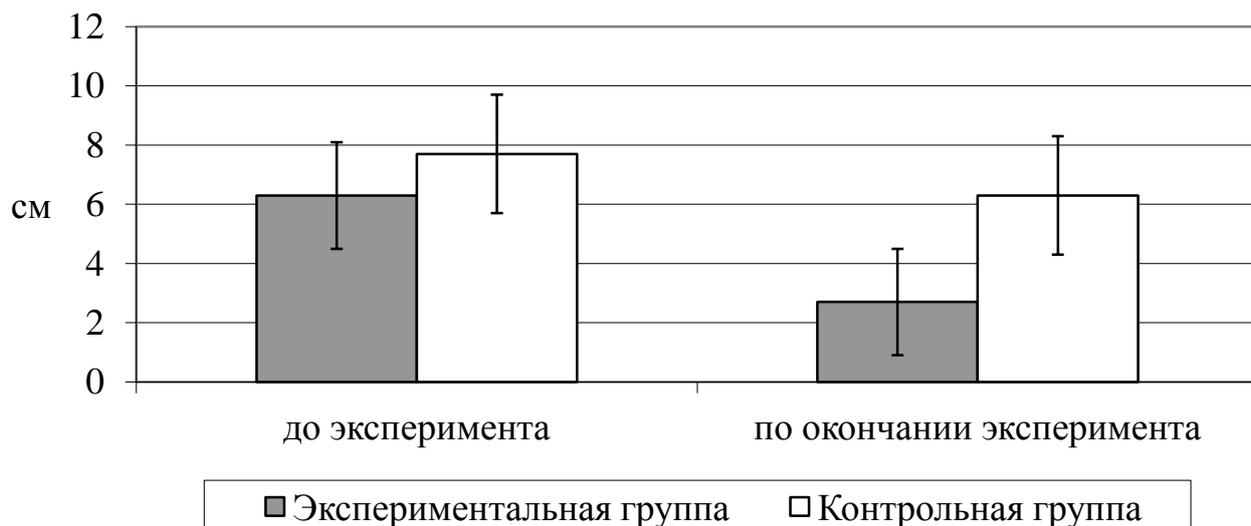


Рис. 4. Динамика показателей в тесте «поперечный шпагат» в процессе проведения педагогического эксперимента

Список литературы

1. Алтер, Майкл Дж. Наука о гибкости / М. Д. Алтер. Киев: Олимпийская литература, 2001. 421 с.
2. Галеева, М. Р. Методические рекомендации по развитию гибкости спортсмена: Учебное пособие / М. Р. Галеева. Киев. 2010. 56 с.
3. Зимкина, Н. В. – Физиология человека: Учебник / Н. В. Зимкина. – М.: Физкультура и спорт, 1964. 589 с.

METHODOLOGY FOR FLEXIBILITY DEVELOPMENT OF GIRLS 5-7 YEARS OLD GYMNASTICS

K. Bogdanova, R. Zhukov
Kemerovo State University

Abstract. This topic was chosen and developed not by chance, since the importance of the ability, which is characterized as flexibility, is important in gymnastics. For artistic gymnastics, flexibility exercises, especially splits and bridges, have a strong effect on increasing the range of motion, plasticity, form a good posture, and give confidence in movements. In the course of the study, an attempt was made to determine the effect of rhythmic gymnastics exercises on the development of flexibility in 5-7 year old girls who go in for artistic gymnastics.

Keywords: artistic gymnastics, girls aged 5-7, flexibility, amplitude, mobility.

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ БАРЬЕРИСТА ЧЕРЕЗ КОМПЛЕКСНЫЙ МЕТОД ТРЕНИРОВКИ

М.А. Богомолова
Университет имени Шакарима, г. Семей

Аннотация. В статье рассматривается рост мастерства спортсменов-барьеристов через развитие важнейших физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости. В работе анализируется повышение эффективности тренировочного процесса за счет метода

комплексного воспитания основных физических качеств. Главное внимание обращается на подборе таких упражнений, которые воспитывают у спортсмена не отдельное физическое качество, а параллельно все или 2-3 основных качества.

Ключевые слова: физические качества, сила, быстрота, выносливость, гибкость, метод комплексного воспитания, нагрузка, упражнение.

Современный барьерный бег, включает 4 спортивные дисциплины (100 и 400 у женщин, 110 и 400 у мужчин. Основная форма тренировочных занятий для легкоатлетов-барьеристов (так же, как и всех легкоатлетов) – индивидуальное или групповое учебно-тренировочное занятие. Изучение основной проблемы планирования и управления тренировочным процессом, связанной с быстрым ростом спортивных результатов и требованиями дальнейшего их совершенствования имеет большое первостепенное значение. Наиболее приемлемая дозировка физических нагрузок в тренировочных циклах и занятиях во многом связано с целесообразным сочетанием всевозможных средств и методов тренировки, направленных на развитие физических качеств спортсмена.

Барьерный бег – один из редких видов спортивной деятельности по комплексному проявлению физических способностей спортсмена. Для достижения наивысших результатов у спортсмена должны быть одинаково хорошо развиты все 5 видов подготовки: физическая, техническая, психологическая, тактическая, теоретическая.

Данные научных исследований (Зациорский В.М., Кузнецов В.В., 1975; Верхошанский Ю.В., 1988; Разумовский Е.А., 1991; Степанов В.В., 2001) доказывают то, что все двигательные способности составляют сложную динамическую систему, находясь в органической взаимосвязи. Поэтому для совершенствования требуется определенное сочетание средств и методов тренировки.

По мнению ряда специалистов (В.В. Степанов, Е.Е. Аракелян, Е.А. Разумовский, Л.А. Черенева, В.В. Чистяков, А.Л. Новиков, И.Н. Сорока) спортивный результат бегунов на 400 м с барьерами зависит от уровня развития скоростных и силовых способностей, а также от специальной выносливости барьериста, а результат на 100, 110 с барьерами зависит от уровня развития быстроты, силы, гибкости+подвижности суставов и скоростной выносливости. Отталкиваясь отсюда, мы предлагаем в системе подготовки барьеристов-комплексный метод развития физических качеств спортсмена, так как благодаря этому мы повышаем коэффициент полезного действия за меньшее потраченное время учебно-тренировочного занятия. Решение этой задачи осуществлялось с помощью педагогического эксперимента над бегунами на 100, 110 метров с барьерами в условиях тренировки, который провел Борис Андреевич Дягилев – тренер по легкой атлетике со стажем более пятидесяти лет, возглавлявший Федерацию по легкой атлетике с 1972 по 1984 годы. При этом за основу принималась схема 5 недельной повышенной нагрузки (5-6 занятий в неделю) и одна неделя спада (3-4 занятия). Годовой тренировочный цикл подразделяется на 5 периодов (также как и у бегунов на 400 с/б):

- Вводно-подготовительный период
- Зимний соревновательный период
- Весенний период
- Летний соревновательный период
- Переходный период

Экспериментальная работа проводилась с девушками и юношами барьеристами 16-20 лет с октября 1975 по октябрь 1977 года. Участие принимали две группы, было проведено по 583 учебно-тренировочных занятия. Каждый спортсмен в течение двух лет принял участие не менее чем в 70 официальных соревнованиях в барьерном беге. Комплексное воспитание основных физических качеств осуществлялось во всех трех частях занятий, но главным образом в подготовительной и заключительной.

Построение и содержание комплексной специализированной разминки

Учебно-тренировочный процесс мы начинаем с водно-подготовительной части. В данной части занятия мы преследуем 4 основных цели:

1. психологическая готовность;
2. физическая готовность;
3. предотвращение травм;
4. повышение работоспособности.

В разминке мы объясняем задачи и содержание каждого комплекса во всех частях учебно-тренировочного занятия. Каждый барьерист замеряет свой пульс до и после выполнения комплекса. (Все это фиксирует тренер)

Переработав множество вариантов для каждого барьериста при выполнении комплексной специализированной разминки в учебно-тренировочных занятиях и также в период разминки перед соревнованиями, Дягилев Б.А. заметил, что индивидуальные психологические особенности спортсменов существенно влияют на психофизиологическую эффективность деятельности в разминке.

Для ровных эмоционально устойчивых барьеристов целесообразно использовать комплекс №1: Быстрота+сила+гибкость. Для «взрывных» способных к самоконтролю и эмоционально устойчивых в личной жизни комплекс №2: Сила+гибкость. Для беспокойных, неуверенных, тревожных комплекс №3: Сила+выносливость.

Примерная комплексная специализированная разминка барьеристов 100-110 метров с барьерами:

- I. Медленный бег 800-1000 метров
- II. Ору на месте и в движении (упражнения любые 15-20 штук)

Комплекс быстрота+сила+гибкость:

1) Упражнение шпагат до предела 2 раза 2) Упражнение шнур до предела 2 раза 3) Перенос толчковой ноги сбоку барьера 6-8 раз 4) Атака барьера у стены 6-8 раз 5) Ускорение 2 раза по 60 метров 6) Быстрая работа рук как при беге с барьерами 7) Барьерный бег в 1 шаг 5 барьеров 2 подхода 8) Имитация барьерного бега без барьеров 3 раза по 110 метров 9) Бег с хода 1 раз по 30 метров 10) Барьерный бег сбоку барьеров 1 раз 3-5 барьеров 11) Бег с высоким

подниманием бедра по середине барьера 1 раз 5 барьеров 12) Барьерный бег в 3 шага с высокого старта 2 раза 3 барьера 13) Барьерный бег с низкого старта 2 раза 3 барьера

Комплекс сила+гибкость:

- 1) Упражнение шпагат до предела 2 раза
- 2) Упражнение шнур до предела 2 раза
- 3) Атака барьера у стены на голени привязаны манжетки 6-8 раз
- 4) Перенос толчковой ноги сбоку барьера на голени привязаны манжетки 6-8 раз
- 5) Ускорение 2 по 60 метров
- 6) Имитация барьерного бега без барьеров с манжетками 3 раза по 110 метров
- 7) Барьерный бег в 1 шаг с манжетками 5 барьеров 2 раза
- 8) Ходьба со штангой на плечах с имитацией преодоление барьеров.
- 9) Бег с хода 1 раз 30 метров
- 10) Барьерный бег с боку барьеров 1 раз 3-5 барьеров
- 11) Бег с высоким подниманием бедра по середине барьера 1 раз 5-6 барьеров
- 12) Барьерный бег в 3 шага с высокого старта 2 раза 3 барьера
- 13) Барьерный бег с низкого старта 2 раза 3 барьера

Комплекс сила+выносливость:

- 1) Упражнение шпагат до предела 2 раза
- 2) Упражнение шнур до предела 2 раза
- 3) Атака барьера у стены 10-15 раз
- 4) Перенос толчковой ноги сбоку барьера 10-5 раз
- 5) Ускорение 5 по 100 метров (2 раза с манжетками)
- 6) Барьерный бег в 1 шаг 10 барьеров 2 раза
- 7) Бег с хода 1 раз 60 метров с манжетками
- 8) Имитация барьерного бега без барьеров 3 раза 110 метров (1 раз с манжетками)
- 9) Бег с хода 1 раз 30 метров
- 10) Барьерный бег сбоку барьеров 1 раз 6 барьеров
- 11) Бег с высоким подниманием бедра по середине барьера 1 раз 6 барьеров
- 12) Барьерный бег в 3 шага с высокого старта 2 раза 6 барьеров 13) Барьерный бег с низкого старта 2 раза 6 барьеров

Основная часть занятия

Главные задачи этой части занятия заключаются в том, чтобы повышать у барьеристов специальную подготовленность, обучать их спортивной технике и тактике, воспитывать волевые качества, комплексно воспитывать основные физические качества барьеристов на 100/110 с/б быстроту-силу-гибкость.

Примерная комплексная специализированная основная часть учебно-тренировочного занятия, преимущественно на быстроту-силу-гибкость

Вариант 1:

- 1) Бег с хода с барьерами 1 р. 3 барьера

2) Метание ядра спиной вперед (10 р.)

3) Атака барьера у стены 10 р.

Вариант 2:

1) Бег с низкого старта 1р. 40 метров

2) Упражнение со штангой толчком двумя руками с груди 6-8 р. Весом 30-40 кг.

3) Сидя в положении «барьерный шаг» упражнение на гибкость (3 мин.)

Вариант 3:

1) Барьерный бег с низкого старта (3-5 барьеров 1р.)

2) Тройной прыжок с места (6-8р.) на результат

3) Упражнения на гибкость, маховые движения ног стоя лицом и боком к опоре

Вариант 4:

1) Барьерный бег с хода (с 22 метров 3-4 барьера 1р.)

2) Прыжки через барьеры (8 штук по 6 р. на время)

3) Упражнения на гибкость «шнур», «шпагат» (5-7р. одно упр.)

Вариант 5:

1) Бег с горки 60 метров 1р.

2) Прыжковые упражнения со скакалкой 200-300 прыжков на время

3) Сидя на гимнастической скамейке маховая нога прямая, толчковая нога сзади, наклоны к маховой ноге

Вариант 6:

1) Бег в упряжке (40 метров 1р.)

2) Скачки на одной ноге (30-40 метров 1р. на время, второй раз на другой ноге

3) В положении «барьерный шаг» метание мяча 8-10р.

Вариант 7:

1) Барьерный бег с манжетками 3 барьера, вес манжетки 300гр. (1р. высота барьера 91,4, расстояние 8.80)

2) Упражнения с гантелями на плечевой пояс 3-4 упражнения 6-8р.

3) Имитация атаки барьера в ходьбе 8-10р.

Вариант 8:

1) Барьерный бег со сближенным расстоянием между барьерами 3 3-5 барьеров

2) Упражнения на гимнастической стенке. В висе поднимание прямых ног до прямого угла 8-10р. на время

3) Упражнения со штангой: наклоны вперед, вращение вправо и влево вес штанги 30-50 кг.

Вариант 9:

1) Эстафетный бег с барьерами 1р. по 3-5 барьеров

2) Перетягивание каната

3) Перенос толчковой ноги с боку барьера у стены 10-15р.

Вариант 10:

1) Эстафетный бег по 30-40 метров

2) Прыжки на одной и двух ногах по трибунам стадиона

3) Упражнения на гибкость в парах

Каждый вариант тренировок выполняется 5-6 раз

Заключительная часть учебно-тренировочного занятия

Заключительную часть занятия проводили по общепринятой методике, но в самом начале заключительной части барьеристы выполняли разработанные Дягилевым Б.А. комплексы преимущественно на «быстроту+силу+гибкость», «силу+гибкость», «силу+выносливость».

Каждое комплексное задание выполнялось строго по пульсу. Восстановление пульса до определенного уровня служило сигналом начала новой работы в комплексе и между комплексами. В конце заключительной части снижается уровень нагрузки и приводится организм барьеристов в состояние близкое к норме.

Примерная комплексно-специализированная заключительная часть занятия:

Комплекс 1 сила+гибкость:

1) И.п. «шпагат» на плечах штанга весом 30-50 кг., наклоны к маховой ноге 8-10р. (отдых до восстановления пульса 120 уд/мин.)

2) И.п. «шнур» на плечах штанга весом 30-50 кг., наклоны вперед 8-10р. (отдых до восстановления пульса 120 уд/мин.)

3) И.п. Штанга на плечах весом 30-50 кг., наклоны вперед 8-10р. (отдых до восстановления пульса 120 уд/мин.)

4) И.п. сидя на гимнастической скамейке ноги закреплены в гимнастической стене, поперечное сгибание вперед и назад, руки за голову 8-10р. (отдых до восстановления пульса 120 уд/мин.)

5) Сидя в положении барьерного шага, имитация работы рук и туловища как при беге с барьерами, в руках гантели весом 5-7кг., выполнять 12 секунд.

Отдых между сериями до восстановления пульса до 90 уд/мин.

Комплекс 2 сила+выносливость:

1) Перенос толчковой ноги сбоку барьера с манжеткой весом 300 гр. На время 15 сек. (отдых до восстановления пульса 180 уд/мин.)

2) Атака барьера с манжеткой весом 300 г. На время 15 сек. (отдых до восстановления пульса 180 уд/мин.)

3) Бег с высоким подниманием бедра с манжеткой 200 гр. 150 метров 1р. (отдых до восстановления пульса 180 уд/мин.)

4) Барьерный бег в небольшую горку 1р. 5 барьеров, расстояние 8.50, высота 91,4 (отдых до восстановления пульса 180 уд/мин.)

5) Повторный бег с манжетками весом 300 гр. 2 раза по 150 метров на время (отдых до восстановления пульса 180 уд/мин.)

Отдых между сериями до восстановления пульса до 90 уд/мин.

Комплекс 3 быстрота+сила+гибкость:

1) Сидя в положении барьерного шага метание набивного мяча 10р. (отдых до восстановления пульса 180 уд/мин.)

2) Прыжки в длину с разбега способом «барьерный шаг» бр. (отдых до восстановления пульса 180 уд/мин.)

3) И.п. стойка на лопатках, имитация барьерного бега в три шага движением ног, на коленях манжетки весом 300г., выполнять задание 13 секунд (отдых до восстановления пульса 180 уд/мин.)

4) Прыжки вверх, ноги вперед, в стороны. Руками коснуться до носков, на голенях манжетки весом 300г. 10р. на время (отдых до восстановления пульса 180 уд/мин.)

5) Прыжком вверх, ноги в положении барьерного шага, руками достать до носка маховой ноги, на голенях манжетки весом 300 г.

Отдых между сериями до восстановления пульса до 90 уд/мин.

РЕЗУЛЬТАТЫ

опытной группы барьеристов до начала педагогического эксперимента

№ участника	Результат 60 м с/б	Результат 110 м с/б 100 м с/б	30 метров с хода	Тройной прыжок с места	Скоростно- силовая подготовка	КСВ	КБВ
1	9.4	16.8	3.4	781	7.3	0.78	0.80
2	9.1	16.4	3.3	795	7.2	0.81	0.83
3	9.6	16.9	3.5	740	7.2	0.65	0.79
4	9.4	16.2	3.6	695	6.2	0.78	0.79
5	9.1	15.8	3.4	699	6.1	0.81	0.82
6	9.4	16.8	3.5	750	7.2	0.78	0.81
7	8.7	16.0	3.3	800	7.3	0.80	0.85
8	9.0	16.1	3.3	780	7.5	0.79	0.81
9	9.0	16.5	3.4	796	7.3	0.77	0.80
10	9.2	16.7	3.4	774	7.2	0.78	0.81
Средний арифметический результат	9.19	16.42	3.41	761	7.05	0.775	0.811

РЕЗУЛЬТАТЫ

опытной группы барьеристов в конце эксперимента

№ участника	Результат 60 м с/б	Результат 110 м с/б 100 м с/б	30 метров с хода	Тройной прыжок с места	Скоростно - силовая подготовка	КСВ	КБВ
1	8.1	14.7	3.2	860	7.7	0.88	0.89
2	8.4	15.2	3.1	860	7.8	0.86	0.83
3	8.5	16.0	3.4	780	7.3	0.71	0.82
4	8.8	15.2	3.4	742	6.5	0.84	0.85
5	8.8	14.8	3.3	719	6.6	0.83	0.86
6	8.5	16.0	3.3	790	7.6	0.83	0.84
7	8.4	15.2	3.1	820	7.7	0.86	0.83
8	8.4	15.9	3.0	860	8.0	0.82	0.81
9	8.3	16.0	3.2	820	7.8	0.86	0.89
10	8.3	16.2	3.1	789	7.7	0.86	0.85
Средний арифметический результат	8.45	15.52	3.2	804	7.45	0.832	0.847

Прирост результатов (в среднем) за два года эксперимента барьеристов Семипалатинского института им. Н.К. Крупской	
60 м с/б со старта	0,57 сек.
110 м с/б и 100 м с/б со старта	0,79 сек.
30 метров с хода	0,16 сек.
Тройной с места	29,8 см.
Скоростно-силовая подготовка барьериста	0,13
КСВ	0,28
КБВ	0,16

Список литературы

1. Фискалов, В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учеб. / В. Д. Фискалов. М.: Советский спорт, 2010. 392 с.
2. Степанов, В. В. Индивидуальное планирование физической и технической подготовки в беге на 400 метров с барьерами // Белорусская федерация легкой атлетики [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://bfla.eu/?page_id=634. – (дата обращения: 10.11.2002).
3. Барьерный бег / Е. Е. Аракелян [и др.] // Легкая атлетика: учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. Н. Г. Озолина [и др.]. – 4-е изд., доп., перераб. – М., 1989. Гл. 10. С. 334-373.
4. Тренировка в беге на 400 м с барьерами (мужчины) / А. Л. Новиков [и др.] // Методика тренировки в легкой атлетике: учеб. пособие / под общ. ред. В. А. Соколова. Минск, 1994. Гл. 13. С. 238-250.
5. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2009. 200 с.
6. Буланчик, Е. Н. Круг с барьерами. – М.: Физкультура и спорт, 1975. 72 с.
7. Брейзер, В. 400 м с барьерами: распределение тренировочных нагрузок / В. Брейзер, В. Врублевский, Р. Козьмин // Легкая атлетика. 1984. № 12. С. 12-13.

DEVELOPMENT OF THE PHYSICAL QUALITIES OF A BARRIERIST WITH THE HELP OF INTEGRATED TRAINING METHOD

M. Bogomolova

NAO "University named after Shakarim" Semey

Abstract: The article discusses the growth of the skills of hurdlers through the development of the most important physical qualities: strength, speed, endurance, flexibility. The paper analyzes the increase in the effectiveness of the training process due to the method of complex education of basic physical qualities. The main attention is paid to the selection of such exercises that educate the athlete not a separate physical quality, but in parallel all or 2-3 basic qualities

Keywords: *physical qualities, strength, speed, endurance, flexibility, method of complex education, load, exercise.*

РАЗРАБОТКА МЕТОДИКИ РАЗДЕЛЕНИЯ РЕАКЦИЙ ДЫХАТЕЛЬНОЙ И МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМ В ОТВЕТ НА ПРЕДЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ В ИНТЕНСИВНЫХ ИНТЕРВАЛЬНЫХ ТРЕНИРОВКАХ

Е.Н. Большаков

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Высокая интенсивность интервальных тренировок (НИТ) даже при их малой продолжительности стала для многих любителей оздоровительного тренинга субъективным тормозящим фактором. В данной работе предложена методика для преодоления этого барьера с помощью физиологического эффекта несовпадения времени реакций (гетерохронности) у дыхания и мышц в ответ на пиковую нагрузку. В сочетании с краткостью занятий, присущей любому интенсивному протоколу, это даёт новому способу тренировки огромное конкурентное преимущество: он делает занятия доступными широкому кругу пользователей любого возраста

Ключевые слова: НИТ, RPE, Borg, индекс воспринимаемой нагрузки, высокоинтенсивная интервальная тренировка, ВОЗ

Актуальность.

В распоряжении правительства РФ «Стратегии развития физической культуры и спорта до 2030 года» ставится общая задача – «...*формирование навыков и умений в сфере физической культуры и спорта, прежде всего для сохранения здоровья и активного долголетия, обеспечения физического и духовного благополучия*». И, далее, конкретно: «*поднять общее количество занимающихся ФКиС с 43 до 70%*». [4, прил.1]

Данная методика тренировки может помочь в достижении такого амбициозного проекта. Она, с одной стороны, делает занятия быстрыми и доступными, а в силу кратковременности нагрузки частота сердечных сокращений не успевает выйти в красную зону (выше субмаксимального значения), поэтому занятия безопасны в принципе. Выполнять их можно на эллипсоидном тренажере в бассейне и подъемом по лестнице, с упором рук в колени – достаточно широкий выбор в зависимости от предпочтений пользователей.

Степень разработанности проблемы.

Увеличение интенсивности при сокращении времени занятия – достаточно новая тенденция кардиотренинга, хотя первые интервальные тренировки были опробованы еще в тридцатых годах прошлого века. Сначала появился стиль Фартлек – произвольная «игра скоростей» (перевод со шведского) у бегунов без какой-либо особой системы. Затем «метод Гершлера», где чередовались короткие беговые спурты с медленным бегом в режиме отдыха. Классикой стал протокол интервальных интенсивных тренировок [18], который разработал в конце прошлого века Изуми Табата. После опубликования метод был признан международным сообществом и показал свою высокую эффективность. Но сокращение времени занятия произошло не в

такой степени, в какой возросла тяжесть его исполнения, даже сам разработчик признавал это. В дальнейшем было много попыток его модификации, но время пиковой нагрузки в каждом интервале оставалось строго постоянной нормой – 20 секунд так же, как и короткий период интервального восстановления 10 сек. Таким образом выполняется основное условие – ограничение ресинтеза АТФ в течение всего сета нагрузки. При этом всегда нагружаются разные группы мышц, но строго последовательно.

Цель данной работы – разработка методики использования одной физиологической особенности организма: временного сдвига в ответных реакциях со стороны мышечной и дыхательных систем в ответ на короткие интервалы предельной силовой нагрузки различных групп мышц, нагружаемых одновременно. Методика радикально снижает воспринимаемую тяжесть нагрузки, что делает тренировку не только доступной, но и желаемой. Причем, без снижения её эффективности и для любой категории – от любителей оздоровительного тренинга до спортсменов.

Объектом исследования является высокоинтенсивный интервальный тренинг в зоне сингулярности нагрузки – предельной по величине и краткости воздействия.

Предмет исследования – временной сдвиг ответных реакций от мышечной и дыхательной систем в ответ на короткую предельную нагрузку, имеющий следствием снижение общего индекса воспринимаемой нагрузки (индекса Борга).

Новизна исследования состоит в том, что

во-первых: обычно в процессе кардиотренировки одновременно работает ограниченное число мышц, а это не может обеспечить быстрый выход на максимальное потребление кислорода и, тем самым, при прочих равных условиях удлиняет общее время тренинга. В отличие от этого, предлагаемый метод задействует наибольшее количество из возможных групп мышц;

во-вторых: возможность регулировки скважности (пропорции работа/отдых) в каждом сете нагрузки позволяет использовать различающуюся гетерохронность в реакциях мышечной и дыхательной систем для взаимного сдвига во времени пиков этих реакций. Тем самым радикально снижается субъективное ощущение тяжести тренировки по индексу Борга;

в-третьих: краткость даже предельной нагрузки в предлагаемом протоколе нагрузки гарантирует пребывание частоты сердечных сокращений в субмаксимальной зоне 90% ЧСС_{мах} – за столь короткое время она не успевает выйти за границу безопасной зоны.

в-четвёртых: регулярность такого тренинга заставляет организм в течение длительного периода времени (многие месяцы) оставаться на высоком уровне максимального потребления кислорода, без снижения, как это бывает при других формах тренинга, до плато адаптации.

Гипотеза. Предполагается, что регулярные (до двух раз в неделю), кратковременные, интервальные (суммарно до 1,5 – 2 минут) периоды выведения дыхательной системы в режим максимального потребления

кислорода (VO_{2max}), вызванные мышечной нагрузкой предельно возможной интенсивности, позволяют поднимать значение этого показателя на более высокий уровень и, в случае систематических занятий долго и без снижения его удерживать [8], [17].

Рассматриваемый вид тренировки экспериментально показал хорошую эффективность на достаточно длительном интервале (два года) на индивидуальном примере. Параметров режима, регулирующих нагрузку, вполне достаточно, чтобы адаптировать этот протокол под любой уровень тренированности, включая людей, далёких от спорта. Гипотезу можно будет подтвердить (или опровергнуть) статистически достоверным рандомизированным исследованием.

Визуализация общего поля физической активности. Максимальное Потребление Кислорода (МПК) – главный критерий тренированности и маркер долголетия. Серьёзные статистические исследования в области физиологии на сегодняшний день однозначно говорят именно об этом. [19], [3]. В целом, показатель потребления кислорода является универсальным с точки зрения как уровня тренированности, так и действующей нагрузки.

По определению ВОЗ: «К популярным видам физической активности относятся ходьба, езда на велосипеде, катание на роликовых коньках, занятия спортом, активный отдых и игры, для которых подходит любой уровень мастерства и которые доставляют удовольствие всем. Доказано, что регулярная физическая активность способствует профилактике и лечению неинфекционных заболеваний, таких как болезни сердца, инсульт, диабет и некоторые виды рака. Она также помогает предотвратить гипертонию, поддерживать нормальный вес тела и может улучшать психическое здоровье, повышать качество жизни и благополучие.

Взрослым в возрасте 18-64 лет рекомендуется:

уделять аэробной физической активности умеренной интенсивности не менее 150- 300 минут в неделю; или аэробной физической активности высокой интенсивности не менее 75- 150 минут в неделю...

можно увеличить время, уделяемое аэробной физической активности умеренной интенсивности, с тем чтобы оно составило более 300 минут; или уделять аэробной физической активности высокой интенсивности более 150 минут в неделю; ... это приносит дополнительную пользу здоровью» [2].

Важно заметить, что дальнейшее увеличение этой дозы не ведет к пропорциональному увеличению количества здоровья и долголетия, которые являются основой ЗОЖ. Есть несколько исследований [8], которые прямо говорят: превышение определённого порога тренировочного объёма хотя и ведёт к росту VO_{2max} в краткосрочном периоде, но в итоге снижает продолжительность жизни. В задачу данной работы не входит точное определение этого объёма, хотя это вполне можно сделать, проанализировав некоторые исследования.

Нетрудно увидеть, что на рисунке 1 представлено поле всех возможных режимов – и по интенсивности, и по продолжительности. Выше верхней кривой

расположены нагрузки профессиональные, а ниже нижней – зона неэффективных нагрузок, причем левый край, примыкающий к вертикальной оси, можно назвать «диванной» зоной у телевизора. В экономике эти кривые называются изокванты, и, обычно, строятся при исследовании финансовых вложений в производство. Но затраты на тренинг тоже вполне можно классифицировать, как вложения, поэтому данное название кривых совершенно уместно.

По оси X отражается уровень нагрузки, а по Y – продолжительность занятия. Вся плоскость образует поле активности. Если измерять интенсивность нагрузки в Метаболическом эквиваленте (1 Мет – количество потреблённого кислорода в состоянии полного покоя, измеренное сидя на стуле – основной обмен), то обозначенная «высокая интенсивность» по оценке ВОЗ будет составлять 9 Мет, низкая интенсивность – 6 Мет.

Можно взять результаты еще одного исследования [13] по нагрузкам совсем низкой интенсивности (3 Мет) в виде рекомендованных доз ходьбы. Как оказалось, популярная цифра 10 000 шагов в день не имеет под собой научного обоснования. В 2019 году в США было проведено исследование на 18 289 женщин, которое показало, что нет особого смысла ходить более 7500 и менее 4400 шагов в день. При скорости 100 шагов в минуту это составит 75 и 44 мин ежедневно. Если добавить эти точки, кривые продлятся вверх и покажут нижний предел интенсивности. А если взять другую крайность – самый интенсивный из исследованных тренингов – протокол интервальной тренировки Изуми Табата, то его интенсивность будет порядка 12 Мет, а общее время одного занятия 34 минуты, что при двухразовой регулярности даст 68 минут в неделю. Отложив эту точку, попадем на верхнюю изокванту, высокой интенсивности. О точке СПИН (20 мин/нед) чуть ниже.

Впечатляет уровень нагрузки по федеральному стандарту, который должны поддерживать претенденты на мировое чемпионство. В таблице 1 от Министерства спорта РФ сведены рекомендации по подготовке мастеров высшего разряда биатлона [4]. В строке «общее количество часов в неделю» на этапе «Высшего спортивного мастерства» стоит цифра (справа вверху) – 32 часа, то есть 1920 минут. При средней интенсивности тренинга такого уровня 10 Мет (это немного, если учесть, что VO_{2max} у спортсменов этого класса в среднем 17-20 Мет, а, к примеру, у Бьёрндалена – 27). Это превышает рекомендации ВОЗ в $1920/150 = 13$ раз! Границы поля не позволяют отметить высоту этой точки. И было бы ошибкой думать, что цена платится только временем, а такого уровня нагрузки относятся исключительно к биатлону [12]. Особо не афишируется, но Бьёрндален ушел из спорта (тренером в Китай) с неизлечимой мерцательной аритмией и фибрилляцией предсердий.

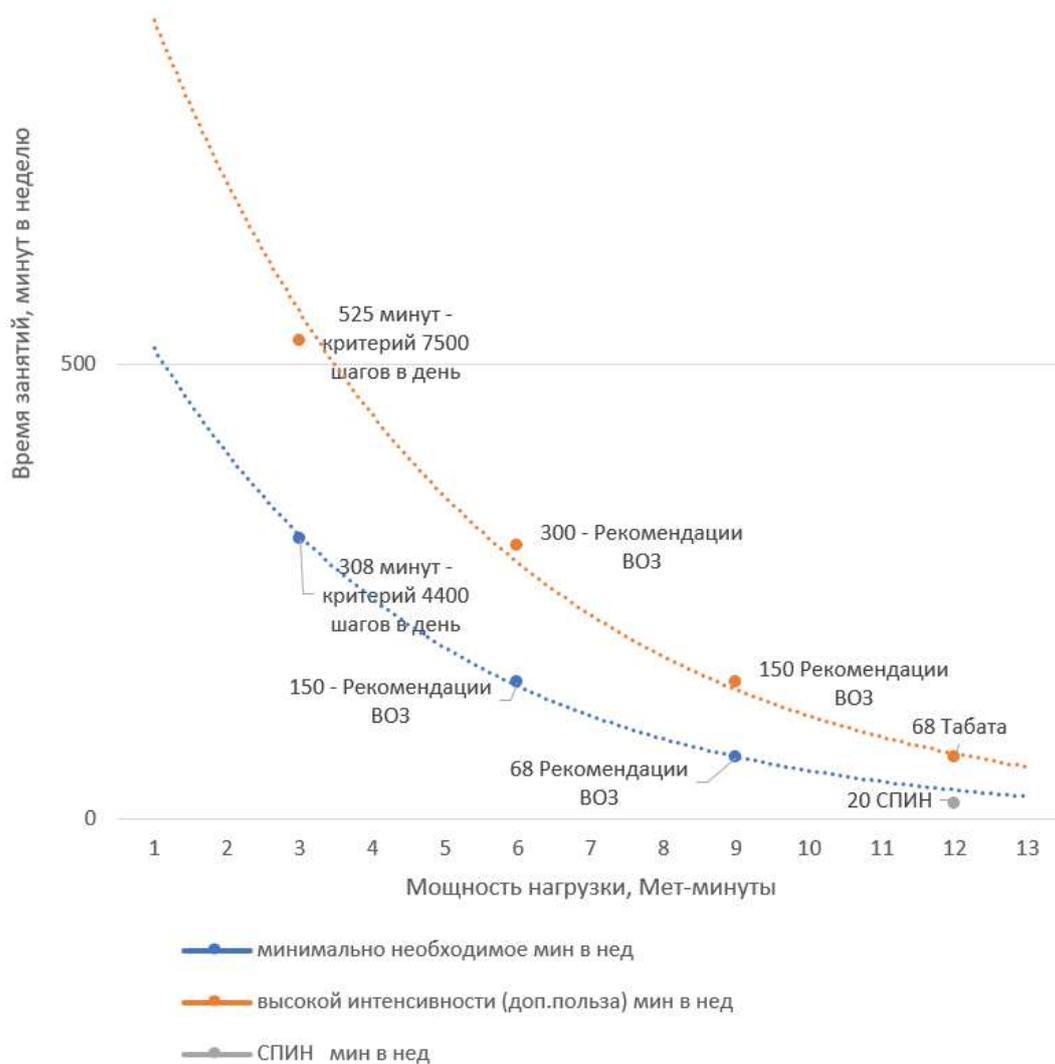


Рис. 1. Общее поле физической активности

Между двумя изоквантами – зона рационального тренинга

Табл. 1. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки

к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта биатлон

Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки				Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	Этап начальной подготовки	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства		
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет		
Количество часов в неделю	6	9	10	14	18-24	32
Количество тренировок в неделю	3-4	3-5	7-8	9-12	9-14	9-14
Общее количество часов в год	312	468	520	728	936-1248	1664
Общее количество тренировок в год	156-208	156-260	364-416	468-624	468-728	468-728

Приложение № 10 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта биатлон

Каково же оптимальное сочетание вида тренировочной нагрузки и её продолжительности, не ведущее к потере здоровья? Чтобы найти лучшую комбинацию, надо выбрать критерий тренированности. Общеизвестным «золотым» стандартом является МПК, но его частое измерение затруднительно, так как требует газоанализатора и оправдано только в качестве ежегодного контрольного замера. Хорошо зарекомендовавшим себя косвенным показателем служит утренняя ЧСС покоя, то есть частота, с которой сердце обеспечивает основной обмен. Причем, не абсолютное её значение – оно зависит и от генов, и от индивидуальных особенностей сердечно-сосудистой системы, отличаясь даже у мужчин и женщин. Достоверный показатель – его изменение относительно значения в нетренированном состоянии. Ввиду простоты замера этот показатель незаменим при оценке эффективности любых тренировок. Самое важное при этом – не забыть и достоверно измерить именно начальное значение в нетренированном состоянии. Брать надо среднее за несколько дней. Это число и будет той базой, от которой в дальнейшем будет измеряться уровень тренированности. А критерием доступности занятий и – самое главное – их будущей системности служит оценка по шкале Борга.

В 1970 году Гунар Борг, заслуженный профессор Стокгольмского университета, разработал «Золотой стандарт» нагрузки. В 1982 году его приняли на международном уровне официально и назвали «Шкала воспринимаемого напряжения Борга» [10], [7], [9]. Она оценивает интенсивность тренировки от 6 до 20, где 6 – полное отсутствие напряжения, 13 – отчасти тяжелое, 17 – очень тяжелое и 20 – максимальное.

На сегодня использование шкалы рекомендуется Американской кардиологической ассоциацией [14]. Субъективный по своей сути, он связан с объективным показателем – уровнем ЧСС – в масштабе один к десяти. Обе функции линейны, а Борг просто связал границы диапазонов: 60 ударов – в среднем пульс покоя, а 200 – условная ЧСС максимум.

Те, кто пробовал интенсив, знают, что самое тяжелое испытание – когда легкие уже вышли на предел, но надо продолжать работу мышц, причём, в том же – предельном – режиме: бежать, плыть, крутить педали. Это и поднимает индекс Борга к пределу 19 (очень-очень тяжело) и 20 (максимально тяжело). Фактически, в этой зоне, мы испытываем нагрузку в квадрате: перемножаются две, которые одновременно прессуют нашу нервную систему: гипервентиляция лёгких и работающие на пределе мышцы. Если этот «квадрат нагрузки» вовремя не понизить, возникающий в этот момент общий дискомфорт превысит критический порог и врежется в долговременную память [9]. Но дело в том, что каждая из двух реакций на пиковую нагрузку – мышц и лёгких – достигают своего максимума с запаздыванием, причём неодинаковым: сначала мышцы, затем – дыхание, как показано на рисунке 2.

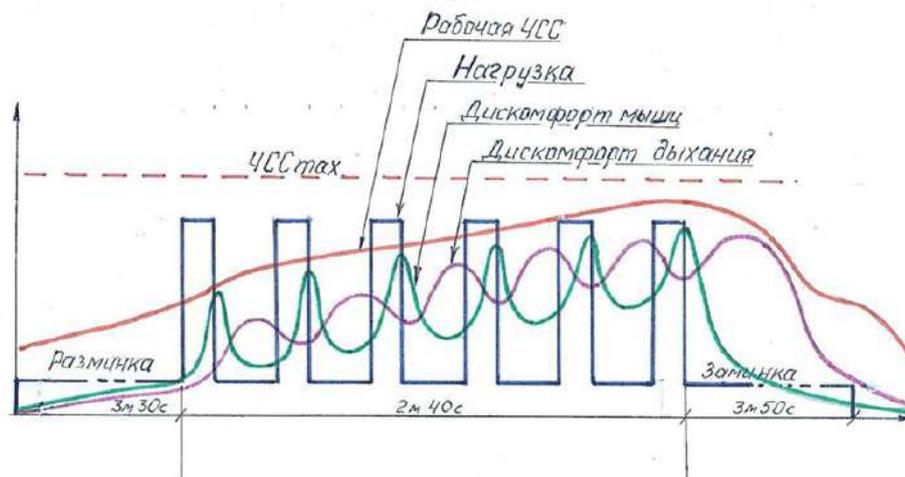


Рис. 2. Формирование фазового сдвига в 90 град между реакциями RPE-Ворг по мышцам и дыханию в ответ на предельную интервальную нагрузку

Эта гетерохронность позволяет разработать методику управления суммарным уровнем дискомфорта. Есть еще сердечно-сосудистая система, но субъективного дискомфорта она не создаёт, поэтому и учёта по шкале Борга не требует. Подбирая продолжительности пика нагрузки и отдыха, можно развести во времени оба фактора, добившись их последовательного чередования, причем без перекрытия. Результатом этого будет реальное снижение суммарного Индекса Воспринимаемой Нагрузки Борга (RPE) с 18 (очень тяжело) до 14 (довольно тяжело). Что касается сердца, то за счет кратковременности воздействия частота его сокращений не приближается к предельной, оставаясь на субмаксимальном уровне 90% ЧСС_{мах}, что гарантированно безопасно для людей без патологии ССС.

Это совершенно **новый подход** к разработке интервальной тренировки. Его можно сравнить с фазовым регулированием, когда управление уровнем ответной реакции организма происходит путем формирования фазового сдвига в 90 градусов между реакциями мышц и дыхания. Назвать этот протокол можно «СПИН» – Сдвигаемая Предельная Интервальная Нагрузка. Уровень сопротивления эллипсоидного тренажера максимальный – 24, поэтому и интенсивность пика нагрузки предельная для всех участвующих мышц. Очевидно, что режимы индивидуальны, но в среднем 6 сетов по 3 минуты, плюс разминка / заминка примерно по 3 – 4 минуты, в сумме максимум 10 минут. Если дважды в неделю – имеем 20 минут недельной нагрузки в 12 мет. Экономия времени в сравнении с рекомендуемой ВОЗ в $150/20=7,5$ раз всего лишь при 30% роста нагрузки, но той же эффективности – вот что такое СПИН. На общем поле физической активности эта точка (20мин) под отметкой т. Табата (68мин). Она ниже нижней изокванты, а это означает, что фактически СПИН уходит за границу сложившегося «коридора» в зону повышенной комфортности при равном тренировочном эффекте.

И, в заключение, надо отметить, что занятия на эллипсоидном тренажере [15] – лишь один из вариантов с реализацией сдвига нагрузки. С таким же результатом можно загружать мышцы ещё двумя способами: в бассейне [1], интервально плавая стилем «баттерфляй», и, что особенно легко исполнимо и доступно – с помощью интервального бега по лестнице с обязательным упором рук в колени (для разгрузки ног, иначе требуемый объём энергии приведет к анаэробному закислению мышц бёдер). Нужный сдвиг реакций на нагрузку в этих случаях легко подбирается опытным путем по тому же принципу.

Список литературы

1. Бянкин В.В., Лоншаков В.Ю. Повышение функциональных возможностей организма студентов на занятиях физической культурой на примере плавания при применении интервальной тренировки высокой интенсивности // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном обществе», посвященной 50-летию образования Дальневосточной государственной академии физической культуры. 2017.

2. Всемирная Организация Здравоохранения. Глобальный веб-сайт. Физическая активность. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>_____ (Дата обращения 01.11.22)

3. Николаев В.С., Щанкин А.А. Двигательная активность и здоровье человека (теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки): методическое пособие. М.-Берлин. Директ-Медиа, 2015. 80с.

4. Правительство Российской Федерации. Распоряжение от 24.11.2020г. №3081-Р «Стратегия развития физической культуры и спорта Российской Федерации на период до 2030 года». М., 2020. 36с.

5. Приказ Министерства спорта РФ от 30 августа 2013 г. № 686 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта биатлон".

6. Abel Nogueira, Olga Molinero, Alfonso Salguero, Sara Márquez. Exercise Addiction in Practitioners of Endurance Sports. A Literature Review.

Front. Psychol., 17 August 2018. Sec. Movement Science and Sport Psychology

URL_ <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.01484/full>_(Дата обращения 01.11.22)

7. Blaine E Arney, Reese Glover, Andrea Fusco, Cristina Cortis, Jos J de Koning, Teun van Erp, Salvador Jaime, Richard P Mikat, John P Porcari, Carl Foster. Comparison of RPE (Rating of Perceived Exertion) Scales for Session RPE. Comparative Study Int J Sports Physiol Perform. 2019 Jul 1;14(7):994-996.

8. Gavin Thomas, Preeyaphorn Songsorn, Aimee Gorman, Ben Brackenridge, Tom Cullen, Ben Fitzpatrick, Richard S Metcalfe, Niels B J Vollaard. Reducing training frequency from 3 or 4 sessions/week to 2 sessions/week does not attenuate improvements in maximal aerobic capacity with reduced-exertion high-intensity

interval training (REHIT). *Randomized Controlled Trial Appl Physiol Nutr Metab.* 2020. 45(6):683-685

9. GLASS, STEPHEN C.; KNOWLTON, RONALD G.; BECQUE, M. DANIEL. Accuracy of RPE from graded exercise to establish exercise training intensity. *Medicine & Science in Sports & Exercise*: November. 1992. Volume 24. Issue 11. P. 1303-1307.

10. Gunnar A. V. Borg. Psychophysical bases of perceived exertion. *Medicine and science in sports and exercise.* 1982. Vol. 14, No. 5, pp. 377-381.

11. John R. Speakman, Colin Selman, Jane S. McLaren, E. Jean Harper. Living Fast, Dying When? The Link between Aging and Energetics. *The Journal of Nutrition*, 2002. Vol. 132. Issue 6. P. 1583–1597.

12. Martin Schweltnus, Soligard, Juan-Manuel Alonso. International Olympic Committee consensus statement on load in sport and risk of illness. *British Journal of Sports Medicine* 2016; 51 1098-1098 Published Online First.

13. Min Lee, Eric J. Shiroma, Masamitsu Kamada, et al. Association of Step Volume and Intensity With All-Cause Mortality in Older Women. *JAMA Intern Med.* 2019;179(8). Pp.1105-1112.

14. Noble B., G. Borg, and I. Jacobs. Validation of a category-ratio perceived exertion scale: blood and muscle lactates and fiber types. Paper presented at the PanAmerican Congress and International Course on Sports Medicine and Exercise Science. Miami, 1981. *Int. J. Sports Med.* 2:279, 1981. (Abstract)

15. Ozkaya, Ozgur; Colakoglu, Muzaffer; Kuzucu, Erinc O.; Delextrat, Anne. An Elliptical Trainer May Render the Wingate All-out Test More Anaerobic». *Journal of Strength and Conditioning Research*: March 2014. Volume 28. Issue 3. Pp. 643-650

16. Ryan E. Rhodes, Ph.D, Andrew Kates, MSc. Can the Affective Response to Exercise Predict Future Motives and Physical Activity Behavior? A Systematic Review of Published Evidence. *Annals of Behavioral Medicine*, Volume 49. Issue 5. 2015. Pages 715–731

17. Silas Gabriel de Oliveira-Nunes, Alex Castro, Amanda Veiga Sardel, Claudia Regina Cavaglieri, Mara Patricia Traina Chacon-Mikahil. HIIT vs. SIT: What Is the Better to Improve V̇O₂max? A Systematic Review and Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health.* 2021 Dec 12;18(24):13120/ URL <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34948733/> (Дата обращения 01.11.22)

18. Tabata Izumi, Irisawa Kouichi, Kouzaki Motoki, Nishimura Kouji, Ogita Futoshi, Miyachi Motohiko. Metabolic profile of high intensity intermittent exercises. *Medicine & Science in Sports & Exercise*: 1997. Volume 29. Issue 3. pp 390-395.

19. Tom F Cuddy, Joyce S Ramos, Lance C Dalleck. Reduced Exertion High-Intensity Interval Training is More Effective at Improving Cardiorespiratory Fitness and Cardiometabolic Health than Traditional Moderate-Intensity Continuous Training. *Randomized Controlled Trial Int J Environ Res Public Health.* 2019.16(3):483.

20. William L Haskell, I-Min Lee, Russell R Pate, Kenneth E Powell, Steven N Blair, Barry A Franklin, Caroline A Macera, Gregory W Heath, Paul D Thompson,

Adrian Bauman. Physical Activity and Public Health. Updated Recommendation for Adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Medicine & Science in Sports & Exercise*: 2007. Volume 39. Issue 8. pp. 1423-1434.

DEVELOPMENT OF A METHOD FOR SEPARATING RESPIRATORY AND MUSCULAR REACTIONS IN RESPONSE TO LIMIT LOADS IN INTENSIVE INTERVAL TRAINING

E. Bolshakov

National Research Nizhny Novgorod State University named after N.I. Lobachevsky

Abstract. The high intensity of interval training (HIIT), even with their short duration, has become a subjective inhibitory factor for many fitness enthusiasts. In this paper, we propose a method to overcome this barrier using the physiological effect of reaction time mismatch (heterochrony) in response to a peak load in respiration and muscles. Combined with the brevity of sessions inherent in any intensive protocol, this gives the new way of training a huge competitive advantage: it makes classes accessible to a wide range of users of any age.

Keywords: *MICT, HIIT, REHIT, RPE, Borg, perceived load index, high intensity interval training, elliptical trainer, WHO*

АНАЛИЗ ТУРИСТИЧЕСКОГО РЫНКА

А.В. Боровик

Московский финансово-промышленный университет «Синергия»

Аннотация. В работе представлен анализ туристического рынка в предковидный период. В ходе корреляционно анализа были выделены основные ценообразующие факторы как в целом по рынку, так и по различным направлениям туризма, разным странам и разному уровню «звездности» отелей. В ходе регрессионного анализа были построены модели оценки стоимости путевок отдельно по странам и в целом по рынку. В качестве апробации полученных моделей проведена оценка стоимости путевки в Италию, погрешность которой составила 7,12%.

Ключевые слова: *туристический рынок; ценообразующие факторы; модель оценки стоимости*

Сегодня, когда снимаются карантинные ограничения после COVID-19, то россияне снова имеют возможность путешествовать. Но возникает вопрос: насколько меняются предпочтения в путешествиях, и какие факторы влияют на стоимость путевок в разных направлениях. Поэтому целью нашей работы стало исследование туристического рынка в докарантинный период.

На первом шаге нашего исследования была собрана база исходной информации на основе предложений различных турфирм по данным 2019 года. В качестве эндогенной переменной нашей модели рассматривалась переменная y – цена путевки, тыс.руб., в качестве экзогенных – факторы, которые влияют на стоимость путевок: x_1 – расстояние до Москвы, км; x_2 – тип поездки (1 – пляжный отдых, 2 – экскурсии, 3 – иное); x_3 – звездность отеля; x_4 – длительность тура, дн; x_5 – длительность перелета, час; x_6 – наличие визы (1 –

требуется, 0 – нет); x_7 – направление (1 – Турция и Египет, 2 – Европа, 3 – острова Индийского океана (Мальдивы, Сейшелы, Гоа и пр.), 4 – Океания (Австралия, Новая Зеландия и пр.), 5 – Северная Америка, 6 – Африка).

Проводя корреляционный анализ собранной информации [1], было установлено, что в целом по рынку основным ценообразующим фактором является страна, которая определяет и расстояние, и длительность перелета, и вид отдыха. Уровень звездности отеля только на 23% влияет на стоимость тура, а необходимость оформления визы практически не влияет ($r_{yx_6} = 0,037$).

При этом следует отметить, что наибольшей популярностью у российских туристов пользуются Турция и Египет (на их долю приходится около 80% всех проданных путевок), предпочтения отдаются 4-звездочным отелям и пляжному отдыху.

Проводя корреляционный анализ отдельно по странам было установлено, что для Турции и Египта основным фактором, определяющим стоимость туров, является «звездность отеля» (x_3), при этом длительность перелета не сильно, но снижает цену в данных направлениях ($r_{yx_5} = -0,034$).

Для Европы основными факторами являются «длительность тура» ($r_{yx_4} = 0,794$) и «звездность отеля» ($r_{yx_3} = 0,734$). Кроме того в данном направлении отмечается зависимость «типа поездки» от «длительности тура»: короткие поездки отдаются пляжному отдыху, более длительные экскурсиям, спорту и пр. ($r_{x_4x_2} = 0,037$).

Для островов Индийского океана основными факторами являются «длительность перелета» и «звездность отеля» (49% и 48% соответственно). Здесь также наблюдается связь между типом тура и его продолжительностью, а также длительностью перелета ($r_{x_4x_2} = 0,249$, $r_{x_5x_2} = 0,145$).

Для стран Океании основным фактором является «длительность тура» ($r_{yx_4} = 0,629$); при этом в данном направлении для пляжного отдыха выбираются более «звездные» отели, по сравнению с другими типами отдыха ($r_{x_3x_2} = -0,209$).

Для туров в Северную Америку основными ценообразующими факторами являются «звездность отеля», «длительность тура» и необходимость оформления визы ($r_{yx_3} = 0,728$, $r_{yx_4} = 0,529$, $r_{yx_6} = 0,107$). При этом «звездность отеля» выбирается в зависимости от длительности тура и продолжительности перелета (на фактора по 40,9%).

Для стран Африки основными факторами являются «длительность тура», расстояние до Москвы и необходимость оформления визы ($r_{yx_4} = 0,498$, $r_{yx_1} = 0,368$, $r_{yx_6} = 0,284$).

Если провести анализ отдельно по видам отдыха, то для всех видов отдыха главным фактором является страна: 62,4% для пляжного отдыха; 51,9% для экскурсионного и 47,3% для иных видов отдыха. Кроме того для пляжного и экскурсионного отдыха важным является «звездность отеля» (24% и 27% соответственно) и длительность тура (53% и 43%). Для экскурсионного отдыха отрицательным влиянием на стоимость обладает необходимость оформления

визы ($r_{yx_6} = -0,088$). Для «иных» видов отдыха длительность перелета сокращает продолжительность тура ($r_{x_4x_5} = -0,089$).

При этом следует отметить, что на долю пляжного отдыха приходится около 39,3% всех проданных путевок, на долю экскурсионного – 35,9%, на «иные» виды отдыха – 24,8%.

Если проследить влияние «звездности» отелей, то можно отметить, что проживание в 3-звездочных отелях и ниже сильнее влияет на стоимость, чем проживание в 4- и 5-звездочных отелях. Другими словами, для недорогих туров качество отеля сильнее влияет на стоимость, чем для дорогих (22% и 18% соответственно).

С помощью множественного регрессионного анализа в работе были построены следующие модели оценки стоимости путевки [2]:

- общая: $y = -294 + 0,01 \cdot x_1 + 4,1 \cdot x_2 + 35,9 \cdot x_3 + 20,7 \cdot x_4 + 3,8 \cdot x_5 - 9,6 \cdot x_6 + 40,3 \cdot x_7 + \varepsilon$, здесь коэффициент детерминации $R^2 = 0,614$ и он значим по критерию Фишера ($F = 43,9 > F_{кр}(\alpha = 5\%, k_1 = 7, k_2 = 290) = 2,1$ [3]), параметры $x_0, x_1, x_3, x_4, x_5, x_7$ значимы по критерию Стьюдента ($b_0 = 6,5, b_1 = 2,4, b_3 = 4,2, b_4 = 7,2, b_5 = 2,2, b_7 = 6,3 > t_{кр}(\alpha = 5\%, k = 290) = 1,9799$) [4];

- Турция и Египет: $y = -23 - 0,01 \cdot x_1 + 9,4 \cdot x_2 + 27,1 \cdot x_3 + 2,01 \cdot x_4 + 14,7 \cdot x_5 - 26 \cdot x_6 + \varepsilon$, $R^2 = 0,193$ и он значим по критерию Фишера ($F = 17,1 > F_{кр} = 2,3$), параметры x_3, x_4 значимы по критерию Стьюдента ($b_3 = 2,7, b_4 = 5,4 > t_{кр} = 2,02$);

- Европа: $y = -49 + 0,0004 \cdot x_1 + 7,1 \cdot x_2 + 28 \cdot x_3 + 8,4 \cdot x_4 - 9,3 \cdot x_5 + \varepsilon$, $R^2 = 0,763$ и он значим по критерию Фишера ($F = 23,6 > F_{кр} = 2,3$), параметры x_3, x_4 значимы по критерию Стьюдента ($b_3 = 5,6, b_4 = 4,8 > t_{кр} = 2,02$);

- острова Индийского океана: $y = -286 + 0,002 \cdot x_1 + 4,6 \cdot x_2 + 83 \cdot x_3 + 16,3 \cdot x_4 + 9,7 \cdot x_5 - 27 \cdot x_6 + \varepsilon$, $R^2 = 0,453$ и он значим по критерию Фишера ($F = 5,8 > F_{кр} = 2,3$), параметры x_3, x_5 значимы по критерию Стьюдента ($b_3 = 3,2, b_5 = 2,8 > t_{кр} = 2,02$);

- Океания: $y = 177 + 0,001 \cdot x_1 + 18 \cdot x_2 - 31 \cdot x_3 + 42 \cdot x_4 - 8,5 \cdot x_5 + 144 \cdot x_6 + \varepsilon$, $R^2 = 0,525$ и он значим по критерию Фишера ($F = 7,9 > F_{кр} = 2,3$), параметры x_4, x_5, x_6 значимы по критерию Стьюдента ($b_4 = 5,2, b_5 = 2,4, b_6 = 2,3 > t_{кр} = 2,02$);

- Северная Америка: $y = -454 + 0,04 \cdot x_1 + 1,6 \cdot x_2 + 90 \cdot x_3 + 11,8 \cdot x_4 + 7,9 \cdot x_5 + \varepsilon$, $R^2 = 0,674$ и он значим по критерию Фишера ($F = 14,5 > F_{кр} = 2,3$), параметры x_0, x_3, x_4 значимы по критерию Стьюдента ($b_0 = 3,1, b_3 = 4,8, b_4 = 2,5 > t_{кр} = 2,02$);

- Африка: $y = -147 + 0,01 \cdot x_1 - 28 \cdot x_2 - 17 \cdot x_3 + 33 \cdot x_4 + 7,5 \cdot x_5 + 151 \cdot x_6 + \varepsilon$, $R^2 = 0,438$ и он значим по критерию Фишера ($F = 5,6 > F_{кр} =$

2,3), параметры x_4 , x_6 значимы по критерию Стьюдента ($b_4 = 3,8$, $b_6 = 2,8 > t_{кр} = 2,02$).

Таким образом, можно говорить о том, что по всем рассматриваемым направлениям значимыми факторами в регрессии являются «звездность отеля» и «длительность тура». Кроме того, поскольку во все рассматриваемые страны Европы и Северной Америки требуются визы, то переменная x_6 не включалась в соответствующие уравнения, что сразу повышало коэффициент детерминации. Другими словами, существует еще какая-то переменная, которая связана с переменной «наличие визы» и которая отсутствует в наших моделях, что снижает коэффициент детерминации.

Рассмотрим пример работы построенных моделей на конкретном примере. Рассчитаем стоимость путевки в Италию, сроком на 7 дней, в отель три звезды с целью гастро-отдыха. В данном случае переменные модели примут следующие значения: $x_1=2292$, $x_2=3$, $x_3=3$, $x_4=7$, $x_5=3,5$. Тогда по нашей модели стоимость тура должна составить: $y = -49 + 0,0004 \cdot 2292 + 7,1 \cdot 3 + 28 \cdot 3 + 8,4 \cdot 7 - 9,3 \cdot 3,5 = 83,58$ тыс.руб. Поскольку реальная стоимость такой путевки составляет около 90 тыс.руб., то погрешность составляет 7,12%.

В заключение следует отметить, что проведенный анализ позволил выявить те факторы, которые действительно в силу объективных причин, таких как расход топлива для перелета, расходы на поддержание уровня обслуживания и пр., влияют на стоимость туристической поездки. Построенные модели могут использоваться потребителями для определения того процента, который берет турфирма за обслуживание своих клиентов.

Список литературы

1. Тиндова М.Г. Инструментальные методы сравнительного подхода / Саратов. 2012.
2. Тиндова М.Г. Многомерный статистический анализ рынка недвижимости Германии // Вестник Саратовского государственного социально-экономического университета. 2008. №3(22). С. 118-120.
3. Новиков А.И. Эконометрика: учеб. пособие. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: ИНФРА-М, 2007. 144 с.
4. Тиндова М.Г. Нечеткая модель оценки земельных участков // Журнал экономической теории. 2010. №4. С. 170-179.

ANALYSIS OF THE TOURISM MARKET

A. Borovyk

Moscow University for Industry and Finance «Synergy»

Abstract. In this paper, the author presents an analysis of the tourism market in the pre-COVID period. In the course of a correlation analysis, the author identified the main pricing factors both in the market as a whole and in various areas of tourism, different countries and different levels of "star" hotels. In the course of regression analysis, the author built models for estimating the cost of vouchers separately for countries and for the market as a whole. As an approbation of the obtained models, the author estimated the cost of a tour to Italy, the error of which was 7.12%.

Keywords: tourism market; pricing factors; valuation model

РАЗВИТИЕ СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА КАК ПРИОРИТЕТНОГО НАПРАВЛЕНИЯ ТУРИЗМА В ЛУГАНСКОМ РЕГИОНЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

В.А. Бут

Луганский государственный университет имени Владимира Даля

Аннотация. В статье рассматривается сельский туризм, являющийся одним из относительно новых на Луганщине, но в то же время перспективным направлением туризма для развития инфраструктуры, увеличения занятости населения, повышения доходов и улучшения жизни граждан Луганской Народной Республики Российской Федерации. Выявляются проблемы и перспективы развития сельского туризма в данном регионе.

Ключевые слова: сельский туризм, культурно-исторические ресурсы, сельский тур, туристические деревни.

На сегодняшний день туризм, в том числе и сельский, является высокоперспективным направлением развития экономики как страны в целом, так и Луганского региона. Современный образ жизни людей привел к появлению «экологического давления» в городах, а сельский туризм создает жизненную среду, приближенную к природе, усредняет элементы активной деятельности и отдыха, и поднимает одновременно роль краеведения и культурного наследия региона.

Аграрный туризм является общественно значимым видом предпринимательской деятельности. Его развитие положительно влияет на сельские территории. Подтверждением этому является создание новой и развитие существующей инфраструктуры, улучшение жизни местных жителей путем создания новых рабочих мест и повышения доходов, сохранение экологии, а так же поддержка и сохранение культуры и местных традиций.

В Европе сельский туризм считается наиболее перспективным направлением. Он активно развивается с 1970-х годов и является одним из самых востребованных у туристов во Франции, Италии, Германии.

В последние годы во многих регионах России отмечается активное развитие аграрного туризма, как одного из направлений альтернативной занятости сельского населения и развития сельской территории. Сельский туризм сегодня представлен в следующих видах:

- сдача в наем домиков и комнат в сельской местности в экологически чистых районах;
- организация «сельских» туров с проживанием и питанием путешественников в деревенском (фермерском) доме, знакомство с традиционным сельским бытом, ремеслами;
- создание туристических деревень на основе существующих сельских поселений с традиционной этнической деревянной архитектурой [7].

Луганский регион пока рано называть массово-туристической областью. На сегодняшний день здесь возможно развивать одно из новых направлений в бизнесе путешествий – сельский туризм.

Рассматривая концепцию развития сельского туризма в Луганском регионе можно выделить ряд его сильных сторон.

На территории области находятся: территории и объекты природно-заповедного фонда – 87, памятники природы – 48, заповедные урочища – 14, заповедники – 13 и 6 парков – памятников садово-паркового искусства. Присутствуют разные типы минеральных вод, которые относятся к естественным рекреационным ресурсам.

Регион также представлен богатыми культурно-историческими ресурсами. Об этом свидетельствует наличие памятников истории, градостроительства и архитектуры, монументального искусства, общее количество которых на сегодняшний день составляет 1644 объекта.

В качестве примера можно привести следующие туристские объекты:

1. Белокуракинский район:

- Деркульский конный завод, который является старейшим конезаводом с 200-летней историей. Построен по Указу Екатерины II в 1767 году. Отдельные его элементы – единственные в мире. Воспитанники конезавода за свою богатую историю много раз становились призерами и победителями всемирных конноспортивных соревнований [6];

- Новоалександровский и Лимаревский конные заводы – памятники архитектуры XVIII-XIX века. Следует отметить, что основным достоинством архитектуры этих заводов является наличие композиции с ярко выраженной художественной темой. Именно она характеризует всю архитектуру ансамбля в целом. Данная особенность характерна и для других старинных русских конных заводов [4];

– «Роздолянские пруды» – энтомологический заказник. Основная цель деятельности данного заказника – охрана ареалов насекомых, которые опыляют сельскохозяйственные культуры, в том числе диких пчел (50 гектаров);

- «Лесная жемчужина» – общезоологический заказник. Он уникален своим ландшафтом (пойменно-террасные участки, целинная степь, искусственные водоемы, болота), сохранение которого является крайне важным (3 174 гектара);

- «Самсоновская заводь» – ландшафтный заказник местного значения. Он располагается на землях заброшенного села Самсоновка в Белокуракинском районе. Флора и фауна заказника очень разнообразна и уникальна (505,89 гектаров) [3].

2. Кременской район:

- лес (сборение различных ягод, грибов, лекарственных растений. В зимний период – катание на санях и лыжные прогулки);

- урочище «Дубовый лес»;

- поселки Макеевка, Невское, Нововодяное: в начале мая можно поехать туда посмотреть, как цветет воронец (другие названия: пион тонколистный; степной или дикий пион) – невероятной красоты темно-красный цветок, занесенный в Красную книгу.

3. Сватовский район:

- Преображенские меловые пещеры – подземные сооружения, которые состоят из сети галерей, тупиков и помещений, является культовым комплексом, на что указывают христианские изображения на стенах, надписи, архитектурные особенности отдельных помещений и широкие аналогии подобных галерейных монастырей;

4. Меловской район:

- «Меловые отложения» – ботанический заказник местного значения. Главная достопримечательность заказника – это правый берег реки Камышной, на котором расположены живописные меловые горы. Деятельность заказника направлена на сохранение намеловой флоры, среди которой встречаются растения, занесенные в Красную книгу.

- «Стрелецкая степь» – заказник, представляет собой участок целинного ландшафта разнотравно-типчако-ковыльной степи, созданный с целью сохранения от исчезновения байбака и выхухоли (1036,5 гектаров). На территории также обитают около 30 видов животных и 160 видов птиц [3];

- «Зориновский лиман» – орнитологический заказник местного значения (20 гектаров). Он является уникальным памятником природы. Благодаря мелководности и наличию густых зарослей осоковых и камыша его территория стала привлекательна для заселения водоплавающими видами птиц. Расположен лиман на границе рек Меловой и Камышной и является по своей природе верховым озером.

5. Новоайдарский район:

- «Айдарская терраса» – уникальный памятник природы является лесным массивом, расположенным на левом берегу Северского Донца (100 гектаров). Здесь произрастают необычайно редкие дубовые насаждения. Это место – настоящая визитная карточка зеленого Новоайдарского края;

- янтарный храм в честь великомученика Пантелеймона Целителя. Росписи его стен выполнены при помощи натуральных компонентов, таких как сусальное золото, янтарь и природные краски. Именно это делает церковь уникальной и привлекательной для посещения туристами;

- геологический памятник природы «Бараньи лбы» – уникальные скальные обнажения мергеля кампанского яруса верхнего мела высотой 50 м в возрасте не менее 50 млн. лет. Поднявшись на верх Бараньих Лбов, можно отыскать небольшие «пещеры» – углубления, которые в свое время использовались как хранилища, ведь скалы – прекрасный природный холодильник [5].

Очевидно, что Луганщина имеет богатые природно-рекреационные ресурсы. Все эти невероятные природные богатства должны использоваться для развития аграрного туризма. Но существует и ряд острых проблем, которые замедляют развитие рассматриваемого вида туризма.

На сегодняшний день главной проблемой, влияющей на развитие туризма (в том числе и сельского) в регионе является сложная политическая ситуация. Также, на Луганщине отсутствуют:

- современные автомобильные дороги – дороги делятся на плохие и очень плохие;
- комфортабельный пассажирский транспорт – новых автобусов, троллейбусов, поездов;
- средства информирования туристов (указатели, карты и схемы);
- современные гостиницы и сельские усадьбы – в наличии только один отель, который имеет три звезды;
- низкое качество услуг в ресторанах;
- нет развитой сети торговых центров с развлекательно-воспитательной составляющей.

Кроме вышеперечисленного, администрации городов и районов не хотят заниматься вопросами туризма, не разрабатывают инвестиционные проекты, и вообще не обращают на тему туризма никакого внимания.

Существующие проблемы возможно преодолеть с помощью новых подходов и инновационных программ развития, что, в свою очередь, будет способствовать конкурентоспособности сельских территорий, а также повышению качества туристических услуг, созданию условий для устойчивого развития сельского туризма. Нужен целевой метод.

Для реализации потенциала сельского туризма необходимо комплексная государственная поддержка. В нее могут входить такие меры как: адресная многосторонняя и активная политика, создание и внедрение региональных и федеральных программ развития.

Еще одним определяющим шагом в развитии агротуризма будет создание сети информационных служб. Данная сеть объединит специалистов в данной области в консультационные центры. Основными направлениями деятельности сети будет проведение профессиональной переподготовки и повышение квалификации кадров, работающих в сфере несельскохозяйственного предпринимательства в аграрной местности. Важно включить в функции сотрудников данных центров исследования рекреационных ресурсов, имеющихся на местном уровне [2].

Сравнительный анализ слабых сторон сектора агротуризма и положительных возможностей рынка туристических услуг выявил, что существующая на данный момент система управления, законодательная база, маркетинговая система продвижения сельского турпродукта, кадровый, инвестиционный потенциал и инфраструктура туристической отрасли на селе не позволяют в полной мере реализовать возможности, имеющиеся для развития агротуризма.

В сложившихся условиях трудно ожидать положительного развития сельского туризма, что, естественно, сказывается как на уровне развития туристической отрасли, так и на уровне конкурентоспособности сельских территорий [1].

Таким образом, сельский туризм в Луганском регионе имеет большие перспективы для своего развития. Этому способствует наличие необходимых

природных и культурно-исторических ресурсов, а также вхождение региона в состав Российской Федерации.

Список литературы

1. Акимова О.Е., Волков С.К. Особенности мотивации предпринимательской деятельности в сфере туризма в сельских территориях // Региональная экономика: теория и практика. 2013. 40(319). С.32-42.
2. Альмухамедова О.А., Виленская М.С. Перспективы развития сельского туризма в России // Современные наукоемкие технологии. 2013. № 10-2. С. 245-246.
3. Арапов О.А., Сова Т.В., Ференц В.Б., Иванченко О.Ю. Природно-заповедный фонд Луганской области: справочник / 2-е изд., доп. и перераб. Луганск: ВАТ «ЛЮД», 2008. 168 с.
4. Брогауз Ф.П., Ефрон И.А. Энциклопедический словарь / под ред. И.Е. Андреевского. Санкт-Петербург, 1895. Т. XVI. С. 941-946 URL:<https://runivers.ru/lib/book3182/10161/> (дата обращения: 23.11.2022г.)
5. Туризм на Луганщине: как возродить то, чего никогда не было [Электронный ресурс] // Интернет-издание Восточный Вариант. URL:<https://v-variant.com.ua/ru/turyzm-na-luhanshchynе-kak-vozdoyt-to-cheho-nykohda-ne-b-lo/> (дата обращения: 23.11.2022г.)
6. Кожевников Е.В., Гуревич Д.Я. Отечественное коневодство: история, современность, проблемы. Москва, 1990. 221 с.
7. Шакирова Э. Н. Развитие сельского туризма в России // Экономическая наука и практика: материалы II Междунар. науч. конф. (г. Чита, февраль 2013 г.). Чита: Издательство Молодой ученый, 2013. С. 110-112.

DEVELOPMENT OF RURAL TOURISM AS A PRIORITY DIRECTION OF TOURISM IN THE LUGANSK REGION OF THE RUSSIAN FEDERATION

V. But

State Educational Institution of Higher Education of the Lugansk People's Republic «Vladimir Dahl Lugansk State University»

Annotation. The article considers rural tourism, which is one of the relatively new in the Luhansk region, but at the same time a promising direction of tourism for infrastructure development, increasing employment, increasing incomes and improving the lives of citizens of the Luhansk People's Republic of the Russian Federation. The problems and prospects of rural tourism development in this region are identified.

Keywords: rural tourism, cultural and historical resources, rural tour, tourist villages.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ СТУДЕНТОВ

А.А. Ванечкин, М.С. Кириллов

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В содержании статьи определяются необходимые комплексные исследования студентов, занимающихся различными видами физкультурно-спортивной деятельности, с целью оценки и прогноза уровня физического здоровья и физической подготовленности в процессе решения задач, связанных с оптимизацией учебного процесса. В результате исследования обосновывается формирование привычки, поведение и здоровье студентов, путем физического воспитания и занятия физическими упражнениями, что также оказывает огромное влияние на формирование умственных способностей студента.

Ключевые слова: спорт, физическая культура, студенты, специалист, профессиональные знания, физическое образование, творческое развитие, ценности физического воспитания.

Актуальность. Одним из ключевых предметов для студентов, поступивших на высшее гуманитарное образование, является физическая культура. Она играет огромную роль в образовании и становлении личности будущего специалиста. Физическая культура может воздействовать на студента в виде различных форм, средств и методов, что может эффективно сказаться на профессиональный уровень будущего специалиста.

Достаточно высокий ранг персональной физической культуры каждого студента, развитие его душевности и интеллектуальности, оптимизация профессионально значимых способностей – это все является главным практическим показателем этой деятельности и целью преподавателя.

Огромнейшее влияние на физическую культуру студентов и ее преобладающих сторон развития оказывают социально-экономические факторы. В нашей стране студент высшего образования подвергается давлению со стороны государства в виде социального образа будущего специалиста и уровень его физической активности. Стоит отметить, что в 80-е года среди ключевых аспектов в основе физической подготовки студенческой молодежи тех лет были такие недостатки как абсолютный традиционализм, целостность и обнаруженная ценестезия. Вследствие этого внезапно появился вопрос нахождения новых, своеобразных методов, способствующих росту ее производительности, которые имеют важное влияние сегодня при трансформации общероссийских вузов на многоступенчатый механизм обучения.

Закон Российской Федерации «Об образовании» устанавливает сущность физиологической культуры учащихся как независимую область работы в общегосударственной гражданско-просвещенной сфере. При этом выделяет её воспитательные преимущества, которые выступают в качестве перспективы для пересмотра ее функций.

Внедрение и слияние местной просвещенной совокупности всех имеющихся возможностей в международное пространство само по себе является всемирной общественно-финансовой сложностью. Это касается не только российских студентов, но и других учащихся по всему миру. Но стоит отметить, что данную задачу способны решить авторитетные профессионалы своего дела. Они должны соответствовать текущим условиям совокупности квалифицированных и индивидуальных достоинств. Также данным специалистам отмечено иметь большую компетентность в области физической подготовки, выносливость и функциональность, неофициальные организаторские навыки.

Цель исследования – обнаружить и раскрыть влияния различных видов и режимов физкультурной и спортивной деятельности на морфофункциональные показатели здоровья студентов в процессе обучения в вузе.

Предметом исследования являются показатели физической подготовки студентов, виды оказываемых физических упражнений на их психофизическое состояние.

Задачи исследования:

1. Выявить актуальный уровень физической культуры и подготовки студентов.

2. Обнаружить функции и показатели физической культуры в жизни студента.

3. Определить эффективность различных видов физкультурно-спортивных занятий в вузе для развития физического состояния студентов.

Методы исследования:

1. Анализ литературы.

2. Анализ интернет-ресурсов.

Система физической культуры студентов состоит из трех достаточно независимых направлений: физическое воспитание, студенческий спорт и активный досуг. Образовательные вопросы являются наиболее приоритетными для работы студентов в области физического воспитания.

Главные цели физического образования определяются удовлетворением необходимости студентов в освоении программы индивидуальных знаний, освоении профессионально незаменимых умений и навыков. В следствии этого можно наблюдать независимые от человека допущения к овладению узконаправленности и частичности подготовки студентов в вузе. Положительной чертой данного образовательного курса можно указать снижение времени на приурочивание студентов к физической нагрузке, к общепсихологическому состоянию в группе. Данные показатели можно отнести к достоверным источникам результативности.

В современном мире спорт, представителями которых являются студенты, демонстрируется и проводится в рамках спортивно-массовых мероприятий. В данную категорию можно отнести чемпионаты, турниры, конкурсы, олимпиады, также в нее включается сама организация мероприятий и тренировка спортсменов. Целью участия в данных событиях является победа

и стремление к ней. Можно увидеть и оценить достигнутые показатели студентов в выбранной области спорта, также их страсть и стремление к победе [1].

Положительная сторона физической активности выражается в виде реализации всех возможностей студента, самоутверждения достигнутым результатом. Сама цель – прийти первым, делает студента мотивированным, конкурентоспособным. Это стремление также поддерживается со стороны преподавателей. Они помогают студенту быстрее адаптироваться в физические и образовательные нагрузки.

Итогом слияния учебной и спортивной деятельности является формирование у студентов таких социально значимых качеств как самостоятельность, социальная активность, уверенность в себе и своих силах, а также амбициозность.

Свободное время позволяет студенту воплотить потребность в двигательной активности, его здоровом образе жизни и получении удовольствия от занятий спортом.

Физическая культура построена определенным образом, что позволяет обеспечить максимальный профессионально-прикладной эффект при воспитании упорства, критического мышления, рискованности и индивидуальности.

В сфере физкультурного образования появляются все новые стандарты к творческому развитию будущего специалиста, а также в случае готовности его к высокой результативности деятельности. Данную задачу рассматривают в основных курсах государственной политики. В нем находит свое отражение такие показатели, как рост величины сверхсложных систем и технологий, информатизации всех областей жизни общества. Данные показатели могут быть достигнуты путем раскрытия психофизических возможностей студентов, совместной работой их физических, интеллектуальных, духовных сил. В этом помогают индивидуальные физические нагрузки, различные направления двигательной активности, правильное питание, специальный график труда и отдыха [2].

Таким образом, можно выделить следующие задачи, которые являются совершенствующими и формирующими функциями физической культуры:

- освоение умениями двигательных действий различных видов спорта;
- овладение специальными знаниями;
- формирование у студента привычки регулярно заниматься физическими упражнениями;
- общее формирование физиологических возможностей и на этой основе укрепления здоровья, а также обеспечение работоспособности;
- освоение техники проведения самостоятельных занятий физической культурой;
- обеспечение соответствия уровня физической подготовленности с требованиями выбранной специальности.

Включение в молодежную среду ценностей физического воспитания является основным фактором физкультурного образования, который влияет на общее и профессиональное развитие личности. Это и является одной из важнейших задач в преподавании учебной дисциплины «Физическая культура».

При рассмотрении физической культуры стоит уделить особое внимание тому, что она направлена на развитие следующих групп ценностей: интеллектуальные, двигательные, технологические, интенциональные и мобилизационные.

Физическая культура и спорт формируют у студентов правильные привычки и в целом здоровый образ жизни, что во многом зависит изначально от воспитания, а также от отношения самого студента к учебной дисциплине. Оно проявляется в форме участия в клубной деятельности, которое объединяет студентов по интересам и дает возможность проявить себя и свои творческие способности. Все это предполагает возникновение физкультурного пространства (системы физической культуры), которое способствует объединению студенческого актива самостоятельно обеспечивающих увеличение роли различных форм студенческой деятельности [3].

Физическая культура и спорт всегда являлись инструментом, с помощью которого студент мог успешно социализироваться. Все это подтверждают научные сведения и жизненные примеры многих известных спортсменов. Учитывая вышесказанное и данные различных социологических опросов можем сделать вывод, что как раз спорт оказывает огромное воздействие на формирование знаний студентов о жизни.

Спортивная деятельность, при ее правильном построении, станет значимым и эффективным средством для того, чтобы студент влился в социальную активность. При всем этом нынешняя система физической культуры оказалась не способной привлечь большую часть молодежи к занятиям спорта [4].

Люди, которые имеют некоторые достижения в области спорта и прошли данную школу считают, что именно спорт стал основополагающим фактором, сформировавших их. Спорт привносит дисциплину в жизнь человека. Именно спорт учит всегда рассчитывать на себя, не зависеть от других, при этом формирует навык успешной работы в команде. Это значит, что достижение успеха в любом виде деятельности зависит, прежде всего, от личностных качеств: активность, старания, усердности, волевых качеств и рациональной оценки своих собственных возможностей. Удачно реализовать данные свойства можно, в первую очередь, в спорте. Однако эффективность социализации человека в спорте во многом зависит от его отношения к спорту и от физического воспитания [5].

Спорт – социально значимо явление, так как его возможности гарантируют усиление совершенствования и человечества, и индивидуума. Изучив спорт как отдельную составляющую единого становления культуры, можно выделить в его структуре три основополагающих компонента:

- социально-психологический;

- общекультурный;
- специфический.

Социально-психологический компонент ценностей спортивной культуры создаётся под влиянием уровня общественного сознания, общественного мнения, ценностных ориентаций людей, интересов, мотивов, а также уровня взаимоотношений, которые выстраиваются в сфере спорта («спортсмен-спортсмен» и «тренер – спортивный коллектив» и т. д.).

К общекультурному компоненту ценностей спортивной культуры относят экономические, правовые, политические, информационные и образовательные процессы социального пространства.

Специфический компонент ценностного потенциала спортивной культуры можно рассмотреть, как способность спорта удовлетворять потребности человека в физическом развитии, формировании здорового образа жизни, самореализации и повышении социального статуса личности в обществе путем достижения высокого результата, победы, чемпионства, титула или рекорда.

Обобщив все вышеизложенное, следует отметить, что физическая культура и спорт формируют не только привычки, поведение и здоровье человека, но и оказывают огромное влияние на формирование умственных способностей студента. Однако следует все же учесть, что имеющиеся на данный момент методы физической культуры, не в полной мере обеспечивают повышение доли физической активности в учебной деятельности студента.

Список литературы

1. Агеев. В. У. Физическое воспитание и гармоническое развитие личности // Роль физической культуры и спорта в повышении работоспособности студентов и подготовки их к профессиональной деятельности: Сборник научных статей. Ташкент. 1980. С. 29-38.
2. Апанасенко. Г. Л. Физическое развитие детей и подростков: монография. – Киев: Здоровье. 1985. 79 с.
3. Дубровский. В. И. Спортивная медицина: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., доп. – М.: Гу-манит. изд. центр ВЛАДОС. 2002. 512 с.
4. Ендропов. О. В. Валелогические аспекты двигательной активности человека. – Новосибирск: Изд. НГПУ. 1996. 230 с.
5. Карпман. В. Л. Тестирование в спортивной медицине / В.Л. Карпман. З.Б. Белоцерковский. И.А. Гудков. – М.: Физическая культура и спорт. 1988. 208 с.

IMPACT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT FOR MORPHOFUNCTIONAL STUDENT PERFORMANCE

A. Vanechkin, M. Kirillov

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The content of the article defines the necessary comprehensive studies of students involved in various types of physical culture and sports activities in order to assess and predict the

level of physical health and physical fitness in the process of solving problems related to the optimization of the educational process. As a result of the study, the formation of habits, behavior and health of students is substantiated through physical education and exercise, which also has a huge impact on the formation of the student's mental abilities.

Keywords: sport, physical culture, students, specialist, professional knowledge, physical education, creative development, values of physical education.

КАРАБАХ ПРЕВРАТИТСЯ В ОДНУ ИЗ ГЛАВНЫХ ТУРИСТИЧЕСКИХ ЗОН АЗЕРБАЙДЖАНА

С. И. Велиева

Азербайджанский Университет Кооперации

Аннотация. Туристический сектор в международной практике оказывает существенное влияние на занятость, уровень доходов и производственный потенциал страны, а также на развитие других секторов.

Сектор туризма – это быстрорастущий сектор экономики с постоянно меняющейся демографией и разнообразной географией. Прогнозы, основанные на статистическом анализе, показывают насколько туризм важен в экономике страны. Влияние туризма можно поделить на три основные категории: Во-первых, здесь мы отмечаем прямое и косвенное влияние других секторов на значимость туризма. Кроме того, сектор туризма является основным источником дохода для стран с переходной экономикой и развивающихся стран; во-вторых, социально-экономическое развитие регионов и влияние туризма на занятость; в-третьих, за счет создания эффективной инфраструктуры в стране развитие туризма приводит к развитию инфраструктуры во многих регионах и сельской местности. Кроме того, туризм также служит маркетинговым инструментом для стран, поскольку успешная туристическая стратегия помогает улучшить имидж страны на международном уровне.

Ключевые слова: экотуризм, оздоровительный туризм, инвестиции, производственный потенциал, природные ресурсы, климатические условия, рельеф, курортный комплекс, занятость.

Развитие туризма на освобожденных территориях Азербайджана является одним из направлений, которое внесет значительный вклад в повышение экономической мощи Азербайджана. Карабах и прилегающие районы, обладают большим туристическим потенциалом, в связи с этим развитие туризма там является прераготивой правительства.

После Второй Карабахской войны важным шагом в восстановлении освобожденных территорий стал экономический и туристический потенциал. Правительство Азербайджана немедленно приступило к работам по реконструкции районов в Карабахском регионе, вскоре после освобождения территорий. Практически сразу же заложили основу нового аэропорта в Физулинском районе и дороги в направлениях Физули – Шуша. Италия и Турция тоже присоединились к деятельности правительства. Представители стран из Израиля, Венгрии, Японии, и других стран выразили заинтересованность в участии в восстановлении региона.

Благодаря благоприятному климату и рельефу Карабаха можно развивать разные виды туризма начиная от экологического, горного, зимнего,

экстремального и заканчивая оздоровительным. Есть потенциал для развития различных отраслей промышленности и животноводства. Одной из самых эффективных инвестиций является инвестирование в сельское хозяйство. Мы должны максимально использовать эти возможности и превратить Карабах в один из самых красивых регионов не только в Азербайджане, но и во всем мире.

Регион располагает широкими природными ресурсами, которые должны быть умело использованы для создания экотуристических продуктов. На освобожденных территориях необходимо делать ставку именно на эко отели. Экологически чистые отели бывают всех форм и размеров, а также разного уровня ответственности, но все особенности этих отелей имеют общую цель – минимизировать выбросы углерода и работать над тем, чтобы оказывать положительное влияние на окружающую среду. Вот несколько ключевых аспектов того, что делает отель экологически чистым: 1) Экономия энергии приносит отелям значительные преимущества, помогая контролировать и сокращать эксплуатационные расходы, а также сводить к минимуму выбросы. 2) Экономия воды: устанавливая системы рециркуляции и фильтрации воды, отели могут сэкономить значительные средства в долгосрочной перспективе, одновременно повышая ценность своего бренда в глазах гостей.

Эко-отели должны развиваться не только на этих территориях, но и по всей стране. Для развития экотуризма государственная поддержка должна быть оказана не только отелям, но и туристическим компаниям, в том числе занятым в сфере внутреннего и въездного туризма. Выделяя субсидии для компаний, которые занимаются экологическим туризмом, можно ускорить возрождение этого вида туризма. Все эти предложения внесут большой вклад в экономику Азербайджана. Тем самым туризм сможет стать одним из ведущих секторов.

Совет по туризму Азербайджана (АТВ) открыл новый и полезный веб-сайт. Веб-сайт WhereisKarabakh.com – онлайн-платформа, созданная для продвижения Карабаха. Главная цель платформы – показать миру, где расположен Карабах, а также помочь узнать много интересного о регионе. Пользователь сможет на карте выбрать любую точку и увидеть расстояние от определенной страны до Карабаха, а также узнать: историю, ковроткачество и искусство мугама, выдающихся личностей региона, памятники, историю карабахских лошадей и др.

Скорость новых проектов позволяет быстро развивать инфраструктуру. Направление движения капитала будет определяться пригодностью региона для разных видов экономической деятельности.

Устойчивое развитие туризма в регионе неразрывно связано с его потенциалом, таким как климатические условия, рельеф, полезные ископаемые, доля лесных угодий, археологические памятники, древние пещерные поселения и районы исключительной природной красоты [1], исследованы преимущества термального, оздоровительного и экотуризма, которые помогут развить туризм в данном регионе. Благодаря этим видам туризма можно привлечь большое количество туристов. Можно открыть крупные санатории, где люди будут

отдыхать и лечиться. А для любителей природы и те, кто предпочитают экологически чистые продукты, то экотуризм идеально подойдет. Люди смогут отдыхать, но при этом не вредить окружающей среде. Все туристы смогут найти то, что будет им по душе.

Термальный туризм – это вид медицинского туризма, в котором пациенты могут воспользоваться геотермальными источниками для здоровья, а также отдохнуть в привлекательных местах. Наличие множества минеральных вод в этом регионе позволит развивать направление этого вида туризма. Для их восстановления необходимо построить новые больницы и санатории, которые будут привлекать не только граждан Азербайджана, но и иностранных туристов. Наиболее важные преимущества термального оздоровительного туризма заключаются:

- в устранении сезонного характера туризма;
- в обеспечении высокой заполняемости в гостиничных предприятиях;
- диверсификации туризма для выхода на разные целевые рынки;
- создание возможностей для регионов с потенциалом развития в плане туризма;
- создании рабочих мест.

Основные рекомендации по увеличению числа участников термального туризма и оздоровительного туризма заключаются в следующем:

- необходимо обновить курортные комплексы отдыха в регионах Карабаха;
- создание местных туристических центров;
- следует перестроить предприятия термального туризма и повысить качество услуг;
- должны быть установлены стандарты качества в отношении обслуживания, безопасности, и гигиены;
- опыт развитых стран в термальном туризме может служить основой для успешных проектов;
- необходимо повышение квалификации персонала на предприятиях термального туризма;
- подготовка каталогов, отражающих носителей оздоровительного туризма, определение различных лечебных услуг;
- необходимо создать карту оздоровительного туризма, на которой будут созданы медицинские учреждения;
- следует продвигать туристический бренд Карабахского региона Азербайджана.

В Карабахе уже началась реализация мер для развития туристического потенциала. Уже разработаны концепции развития туризма в поселке Суговушан Тертерского района, селе Туг и поселке Гадрут Ходжавендского района. В то же время в городе Агдам началось строительство отелей частными компаниями. Ожидается, что до 2025 года освобожденные территории посетит около 1 миллиона местных и иностранных туристов. Развитие и восстановление Карабаха, в том числе правильная реализация туристического потенциала

региона, остаются почетной и ответственной миссией каждого из нас. В реализации этой деятельности должны быть мобилизованы не только государственные структуры, но и каждый гражданин Азербайджана.

Список литературы

1. Алирзаев А.Г. Социально-экономические проблемы развития туризма. Баку, 2006, 389с.
2. Гафаров Н.Д. Экономика туризма: учебник. Баку: Изд-во Кооперации, 2019, 583с.
3. Джаббаров А.А. Проблемы регионального развития туризма. Нахичевань, 2008, 374с.
4. Huseynov Rashad. Welfare and Economy-Wide Effects of Azerbaijan's Accession to the World Trade Organization: A Quantitative Assessment. 2015, 195 p. <http://hss.ulb.uni-bonn.de/2015/4176/4176.pdf>
5. Third Voluntary National Review of the Republic of Azerbaijan. Baku, 2021.138pp.https://sustainabledevelopment.un.org/content/documents/279452021_VNR_Report_Azerbaijan.pdf
6. Stephen Berry. Strategies of the Serengeti: Where hawing the right strategy is a matter of Life and Death. www.stephenberry.com
7. Venables, Anthony J"Using Natural Resources for Development: Why Has It Proven So Difficult?" Journal of Economic Perspectives, 2016. 30 (1): 161-84.DOI: 10.1257/jep.

KARABAKH WILL BECOME ONE OF THE MAIN TOURIST ZONES OF AZERBAIJAN

S. Valiyva

Cooperation University of Azerbaijan

Abstract. The tourism sector in international practice has a significant impact on employment, income and production potential of the country, as well as on the development of other sectors. The tourism sector is a rapidly growing economic sector with ever-changing demographics and diverse geography. Predictions based on statistical analysis show how important tourism is in the country's economy. The influence of tourism can be divided into three main categories: First, here we note the direct and indirect influence of other sectors on the importance of tourism. In addition, the tourism sector is the main source of income for countries in transition and developing countries; secondly, the socio-economic development of the regions and the impact of tourism on employment; thirdly, by creating an efficient infrastructure in the country, the development of tourism leads to the development of infrastructure in many regions and rural areas. In addition, tourism also serves as a marketing tool for countries as a successful tourism strategy helps to improve a country's image internationally.

Keywords: ecotourism, health tourism, investments, production potential, natural resources, climatic conditions, relief, resort complex, employment.

ЦИФРОВАЯ ДЕМОГРАФИЯ КАК МЕТОДОЛОГИЯ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

А.В. Виноградова, Д.М. Костенко

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Динамичность демографических данных обуславливает необходимость в ускорении процессов сбора и обработки информации. В работе рассматривается цифровая демография как наиболее актуальная методология, отвечающая современным вызовам меняющегося мира. Целью данного подхода является повышение оперативности государственных решений и увеличение благосостояния общества.

Ключевые слова: цифровизация, демография, благосостояние общества.

Цифровизация открывает новые возможности для исследования демографических процессов на современном этапе развития общества. Большой поток данных в условиях постоянной миграции населения обуславливает необходимость цифрового учета и обработки демографических показателей. Само понятие цифровая демография активно исследуется в ряде работ как отечественных [1, с.62; 2, с.135], так и зарубежных авторов [4, с.66]. По сути, цифровая демография – это методология, позволяющая изучить демографические закономерности, используя современные цифровые технологии и большие данные.

Важным шагом в развитии цифровой демографии стала проведенная в 2021 году в России впервые электронная перепись населения через портал Госуслуг (рис.1). Для населения, не использовавшего портал, применялась стандартная схема переписи через переписчиков, однако в первые использовались не бумажные носители информации, а планшетные компьютеры в объеме 360 тыс. штук. Данные планшеты Aquarius и БайтЭрг были оснащены российской мобильной операционной системой Аврора, обеспечивающей безопасность и оперативную передачу данных в единый центр их обработки.

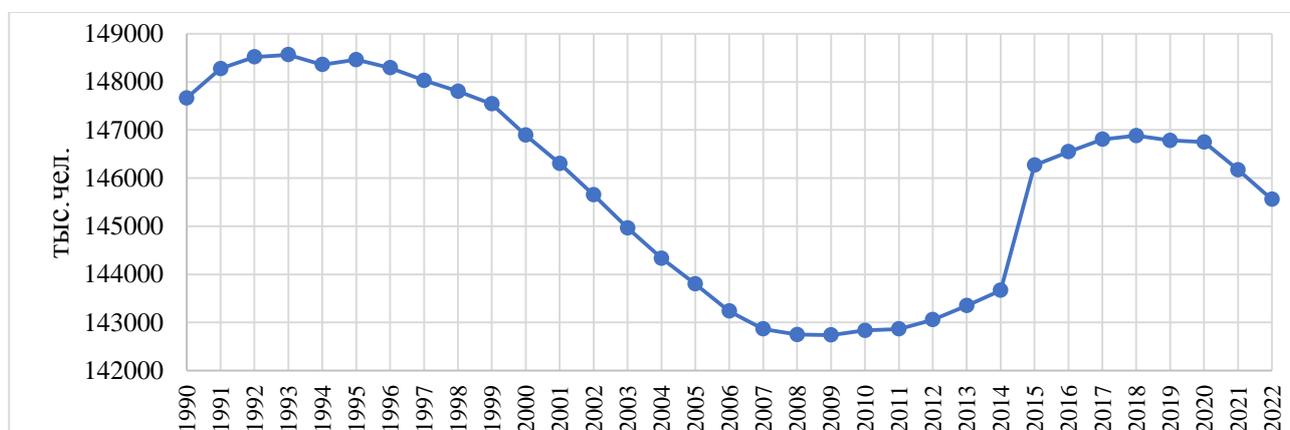


Рис. 1. Численность населения в РФ [3]

Использование цифровых методов сбора и обработки информации также позволяет экономить бюджетные средства. По данным информационных порталов (Авито, Циан и т.п) по предоставлению недвижимости в аренду или покупку можно оценивать уровень урбанизации населения, по сайтам предоставляющим информацию о вакансиях и резюме на рынке труда (Нн и др.), а также использованию фильтров при поиске, можно оценить уровень образования, миграцию населения и др. Социальные сети, которые с каждым годом набирают все большую популярность, и расширяется возрастной диапазон их использования, также позволяют получить информацию о перемещения населения, поскольку содержат данные о месте нахождения индивида.

Активная урбанизация имеет место быть последние сто лет: если в царской России городское население составляло 18%, а сельское 82%, то к 2022 году – 75% городское и 25% сельское [3]. Москва является самым крупным миграционным центром, что несет немало экономических проблем: избыточную плотность населения, нагрузку на инфраструктурные и социальные объекты и др. С целью сбалансированности развития территорий страны и поддержания человеческого потенциала в регионах РФ немало важную роль играет система развития высшего и средне профессионального образования в привязке к конкурентоспособным отраслям промышленности. Создание региональных кампусов образовательных услуг стало бы, на наш взгляд, мощным стимулом для привлечения молодежи в регионы.

Цифровая демография не заменяет данные, а ускоряет процесс их сбора и обработки, что позволяет в более короткие сроки принимать оперативные государственные решения и создавать единое информационное пространство, что в свою очередь дает платформу для научных исследований и последующих предложений по повышению благосостояния общества, в том числе и более равномерному распределению производительных сил на территории страны.

Список литературы

1. Алгулиев Р., Алыгулиев Р., Юсифов Ф., Алекперова И. Формирование электронной демографии как эффективного инструмента социальных исследований и мониторинга данных о населении // Вопросы государственного и муниципального управления. 2019. № 4. С 61-86.
2. Смирнов А. В. Прогнозирование миграционных процессов методами цифровой демографии // Экономика региона. 2022. Т. 18, вып. 1. С. 133-145. Режим доступа: <https://doi.org/10.17059/ekon.reg.2022-1-10>.
3. Федеральная служба государственной статистики. Режим доступа: <https://rosstat.gov.ru>
4. Zagheni E. Data science, demography and social media challenges and opportunities // CSE 491: Data Science and Society. 2017. 66 p. URL: <https://courses.cs.washington.edu/courses/cse491/17wi> (accessed: 01.06.2020)

DIGITAL DEMOGRAPHY AS A METHODOLOGY OF SCIENTIFIC RESEARCH

A.V. Vinogradova, D.M. Kostenko

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The dynamism of demographic data makes it necessary to accelerate the processes of collecting and processing information. The paper considers digital demography as the most relevant methodology that meets the modern challenges of a changing world. The purpose of this approach is to increase the efficiency of government decisions and increase the welfare of society.

Keywords: digitalization, demography, social welfare.

ПРЕИМУЩЕСТВА ДИСТАНЦИОННОГО ПРЕПОДАВАНИЯ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

М.А. Волкова

Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова

Аннотация. Статья посвящена проблеме преподавания иностранного языка с применением дистанционных технологий. Проводится сравнение двух форматов обучения, привлекается внимание к возможностям онлайн-обучения и необходимости повышать осведомленность о них как учеников, так и преподавателей. Поднимается вопрос о более доступном дистанционном обучении, нежели очном.

Ключевые слова: дистанционные технологии, онлайн-преподавание, сеть Интернет, иностранный язык, дистанционное образование, онлайн-обучение.

С распространением новой короновирусной инфекции и повышением рисков заболеваемости неизученной болезнью человечество столкнулось с необходимостью внедрять в педагогический процесс дистанционных технологий, которые до этого момента не воспринимались как полная замена традиционного очного образования в кабинетах школ и университетов по печатным книгам и материалам. Основы обучения были сформулированы педагогом, психологом и философом Джоном Дьюи в 1859-1942 годах. Некоторые его мысли кажутся особенно актуальными в наше время. Так, Дьюи писал, что цель воспитания – формирование личности, «умеющей приспособиться к различным ситуациям» [1, с. 28-47]. Из этого вытекает мысль, что и задача преподавателя – обеспечить непрерывность образовательного процесса в различных обстоятельствах.

Исходя из ситуации, с которой человечество столкнулось в 2019 году, невозможно не заметить преимуществ, которые открылись перед педагогами, преподавателями, репетиторами и самими учениками. Хотя не стоит говорить и том, что дистанционное обучение представляет собой сплошной пласт одних лишь преимуществ, потому что это не так и онлайн-обучение, как и многие явления, имеет свои плюсы и минусы.

Когда речь заходит о преподавании иностранного языка для начинающих, особенно снижается преимущество дистанционного обучения, что связано с традиционными представлениями об образовательном процессе

и нехваткой знаний о том, какими сервисами и платформами можно пользоваться для проведения занятий. Повышение уровня осведомленности о возможностях пользователя сетью Интернет приведет, на мой взгляд, к расширению спроса на проведение дистанционных занятий вместо очных занятий.

Хотелось бы обратить внимание на различие затрат, которые необходимо вложить для обустройства помещения и оснащения всеми необходимыми устройствами для очных занятий (интерактивная доска, компьютер, колонки, проектор и т.д.), по сравнению с ними онлайн-образование выглядит более привлекательным, ведь достаточно иметь стандартную версию ПК и доступ к необходимым платформам (вопрос о платформах российского происхождения взамен иностранным, которые не будут уступать по качеству и будут работать в санкционном режиме, остается открытым). Кроме того, необходимо оплачивать аренду помещения, оплату сотрудников, обеспечивающих чистоту и безопасность нахождения в этом помещении всех сторон образовательного процесса. Согласно опросу, проведенному в декабре 2020 года, главный недостаток дистанционного обучения иностранному языку является ограниченность технических возможностей респондентов, а главное преимущество – экономия денег и времени на дорогу [2]. В данной работе хотелось бы осветить тему дистанционного преподавания иностранного языка и привести большее количество преимуществ, которыми обладают стороны образовательного процесса – ученик и преподаватель.

Принимая во внимания особенности преподавания именно иностранного языка, стоит понимать, что иностранный язык в особенной степени следует учить, используя аудио- и видеоматериалы, дающие представления о том, как звучит живая разговорная речь, как выглядит страна изучаемого языка, чтобы понимать его культуру и особенности людей, для которых этот язык является родным. Зачастую сделать это в помещении сложнее, что связано с акустикой и неисправностью или же дешевизной устройств, тогда как при онлайн занятиях каждый ученик может использовать свой собственный прибор исправного качества, прибавляя и регулируя громкость по своему уровню и желанию. В кабинете же необходимо подстраиваться под общие мнения и желания, нивелируя личные особенности каждого отдельного ученика. Отсюда можно сделать вывод, что дистанционное образование более индивидуально, что можно доказать следующим образом.

Одно из основных преимуществ дистанционных платформ (например, Zoom, Discord) – это возможность делить участников конференции на сессионные залы, то есть отдельные звонки, во время которых может происходить коммуникация между учениками с главной целью изучения языка – разговора на изучаемом языке, обсуждения поставленной проблемы. Тут можно начать спор о том, что и в очном формате работы возможен такой подход, но такой аргумент кажется мне крайне неубедительным. В очном формате зачастую ученики находятся в одном помещении, они прекрасно

слышат ответы друг друга, подмечают ошибки (особенно если мы имеем дело с детьми или подростками), возрастает страх ошибиться, сказать что-либо не так, быть хуже других и т.д. Технологии онлайн-образования предоставляют совсем другие возможности: деление на сессионные залы по двое или по трое человек, где больше вероятность того, что сложится атмосфера взаимопонимания и взаимопомощи. К тому же преподаватель может, во-первых, сам разделить учеников на «комнаты», а во-вторых, поочередно посещать их с целью проследить за обсуждением и применением новой лексики, например, а также для наблюдения за речью учеников, замечания их ошибок, на которые будет указано не на общем обозрении, а лично, для чего также будет предоставлена возможность на используемой платформе. С практической точки зрения это выглядит очень привлекательной возможностью в рамках преподавания иностранного языка, особенно для людей, уже имеющих определенный уровень владения этим языком, которым необходимо лишь разрушение языкового барьера и наработка языковой практики. В данном случае подчеркивается значимость одного из принципов личностно-ориентированного урока, сформулированных Якиманской, – «обеспечение на уроке эмоционального контакта преподавателя и ученика на основе сотрудничества, мотивации достижения успеха через анализ не только результата, но и процесса его достижения» [3, с. 96].

Возможность включения записи экрана и скачивания всех необходимых материалов также представляет весомое преимущественного дистанционного учебного процесса. Записанное видео с объяснением можно пересмотреть после занятия, сделав скорость проигрывания быстрее или медленнее (в зависимости от целей просмотра). Важную роль будет играть степень осведомленности преподавателя о том, как можно скооперировать материалы к занятиям для удобства обучающихся. Стоит понимать, что когда ведется речь о преимуществах дистанционного обучения, то рассматриваются только те случаи, когда преподаватель владеет навыками организации онлайн-обучения, что, безусловно, является актуальной задачей современного общества. Привлечение внимания к тому, как сделать образование более доступным для каждого человека, – направление, на которое стоит обратить внимание, и то, чем следует заниматься.

Дистанционное образование кажется более привлекательным тем, кто осведомлен о возможностях различных программ и платформ по проведению занятий и удобной организации всех теоретических и практических материалов. В силу того, что для онлайн-обучения требуется меньшее количество затрат, такой вид образования более выгодный для учеников и преподавателей, что делает его доступнее по сравнению с очным. Привлечение к этому внимания общественности и повышения уровня компьютерной грамотности – важные задачи, которые поставлены перед современным обществом на сегодняшний день.

Список литературы

1. Мандель Б. Р. Современные инновационные технологии в образовании и их применение // Образовательные технологии. 2015. № 2. С. 27–48.
2. Шулепова А.В. «Дистанционное обучение иностранным языкам: социологический анализ» // Globus: Психология и педагогика. 2021. №7. С. 9-18
3. Якиманская И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе. М.: Сентябрь, 1996. 96 с.

ADVANTAGES OF DISTANCE TEACHING OF A FOREIGN LANGUAGE USING UP-TO-DATE INTERNET TECHNOLOGIES

M. Volkova

Lomonosov Moscow State University

Abstract. This article is devoted to the problem of teaching a foreign language using remote technologies. The comparison of the two educational formats is carried out, attention is drawn to the possibilities of online learning and the need to raise awareness of both students and teachers about them. The question of more accessible distance learning than offline learning is raised.

Keywords: distance technologies, online teaching, Internet, foreign language, distance education, online learning.

ВЛИЯНИЕ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА СОЦИАЛЬНУЮ АДАПТАЦИЮ ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ

А.А. Волгарева, А.В. Старостина

Вологодский государственный университет

Аннотация. В данной работе проведен анализ влияния адаптивной физической культуры на социальную адаптацию детей-инвалидов. В первой части работы затрагиваются общие понятия и теоретические походы к решению проблем социальной адаптации детей-инвалидов, рассмотрены концепции к определению функций адаптивной физической культуры и ее основных направлений. Особое внимание уделяется рассмотрению адаптивного спорта и его влияния на людей с ОВЗ. Во второй части работы описываются результаты исследовательского опроса здоровых детей об их отношении к детям с ОВЗ. В данной работе удалось выявить позитивный взгляд здоровых детей на коммуникацию с детьми-инвалидами.

Ключевые слова: дети с ОВЗ, адаптивная физическая культура, адаптивный спорт, социализация, дети-инвалиды.

Увеличение количества детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – мировая тенденция. Даже не смотря на то, что медицина неустанно движется вперед, число несовершеннолетних инвалидов продолжает расти.

На момент 01.08.2022 года по данным Федерального реестра инвалидов в России от общей доли численности лиц с ОВЗ дети представляют 6,2 % , а это составляет 742 234 ребенка. Из них самое большое число детей-инвалидов

приходится на возраст от 8 до 14 лет, а наименьшее количество детей с ОВЗ принадлежит детям до 3 лет (Рис. 1).

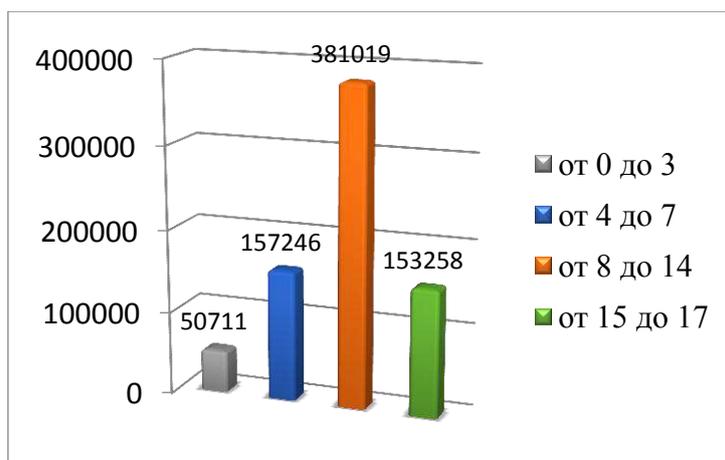


Рис. 1. Количество детей – инвалидов по возрасту

Еще недавно проблемы этой немаловажной группы населения игнорировали. Их возможности и потребности не обсуждались на публике. Детям-инвалидам не предоставлялась возможность посещения обычной среднеобразовательной школы, особенности застройки городов не давали возможность самостоятельно передвигаться, посещать общественные места. Но, в связи с ростом людей с ОВЗ, а так же постепенной гуманизацией общества были приняты ряд законов, которые были направлены на то, чтобы упростить и улучшить условия жизни лиц с ОВЗ.

Долгие годы инвалидность и спорт были параллельными прямыми. Спорт не рассматривался как средство реабилитации для детей-инвалидов. Лишь иногда некоторые физические упражнения назначались медиками в качестве дополнения к физиотерапии и лекарствам. В 90-х годах в России начинаются изменения отношения к инвалидам. Благодаря этому и возникает понятие адаптивной физической культуры и спорта. Оно рассматривается как средство адаптации в социуме людей с ОВЗ, в том числе и детей.

Адаптивная физическая культура – это часть физической культуры для людей с ограниченными возможностями здоровья, а так же инвалидов, которая включает в себя комплекс спортивно-оздоровительных мер, направленных на реабилитацию, адаптацию к нормальной социальной среде. Так же способствует закрытию психологических барьеров, ощущению необходимости личного вклада в социальное развитие общества. Адаптивный спорт – это вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности личности в самореализации, оценке личных способностей со способностями других людей. Адаптивный спорт, прежде всего, направлен на то, чтобы индивид достигал поставленные перед собой цели и задачи путем приобретения высокого мастерства, путем соревнований и состязаний с людьми, имеющими аналогичные особенности здоровья [1].

Адаптивный спорт делится на две подгруппы. Рекреационно-оздоровительный спорт используют в школах, детских садах как дополнительные внеклассные занятия, секции. Спорт высших достижений используют в специализированных физкультурно-оздоровительных клубах, в спортивно-оздоровительных школах, а так же в общественных объединениях инвалидов [2].

Здоровые люди двигаются постоянно, это их потребность, которая ежедневно реализуется. Для инвалида физическая активность жизненно необходима, так как она является наиболее эффективным средством для единовременной физической, психической и социальной адаптации [4]. Необходимо выделить группу детей-инвалидов, так как для них физические упражнения помогают сформироваться как личность, приобрести индивидуальные качества, развить сильные стороны характера. Для них физические нагрузки еще более необходимы, так как известно, что все дети энергичнее и подвижнее взрослых [5].

Как уже было сказано, что в России более 700 тысяч детей принадлежат к группе инвалидов и лишь на некоторую часть будет направлена коррекционная работа, так как в России область работы с детьми-инвалидами отчасти является новинкой, а отчасти имеет низкую доступность. Одной из причин этого является то, что государственная система образования не имеет необходимых ресурсов. Но это не отменяет того, что дети-инвалиды нуждаются в коррекционной работе. На данный момент существуют различные программы социального обеспечения, в которые входят спортивные мероприятия, клиника, реабилитационный центр, секции и клубы, специализирующиеся на лицах с ОВЗ. Но, главной целью является обеспечение инвалидов возможностью заниматься спортом на постоянной основе. Ведь спорт – это условие для восстановления утраченного контакта с окружающей средой, а так же обществом, поддержка и восстановление здоровья. Среди инвалидов крайне популярны занятия адаптивной физической культурой еще и потому, что они имеют возможность отдохнуть, развлечься и пообщаться, а не только потому, что могут поддерживать или приобретать необходимую физическую форму[3].

Цель исследования – выяснить влияние адаптивного спорта и физической культуры на социальную адаптацию детей-инвалидов.

Задачи исследования:

- 1) изучить сущность адаптивной физической культуры и спорта;
- 2) выявить тенденции появления числа детей с ОВЗ;
- 3) провести опрос, направленный на выяснение отношения здоровых обучающихся к детям с ОВЗ и инвалидностью.

Методы исследования: анализ и обобщение специальной литературы, посвящённой адаптивной физической культуре и адаптивному спорту, наблюдение, опрос.

Для понимания того, как здоровые дети относятся к детям, имеющим отклонения, был проведен опрос на базе МБОУ СОШ №9 среди обучающихся 2-8 классов. Выбраны именно эти возрастные группы школьников, так как

большее количество детей с ОВЗ приходится на возраст от 8 до 14 лет. В опросе принимало участие 50 человек.

По данным опроса можно увидеть, что большее число 60% детей не сталкивались и не контактировали с детьми-инвалидами ранее. Дети, которые знают о том, кто такие дети с ОВЗ составляют всего 26% от числа всех респондентов. Так же 14% детей не имеют представления о том, кто такие дети с особенностями, не знают, приходилось ли им сталкиваться с такими детьми (Рис. 2).

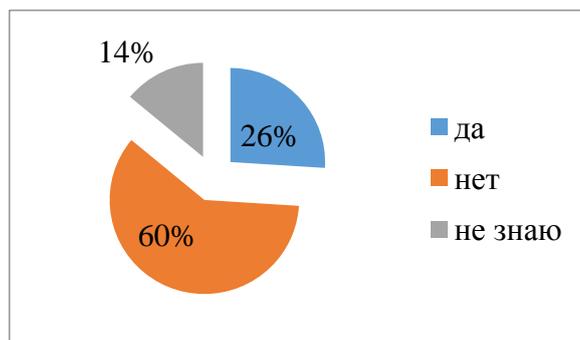


Рис. 2. Сталкивался ли ты в своей жизни с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья?

На вопрос «Как ты относишься к тому, если на уроках физкультуры с тобой совместно будут обучаться дети с ОВЗ?» 40% детей ответили, что они относятся к таким занятиям хорошо. Плохо относятся 12% детей, а остальные 48% не задумывались об этом (Рис. 3).

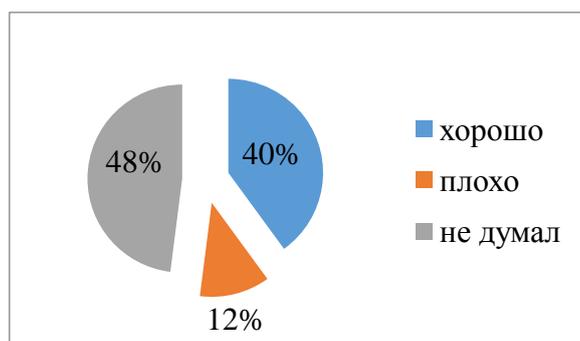


Рис. 3. Как ты относишься к тому, если на уроках физкультуры с тобой совместно будут обучаться дети с ОВЗ?

Далее, 36% здоровых детей считают, что дети с особенностями здоровья должны учиться в общеобразовательной школе. 40% детей считают, что дети-инвалиды должны учиться в специализированных учебных заведениях. Дети, которые не думали об этом или просто не знают составили 24% (Рис. 4).

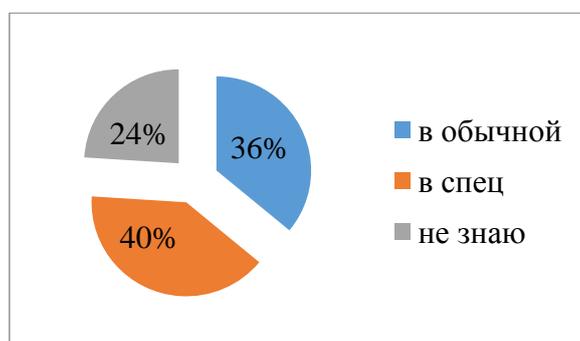


Рис. 4. Где, с твоей точки зрения, должны учиться дети с ОВЗ?

Практически половина обучающихся, а именно 46%, считают, что ничего плохого нет в том, что вместе с ними будет учиться особенный ребенок на уроках физической культуры. 4% детей считают, что ребенку с ОВЗ будет неудобно. 2% учеников думают, что над ребенком-инвалидом могут надсмехаться другие ученики. 8% детей дали ответ – «не знаю», а 40% вообще проигнорировали вопрос (Рис. 5).

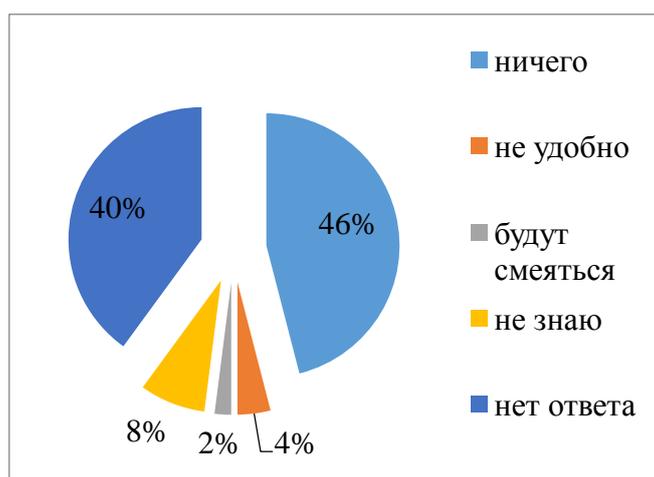


Рис. 5. Что плохого, по твоему мнению, в том, что ребенок с ОВЗ будет учиться с тобой рядом на уроках физкультуры?

На следующий вопрос 18 % детей ответили, что ничего хорошего нет в том, что особенный ребенок станет частью команды во время физической культуры. 10% детей считают, что ребенку с ОВЗ будет крайне интересно на таком уроке. 22% детей думают, что не здоровый ребенок будет лучше социализироваться, так как будет осознавать то, что он такой же, как и другие дети. Так же, 16% детей ответили, что особенный ребенок будет веселиться. «Не знаю» – ответили 6% детей, и 14% респондентов не ответили ничего (Рис. 6).

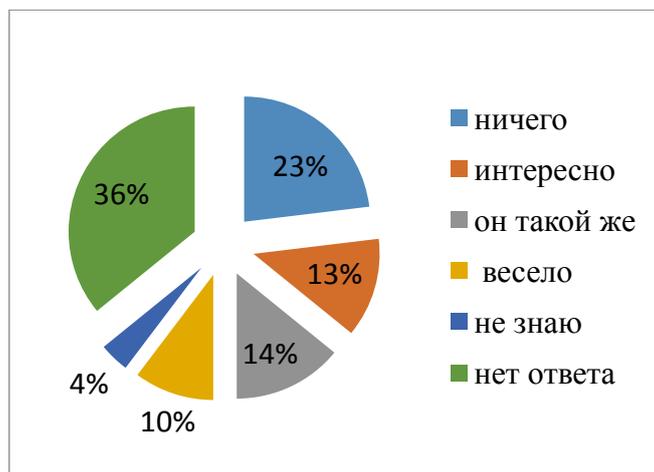


Рис. 6. Что хорошего, по твоему мнению, в том, что ребенок с ОВЗ будет учиться с тобой рядом на уроках физкультуры?

На совместное обучение с детьми-инвалидами согласны 60% здоровых детей, а это больше половины. 22% детей затрудняются ответить на этот вопрос, а не согласных на совместное обучение получилось 18% (Рис. 7).

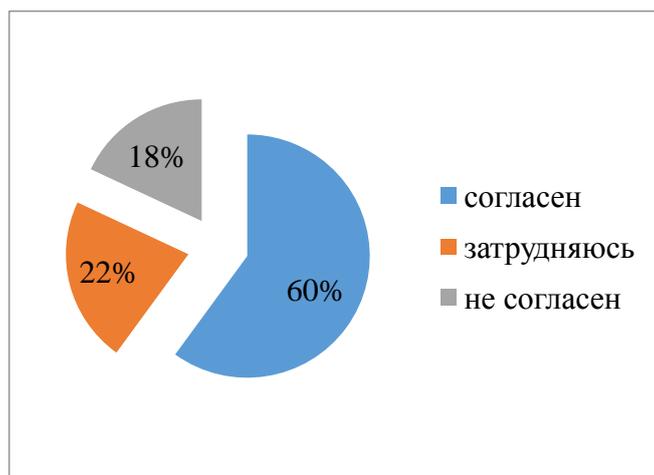


Рис. 7. Согласен ли ты на совместное обучение на уроках физкультуры с детьми с ОВЗ?

Таким образом, можно сделать выводы о том, что большинство здоровых детей готовы проводить время занятий физической культурой вместе с детьми-инвалидами. Некоторые дети даже не задумываются о том, что может возникнуть ситуация, когда в их классе появится ребенок с ОВЗ, потому что ранее они не сталкивались с такими детьми. Это происходит потому, что здоровым детям зачастую нет доступа в обычное среднеобразовательное учреждение и общественные пространства, где дети и дети с ОВЗ могли бы наладить контакт. Это происходит в виду отсутствия комфортной среды для жизнедеятельности, развлечений и учебы доступных детям-инвалидам.

Также, стоит заметить, что 52% школьников относятся положительно, с беспокойством о ребенке с ОВЗ, а не в негативном ключе. Статистика показывает, что из 50 учеников больше половины согласны на совместное обучение. Возможно, что если детям, которые имели затруднение с ответами или ответили в негативном ключе просто не хватает информации, а так же недостаток понимания проблемы в силу возраста.

Спортивные и оздоровительные мероприятия для детей школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья – это целый мир взаимоотношений, океан эмоций и чувств. Для них это и творческая деятельность, дающая возможность стремиться к совершенству, создавать свой стиль, неповторимый облик. Все это дарит им новые ощущения, позволяющие поднять самооценку и социализироваться в жизни. Поэтому каждому ребенку-инвалиду необходимо дать возможность заниматься адаптивной физической культурой, чтобы они могли осознать тот факт, что инвалидность, несмотря на всю трагичность, не является приговором для жизни в четырех стенах. Они увидят в занятиях физической культурой активное средство социально-психологической реабилитации, которое раскроет реальный уровень их жизненных возможностей, поможет обрести уверенность в своих силах и даст возможность принимать участие в активных спортивных мероприятиях, заставит больше уважать самих себя, научит недостающей самостоятельности, закалит организм и подарит здоровые эмоции, поможет преодолеть многие психологические барьеры. Таким образом, адаптивная физическая культура занимает особое место в системе комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов и дает им реальный шанс на активное участие в жизни общества. Так же, есть необходимость в просвещении здоровых детей на тему толерантности и терпимости к детям-инвалидам. Это предотвратит излишнее внимание или насмешки над особенным ребенком, что позволит ему чувствовать себя гораздо комфортнее в обществе.

Таким образом, адаптивная физическая культура и спорт способствуют положительному доброму отношению, взаимодействию на равных, сближают всех детей в процессе общения, учат сочувствию, взаимовыручке и взаимопониманию на уроках физической культуры посредством подвижных игр, совместных упражнениях. Все образовательные учреждения должны быть готовы к появлению у них особенного ребенка и дать ему возможность стать полноценной частью общества. Также есть необходимость внести изменения в систему образования, чтобы особенные дети могли иметь равную возможность участия в различных сферах жизни [6].

Список литературы

1. Брискин Ю.А., Евсеев С. П., Передерий А.В. Адаптивный спорт/ Брискин Ю.А., Евсеев С. П., Передерий А.В.// Учебное пособие. –г. Москва: Советский спорт, 2010 – С. 273-274.

2. Евсеева С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 т.: Содержание и методики адаптивной физической культуры и

характеристика ее основных видов/ Евсева С.П. Под общей ред. проф. – г. Москва: Советский спорт, 2005. – С. 29-32.

3. Навойчик А.И. Современные проблемы и перспективы развития адаптивной физической культуры: сб. науч. ст./ Навойчик А.И.; кол.: А. И. Шпаков, А. М. Полещук, А. И. Навойчик – г. Гродно: ГрГУ, 2012. – С.80-85.

4. Старостина А. В. Повышение двигательной активности обучающихся с ОВЗ / А. В. Старостина // Среднее профессиональное и высшее образование в сфере физической культуры и спорта: современное состояние и перспективы развития: Материалы Всероссийской науч.-прак. конф. (31 марта 2022 г.) – г. Челябинск: ФГБОУ ВО «Уральская Академия», 2022. – С. 106-109.

5. Старостина А. В. Повышение уровня развития младших школьников с ограниченными возможностями здоровья на уроках физической культурой / А.В. Старостина // Обзор педагогических исследований. 2021. Т. 3, № 7. – С. 185-190.

6. Старостина А.В., Старостина Ю.М. Проблемы организации занятий физической культурой со студентами с ограниченными возможностями здоровья / А.В. Старостина // Инновационные виды двигательной активности для лиц с ОВЗ и инвалидностью. Сборник научных статей Всероссийской научно-практической конференции. – Вологда, 2021. С. 76-80.

THE INFLUENCE OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ON THE SOCIAL ADAPTATION OF DISABLED CHILDREN

*A. Voltareva,
scientific supervisor: A. Starostina
Vologda State University*

Abstract. In this paper, the analysis of the influence of adaptive physical culture on the social adaptation of disabled children is carried out. In the first part of the work, general concepts and theoretical approaches to solving the problems of social adaptation of disabled children are touched upon, concepts for determining the functions of adaptive physical culture and its main directions are considered. Special attention is paid to the consideration of adaptive sports and its impact on people with disabilities. The second part of the paper describes the results of a research survey of healthy children about their attitude to children with disabilities. In this work, it was possible to identify a positive view of healthy children on communication with disabled children.

Keywords: children with disabilities, adaptive physical education, adaptive sports, socialization, disabled children.

РАЗВИТИЕ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У КАРАТИСТОВ ГРУПП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

А.В. Воронков, А.В. Мальков, В.А. Молодых

Белгородский государственный национальный исследовательский университет

Аннотация. В статье дается обоснование значимости скоростных способностей в карате и значимости развития этих способностей у детей 10-11 лет, занимающихся карате. Представлено описание методики, которая предполагает сочетание методов строго регламентированного упражнения, в частности повторного метода, с методами не строго

регламентированного упражнения, в частности игрового метода, на каждом тренировочном занятии. Эффективность методики подтверждается результатами тестирования, которые свидетельствуют о достоверном приросте показателей, отражающих элементарные формы проявления быстроты, а также в показателях комплексного проявления скоростных способностей.

Ключевые слова: карате, каратисты групп начальной подготовки, скоростные способности, развитие скоростных способностей у каратистов.

Введение. Карате является одним из наиболее известных во всем мире единоборств. Этот вид искусства имеет древнюю историю и глубокие традиции. С прошлого века карате формируется как вид спорта, по которому проходят соревнования самого различного уровня. С 2020 года карате вошло в программу олимпийских игр. Высокая популярность этого вида спорта предопределяет поиски путей повышения эффективности тренировочного процесса. Анализ соревновательной деятельности, а также анализ нормативных документов показывает, что наиболее важным качеством для успешной соревновательной деятельности в карате является быстрота [4]. Это объясняется особенностями соревновательной деятельности. Так, например, в отличие от контактных видов единоборств, в карате запрещено нанесение ударов в полный контакт в голову и шею. У детей в соревнованиях по кумите запрещен любой контакт в голову или шею. При этом эффективности удара, помимо прочих составляющих, «определяется мощностью и скоростью техники» [2]. Очевидно, что преимущество в соревнованиях по карате имеет тот спортсмен, который обладает высокими показателями скоростных способностей. Надо отметить, что скоростные способности, по мнению большинства специалистов, трудно поддаются развитию. Их сложно развить в зрелом возрасте, а наибольший прирост показателей скоростных способностей при целенаправленном на них воздействии наблюдается в период сенситивности, который для мальчиков находится в диапазоне 10-12 лет [1, 3]. Учитывая, что набор в группы начальной подготовки в карате для спортивной дисциплины «кумите» осуществляется с 10 летнего возраста [4], очевидным является необходимость акцентированного развития скоростных способностей юных каратистов.

В связи с вышеизложенным, целью нашего исследования стала разработка и обоснование методики физической подготовки каратистов 10-11 лет, эффективной для развития скоростных способностей.

Методы и организация исследования. На базе детско-юношеской спортивной школы был организован педагогический эксперимент, который длился в течение шести месяцев. В эксперименте участвовали 12 мальчиков, занимающихся в секции карате в группе начальной подготовки. Возраст участников эксперимента 10-11 лет. Занятия проходили 3 раза в неделю и длились по 1,5 часа. На каждом занятии основной объем отводился на физическую подготовку – около 60% всего тренировочного времени. Около 30% тренировочного времени отводилось на техническую подготовку. Данное распределение нагрузки соответствует требованиям стандарта спортивной

подготовки [4]. Учитывая значимость скоростных способностей для достижения успеха в соревновательной деятельности в карате, а также благоприятные условия для развития этих способностей у мальчиков в возрасте 10-11 лет, в ходе занятий реализовывалась методика, предполагающая целенаправленное воздействие на развитие скоростных способностей. Особенностью методики было сочетание методов строго регламентированного упражнения, в частности повторного метода, с методами не строго регламентированного упражнения, в частности игрового метода.

В рамках повторного метода использовались упражнения, способствующие развитию элементарных форм проявления быстроты, а также упражнения, требующие комплексного проявления скоростных способностей. К элементарным формам проявления быстроты относятся различные виды реакции, быстрота одиночного движения и частота движений. Для развития реакции использовались упражнения, предполагающие выполнение заранее известного простого действия (например, удара) по сигналу. С помощью этих упражнений оказывалось воздействие на развитие простой двигательной реакции. Также для улучшения показателей реакции выбора использовались задания, при которых по одному сигналу дети должны были выполнять одно заранее оговоренное действие (например, удар правой рукой), а по другому сигналу – другое заранее оговоренное действие (например, удар левой рукой). Перечень упражнений, выполняемых по сигналы, предполагал периодическое изменение заданий и основывался на освоенных детьми технических элементах карате. Упражнения выполнялись фронтальным методом одновременно со всеми занимающимися. Продолжительность выполнения данного вида заданий была незначительной. Как правило, после 10-15 повторений, направленных на развитие реакции, следовали упражнения для развития других форм быстроты. Для развития быстроты одиночного движения широко применялся метод сопряженного воздействия. При освоении техники какого-либо элемента, он сначала выполнялся в медленном темпе, потом темп увеличивался, доходя до максимального. Продолжительность выполнения упражнений для развития скорости одиночного движения также была невысокой. Выполнение технических действий с максимальной скоростью происходило не более чем в 10 повторениях. Отдельно в качестве заданий использовались упражнения, предполагающие развитие способности к частоте движений. При этом подбирались технические действия из арсенала карате (удары руками или ногами, блоки и т.п.) или другие, освоенные детьми, двигательные акты (всевозможные махи ногами, работа с предметами, например, с мячом и т.п.). Например, необходимо выполнить за определенное время максимальное количество прямых ударов руками. Продолжительность выполнения упражнений с максимальной частотой находилась в диапазоне 6-10 секунд. Выполнялось по 3 подхода с интервалом отдыха до 2х минут.

Также в рамках повторного метода использовались упражнения, предполагающие комплексное проявление скоростных способностей. Это, например, выполнение ускорений из различных исходных положений по

сигналу, всевозможные эстафеты. Для проявления максимальной быстроты в этих упражнениях использовался соревновательный метод, который предполагал одновременное выполнение несколькими участниками. При этом, целью каждого было обогнать соперника.

На каждом тренировочном занятии для развития скоростных способностей использовались специально подобранные подвижные игры, которые способствуют развитию как элементарных, так и комплексных форм проявления быстроты. Игры, включающие в себя бег, прыжки, метания, реагирование на сигнал, смену задания по сигналу, игры с мячом, предполагающие как контакт с мячом, так и уклонение от летящего мяча и т.п.

Общее время целенаправленного воздействия на развитие скоростных способностей на каждой тренировке, включая упражнения, выполняемые фронтальным методом, эстафеты и подвижные игры, составляло около 30 минут.

Результаты исследования. До начала и после окончания эксперимента юные каратисты участвовали в тестировании, в ходе которого определялись показатели различных скоростных способностей. Среди тестов надо отдельно выделить тесты, направленные на оценку комплексных форм проявления скоростных способностей и тесты, направленные на оценку элементарных форм проявления быстроты. Первая группа тестов предполагала испытания, которые включены в содержание комплекса ГТО для определения скоростных способностей, а именно бег на 30 метров и челночный бег 3 по 10 метров. Вторая группа тестов предполагала определение быстроты простой двигательной реакции и реакции выбора с помощью компьютерного тестирования, а также выполнение серии ударов за 10 секунд для оценки такого показателя быстроты, как скорость одиночного движения и частота движений. Результаты тестирования отражены в таблице.

Табл. 1. Сравнение результатов предварительного и итогового тестирования в экспериментальной группе

Виды контрольных испытаний	До эксперимента	После эксперимента	t	P
	X ± m	X ± m		
Бег на 30 м, (сек.)	5,9±0,2	5,3±0,2	2,3	< 0,05
Челночный бег 3x10 м, (сек)	8,9±0,3	8,1±0,2	2,4	< 0,05
Время простой двигательной реакции, (мс)	310±14	275±13	2,2	< 0,05
Время реакции выбора, (мс),	492±16	453±15	2,2	< 0,05
Количество ударов за 10 секунд, (кол-во раз)	24,5±1,8	28,2±1,5	2,5	< 0,05

Из таблицы 1 видно, что достоверный прирост произошел во всех тестах отражающих проявление скоростных способностей. Это относится как к элементарным формам проявления быстроты (об этом свидетельствуют такие тесты как бег на 30 метров и челночный бег), так и к комплексному проявлению скоростных способностей (об этом свидетельствуют тесты для определения скорости двигательной реакции и частоты движений).

Вывод. Учитывая значимость скоростных способностей для достижения успеха в соревновательной деятельности в карате, а также благоприятные условия для развития этих способностей у мальчиков в возрасте 10-11 лет, целесообразно у каратистов групп начальной подготовки на каждом тренировочном занятии оказывать целенаправленное воздействие на развитие скоростных способностей.

Учитывая разнообразие форм проявления скоростных способностей, а также то обстоятельство, что различные формы быстроты могут быть слабо взаимосвязаны, нужно подбирать средства и методы, которые отдельно воздействуют на развитие конкретных видов скоростных способностей. Сочетание методов строго регламентированного упражнения, в частности повторного метода, с методами не строго регламентированного упражнения, в частности игрового метода, позволяет эффективно воздействовать на развитие как элементарных форм проявления быстроты, так и на комплексное проявление скоростных способностей.

Список литературы

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры) [Текст] Учеб. для ин-тов физ. культуры. / Л.П.Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
2. Правила соревнований по каратэ [Электронный ресурс]: Федерация каратэ России – Режим доступа: <http://ruswkf.ru/pravila-sorevnovanij-po-karate/>
3. Теория и методика физической культуры [Текст]: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф.Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.
4. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «всестилевое каратэ», утвержден приказом Минспорта России № 128 от 24 февраля 2022 [Электронный ресурс]: Информационно-правовой портал ГАРАНТ.РУ – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403725836/>

THE DEVELOPMENT OF HIGH-SPEED SKILLS IN KARATE GROUPS OF INITIAL TRAINING

A. Voronkov, A. Malkov, V. Molodykh.

*Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education
"Belgorod State National Research University"*

Abstract. The article substantiates the importance of speed abilities in karate and the importance of the development of these abilities in children aged 10-11 years engaged in karate. A description of the methodology is presented, which involves a combination of methods of strictly regulated exercise, in particular the repeated method, with methods of non-strictly regulated exercise, in particular the game method, at each training session. The effectiveness of the methodology is confirmed by the results of testing, which indicate a significant increase in indicators reflecting elementary forms of manifestation of speed, as well as in indicators of complex manifestation of speed abilities.

Keywords: karate, karatekas of initial training groups, speed abilities, development of speed abilities in karatekas.

ИССЛЕДОВАНИЕ ВОПРОСА УВЕЛИЧЕНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ПЛОВЦОВ В СОВРЕМЕННОМ ПЛАВАНИИ

Н.С. Гаврилова

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Представленная статья посвящена изучению различных вопросов, возникающих в современном плавании: повышение продуктивности тренировок, способы и методы развития отдельных техник плавания, проведение оценки исполнения пловцами различных действий в рамках тех или иных техник, модификация программы проведения тренировочных циклов, использование современных технологий в плавании (в том числе для подготовки спортсменов элитного уровня) и т.д. Также в материале рассматриваются отдельные моменты, имеющие прикладной аспект: тренировки с детьми разного возраста и освоение ими различных техник плавания и выполнения упражнений, проведение и эффективность мероприятий, направленных на оздоровление и т.д.

Ключевые слова: проблемы современного плавания, эффективность (результативность) проведения тренировок, тренировочная программа, спортивные результаты.

Плавание представляет собой особую спортивную дисциплину. Как и бег, этот вид спорта связан с преодолением определённых расстояний. И чем меньше времени спортсмен затрачивает на выполнение данной задачи, тем лучше его фактический результат. Международный олимпийский комитет производит разграничение отдельных видов плавания (водного спорта) на:

спортивное плавание; водное поло; прыжки в воду; синхронное плавание.

Главным учреждением мирового масштаба, организующим крупные турниры и чемпионаты (с 1973 года) является Международная федерация плавания. На Европейском континенте соревнования проводятся с 1926 года под эгидой Лиги европейского плавания.

В соответствии с официальной терминологией, выделяют следующие средства обучения плаванию:

- общеразвивающие (при этом тренировочные выполняются не только непосредственно в воде, но и на суше);
- подготовительные (выполнение упражнений в воде);
- специальные физические упражнения (также выполняются и на суше, и в воде).

Отдельный акцент в ныне существующих нормативных документах делается на нахождение под водой (проныр) во время спортивного плавания (при проведении соревнований). Принятые правила говорят о том, что спортсмен имеет право проплыть под водой максимум 15 метров после старта или поворота (при необходимости прохождения нескольких бассейнов на дистанции). Раньше таких ограничений не существовало, но спортивные аналитики обратили внимание на то, что многие участники международных спортивных состязаний стали часто использовать проныр для получения преимущества над конкурентами. Как правило, чем большее расстояние проплывает человек под водой, тем быстрее ему удаётся пройти всю дистанцию.

Подобные и другие проблемы, представленные в плавании в наше время, подлежат довольно активному обсуждению со стороны учёных. Нередко можно встретить различные научные труды, посвящённые решению тех или иных спорных вопросов. Различные статьи и книги могут быть очень полезны практикующим специалистам – самим спортсменам, и, главным образом, их тренерам. В частности, Погребной А.И. и соавторы в своей работе [6] указывают на необходимость проведения доскональных измерений и детального анализа движений в плечевом суставе пловцов. По мнению авторов, это поможет улучшить эффективность подготовки спортсменов, оценить технику и правильность выполнения отдельных движений, а также свести к минимуму риск возникновения травм плечевого сустава.

Несмотря на относительную безопасность водных видов спорта (в сравнении с командными или контактными) подобные травмы представляют собой довольно частое явление, встречающееся не только среди профессионалов с большим опытом, но и среди детей, занимающихся плаванием. Причина, как бы это банально не звучало, состоит в непосредственном тренировочном процессе. И только достоверное оценивание различных данных, детальное изучение действий и техники пловца при выполнении упражнений позволяют понять, что для него работает и даёт результат, а что, наоборот, является крайне нежелательным и даже может привести к получению травмы.

Исследования показывают, что, к сожалению, обучение начинающих пловцов в большинстве случаев далеко от идеала. Текущая ситуация такова, что техника выполнения разминочных упражнений (даже тех, что производятся на суше) отслеживается крайне редко, ей уделяется недостаточно внимания со стороны тренеров (или часто не уделяется вовсе). То же самое можно сказать и

о проведении упражнений по восстановительной программе. Это приводит к неправильной работе суставов, что очень негативно влияет на физическое состояние и здоровье спортсменов и, естественно, провоцирует травмы в период проведения интенсивных тренировок с большими нагрузками при подготовке к турнирам или непосредственно в период самих соревнований.

Булгаков Н.Ж. и др. [1] указывают на крайнюю необходимость обучения и постоянного повышения квалификации тренеров, преподавателей. Необходимо также совершенствование информационных материалов, научно-методического обеспечения обучения плаванию, развитие системного и детального подхода к тренировочному процессу (даже в случае работы с пловцами элитного уровня). В настоящее время материалов для этого масса: множество различных книг, статей, аудиокниг, видеороликов и т.д. Все они вполне способны помочь тренерам и самим спортсменам обратить внимание на собственный подход к работе и, соответственно, повысить продуктивность и безопасность тренировок.

Отдельный акцент стоит сделать на использовании в рамках спортивной подготовки современного оборудования. Это могут быть специальные тренажёры на суше или гидроканал в воде, который позволяет получать текущие данные о физиологических, биохимических и биомеханических параметрах. Широкое распространение получили и гидрокостюмы. Также необходимыми мерами считаются:

- проведение (на постоянной основе) анализа состояния спортсменов посредством медико-биологических и/или психологических измерений с использованием соответствующей аппаратуры;

- корректировка техники плавания за счет применения современного оборудования и технологий (например, детальная съёмка с воздуха и под водой). Это позволит детально проанализировать и разобрать с воспитанниками или профессиональными пловцами те или иные ошибки, обратить их внимание на значимые факторы и т.д.

Все указанное призвано помочь тренерам и сделать их работу более эффективной (вместо постоянных криков с бортика теперь можно выделить одно занятие на разбор типовых ошибок, что даст гораздо более высокий результат как в краткосрочной, так и в долгосрочной перспективе).

Соломатин В.Р. обращает внимание на модельные характеристики и нормативные требования к подготовке высококвалифицированных пловцов, также вводит понятие специальной работоспособности [1]. В работе [9] авторы (Солопов И.Н., Авдиенко В.Б., Фомиченко Т.Г. и др.) говорят о существующей взаимосвязи между результатами, демонстрируемыми спортсменами, и условиями специальной физической подготовки и функционального статуса (для пловцов в возрасте 15-17 лет).

Иванов А.И. [5] подчёркивает необходимость выставления акцента на тренировочной деятельности и соответствующего повышения количества времени, отводимого на неё. Автор приводит размышления о вредных

последствиях некорректной работы, способах исправления техники, повышении эффективности процесса тренировок.

В.Д. Волков [3] сравнивает уровень развития плавания как спорта в России с его состоянием в других ведущих государствах мира и отмечает довольно высокие перспективы наших детско-юношеских спортивных школ. Вместе с тем, он говорит о такой проблеме, как отсутствие продуманной дополнительной подготовки юниоров, которая позволила бы быстрее и эффективнее вывести их на мировую арену. По его мнению, необходимыми являются следующие шаги:

- сохранение существующих, прошедших проверку временем организационно-методических решений, что позволит стабилизировать уже достигнутые в детско-юношеском спорте результаты;

- использование новых современных форм и методов подготовки элитных пловцов.

Рекомендации к организации процесса обучения плаванию школьников младшего возраста представлены в работах Петрова А.В., Шевыревой Е.Г., Архиповой Д.Н. Они указывают на необходимость использования в процессе тренировок самостоятельных занятий (на спортивно-оздоровительной стадии), что увеличит уровень ответственности юных пловцов и сформирует у них личностный подход к тренировкам. По истечении небольшого количества преподаватель сможет выбрать учеников с максимальным потенциалом и отсеять тех, с кем высоких результатов добиться не получится.

Физкультура и спорт. Современные реалии таковы, что на первый план выходит общая физическая и психологическая подготовка юных спортсменов, их собственная мотивация к обучению и тренировкам.

В работе [6] Овечкин Д.Г. и Сазонова И.М. отмечают высокую степень актуальности и продуктивности регулярных занятий плаванием среди курсантов Министерства внутренних дел. Мостовая Т.Н. и соавторы [2] подчёркивают, что оздоровительное плавание в ВУЗах имеет важнейшую роль в поддержании и укреплении здоровья студентов, в улучшении их умственной и физической активности, позитивно влияет на их разностороннее развитие.

Действительно, во время плавания у человека активно работает буквально весь организм, поскольку в процесс вовлечены практически все группы мышц. Положительным следствием являются [4]:

- потеря лишнего веса;
- рост мышечной массы;
- увеличение силы;
- укрепление мышечных связок;
- увеличение объема лёгких;
- повышение работоспособность сердца;
- интенсификация работы аппарата.

Пожалуй, ключевым вопросом становится вопрос о выстраивании процесса тренировок (особенно при работе с опытными профессионалами) с применением современных методик и средств. В основе данной проблемы лежит специальная работоспособность спортсменов и различные подходы к ее

формированию. Тут имеют значение множество факторов, таких как: стиль плавания, длина дистанции, специализация пловца и т.д. Все это определяет вариативность при разработке и реализации различных тренировочных программ.

Анализ мирового водного спорта показывает, что в настоящее время уровень конкуренции стал существенно выше. Вместе с тем, очевидна и нехватка профессионалов элитарного уровня. По сути, это и указывает на существующие недостатки в системе профессиональной подготовки пловцов и на необходимость совершенствования подходов к тренировкам и использования современных средств и оборудования.

Особую важность приобретает учёт биологических показателей, который позволит четко выстроить индивидуальную программу тренировок и подобрать оптимальные программы и оборудование [12].

Нужно понимать и в обязательном порядке учитывать как общие закономерности, так и индивидуальные особенности каждого отдельно взятого пловца, поскольку в процессе тренировок происходит постоянная адаптация организма к физическим нагрузкам, воздействиям, его перестройка.

Важным критерием успешности проведения тренировок и осуществления программ подготовки спортсменов служит показатель оценки специальной работоспособности, которому посвящён ряд научных работ. Много времени проблеме продуктивности посвятили Мозжухина (1982), Аулика (1990), Иорданская (1993) и Хохлова (1996), а также ряд других авторов. Они пришли к выводу о том, что базовым элементом для развития специальной работоспособности является конкретный биологический механизм. Именно он обеспечивает постоянное индивидуальное приспособление организма человека (адаптацию) к периодическим физическим нагрузкам (как повторным, так и интервальным) в рамках тренировочной деятельности. Авторы показали прямую взаимосвязь между показателями специальной работоспособности и результатами тренировок, т.е. с фактически реализованными нагрузками на спортсменов.

В работах по изучению специальной работоспособности Е.А. Ширковец (1978, 1996, 2001), С.Е. Павлов (1999), С.В. Черенина (1999, 2001) и др. произвели систематизацию отдельных тренировочных упражнений, учитывающую:

- уровень индивидуального развития пловцов;
- аэробную и анаэробную производительности их организмов;
- необходимость достижения срочного эффекта.

На сегодняшний день методов увеличения специальной работоспособности относительно много. Среди них представлены как традиционные, так и инновационные. В качестве примера можно отметить способ, в котором оценка состояния спортсмена производится с помощью кардиографии. Ее результаты позволяют найти и оптимизировать пути повышения эффективности индивидуальных тренировок.

В работах Усаковой Н.А. и Гилязовой В.Б. (1993) детально описан методологический базис для применения контрольных тестов, служащих для определения уровня специальной работоспособности пловцов.

Стоит отметить и тот факт, что современный век предлагает изобилие различных цифровых и информационных технологий во всех сферах жизни. Спорт не стал исключением. И это, как отмечают В.В. Клешнев, И.В. Клешнев, А.В. Петряев, нашло свое отражение в профессиональной подготовке и обучении пловцов и сыграло заметную роль в совершенствовании тренировочного процесса, повышении его эффективности и результатов спортсменов.

В заключение отметим, что анализ, проведенный нами в отношении актуальных вопросов развития плавания, указывает, в целом, на положительную динамику развития данного вида (регулярные тренировки, продуктивность оздоровительных мероприятий, доступность плавания для людей разного возраста и т.д.). Особое внимание уделяется прикладным аспектам спортивной подготовки пловцов. Вместе с тем, имеется ряд проблем, которые нельзя обойти стороной. Наша перспективная задача сводится к тому, чтобы исследовать возможные пути их решения.

Список литературы

1. Булгакова Н.Ж. Плавание в 21 веке – прогнозы и перспективы / Н.Ж. Булгакова, О.И. Попов, Л.И. Партыка // Теория и практика физической культуры. №4-02. 2021. С. 44-49.

2. Белова В.А. Личностно-ориентированный подход в рамках занятий физической культурой в вузах / В.А. Белова, Ю.В. Соболев // Вызовы современности и стратегии развития общества в условиях новой реальности. Сборник материалов Международной научно-практической конференции. Москва, 2021. С. 34.

3. Волкова В.Д. Современное состояние и пути развития плавания в России. Краснодар: АКВА, 2021. 86 с.

4. Гесслер А.Ю. Влияние плавания на здоровье человека / А.Ю. Гесслер, Д.С. Приходов, Е.И. Малыгин // Молодой учёный. 2020. №23 (313). С. 674-676.

5. Иванов А.И. Современные проблемы в тренировке элитных пловцов // Вестник КрасГау, 2020. №6. С. 21-28.

6. Овечкин Д.Г. Процесс совершенствования подготовки пловцов к выступлению на чемпионате образовательных организаций системы МВД по плаванию / Д.Г. Овечкин, И.М. Сазонова // Современные проблемы науки и образования. 2015. №4. С.44.

7. Погребной А.И. Современные мировые тенденции в спортивном плавании (обзор зарубежной литературы) / А.И. Погребной, И.О. Комлев, А.В. Аришин // Физическая культура, спорт. Наука и практика. 2017. №3. С.101-105.

8. Петров А.В. Психолого-педагогические особенности деятельности тренера-преподавателя на этапе начальной подготовки по виду спорта

«плавание» / А.В. Петров, Е.Г. Шевырева, Д.Н. Архипова // Современные проблемы науки и образования. 2022. №2. С. 12-18.

9. Соболев Ю.В. Организация тренировочного процесса пловцов в домашних условиях / Ю.В. Соболев, Т.В. Ковалева // Современные методические подходы к преподаванию дисциплин в условиях эпидемиологических ограничений: сб. ст. по мат. учеб.-мет. конф. Краснодар, 2021. С. 348-351.

10. Соломатин В.Р. Модельные характеристики и нормативные требования специальной работоспособности высококвалифицированных пловцов // Вестник спортивной науки. 2019. №7. С. 27-31.

11. Тихвинский С.Б., Бобко Я.И., Красиков А.Ф., Русов А.К. Развитие выносливости у юных пловцов/ Физическая характеристика и методы определения выносливости в спорте. М.: Физкультура и спорт.

12. Вайцеховский С.М. Система спортивной подготовки пловцов к Олимпийским играм: автореф. дис. д-ра пед. н. М., 1985.

13. Гасилин С.С., Кашкин А.А. Возрастная динамика дистанционной подготовленности у юных пловцов 11-16 лет: мат. 2-ой межд. науч.-практ. конф. Плавание: исследование, тренировка, гидрореабилитация / под ред. А.В. Петряева и И.В. Клешнева. СПб., 2003.

PROBLEMS OF INCREASING THE WORKABILITY OF SWIMMERS UNDER THE CONDITIONS OF MODERN SWIMMING

N. Gavrilova

*National Research Lobachevsky State University
of Nizhny Novgorod, Nizhny Novgorod, Russia*

Abstract. The presented article is devoted to the study of various issues that arise in modern swimming: increasing the productivity of training, ways and methods of developing certain swimming techniques, assessing the performance of swimmers in various actions within the framework of certain techniques, modifying the training cycle program, using modern technologies in swimming (in including for the training of elite level athletes), etc. Also, the material discusses certain points that have an applied aspect: training with children of different ages and their mastering various swimming techniques and exercises, the implementation and effectiveness of activities aimed at improving health, etc.

Keywords: problems of modern swimming, effectiveness (efficiency) of training, training program, sports results.

К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Ф.И. Гибазов, И.Е. Коновалов

*Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма*

Аннотация. Выносливость определяет способность к эффективному выполнению упражнения, преодолевая возникающее утомление. Достижение высокого уровня

специальной выносливости волейболистов возможно при комплексном совершенствовании скоростной, силовой, прыжковой и игровой выносливости. Высокий уровень специальной выносливости в свою очередь способствует одержанию победы в длинных партиях и соответственно в продолжительных матчах, выполняя качественные атакующие и защитные действия, в том числе сохраняя на протяжении всего поединка максимальную высоту прыжков, всё это зависит от уровня развития у волейболистов специальной выносливости.

Ключевые слова: волейбол, развитие, специальная выносливость, развитие выносливости.

Введение. Современный спорт, в том числе спортивные игры, характеризуется высокими нагрузками во время соревнований и требует значительной физической подготовленности спортсменов [2].

В 2001 году Международная федерация волейбола внесла существенные изменения, и дополнения в правила игры, чтобы повысить зрительскую привлекательность соревнований. Новые правила игры побуждают спортсменов расширять спектр технико-тактических действий и поддерживать высокую интенсивность соревновательной деятельности на протяжении всей игры. Это предъявляет значительно более высокие требования к физической подготовленности волейболистов, в частности такого физического качества как выносливость, поскольку недостаточный ее уровень негативно скажется как на овладении технико-тактическими навыками, так и на эффективности соревновательной деятельности [1,3].

Таким образом, в современном волейболе выносливость, особенно специальная, приобретает особое значение в связи с расширением диапазона игровых нагрузок и увеличением интенсивности игры, что требует от спортсмена приложения максимальных физических усилий в ситуациях, которые быстро меняются на игровой площадке.

В связи с этим *целью исследования* является определить возрастную динамику показателей специальной выносливости у волейболистов.

Методы и организация исследования. В своем исследовании мы использовали следующие методы: анализ и обобщение научно-методической и специальной литературы, педагогическое наблюдение за тренировочной и соревновательной деятельностью, анализ рабочих планов, методы математической статистики.

Исследование проводилось на базе СШОР «Юность» г. Казани и в СШ «Олимп» г. Мамадыш. В исследовании приняли участие 65 волейболистов в возрасте 13-18 лет.

Результаты исследования и их обсуждение.

Анализ игровой деятельности показал, что она состоит из кратковременного чередования активных рабочих фаз с максимальной интенсивностью и относительно (пассивных) кратковременных пауз отдыха. В таблице представлены показатели структуры игровой деятельности волейболистов, в динамике трех возрастных групп.

Табл. 1. Показатели структуры игровой деятельности волейболистов

№	В одном наборе	13-14 лет	15-16 лет	17-18 лет
1	Активная фаза (с)	12,5±4,5	8,1±0,65	7,9±0,04
2	Пассивная фаза (с)	9,4±3,96	7,0±0,25	6,50,25
3	Количество прыжков	12±0,1	20±0,12	25±0,8
4	Количество падений	7 ± 4.4	1.1 ± 5.2	16 ± 6.3
5	Количество ускорений	19±1,1	28±0,12	32±0,1
6	Количество серверов на одного игрока	2,3±02,21	5,2±0,3	6,97±0,41
7	Количество пасов одного игрока	2,6±0,5	6,1±0,2	7,4±0,31
8	Количество приемов снизу одним игроком	4,3±2,21	7,5±2,34	8,2±2,5
9	Количество приемов сверху одним игроком	2,1 ±1,4	5,3 ±3,4	6,7 ±1,8
10	Количество блоков одним игроком	3,1±0,3	7,8±0,2	8,0±0,65

Наблюдениями установлено, что у волейболистов более высокого класса средняя активная фаза составляет 12,5 с, в то время как с начинающих она уменьшается до 7,9 с, а пассивная – с 9,4 с до 6,5 с. Во время игры, в зависимости от количества сыгранных сетов, рабочая фаза повторяется 185-360 раз. При этом средняя продолжительность отдельных периодов интенсивной мышечной активности составляет 52,3 секунды. Большое количество прыжков и ускорений является основной характеристикой двигательной соревновательной деятельности в волейболе. Так среднее количество прыжков в сете с увеличением возраста достигает – 25±7,4 раз. Большое значение стандартного квадратичного отклонения указывает на то, что разные игроки по-разному загружены прыжками в течение одного сета.

Прыжковая нагрузка вблизи сетки зависит от специализации нападающего. В третьей зоне большинство прыжков выполняется для имитации или выполнения удара или блока. Кроме того, важно отметить тактику выбора спайкера сеттером для завершения атаки. Другие исследования также указывают, что количество прыжков в наборе может колебаться в большом диапазоне, от 11 до 25 прыжков.

При совершенствовании выносливости (скоростной, прыжковой, силовой) и других физических качеств, необходимых для выполнения нападающих ударов, особое внимание следует уделять развитию силы разгибателей голени, бедра и туловища, прыгучести, координационным способностям (особенно в безопорном положении), быстроты стартовой реакции, и быстроты преодоления коротких отрезков. Средства, используемые для совершенствования специальной физической подготовленности должны обеспечивать оптимальную взаимосвязь уровня физического и

функционального состояния, а также технико-тактическую подготовку в их рациональном сочетании, что дает возможность эффективно решать задачи тренировочного процесса. Анализ факторов определяющих проявление конкретного вида выносливости позволит подобрать наиболее эффективную методику, обеспечивающую в достаточной степени соответствия специфическим требованиям тренировочной и соревновательной деятельности.

Выводы.

Анализ литературных источников показывает, что методы развития и контроля специальной выносливости в тренировке юных волейболистов разных возрастных групп недостаточно разработаны, особенно в годичном цикле тренировок. Результаты исследования показывают, что рост мастерства юных волейболистов во многом обусловлен повышением уровня специальной выносливости, при этом важную роль в этом играет эффективная система контроля и развития. Специальная выносливость волейболистов характеризуется комплексом основных специальных физических качества и функциональные возможности, необходимые для выполнения технико-тактических действий в процессе тренировок и соревнований с высокой эффективностью и экономичностью.

Список литературы

1. Ашмарин, Б.А. Теория и методика физического воспитания: учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов / Б.А. Ашмарин, М.Я. Виленский, К. Х. Грантынь [и др.]; под ред. Б.А. Ашмарина. – Москва: Просвещение, 2010. 35 с.
2. Данилова, Г.Р. Теория и практика волейбола: краткий курс: учебное пособие. – 2-е изд., стереотип / Г.Р. Данилова, Е.В. Невмержицкая, И.Е. Коновалов, К.А. Баранова, В.А. Макаров. – Казань: Отечество, 2020. – 195 с.
3. Клещев, Ю.Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям / Ю.Н. Клещев. – Москва: ТВТ Дивизион, 2009. 208 с.
4. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – Москва: Академия, 2002. 480 с.

TO THE QUESTION OF THE DEVELOPMENT OF SPECIAL ENDURANCE OF VOLLEYBALL PLAYERS

F. Gibazov, I. Konovalov

Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism

Abstract. Endurance determines the ability to effectively perform the exercise, overcoming the resulting fatigue. Achieving a high level of special endurance of volleyball players is possible with the comprehensive improvement of speed, strength, jumping and game endurance. A high level of special endurance, in turn, contributes to winning in long games and, accordingly, in long matches, performing high-quality attacking and defensive actions, including maintaining the maximum height of jumps throughout the match, all this depends on the level of development of special endurance in volleyball players.

Keywords: volleyball, development, special endurance, endurance development

ВЫСТУПЛЕНИЕ РОССИЙСКИХ ПЛОВЦОВ НА КРУПНЕЙШИХ МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ С 2015 ПО 2020 ГОД

С.А. Гликман

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Проанализировать выступление российских пловцов на крупнейших международных соревнованиях. Оценить уровень выступления на индивидуальных дистанциях, а также в эстафетах. Цель исследования: отследить динамику результатов российских пловцов на международной арене.

Ключевые слова: плавание, соревнования, анализ, выступления спортсменов, сборная России по плаванию.

В России плавание – очень популярный и развитый вид спорта, но вот выступления на международной арене оставляют желать лучшего. Давайте попробуем разобраться какие результаты у наших спортсменов за последние годы и попробуем найти корень этой проблемы.

Начнем анализ выступления наших спортсменов с чемпионата мира по водным видам спорта в 2015 году, который прошел в России (Казань). Было разыграно 42 комплекта наград. Перейдем сразу к итогам. На дистанции 200м на спине бронзовую медаль завоевал Евгений Рылов. В эстафете 4 по 100м вольным стилем наши мужчины заняли второе место. Эстафеты всегда были сильной стороной российских сборных команд. Среди женщин единственную золотую медаль сборной России на этих соревнованиях завоевала Юлия Ефимова на дистанции 100м брасс. Юлия всегда выступала на высоком уровне, но ей никак не удавалось победить на этой дистанции. Также Юлия Ефимова принесла бронзу в нашу копилку на дистанции 50м брассом. Сборная России заняла 11 место в общем медальном зачете с 1 золотой, 1 серебряной и 2 бронзовыми медалями.

Далее в 2016 году прошла Олимпиада в Бразилии (Рио-де-Жанейро). Золотых медалей нашим спортсменам принести не удалось. Евгений Рылов снова оказался третьим, всё на той же дистанции 200м на спине. На дистанции 200м брасс бронзу принес Антон Чупков с национальным рекордом 2:07.70. На дистанциях 100 и 200м брасс Юлия Ефимова завоевала бронзовые медали. Как итог, Сборная России оказалась на 16 месте в общем зачете, показав не лучшее выступление, не завоевав ни одной золотой медали. Две бронзы и два серебра.

В 2017 году вновь прошел чемпионат мира по водным видам спорта в Венгрии (Будапешт). На этих соревнованиях сборная России показала, что может конкурировать со спортсменами из других стран, завоевав 3 золотых, 3 серебряных и 4 бронзовых награды. Наша команда заняла третье место в общем медальном зачете вместе с командой Китая. Александр Красных занял третье место на дистанции 200м вольным стилем и принес России первую медаль. Также третье место занял Кирилл Пригода на дистанции 100м брасс. Антон Чупков показал отличный результат на своей «коронной» дистанции 200м

басс и оставил без золота спортсменов из Японии, молодец Антон! Так держать! Также болельщиков порадовал Евгений Рылов, победив всех на дистанции 200м на спине. Эстафеты наши мужчины тоже провели на высоком уровне и заняли второе место в эстафете 4 по 200м вольным стилем, а также третье место в комбинированной эстафете 4 по 100м. Потрясающая Юлия Ефимова встала на пьедестал на всех дистанциях в стиле плавания брассом. Серебро на 50м, бронза на 100м и золото на 200м. Эти ОИ стали для Юлии лучшими соревнованиями в карьере. Наши девушки заняли второе место в комбинированной эстафете 4 по 100м, добавив сборной серебро. Эти ОИ показали на что действительно способны российские пловцы.

Новое поколение чемпионов выросло, окрепло, обрело хорошую форму и готово показывать, что Россия является страной, где плавание набрало и продолжает набирать обороты. В стране появляется все больше спортивных школ, специалистов и спортивных сооружений. И конечно же это все дает свои плоды.

В 2018 году стартовал Чемпионат Европы, на котором Российские спортсмены показали, что в Европе равных им – нет. Михаил Довгалюк занял третье место на дистанции 200м вольным стилем. Спинисты показали невероятное выступление. Клемент Колесников завоевал золото на дистанции 50 и 100м на спине, побив мировые рекорды на обеих дистанциях. Евгений Рылов завел серебро на 100 метровке и победил на 200м с рекордом Европы. В брассе Антон Чупков принес России бронзу на 100м и золото на 200м, тоже обновив рекорд Европы. Нижегородский спортсмен Олег Костин занял третье место в баттерфляе и побил рекорд России на этой дистанции. В каждой эстафете мужчины были на пьедестале: 4 по 100м вольный стиль – золото; 4 по 200м вольный стиль – серебро; 4 по 100м комбинированная – серебро. Наши прекрасные дамы тоже не ушли с пустыми руками. 200м кроль – бронза Анастасии Гуженковой, 800м кроль – бронза Анны Егоровой. В плавании на спине Анастасия Фесикова завоевала серебро и золото на дистанциях 50 и 100м на спине соответственно, а Дарья Устинова стала второй на 200 метровке. «Королевой басса» стала наша Юлия Ефимова победив своих соперниц на всех трех дистанциях в стиле басс. Светлана Чирова две серебряные награды на 100 и 200 баттерфляй. Также спортсменки показали себя в эстафетах. А именно серебро в эстафете 4 по 200 вольным стилем и золото в комбинированной эстафете 4 по 100. В смешанных эстафетах наши мужчины и девушки порадовали болельщиков бронзой в эстафете 4 по 100 вольным стилем, серебром в 4 по 200 вольным стилем и серебром в комбинированной эстафете 4 по 100. Россия заняла безоговорочное первое место в общем медальном зачете, собрав 26 наград: 10 золотых, 10 серебряных и 6 бронзовых. Гордость России!

На Чемпионате Мира в Корее (Кванджу) ожидания болельщиков были высокими, а реальность не такой уж позитивной. На дистанции 100 и 200м вольным стилем спортсмены из России Владислав Гринев и Мартин Малютин заняли третьи места соответственно. Антон Чупков порадовал своих фанатов,

когда побил мировой рекорд дистанции 200м брасс. Баттерфляй у российских спортсменов тоже стал заметно прогрессировать. На полтиннике серебряную медаль сборной принес Олег Костин, а на стометровке Андрей Минаков также получил награду их серебра. Клемент Колесников, блиставший на чемпионате Европы годом ранее, выдал не лучший перформанс, но без призов не остался. Бронза на 50м на спине. Евгений Рылов заметно вырос в плане своей спортивной формы и дистанциях на спине был очень хорош. Серебро на 50 и 100м на спине, золото на 200м на спине. Эстафеты принесли 2 серебряные медали и одну бронзовую для мужчин. Юлия Ефимова принесла три медали в нашу копилку на дистанциях брассом: золото, серебро и бронзу. А Дарья Васькина бронзу в 50 на спине. Как итог: 3 золотых, 7 серебряных, 6 бронзовых наград. Четвертое место в медальном зачете. На этих соревнованиях было всё: взлеты, падения, радости победы, горечь поражения. Но нельзя не признать тот факт, что Россия всё также продолжает прогрессировать и забирать всё больше наград.

Последними в этой статье я хочу разобрать Олимпийские игры в Японии (Токио) в 2020 году, где нашим спортсменам запретили выступать под российским флагом. Это нисколько не сломило наших спортсменов, а наоборот сплотило команду и командный дух. Наши спортсмены как никогда нуждались в поддержке болельщиков и простых граждан. Эти ОИ побили рекорды по просмотрам плавания в нашей стране. Практически вся страна смотрела и болела за наших пловцов в этот сложный для всех период. Наша команда заняла 4 место в общем зачете наград. 2 золотых, 2 серебряных и 1 бронзовая награда была с большим трудом завоёвана нашими пловцами. Клемент Колесников на непривычной для себя дистанции 100м вольным стилем занял третье место, а затем и второе место на 100м на спине. Евгений Рылов побил олимпийский рекорд на 100м на спине, выиграв дистанцию. Первым Евгений стал и на дистанции 200м на спине. Больше наград в этих олимпийских играх нам заполучить не удалось.

Мы разобрали крупнейшие соревнования в пятилетний период. А теперь перейдем к статистике.

ЧМ 2015	1 золото, 1 серебро, 2 бронзы	4 медали, 11 место в зачете
ОИ 2016	2 серебра, 2 бронзы	4 медали, 16 место в зачете
ЧМ 2017	3 золота, 3 серебра, 4 бронзы	10 медалей, 3 место в зачете
ЧЕ 2018	10 золота, 10 серебра, 6 бронзы	26 медалей, 1 место в зачете

ЧМ 2019	3 золота, 7 серебра, 6 бронзы	16 медалей, 4 место в зачете
ОИ 2020	2 золота, 2 серебра, 1 бронза	5 медалей, 4 место в зачете

Анализируя таблицу, можно сделать вывод, что российское плавание набирает обороты с каждым годом. Появляется все больше спортсменов мирового уровня. С каждым годом растет число занимающихся плаванием. Появляется все больше спортивных школ и спортивных сооружений, а также высококвалифицированных специалистов. Задача каждого из нас продолжать популяризировать спорт и поддерживать наших спортсменов.

PERFORMANCE OF RUSSIAN SWIMMERS AT MAJOR INTERNATIONAL COMPETITIONS FROM 2015 TO 2020

S.A. Glikman

Lobachevsky National Research Nizhny Novgorod State University

Annotation. Analyze the performance of Russian swimmers at major international competitions. Evaluate the level of performance at individual distances, as well as in relay races. The purpose of the study: to track the dynamics of the results of Russian swimmers in the international arena.

Keywords: swimming, competitions, analysis, athletes' performances, Russian national swimming team.

ПРОГНОЗИРОВАНИЕ РАЗВИТИЯ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЭПОХУ ЦИФРОВИЗАЦИИ

О.А. Голубева

*Магнитогорский государственный
технический университет им. Г.И. Носова*

Аннотация: Система физической культуры в эпоху цифровизации претерпевает значительные изменения. Сегодня без информационных и цифровых технологий уже невозможно представить нашу жизнь, быт, профессиональную деятельность. В системе физической культуры они позволяют организовать, планировать и сопровождать занятия, контролировать физическое состояние и анализировать полученные результаты. В образовательном и воспитательном процессах цифровая среда позволяет разнообразить используемые средства и методы обучения, реализовать личностно-ориентированный, проектный подход, превратить практические занятия в увлекательные и интересные для детей любого возраста.

Ключевые слова: система физической культуры, цифровизация, информационные и цифровые технологии, цифровая среда, формирование физической культуры личности, контроль за физическим состоянием, образовательный процесс

Отечественная система физической культуры представляет собой относительно самостоятельное, целостное сложноорганизованное образование динамического характера, состоящее из государственных органов, общественных организаций и кадров, совместная деятельность которых направлена на приобщение населения к систематическим занятиям физическими упражнениями. Она функционирует и развивается с целью формирования физической культуры личности у каждого гражданина; использования, усвоения, передачи и приумножения ценностей в сфере физического совершенствования человека [3].

Специфическая направленность этой сферы выражается в тренировочной, соревновательной и управленческой деятельности, испытывающей влияние цифровизации, которая, в свою очередь, характеризуется интенсивным развитием информационных и цифровых технологий и их интеграцией в жизнь людей. Сегодня повсеместное использование сети интернет и преобразование информации в цифровую форму существенно меняют на мир, общество, все сферы жизнедеятельности человека. Необходимость осуществления такой трансформации в РФ определена в таких документах, как национальная программа «Цифровая экономика Российской Федерации» утвержденная протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 4 июня 2019 г. № 7 и «Стратегия развития информационного общества в РФ на 2017-2030 гг.», утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 09.05.2017 г. № 203, основные положения которых нашли отражение в системе физической культуры согласно «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года». Этим документом предусмотрены внедрение цифровых технологий в управление спортивной инфраструктурой, ключевые процессы подготовки спортсменов; разработка и использование онлайн-сервисов, мобильных приложений, социальных сетей для привлечения населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Опыт применения цифровых и информационных технологий в тренировочном и соревновательном процессах довольно успешен на протяжении последних лет как на территории нашей страны, так и за рубежом [2, 4, 15, 16, 17, 18]. В системе физической культуры цифровизация сопровождает управленческие решения, способствует проектированию индивидуальной траектории занятий физическими упражнениями.

Так, различные тренажерные комплексы, программы построения тренировок, мобильные приложения и смарт-гаджеты позволяют определить занимаемому оптимальный для себя режим физической работы, самостоятельно обучиться физкультурно-оздоровительным технологиям, освоить двигательные действия. Благодаря достижениям цифровых технологий каждый может сам собрать, проконтролировать и оценить персональные данные с помощью разнообразных датчиков, фитнес-браслетов, «умных» часов. Устройства с искусственным интеллектом могут обработать полученные

данные и предоставить при необходимости рекомендации по изменению режима тренировок, объема нагрузок, рациону питания [11]. Спектр этих возможностей для физической культуры постоянно расширяется [9], так же как интенсивно заполняют рынок современные цифровые фитнес-продукты, спортивный инвентарь и экипировка, разработанные с помощью новейших технологий и отвечающих высоким требованиям потребителей [14].

Важно отметить то, что, не смотря на видовое многообразие, это носит частный, персонализированный характер и связано чаще всего с планированием и сопровождением индивидуальных занятий и необходимостью анализа своих действий и результатов. Как правило, эта потребность возникает у взрослых людей, у которых уже сформировано понимание о влиянии физических нагрузок на работоспособность организма и функционирование его систем; имеется убеждения о ценностях сохранения и укрепления своего здоровья; наблюдается осознанное отношение к занятиям, заинтересованность к повышению уровня своих показателей. И такой мотивированный контингент использует всевозможные пути улучшения своего физического состояния, контроля его, активно обращаясь к передовым достижениям науки и техники.

Дальнейшее развитие и функционирование физической культуры невозможно без массового осознания в обществе значимости упражнений, сформированных устойчивых мотивов, ценностных ориентаций, потребностей в систематических занятиях, прежде всего, у подрастающего поколения. Не последнюю роль в этом процессе играют средства массовой информации: интернет-ресурсы, социальные сети и т. п. Особое значение имеет тематическая реклама, пропаганда здоровья и занятий физическими упражнениями в разных формах (художественные, документальные фильмы, мультфильмы, научно-популярные передачи и т. п.), проведение достаточного количества физкультурно-массовых и спортивных мероприятий для детей разного возраста и широкое освещение этих событий в СМИ. В этой области цифровые и информационные технологии просто незаменимы, особенно сейчас, когда занятия физической культурой и спортом, приобщение к здоровому образу жизни становятся в российском обществе одной из модных тенденций.

Современные дети, подростки, молодежь, как правило, очень хорошо разбираются в «новинках», живут «в ногу со временем», но, к сожалению, редко эти знания и умения, в том числе и в области цифровых технологий, могут применять с пользой для себя и своего здоровья. Немаловажным аспектом является то, что формирование физической культуры личности, как главной стратегической цели системы, должно начинаться с раннего детства. В этом деле важная миссия помимо семьи принадлежит образовательным учреждениям, в которых большинство детей получают свой первый опыт освоения двигательных умений и навыков, приобретения знаний о способах здоровьесбережения и повышения уровня физической подготовленности.

Сегодня в сфере образования накоплен и распространен положительный опыт использования информационных и цифровых технологий. Это стало возможным при разработке и внедрении учебно-методических курсов, в том

числе в режиме онлайн, электронно-образовательных ресурсов, платформ, мультимедийных контролирующих программ и уроков, электронных библиотек и обучающих систем многоцелевого назначения, содержащих теоретический, демонстрационный дидактический материал, базы данных, аудио- и видеофайлы [5]. Это позволяет организовать самостоятельную работу обучающихся, научно-исследовательскую и методическую деятельность, обеспечить непрерывное обучение на образовательных платформах, осуществлять поиск необходимой информации, включать в процесс специальные программы, цифровые сервисы и инструменты.

Физическая культура по своей специфике значительно отличается от других дисциплин, поэтому на первый взгляд применение информационных и цифровых технологий на физкультурных занятиях является нецелесообразным, так как в большей степени все сосредоточено на двигательной активности. Однако, для обучения двигательным действиям, формирования практических умений и навыков учеными было обусловлено применение информационных и цифровых технологий [6, 7, 10, 13].

Так же возможно использование наряду с традиционным оборудованием и инвентарем продуктов цифровой среды, например, интерактивного пола, экрана, средств виртуальной реальности, что будет способствовать реализации индивидуального подхода, облегчению процесса достижения педагогических задач, формированию устойчивой мотивации, интереса у занимающихся. Опыт применения рассматриваемых средств как успешный был описан Свечкаревым, Иващенко, Абрамкиным [12, 1].

Следует отметить, что использование информационных и цифровых технологий в образовательном процессе по физической культуре не должно подменять личного общения, взаимодействия преподавателя и обучающегося, поскольку специфической особенностью является двигательная активность ребенка, которая осуществляется в присутствии педагога и контролируется им. Также занятия физической культурой – это и воспитательный процесс, процесс социализации, коммуникации, проявления положительных эмоций, формирования и развития социально-значимых, морально-нравственных качеств.

Необходимость внедрения современных технологий в преподавание физической культуры обусловлена и потребностью в повышении качества образования, уровня индивидуальных способностей обучающихся. Это позволяет значительно расширить возможности образовательной среды, вносить определенное разнообразие обучающих средств, методов, обеспечивая реализацию проблемного обучения, проектного, личностно-ориентированного, способствуя полноценному усвоению обучающимися учебного материала. Однако, на сегодняшний день информационные и цифровые технологии в большей степени используются для изучения теоретических аспектов физической культуры, в меньшей – для решения двигательных задач. Это связано с определенными трудностями, как организационными, так и

материально-техническими [8], а также дефицитом профессиональных кадров, обладающих цифровыми компетенциями.

Таким образом, дальнейшее развитие системы физической культуры в эпоху цифровизации однозначно будет сопровождаться внедрением информационных и цифровых технологий во все реализуемые ею виды деятельности. Возможности цифровой среды необходимо широко использовать для достижения стратегической цели и первостепенных задач, стоящих перед физической культурой. Положительная тенденция в этом процессе наблюдается, однако это связано с «узким кругом потребителей» только для индивидуального пользования. Для широкого охвата средствами физической культуры и достижения большего количества систематически занимающихся необходимо внедрение цифровых сервисов и инструментов в воспитательный и образовательный процесс, тем самым расширяя спектр обучающих средств и методов, что способствует стимулированию интереса к занятиям, формированию мотивации. Немаловажным является решение проблемы профессиональных кадров, которые способны быстро адаптироваться к стремительно меняющимся условиям актуальной действительности, использовать возможности цифровой среды в организации и проведении занятий физической культурой.

Список литературы

1. Абрамкин Е. В., Емельянов А. В., Третьякова А. Д. Использование информационных технологий на занятиях физической культурой в ДОУ // Актуальные проблемы современной науки, техники и образования : Тезисы 80-й междунар. науч.-техн. конф. (Магнитогорск, 18-22 апреля 2022 г.) Том 2. Магнитогорск: Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова, 2022. С. 474.

2. Аксенов М.О., Гаськов А. В. Применение высоких технологий в повышении эффективности системы управления тренировкой пауэрлифтеров // Состояние и перспективы развития спорта высших достижений: сб. науч. тр. I Забайкальской межрегион. науч.-практ. конф. (Чита, 14-20 апреля 2004 г.). Чита: ИИЦ ЧГМА, 2004. С. 9-11.

3. Гайсанов М. Б. Понятие о системе физической культуры // Теоретические и практические аспекты развития современной науки: материалы Междунар. (заочной) науч.-практ. конф. (София, 30 сентября 2021 г.) – Нефтекамск: Научно-издательский центр "Мир науки", 2021. С. 55-58. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46964916>

4. Гахария Т. Н. Цифровые технологии в спорте: состояние и перспективы // Техническое обеспечение спортивной деятельности: сб. статей V Междунар. науч.-техн. Конф. (Минск, 15-16 февр. 2018 г.) / ред. И. В. Бельский [и др.]. Минск: БНТУ, 2018. С. 9-13. URL: https://rep.bntu.by/bitstream/handle/data/40494/Cifrovye_tekhnologii_v_sporte_sostoyanie_i_perspektivy.pdf?sequence=1

5. Гладилина И. П., Ермакова И. Г. Цифровая трансформация образования: зарубежный и отечественный опыт // Современное педагогическое образование. 2021. №3. С. 8-12.

6. Голубева О. А., Недоспасова Т. А., Алонцев В. В. Использование информационных технологий для подготовки обучающихся к выполнению нормативов ВФСК "ГТО" // Актуальные проблемы современной науки, техники и образования. 2019. Т. 10. № 2. С. 144-148.

7. Иванова Н. Ю. Дистанционная технология обучения по курсу "Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности" (на примере лыжного спорта) // Теория и практика физической культуры. 2007. № 12.

8. Кириленко М. А. Информационные технологии в физической культуре и спорте // Вопросы педагогики. 2021. № 6-2. С. 90-92. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46231674>

9. Коврижных Л. И. Цифровые и мобильные технологии в физической культуре // Актуальные вопросы современной науки и образования : сб. ст. II Междунар. науч.-практ. конф. (Петрозаводск, 18 декабря 2019 г.). Петрозаводск: Международный центр научного партнерства «Новая Наука», 2019. С. 86-88. URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_41856055_38665749.pdf

10. Петров П. К. Цифровые информационные технологии как новый этап в развитии физкультурного образования и сферы физической культуры и спорта // Современные проблемы науки и образования. 2020. № 3. С. 86. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43079555>

11. Решетов Д. В., Коровин И. М. Инновационные цифровые технологии в системе физической культуры и спорта // Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов: материалы IV Всеросс. науч.-практ. конф. с междунар. Участием (Москва, 12-13 апреля 2022 г.) / Под науч. ред. Л.Б. Андрющенко, С.И. Филимоновой. – Москва: Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, 2022. С. 236-240. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49426765>

12. Свечкарёв В. Г., Иващенко Т. А., Белоус Л.К., Манченко Т. В. Применение виртуальной реальности для совершенствования системы физического воспитания // Вестник Майкопского государственного технологического университета. 2018. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-virtualnoy-realnosti-dlya-sovershenstvovaniya-sistemy-fizicheskogo-vozpitaniya>

12. Соколова И. В., Чистякова Е. В. Использование информационных технологий в преподавании дисциплины "Физическая культура и спорт" // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2020. Т. 5. № 4. С. 16-23. Солнцев И.В. Применение инновационных цифровых продуктов в индустрии спорта // Стратегические решения и риск-менеджмент. 2021. № 2. С. 184-189. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-innovatsionnyh-tsifrovyyh-produktov-v-industrii-sporta>

13. Acikkar M. et al. Support vector machines for aerobic fitness prediction of athletes // Expert Systems with Applications. 2009. Т. 36. №. 2. С. 3596-3602. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0957417408001218>

14. Baca A., Kornfeind P. Stability analysis of motion patterns in biathlon shooting // Human movement science. 2012. Т. 31. №. 2. С. 295- 302. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0167945710000771>

15. Novatchkov H., Baca A. Artificial intelligence in sports on the example of weight training // Journal of sports science & medicine. 2013. Т. 12. №. 1. С. 27-37. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3761781/>.

16. Willwacher S. Sports equipment: how the transformation from passive to digital systems opens new doors and puts new demands on sports biomechanists // ISBS Proceedings Archive. 2018. Т. 36. №. 1. С. 1060. URL: <https://commons.nmu.edu/isbs/vol36/iss1/264/>

FORECASTING THE DEVELOPMENT OF THE PHYSICAL CULTURE SYSTEM IN THE ERA OF DIGITALIZATION

O. Golubeva

Nosov Magnitogorsk State Technical University

Annotation: The system of physical culture in the era of digitalization is undergoing significant changes. Today, it is impossible to imagine our life, everyday life, and professional activity without information and digital technologies. In the system of physical culture, they allow you to organize, plan and accompany classes, monitor your physical condition and analyze the results obtained. In the educational and educational processes, the possibilities of the digital environment allow us to diversify the means and methods of teaching used, to implement a personality-oriented, project-based approach, to turn practical classes into fascinating and interesting for children of any age.

Keywords: system of physical culture, digitalization, information and digital technologies, digital environment, formation of physical culture of the individual, control over physical condition, educational process

АДАПТАЦИЯ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

А.Н. Голышев, Е.Н. Летягина

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В статье рассматриваются теоретические и методологические аспекты адаптации физкультурно-спортивных организаций к меняющимся условиям внешней среды. Предлагается авторский взгляд на дефиницию «адаптация» в развитии теории организационного и стратегического менеджмента.

Ключевые слова: спорт, спортивная организация, спортивный клуб, адаптация, организационная адаптация, неопределенность

В настоящее время, в условиях санкционной борьбы и импортозамещения происходит изменение сложившихся социально-экономических отношений во всех сферах деятельности, включая физическую культуру и спорт. Растет уровень неопределенности, сложности и динамичности. Эта неопределенность создает огромную проблему для разработки стратегий развития. Это потому, что традиционные подходы к стратегии, которые часто рассматриваются как ответ на изменения и неопределенность, на самом деле предполагают относительно стабильный и предсказуемый мир [4, 5]. Однако появляются новые, ранее не существовавшие факторы и условия, влияющие на организацию спортивной подготовки и соревновательной деятельности. Это требует адаптации всех спортивных организаций.

Под адаптацией понимается процесс приспособления физкультурно-спортивной организации к меняющимся внешним и внутренним условиям с целью выживания и дальнейшего развития.

Теория организационной адаптации утверждает, что организации корректируют свои операции и стратегии, чтобы адаптироваться к изменяющимся условиям [8, 9]. Необходимость адаптации может быть связана, например, с новыми законами, влияющими на спортивную отрасль, или с изменением требований потребителей [2, 6]. Согласно теории, организации, которые адаптируются, более успешны в долгосрочной перспективе.

Организационная адаптация необходима для исправления дисбалансов и улучшения неэффективных процессов внутри спортивного клуба и в том, как этот клуб функционирует в физкультурно-спортивной отрасли в целом. Адаптация может быть реактивной и наступать после изменения внешней среды, или она может быть упреждающей. Менеджеры могут вносить изменения в процедуры и организационную культуру организации в ожидании изменений на рынке или в правовой среде, в которой работает организация. Внутренние или внешние, изменения в организации имеют разные причины. Знание этих причин является неотъемлемой частью управления предприятием.

В бизнесе изменения происходят постоянно, поэтому организации всегда адаптируются к требованиям рынка. Рыночный спрос на продукцию или услуги предприятия может уменьшиться. Это приведет к снижению прибыли компании и, в конечном счете, вынудит компанию отказаться от убыточной продукции в пользу нового источника дохода. Другими словами, когда срок службы продукта подходит к концу, компания прекращает его производство и переходит к чему-то новому.

В организациях социальной сферы, включая спортивные, адаптация происходит намного медленнее. Некоммерческие организации, к которым относятся профессиональные спортивные клубы, не имеют базовой целью получение прибыли и, соответственно, адаптируются к новым рыночным условиям не сразу.

Адаптация, пожалуй, одна из наиболее распространенных концепций в организационной теории и стратегическом управлении. Действительно, многие

ученые описывают адаптацию как основную цель стратегического управления и подчеркивают роль адаптации в объяснении успеха организации [1, 3, 7, 10].

Предлагается новое определение адаптации как преднамеренного принятия управленческих решений руководством спортивной организации, что приводит к заметным действиям, направленным на сокращение разрыва между спортивной организацией и ее экономической и институциональной средой.

Концептуальные корни адаптации проистекают из естественной интеграции организационной теории и стратегического управления, которые сопоставляют идеи принятия стратегических решений и функциональной эффективности на концепцию адаптации. Адаптацию можно рассматривать как правила принятия управленческих решений и важнейший элемент процесса обучения, посредством которого спортивные организации оценивают обратную связь, полученную от внешней среды, и пытаются устранить несоответствия.

Список литературы

1. Алексеева Н.И. Адаптация конкурентных стратегий предприятий сферы услуг к условиям нестабильности внешней среды// Вестник Института экономических исследований. 2021. № 4 (24). С. 5-10.

2. Беликова Е.В. Социальная инфраструктура физкультурно-спортивных организаций в условиях рынка// Креативная экономика. 2021. Т. 15. № 12. С. 5143-5154.

3. Гонтовая Н.В., Коваленко Н.В. Взаимосвязь между механизмами обеспечения устойчивости и адаптации в контексте инновационного развития предприятий// Экономический вестник Донбасского государственного технического института. 2021. № 9. С. 23-29.

4. Летягина Е.Н., Бодрикова О.А., Перцева Л.Н. О прогнозировании функционирования отраслей, предприятий, комплексов// Российское предпринимательство. 2011. № 11-1. С. 70-75.

5. Летягина Е.Н. Методологические аспекты совершенствования системы управления организацией// Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Экономика и финансы. 2004. № 2. С. 49-52.

6. Летягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.

7. Летягина Е.Н., Тихомиров А.В. Современные подходы к управлению организациями// Russian Economic Bulletin. 2020. Т. 3. № 3. С. 236-241.

8. Спиридонов Е.Н., Дмитриев А.Г. Организация мониторинга адаптации предприятий к внешней среде// Экономика: вчера, сегодня, завтра. 2022. Т. 12. № 4-1. С. 144-158.

9. Филатова М.Н., Щербакова Н.С. Подходы к формированию системы адаптации на предприятиях// Вестник РГГУ. Серия: Экономика. Управление. Право. 2022. № 3-2. С. 159-169.

10. Хиврич А.Ю., Поляков Р.К. Модель стратегического планирования компании и ее адаптация к возможностям малых и средних предприятий// Бизнес. Образование. Право. 2022. № 2 (59). С. 62-69.

ADAPTATION OF SPORTS ORGANIZATIONS IN CONDITIONS OF UNCERTAINTY

N. Golishev, E. Letiagina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article discusses the theoretical and methodological aspects of the adaptation of physical culture and sports organizations to changing environmental conditions. The author's view on the definition of «adaptation» in the development of the theory of organizational and strategic management is proposed.

Keywords: sport, sports organization, sports club, adaptation, organizational adaptation, uncertainty

ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ У СТУДЕНТОВ ИНСТИТУТА ОБРАЗОВАНИЯ

К.В. Горбунова, М.В. Борисова, А.Ю. Мусохранов

Кемеровский государственный университет

Аннотация. В содержании представленной статьи описана проблема формирования мотивационной готовности студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности в высшей школе. Представлены и проанализированы характеристика и уровень значимости внешних и внутренних причин, ведущих к снижению показателей мотивации, учащихся на основе проведенного на базе института образования Кемеровского государственного института исследования.

Ключевые слова: внутренняя мотивация, внешняя мотивация, мотив, потребность, физкультурно-оздоровительная деятельность, спор, физическая культура.

Сегодня, большое внимание со стороны физкультурно-оздоровительной работы, проводимой в вузе, уделяется проблеме становления и развития мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом, поскольку воспитание всесторонне развитой личности, в том числе заинтересованной в своём физическом благополучии, может быть достигнуто только при условии организации процесса становления мотивационной готовности к физкультурно-оздоровительной деятельности в высшем учебном заведении. Следовательно, одной из самых актуальных проблем социально-педагогической практики является неустойчивое состояние мотивационной готовности студентов к занятиям физической культурой и спортом, другими словами, физическая культура и спорт еще не стали для большого числа студентов насущной потребностью, не оформились как интересы личности [1].

В качестве основы физкультурной деятельности студентов института образования нами будет рассмотрен процесс формирования такого состояния личности, которое направлено на достижение наиболее благоприятного уровня эмоциональной-волевой, физической и мировоззренческой готовности студентов института образования к занятиям физической культурой и спортом в условиях постоянной мотивации.

Постоянная мотивация необходима не только для регулярного посещения занятий по физкультуре, но и для развития осознанного желания студентов заниматься спортом. Не уделяя особого внимания к изучению своих физических и функциональных показателей и способностей, студенты в осуществлении своей физкультурно-оздоровительной деятельности в вузе часто посещают занятия лишь для получения зачёта по дисциплине. Поэтому в качестве основы педагогического влияния на процесс формирования постоянной мотивации студентов к занятиям физкультурой нами может быть рассмотрен процесс установки студентов на самовоспитание, самосовершенствование и саморазвитие.

Мотивационный процесс в значительной степени зависит от готовности студентов к занятиям физкультурой. Как и любая другая деятельность, физкультурно-оздоровительная деятельность учащихся определяется потребностью. Следовательно, психологической основной мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом может выступать потребность в двигательной активности и укреплении здоровья, потребность в физическом самосовершенствовании.

Причиной, направленной на удовлетворение потребности является мотив деятельности. Выделяют несколько видов мотивации: внутренняя и внешняя мотивация. Внутренняя мотивация направлена на систему личностных установок, интересов и потребностей личности студентов. Внешняя мотивация связана с функционированием внешних условий среды, находящихся вне субъекта деятельности. Необходимо отметить, что каждый студент имеет индивидуальные, отличные от мнения других студентов, мотивы физкультурно-оздоровительной деятельности в вузе. Для понимания индивидуальности мотивов преподавателю дисциплины «физическая культура и спорт» необходимо изучить реализуемые в процессе физического воспитания направленность, позиции и установки личности студентов.

Часто низкие показатели эффективности физического воспитания студентов зависят от достижения конкретных результатов. Например, это может быть сдача различных нормативов, которые студенты в силу своей низкой физической подготовленности или типологических особенностей затрудняются выполнить [2]. Поэтому помимо определения мотивации посещения занятий необходимо обозначить причины снижения интереса студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности.

Рассмотрим причины низкой заинтересованности к физическому воспитанию у студентов и объединим в две группы: внутренние и внешние психологические причины.

К внутренним психологическим причинам отсутствия мотивации студентов можно отнести следующие из них: студент считает, что после или во время занятия физической культурой выглядит плохо; стесняется посещать пары из-за плохой физической подготовки, лишнего веса или других индивидуальных особенностей; испытывает физический дискомфорт во время выполнения трудных упражнений.

К внешним психологическим причинам отсутствия мотивации студентов относятся следующие положения: на занятии одновременно присутствует несколько групп, что вызывает дискомфорт; отношение студента к преподавателю, складывающееся из следующих компонентов: используемые им методы и техники объяснения материала, показа упражнений, оказание профессиональной помощи студентам во время выполнения упражнений, внешний вид и речь преподавателя; неудобные раздевалки и несоответствующие общепринятым размер и стандартам помещения для проведения занятий по физической культуре и спорту; нарушение гигиенических норм проведения занятий (непродветриваемый, грязный зал, некачественное покрытие в помещении зала и на стадионе).

Для определения уровня мотивационной готовности студентов нами было проведено анонимное тестирование «Воздействие внешних и внутренних психологических причин на мотивационную готовность к занятиям физической культурой и спортом». В исследовании приняли участие 58 студентов института образования со 2 по 3 курс. Студентам было предложено обозначить личную значимость каждой из представленных внешних и внутренних причин.

Полученные результаты представлены в таблице №1

Табл. 1. Результаты исследования

Я стесняюсь посещать занятия из-за плохой физической подготовленности/лишнего веса	21%
Не устаиваем уровень профессионализма преподавателя	17%
Не считаю посещение занятий по физической культуре и спорту обязательным, потому что занимаюсь в спортивном клубе	15%
После занятия физической культурой портиться мой внешний вид	13%
Некомфортно посещать занятия из-за одновременного присутствия большого количество групп	10 %
Преподаватель не придерживается индивидуального подхода на занятиях	8%
Часто на занятиях физической культурой и спортом я испытываю скуку	7%
Не посещаю занятия физической культурой, потому что они не соответствуют моим личным интересам	5%
Не посещаю занятия по уважительной причине (есть освобождение)	2%
Не посещаю занятия из-за неудобного расписания	2%

В связи с этим, можно сказать, что мотивы и мотивация вызваны не только внутренними, но и внешними стимулами. В данном случае, можно говорить о том, что, мотивы физкультурно-оздоровительной деятельности способствуют формированию внутренней положительно-эмоциональной готовности студентов к занятиям физической культурой и спортом.

В процессе организации физкультурной активности преподавателям высшего учебного заведения необходимо принимать во внимание то, что потребности и интересы студентов напрямую зависят от эмоций, получаемых во время занятий. Необходимо учитывать следующие факторы: отношение студентов к физвоспитанию, проводимому в вузе; показатели психологического

комфорта и заинтересованности студентов в двигательной деятельности; уровень активности студентов института образования в конкретном виде физкультурно-спортивной деятельности.

Процесс формирования и становления заинтересованности студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности – многоэтапный процесс, начинающийся с прививания и развития базовых гигиенических навыков и продолжающийся формированием специальных знаний и навыков в области физической культуры. Таким образом, мотив деятельности может быть направлен не только на саму деятельность, но и на достижение поставленных в процессе этой деятельности определённых результатов. В связи с этим может быть обозначена возможность провести изменения в методике преподавания дисциплины физическая культура и спорт, направленные на выявление и анализ потребностей студентов института образования к занятиям физической культурой.

Для того, чтобы повысить мотивационную готовность к занятиям физической культурой и спортом необходимо определить наиболее эффективные формы популяризации занятий спортом среди студентов.

Без исключения различных образовательных семинаров, мастер-классов, научных конференций на тему здорового образа жизни, проводимых в рамках мероприятий в вузе, можно выделить следующие формы популяризации спорта:

1. Пропаганда спорта средствами массовой информации. Данная форма агитации студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности может быть представлена в СМИ в качестве статей, небольших репортажей или интервью, рассказывающих о биографии или истории успеха представителей различных видов спорта; рекламы по продаже спортивных товаров и услуг.

2. Агитация средствами интернет-контента, включающие в себя просмотр контента на разнообразных каналах разнообразных видеохостингов, ознакомление с содержанием тематических спортивных групп, сообществ, блогов и постов в социальных сетях, а также просмотр фильмов и сериалов в интернет-кинотеатрах.

3. Проведение спортивных мероприятий в учебных заведениях с участием студентов. Большое внимание в организации активной жизни вуза уделяется проведению различных спортивных форумов и соревнований, участвуя в которых, студенты могут не только получить положительные эмоции от занятия физической культурой или открыть для себя новый вид спорта, но и завести новые знакомства по спортивным интересам.

4. Проведение спортивных мероприятий в городах среди профессиональных спортсменов. Многие студенты мечтая увидеться, познакомиться и сделать фото с профессиональным спортсменом, проявляют инициативу в предоставлении волонтерской помощи во время проведения спортивных мероприятий. Возможность помочь в организации, посмотреть на мир спорта изнутри часто мотивирует студентов на занятие представленными на мероприятии видами спорта [3].

Исходя из вышеизложенного материала необходимо сделать вывод о том, что в процессе формирования и становления мотивационной готовности студентов к занятиям физической культурой и спортом необходимо учитывать потребности, мотивы и цели студентов института образования, побуждающие их к физической активности. Грамотно организованная работа по формированию мотивации к занятиям физической культурой и спортом станет базисом, способствующим укреплению здоровья, она поможет молодежи социализироваться, адаптироваться к условиям жизни и профессиональной работе и на этой основе обеспечить себе высокую работоспособность и творческую активность.

Список литературы

1. Акишин, Б.А. Формирование у студентов мотивационно-ценностного отношения к физической культуре / Б.А. Акишин // Теория и практика физической культуры. 2008. № 12. С. 77-79.
2. Соколова, И.В, Чистякова, Е.В. Анализ физической подготовленности студентов / И.В. Соколова, Е.В. Чистякова // Alma mater (Вестник высшей школы). 2016. № 4. С. 70-75.
3. Борисова М.В, Мусохранов А.Ю, Рыкова Н.Ф, Корчуганова Л.Н. Популяризация спорта и здорового образа жизни у студентов/ // Современный ученый. 2022. № 3. С – 238-242.
4. Гончарук, Я. А. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов / Я.А. Гончарук // Молодежный научный форум: гуманитарные науки. 2016. № 6. С. 34-35

SPECIFICITY OF MOTIVATIONAL READINESS TO ENGAGE IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS AMONG STUDENTS OF THE INSTITUTE OF EDUCATION

K. Gorbunova, M. Borisova, A. Musokhranov

Kemerovo State University

Abstract. The contents of the presented article describes the problem of forming students' motivational readiness for physical culture and health activity in higher school. The characteristic and significance level of external and internal reasons leading to the decrease of motivation indicators of students on the basis of the research conducted on the basis of Education Institute of Kemerovo State Institute are presented and analyzed in the article.

Key words: intrinsic motivation, extrinsic motivation, motive, need, physical education activity, sports, physical education.

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В АВТОМОБИЛЬНОМ СПОРТЕ

М.А. Гордиенко, А.А. Юнусова

*Казанский национальный исследовательский
технический университет им. А.Н. Туполева*

Аннотация. В статье описана роль физической подготовки спортсменов в автомобильном спорте.

Ключевые слова: физическая подготовка, автоспорт, автогонщик, ралли.

Актуальность.

В настоящее время повышенной популярностью пользуются технические виды спорта. Среди всего их многообразия достаточно заметное представительство занимают автомобильные гонки, которые имеют самые разнообразные варианты их проведения, как по условиям трассы пробега, так и погодным условиям. Все разновидности автомобильных гонок от их проведения в раскаленных песках пустыни до гонок на ледяных трассах объединяются высокой степенью экстремальности, что требует со стороны спортсменов высокого уровня подготовленности к участию в соревнованиях.

Естественно, первостепенным фактором выступает качество используемой техники и опыт вождения транспортным средством. Физическая подготовка остается на втором плане, так как тяжесть преодоления трассы ложится на технику. Физическая нагрузка автогонщика имеет особую специфику, которая связана с постоянной статической нагрузкой, имеющей переменные величины напряжения, зависящие от изменения ускорений, практически во всех направлениях. Эти колебания определяются рельефом трассы и скоростью передвижения. Основная подготовка к такого рода физической нагрузке осуществляется в непосредственных условиях прохождения трассы и практически является нестандартным случайным процессом, который варьирует в определенных границах продолжительности, силы, пространственном положении пилота и скорости протекания процесса.

Именно специфичность физической нагрузки определяет проблему организации физической подготовки спортсменов-пилотов в автомобильном спорте.

Цель исследования. Определить важность физической подготовки автогонщика в ралли.

Результат исследования.

Экипаж во время заезда испытывает сильные моральные и физические нагрузки. Гонщик обязан постоянно следить за трассой, показаниями автомобиля, контролировать положение автомобиля на трассе, а также слышать и контактировать со штурманом на высоких скоростях. В случае происшествия экипаж самостоятельно старается перевернуть автомобиль или провести иные манипуляции, чтобы продолжить заезд.

Автогонщик-раллист Михаил Скрипников поделился тем, как он содержит себя в хорошей физической форме. Автогонщик выделил 8 видов спорта, которыми он занимается. Футбол для развития реакции и выносливости, настольный теннис помогает ему также вырабатывать реакцию. Поездки на велосипеде для координации и выносливости. Спортивный картинг для лучшего понимания поведения резины на трассе и управления болида. Сноуборд для координации и развития чувства баланса. Функциональные тренировки для развития выносливости, силы и координации. Вейкбординг для развития координации и силы. И последнее кайтбординг как ментальные тренировки и для умения распределять внимание. Автогонщик уверен, что физическая форма – одно из главных составляющих успеха в ралли.

Тренер по физподготовке британской команды Prodrive Джон Камиллери считает, что каждый гонщик должен уметь определять по своему физическому состоянию степень готовности к тому или иному соревнованию. И занимаются они отнюдь не для того, чтобы привлекательно выглядеть на пляже – им необходимо пилотировать машину на пределе своих возможностей и справляться со всеми сопутствующими нагрузками.

Гонщики нуждаются в точном плане физподготовки, исходя из их индивидуальных требований и особенностей. Есть огромное множество программ, но далеко не все из них подойдут пилотам.

При составлении перечня физических упражнений необходимо учитывать частоту и дальность перелетов того или иного спортсмена и многие другие факторы. К тому же, гонщики зачастую проводят очень много этапов за сезон и не могут (и не должны) посвящать все свое время тренировкам. В связи с этим нужно четко разграничить периоды физических нагрузок и отдыха.

Важно понимать, что любой пилот должен быть физически готов выдержать на пределе возможного больше, чем дистанцию одной гонки. Здесь как в боксе – любой боксер тренируется так, чтобы выдерживать от 14 до 15 раундов, несмотря на то, что на ринге ему предстоит провести максимум 12 раундов.

Заключение.

Подводя итог из всего написанного выше, можно сделать вывод, что физическая подготовка экипажа очень важна в автогонках. При хорошей физической подготовке у гонщика возрастает уверенность в себе и своих силах, тем самым снижается моральное давление. Меньшее количество стрессов поставит человека в более выигрышное положение на трассе. Реакция, многозадачность и внимательность являются важными аспектами наравне с умением управлять автомобилем.

Список литературы

1. Градусов В.А. Вождение в экстремальных условиях.: Светофор, 2001. 94с.
2. Джон Камиллери. Физические упражнения для гонщиков. 2015. URL: <https://autosport.com.ru/features/22155-fizicheskie-uprazhneniya-dlya-gonshchikov> (дата обращения 02.10.2022).

3. Физическая подготовка пилота в ралли. URL: <https://rally-classic.ru/fizicheskaya-podgotovka-pilota-v-ralli.html> (дата обращения 02.10.2022)

4. Скрипников М. Какая физическая подготовка нужна автогонщику. 2015. URL: <https://www.drive2.ru/l/6464590/> (дата обращения 02.10.2022).

THE ROLE OF PHYSICAL TRAINING OF ATHLETES IN MOTOR SPORTS

M. Gordienko, A. Yunusova

Kazan National Research Technical University named after A.N. Tupolev

Abstract. This article describes my personal opinion based on the words of professionals about the need for physical training of racing drivers.

Keywords: Physical training, motorsport, racing driver, rally.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРИВЛЕЧЕНИЯ ЖЕНЩИН К ВОССТАНОВИТЕЛЬНОМУ ФИТНЕСУ ПОСЛЕ РОДОВ

Е.В. Горелова

*Национальный исследовательский Нижегородский
государственный университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Статья посвящена обзору современных проблем привлечения женщин к восстановительному фитнесу после родов, рассмотрена перестройка женского организма в период беременности и родов, изучены психологические факторы, сопутствующие этому периоду, проанализировано влияние фитнеса на женский организм.

Ключевые слова: беременность, роды, восстановительный период, фитнес, послеродовое восстановление.

Во время беременности идет значительная перестройка организма. Изменения в центральной нервной системе (ЦНС), внешние изменения кожи и слизистых оболочек, изменения в сердечно-сосудистой системе, изменения в дыхательной, пищеварительной, мочевыделительной, эндокринной, половой системах. Нельзя оставлять без внимания и материнские волнения, конфликтные и стрессовые ситуации, которые женщина испытывает за данный период времени.

Все без исключения женщины во время беременности прибавляют в весе. Не всегда это связано с увеличением жировой массы тела. Но в любом случае общий вес беременной увеличивается за счет плаценты, плода, околоплодных вод, увеличения количества циркулирующей внутри сосудов жидкости. Существуют нормы набора веса. Если женщина набирает больше, чем предусмотрено этими нормами, повышается риск осложнений.

Природной не предусмотрено, чтобы в течение 40 недель, пока женщина вынашивает ребенка, у неё развилось ожирение, которое сохранилось или продолжило прогрессировать после родов. Об этом свидетельствует хотя бы тот факт, что с восьмидесятых годов прошлого века до сегодняшнего дня средняя прибавка весе при беременности увеличилась с 10 до 15 кг. Очевидно,

что за это время функционирование эндокринной системы не поменялось, но значительно изменился образ жизни, характер питания, уровень физической активности [7].

В первые недели после рождения происходят стремительные перемены не только в организме новорожденного ребенка, но также изменяется и организм молодой мамы. Происходит послеродовое восстановление и возвращение женского организма в обычное состояние. По мнению врачей, в организме молодой мамы наблюдаются следующие изменения после родов:

- матка после родов еще сильно увеличена: она весит около килограмма и достигает области пупка. Постепенно она будет сокращаться (этот процесс называется «инволюцией»), пока не достигнет размеров небольшого яблока и веса не более 100 г. Это произойдет примерно через 4-5 недель. При этом женщина может ощущать тянущие боли внизу живота, особенно во время кормления грудью, т.к. окситоцин, вырабатываемый в женском организме во время сосания груди, помогает матке сокращаться.

- интимные мышцы после естественных родов растягиваются, но приходят в тонус примерно через 2-3 недели. Для ускорения данного процесса рекомендуется использовать упражнения Кегеля, направленные на укрепление мышц тазового дна.

- живот. Более 95% женщин после родов продолжают выглядеть беременными на протяжении 2-4 недель после родов. Постепенно брюшные мышцы будут приходить в тонус, а для ускорения процесса восстановления живота после родов врачи рекомендуют женщинам носить послеродовый бандаж и использовать специальные физические упражнения.

- грудь во время беременности увеличивается на 1-2 размера, а после родов, в период грудного вскармливания ребенка может еще немного измениться. В связи с этим стоит приобрести специальный бюстгалтер для кормящих мам без жесткого каркаса, что позволит предотвратить застои молока.

- вес. Непосредственно после родов женщины теряют 5-10 кг веса – именно столько составляет вес ребенка, плаценты и околоплодных вод. Оставшиеся лишние килограммы, набранные женщинами за время беременности, будут уходить постепенно, примерно на протяжении 1-2 лет [4].

Проблемы с фигурой влияют не только на физическое самочувствие женщины, но и на ее психоэмоциональное состояние, снижают самооценку и доставляют эмоциональный дискомфорт. Они могут являться причиной развития целого ряда комплексов, оказать отрицательное влияние на семейные взаимоотношения с супругом и даже привести к распаду семьи. Помимо этого, женщине с лишним весом тяжело заниматься с ребенком, т.к. необходима повышенная двигательная активность, ведь дети очень энергичны и не сидят долго на одном месте. В процессе подвижных игр или прогулок с ребенком, лишний вес может привести к возникновению отдышки, повышению кровяного давления, усталости молодой мамы.

К сожалению, зачастую после рождения ребенка женщина все свои силы и заботу отдает малышу, забывая про себя и откладывая проблемы с фигурой на потом, что является в корне неверным подходом [5].

В первые месяцы после родов большинство мам полностью растворяется в ребенке. Всё это вполне естественно, но тем не менее, необходимо находить время и на себя: от хорошего самочувствия мамы в первую очередь, зависит благополучие ребенка. Во-вторых, от этого зависит в целом семейное благополучие, т.к. большинство мужчин желают видеть рядом с собой стройную и спортивную спутницу жизни с красивой фигурой.

Информационное агентство «Новый день» провело исследование мнения мужчин на тему «Как быстро женщина должна прийти в форму после родов?» [3]. Полученные результаты отражены на рисунке 1.

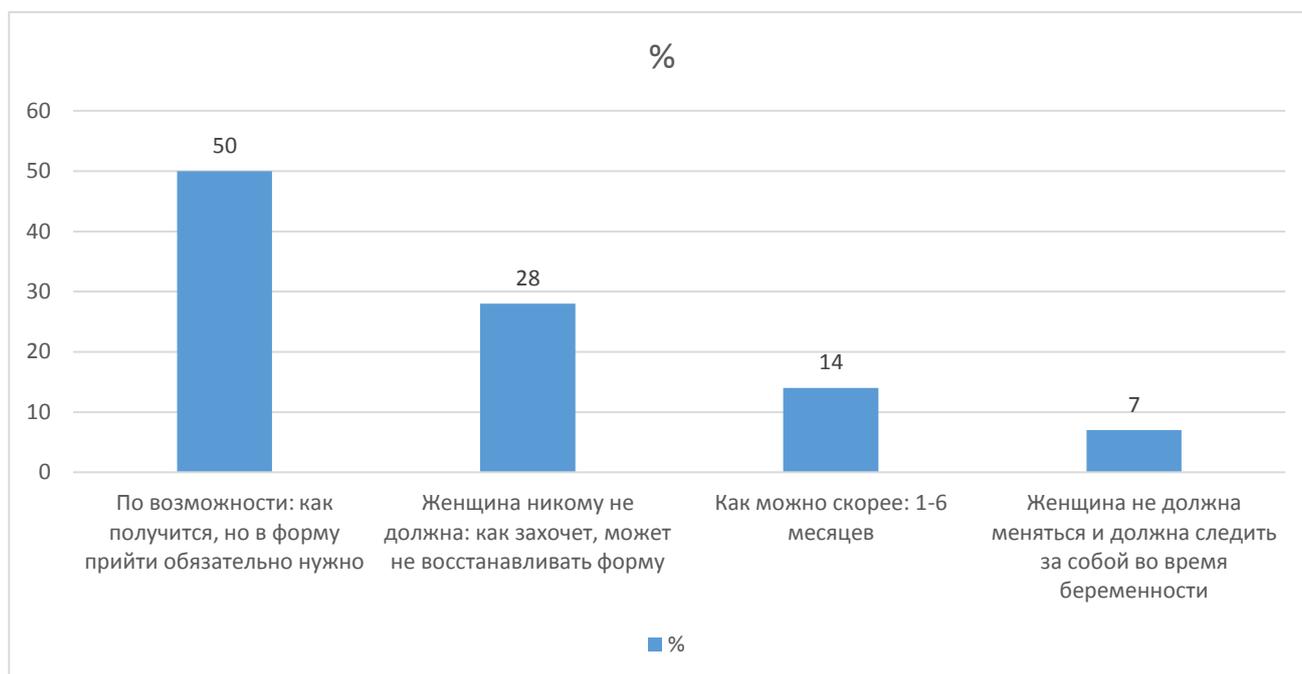


Рис. 1. Результаты исследования мнения мужчин на тему «Как быстро женщина должна прийти в форму после родов?»

Таким образом, более половины мужчин считают, что женщина обязана восстановить фигуру после родов. Но одним женщинам удастся вернуть свой прежний вес, не прилагая особых усилий, а для других потеря веса может занять довольно длительное время, включающее в себя различные диеты и физические упражнения. Большую помощь в этом направлении молодым мамам оказывают занятия фитнесом.

Здоровое питание и физическая активность – два фактора, которые могут улучшить ситуацию с ожирением и сопутствующими заболеваниями. В современном мире спорт приобретает все большую популярность. Многие девушки и женщины хотят похудеть, сбросить лишний вес, чтобы выглядеть красиво. Однако лишь не многие знают, как правильно похудеть в тренажерном зале.

Тренировка для женщин в зале является наиболее эффективной системой снижения уровня подкожного жира и, одновременно, корректировки формы

ягодичных мышц, груди, а так же объема талии, ног, рук, подчеркивания ключицы и решения прочих задач, которые ставят перед собой девушки. Тренажерный зал – это действительно наиболее эффективный способ корректировки фигуры.

Следует отметить, что среди знаменитостей также немало последователей фитнеса. Таким знаменитостям, как Джессика Альба, американская актриса Хлоэ Кардашьян, Майли Сайрус, Джулианна Хаф, Джефф Гросс, Леди Гага и другим фитнес помогает оставаться сильными и активными и вести здоровый образ жизни. Среди российских звезд к любителям фитнеса относятся: Мария Ивакова, Ани Лорак, Тина Канделаки, Ксения Бородина, Нюша, Настасья Самбурская.

Помимо благотворного воздействия на организм, улучшения выносливости, развития мышц, повышения гибкости, скорости и силы, фитнес также действует на умственное состояние (снижение стресса, повышение интеллектуальных возможностей).

Фитнес обычно практикуется в тренажерном зале или дома. Есть множество спортивных клубов на любой вкус: от недорогих залов до крупных фитнес-центров. В тренажерном зале или через социальные сети можно воспользоваться помощью тренеров, специализирующихся на фитнесе и обладающих большим опытом.

Однако, далеко не все женщины прибегают к восстановительному фитнесу после родов. Агентство «Медиа» в 2019 г. предприняло попытку установить, какие причины побуждают женщин отказаться от занятия фитнесом [6]. Полученные результаты отражены на рис.2.

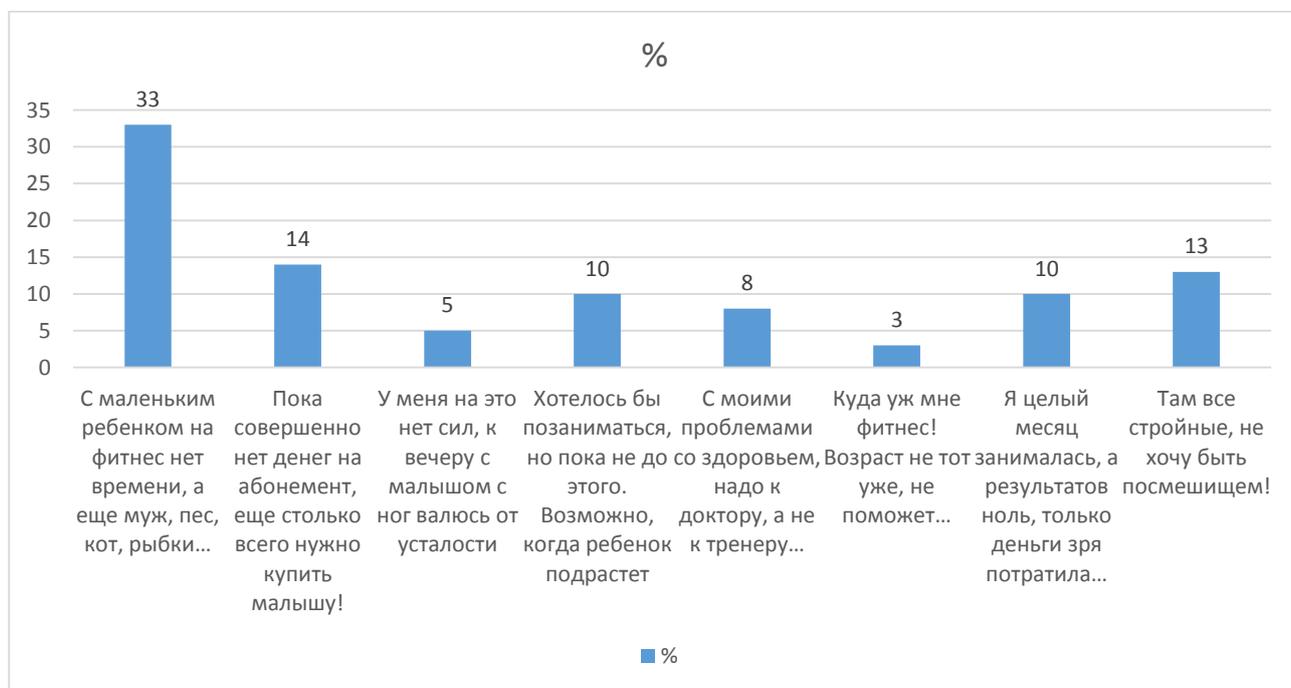


Рис. 2. Популярные причины, почему женщины не хотят заниматься фитнесом

Таким образом, полученные результаты показывают, что большинство женщин используют самые различные отговорки, чтобы не начинать занятия,

но в их основе лежит, чаще всего боязнь навредить своему здоровью, неуверенность в себе и послеродовая депрессия.

На самом же деле, физическая активность любой интенсивности может принести значительную пользу женскому здоровью. Однако упражнения с низкой интенсивностью требуют более длительных сеансов по сравнению с упражнениями с высокой интенсивностью, которые имеют серьезные преимущества даже при коротких сеансах [1, с. 34-36].

Ограничения по времени часто служат оправданием недостатка или отсутствия систематических физических упражнений, поэтому имеет смысл предложить те методы и комплексы упражнений, которые максимально сэкономят время молодых мам. Например, совместные тренировки с детьми, на которых женщине удастся сосредоточиться на своих ощущениях и не отвлекаться на ребенка, благодаря расположению его на себе с помощью специальной переноски – эргорюкзак.

Исследования показывают, что регулярная физическая активность может помочь снизить риск развития сразу нескольких заболеваний и избежать проблем со здоровьем в будущем, а затем улучшить и само качество жизни.

При планировании адекватной диеты при физических нагрузках необходимо поддерживать баланс силовых тренировок и правильного питания.

Рекомендовано уделять физическим нагрузкам до 30 минут ежедневно.

Основная концепция фитнеса: содействие здоровью и/или силе тканей тела. Но необходимо учитывать особенности тела женщины после родов.

Особое внимание в ранний послеродовой период необходимо уделить поперечной мышце живота для избежания проявления диастаза. Все разрешенные упражнения должны выполняться с учетом активации этой мышцы.

При составлении программы, важно учитывать возможные послеродовые осложнения: симфизит, диастаз, повышенную подвижность суставов и ослабление связок тазового дна.

Все рекомендации по ограничениям в фитнесе распространяются в течение года после родов, либо до полного отсутствия проявлений слабости мышц тазового дна и диастаза. Именно по этой причине не рекомендуются бег и прыжки (скакалка, батут), активный стрейчинг, элементы йоги с прогибами и раскрытием рёбер, вакуум живота. Поэтому перед началом тренировок желательно проконсультироваться с профессиональным тренером для составления индивидуальной программы [2, с. 188-190].

В чем состоят психологические преимущества фитнеса? Подобные занятия придают уверенность и чувство собственного достоинства. Если женщина не будет уверена в своих силах, у нее в итоге будут недостаточные результаты. Если женщина сомневается в своих способностях достичь этой цели, то ее попытки, скорее всего, потерпят неудачу. Однако, с достаточной последовательностью и педантичностью изо дня в день в течение нескольких лет, занимаясь фитнесом в конечном итоге можно узнать, что каждый человек имеет достаточные физические возможности для достижения цели, при

правильном психологическом подходе. Здесь следует подчеркнуть, что психологическое состояние (мотивация к физическим упражнениям) является ключевым моментом при занятиях фитнесом, при этом важной составляющей является самодисциплина, которой необходимо придерживаться.

Ежедневная физическая активность может помочь предотвратить сердечные заболевания путем укрепления сердечной мышцы, снижения кровяного давления, повышения уровня липопротеинов высокой плотности (ЛПВП) (хорошего холестерина) и снижения уровня липопротеинов низкой плотности (ЛПНП) (плохого холестерина), улучшения кровообращения и повышения работоспособности сердца. Оптимизация каждого из этих факторов может обеспечить дополнительные преимущества за счет снижения риска заболевания периферических сосудов.

Регулярная физическая активность может снизить кровяное давление у людей с гипертонией. Физическая активность уменьшает жировые отложения, которые связаны с высоким кровяным давлением.

В настоящее время фитнес рассматривается как комплекс упражнений, направленный на улучшение человеческого организма с точки зрения повышения тонуса его мускулатуры и улучшения деятельности сердечно-сосудистой системы.

Еще одним интересным фактом в истории фитнеса является концепция упражнений под музыку. Фитнес-программы в настоящее время эволюционировали и стали более гармоничными.

Физическая активность помогает уменьшить жировые отложения, развивая или сохраняя мышечную массу и улучшая способность организма использовать калории. Когда физическая активность связана с правильной диетой, она может помочь контролировать вес и предотвратить ожирение, что является основным фактором многих заболеваний. Заниматься спортом должно быть так же естественно, как принимать душ, это должно быть частью гигиены жизни любого человека.

Таким образом, спорт - это не только отличный способ похудеть, физическая активность предлагает гораздо больше, чем просто потерю лишних килограммов, если она сочетается с правильным питанием. Фитнес - это мощный союзник иммунной системы, когнитивных способностей и хорошего настроения женщин. Занятия фитнесом начинаются с выбора фитнес-программы. Как уже упоминалось выше, программу для женщины после родов должен составлять тренер, имеющий соответствующую специализацию. Подбор специализированных средств и методов при работе с определенными группами является основным критерием эффективности проводимых занятий. Кроме того, методика проведения комплексных занятий должна обязательно учитывать особенности женского организма, восстанавливающегося после беременности и родов.

Список литературы

1. Войтик Е.А. Спортивный медиатекст: закономерности становления и парадигма развития: дисс. ... докт. филол. наук. СПб, 2016. 245 с.
2. Глахан Л.М. Две стороны одной монеты: Фитнесс. Тренинг // Сила и красота. 2020. N 10. С. 76-81.
3. Итоги опроса: более половины мужчин считают, что женщина обязана восстановить фигуру после родов // Общество, 13.09.2021 URL: <https://newdaynews.ru/society/735842.html> (дата обращения: 24.11.2022)
4. Каниева Д. Как вернуть прежнюю фигуру после родов: теория и практика / Д. Каниева URL: <https://medcentr-diana-spb.ru/endokrinologiya/kak-vernut-prezhnyuyu-figuru-posle-rodov-teoriya-i-praktika/> (дата обращения: 24.11.2022)
5. Первушина Е. В. Восстановление после родов. СПб.: Издательство «Невский проспект», 2019. 160 с.
6. Популярные причины, почему женщины не хотят в тренажерный зал URL: https://musthaveforyou.mediasole.ru/populyarnye_prichiny_pochemu_zhenschiny_ne_hotyat_v_trenazhernyy_zal (дата обращения: 24.11.2022)
7. Семенова Д.С. Калькулятор веса при беременности URL: <https://yandex.ru/health/turbo/articles?id=5604> (дата обращения: 24.11.2022)

ACTUAL PROBLEMS OF ATTRACTING WOMEN TO RESTORATIVE FITNESS AFTER CHILDBIRTH

E.V. Gorelova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Annotation. The article is devoted to the review of modern problems of attracting women to restorative fitness after childbirth, the restructuring of the female body during pregnancy and childbirth is considered, the influence of fitness on the female body is analyzed.

Keywords: pregnancy, childbirth, recovery period, fitness, postpartum recovery.

ПОДГОТОВКА КАДРОВ ДЛЯ СФЕРЫ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК ПРИОРИТЕТНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ

Ю.А. Гриневич, Д.М. Костенко

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В настоящее время развитие сферы информационных технологий является приоритетным для экономики и экономической безопасности России. Наблюдается недостаток кадровых ресурсов в данной сфере, поэтому обеспечение кадровыми ресурсами сферы информационных технологий является одним из наиболее приоритетных направлений в высшем образовании.

Ключевые слова: подготовка кадров, высшее образование, информационные технологии.

Сфера информационных технологий является одним из основополагающих видов деятельности с точки зрения дальнейшего экономического развития и экономической безопасности. В настоящий момент именно ее развитие лежит в основе всех остальных видов деятельности и сфер, может способствовать значительному росту ВВП и обеспечению экономической безопасности государства. В последние годы доля деятельности в области информации и связи в ВВП составляет не более 2,5% (табл.1), при этом численность занятых в этой сфере также колеблется в районе 2% [Российский статистический ежегодник]. В настоящий момент в отрасли существует недостаток квалифицированных кадров.

Таблица 1. Динамика показателя Деятельность в области информации и связи в структуре ВВП РФ в 2016-2021 (% в ВВП)

	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Деятельность в области информации и связи	2,5	2,5	2,5	2,5	2,6	2,5	2,8

Источник: [3]

Однако сфера информационных технологий в России динамично развивается, этому немало поспособствовала также пандемия Covid19, приведшая к активному использованию дистанционных технологий, широкому использованию информационных ресурсов (табл.2).

Таблица 2. Динамика валовой добавленной стоимости в сфере деятельности в области информации и связи по отношению к 2019 (%)

Вид экономической деятельности	2021/2020	2020/2019	2021/2019
Деятельность в области информации и связи	8,1	1,8	10,1

Источник: [2]

Проблема недостаточного количества квалифицированных кадров может быть решена путем привлечения студентов на направления связанные с информационными технологиями, информации и связи. Численность студентов, обучающихся по направлениям подготовки Информатика и вычислительная техника с 2015 по 2021 год (табл. 3), выросла на 53% в бакалавриате и на 31% в магистратуре. Это можно объяснить особой значимостью сферы информации в экономике. При этом численность студентов бакалавриата и магистратуры в целом по всем направлениям подготовки в ВУЗах снизилась на 18% за период 2015-2021.

Таблица 3. Динамика численности студентов бакалавриата и магистратуры по направлению Информатика и вычислительная техника и в целом по всем направлениям подготовки в 2015 и 2021 (тыс. чел.)

	2015	2021
Программы бакалавриата – все направления	866,6	708,9
Направление подготовки 09.03 бакалавриат	37,5	57,4
Программы магистратуры – все направления	207,5	218,1
Направление подготовки 09.04 магистратура	9,2	12,1

Источник: [1]

При анализе структуры обучающихся на бакалавриате и в магистратуре Информатика и вычислительная техника по направлениям подготовки следует отметить, что доля обучающихся в общем количестве по программам бакалавриата сравнялась по трем основным направлениям подготовки и составила между 25 и 30% от общей численности (табл.4), рост обучающихся наблюдается среди студентов, обучающихся по направлению Программная инженерия.

Таблица 4. Структура студентов бакалавриата и магистратуры по направлениям Информатика и вычислительная техника 2015 и 2021 (% к общей численности студентов)

	Бакалавриат		Магистратура	
	2015	2021	2015	2021
Прикладная информатика	31,8	29,9	22,0	29,9
Информатика и вычислительная техника	37,1	28,6	39,1	28,6
Информационные системы и технологии	22,1	25,7	25,0	25,7
Программная инженерия	9,0	15,8	13,9	15,8

Источник: расчет авторов на основании [1]

Подводя итог необходимо отметить, что в условиях санкционного давления, ограничивающего доступ к современным IT технологиям, следует наращивать количество специалистов в сфере информационных технологий, что одновременно будет служить фактором повышения экономической безопасности. Увеличение численности специалистов в области информационных технологий приведет к перестройке всех сфер и процессов, будет способствовать внедрению и распространению достижений научно-технического прогресса, повышению конкурентоспособности, расширению процессов цифровизации, перехода экономики с ресурсного вектора развития и ориентацию ее на инновационное развитие.

Список литературы

1. Официальный сайт Министерства Образования и науки РФ. URL: <https://minobrnauki.gov.ru/action/stat/highed/> (дата обращения 19.03.2022)
2. Официальный сайт ФИНАМ. URL: <https://www.finam.ru/publications/item/ekonomika-v-2021-godu-rekordnyiy-s-2008->

go-rost-vvp-i-cenovogo-indeksa-neravnomernost-vosstanovleniya-po-sektoram-20220221-092300/ (дата обращения 10.11.2022).

3. Национальные счета России в 2013-2020 годах: Стат. сб./ Росстат. – М., 2021. 429 с.. URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/210/document/13221> (дата обращения 10.11.2022)

PERSONNEL TRAINING FOR THE FIELD OF INFORMATION TECHNOLOGY AS A PRIORITY IN HIGHER EDUCATION

Yu. Grinevich, D.M. Kostenko

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The development of information technology is a priority for the economy and economic security of Russia. There is a shortage of human resources in this area, therefore, the provision of human resources in the field of information technology is one of the most priority areas in higher education.

Keywords: personnel training, higher education, information technology.

ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ В СФЕРЕ ТУРИЗМА И ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА

Ю.А. Гриневич, Д.М. Костенко

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В настоящее время в рамках развития сферы услуг бурное развитие во многих странах получила сфера туризма и гостеприимства. В России данное направление становится все более приоритетным, т.к. во многих регионах развиваются туристические маршруты, формируются туристические кластеры, строятся новые гостиницы. Развитие данной сферы может стать мощным толчком для экономического роста, как в ряде регионов, так и в стране в целом. Однако, существует недостаток квалифицированных кадров в данной сфере. Подготовка кадровых ресурсов для индустрии туризма и гостеприимства является одним из наиболее приоритетных направлений в высшем образовании.

Ключевые слова: индустрия туризма и гостеприимства, подготовка кадров, высшее образование.

Сфера туризма и гостеприимства может стать значимой точкой роста для многих регионов Российской Федерации. В последние годы (до пандемии) отмечался рост въездного и выездного туризма, а также путешествий по России, последний показатель значительно возрос и в 2022, в связи с санкциями и закрытием границ. К сожалению, за период пандемии 2019-2021 сокращение деятельности гостиниц и предприятий общественного питания составило 5,9%[3]. Для увеличения туристических потоков необходимо создавать туристические маршруты, увеличивать численность гостиниц, расширять индустрию гостеприимства, при этом улучшая качество предоставляемых услуг. Во многих регионах развиваются туристические маршруты, строятся новые гостиницы, формируются туристические кластеры, однако в отрасли

существует недостаток квалифицированных кадров. В частности в сфере деятельность гостиниц и предприятий общественного питания заняты только около 2,5% от общей численности [4]. При этом развитие индустрии туризма и гостеприимства может способствовать значительному росту ВВП, привлечению инвестиций, увеличению занятости и росту доходов, как в самой отрасли, так и в смежных видах деятельности.

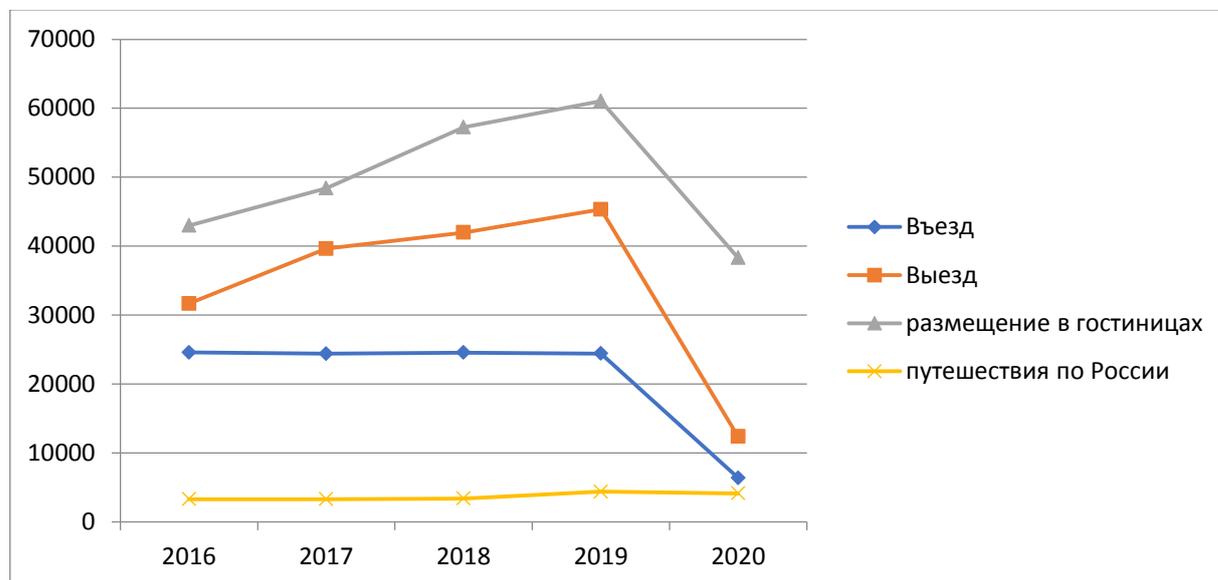


Рис. 1. Число туристических поездок, путешествий по России и размещения в гостиницах в 2016-2020, тыс. чел.

Источник: по данным [1; 4]

В настоящий момент необходимо увеличить количество специалистов в рассматриваемой сфере. За последние годы численность студентов в рамках 43 группы Сервис и туризм, обучающихся в рамках бакалавриата значительно сократилась (с 13,29 тыс. в 2015 до 9,99 тыс. в 2021), что составило порядка 25% (табл.1). Однако наблюдается рост обучающихся в магистратуре по указанному направлению (27%).

Таблица 1. Динамика численности студентов бакалавриата и магистратуры по направлению Сервис и туризм и в целом по всем направлениям подготовки в 2015 и 2021 (тыс. чел.)

	2015	2021
Программы бакалавриата – все направления	866,6	708,9
Направление подготовки 43.03 бакалавриат	13,29	9,99
Программы магистратуры – все направления	207,5	218,1
Направление подготовки 43.04 магистратура	1,495	1,906

Источник: [2]

При анализе структуры обучающихся на бакалавриате и в магистратуре в рамках 43 группы Сервис и туризм по направлениям подготовки следует отметить, что доминирующей является доля обучающихся по направлению

Туризм (табл.2), в магистратуре она составляет 62,7%. Снижение численности следует отметить среди обучающихся по направлениям Сервис (в бакалавриате и магистратуре) и Гостиничное дело (в магистратуре), что может негативно повлиять на развитие данных видов деятельности в будущем.

Таблица 2. Структура студентов бакалавриата и магистратуры по направлениям в рамках группы 43 Сервис и туризм 2015 и 2021 (%)

	Бакалавриат		Магистратура	
	2015	2021	2015	2021
Всего Сервис и туризм	100	100	100	100
Сервис	34,19	31,01	21,51	18,73
Туризм	46,08	41,10	58,45	62,74
Гостиничное дело	19,73	27,90	20,04	18,53

Источник: расчет авторов на основании [2]

Рассмотрение структуры финансирования образования в рамках направления 43 Сервис и туризм, следует также отметить, что на уровне бакалавриата только половина мест (а в Гостиничном деле около 33%) финансируется за счет государственного бюджета в 2021, в магистратуре данный показатель значительно выше и составляет 85-90% в зависимости от направления (табл.3).

Таблица 3. Доля бюджетных мест бакалавриата и магистратуры по направлениям в рамках группы 43 Сервис и туризм 2015 и 2021 (% от общей численности принятых на направление)

	Бакалавриат		Магистратура	
	2015	2021	2015	2021
Сервис	32,93	56,13	67,86	90,49
Туризм	36,03	55,53	62,15	85,01
Гостиничное дело	30,56	33,48	61,37	85,86

Источник: расчет авторов на основании [2]

При этом следует также отметить, что рост доли бюджетных мест не связан со значительным фактическим ростом количества мест. Рост показателя в рамках бакалавриата в 2021 году по сравнению с 2015 связан с сокращением количества желающих обучаться на платной основе (рост числа бюджетных мест не превышает 20%). Однако, в магистратуре количество бюджетных мест возросло практически вдвое по всем направлениям (табл.4).

Таблица 4. Количество бюджетных мест бакалавриата и магистратуры по направлениям в рамках группы 43 Сервис и туризм 2015 и 2021 (чел.)

	Бакалавриат		Магистратура	
	2015	2021	2015	2021
Сервис	1326	1564	190	370
Туризм	2005	2112	571	931
Гостиничное дело	731	875	165	327

Источник: расчет авторов на основании [2]

Подводя итог необходимо отметить, что в условиях пандемии COVID19 и санкций, применяемых западными государствами, происходит ограничение внешних туристических потоков, и большая часть россиян переориентируется на внутренний туристический рынок. Данная тенденция вызывает необходимость развития внутреннего туризма и индустрии гостеприимства. Для повышения качества обслуживания и увеличения количества предприятий в данной сфере, необходимо значительное количество специалистов. Подготовка кадров в рамках высших учебных заведений может способствовать развитию рассматриваемой сферы, а также большого количества смежных видов деятельности, что будет способствовать экономическому росту экономики России.

Список литературы

1. Гриневич, Ю. А. Развитие туризма в кризисных условиях / Ю. А. Гриневич, А. В. Виноградова // Приоритетные направления и проблемы развития внутреннего и международного туризма: Материалы VII Международной научно-практической конференции, пгт Форос, Ялта, Республика Крым, 13–14 мая 2022 года. – Симферополь: Общество с ограниченной ответственностью «Издательство Типография «Ариал», 2022. – С. 199-203. – EDN JWFUQI. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49594621>
2. Официальный сайт Министерства Образования и науки РФ. URL: <https://minobrnauki.gov.ru/action/stat/highed/> (дата обращения 19.03.2022)
3. Официальный сайт ФИНАМ. URL: <https://www.finam.ru/publications/item/ekonomika-v-2021-godu-rekordnyiy-s-2008-go-rost-vvp-i-cenovogo-indeksa-neravnomernost-vosstanovleniya-po-sektoram-20220221-092300/> (дата обращения 10.11.2022).
4. Российский статистический ежегодник. 2021: Стат.сб./Росстат. – Р76 М., 2021 – 692 с. URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/210/document/12994> (дата обращения 10.11.2022)

PERSONNEL TRAINING FOR THE FIELD OF INFORMATION TECHNOLOGY AS A PRIORITY IN HIGHER EDUCATION

Yu. Grinevich, D.M. Kostenko

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. Within the framework of the service sector development, the tourism and hospitality sector has received rapid development in many countries. In Russia, this field is becoming a priority in economic policy, because tourist routes are developing in many regions, tourist clusters are being formed, new hotels are being built. The development of this sphere can become a powerful impetus for economic growth, both in many regions and in the country as a whole. However, there is a shortage of qualified personnel in this field. The training of human resources for the tourism and hospitality is one of the most priority areas in higher education.

Keywords: tourism and hospitality, personnel training, higher education.

ТЕКУЩАЯ СИТУАЦИЯ И ПОТЕНЦИАЛ РАЗВИТИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В АЗЕРБАЙДЖАНЕ

И.Г. Гулиев, Г.И. Гулузада

*Азербайджанский Государственный Экономический Университет,
Азербайджанский Университет Кооперации*

Аннотация. Развитие ненефтяного сектора занимает особое место в современной экономической стратегии Азербайджана. Природно-экономический потенциал страны закладывает основу для развития сельского хозяйства и туризма. Хотя многие виды туризма в Азербайджане находятся в стадии развития, имеющийся потенциал еще не используется. С одной стороны, это связано с размещением наших соотечественников, покинувших свои дома в результате армянской оккупации, в туристических заведениях, а с другой стороны, с нехваткой профессиональных кадров. В представленной статье мы постараемся поделиться своими взглядами о состоянии и перспективах использования лечебно-термальных вод нашей страны.

Ключевые слова: дебет, источник, минеральные, термальные, санатория, курорт, качество

В Азербайджане имеется более 1500 минеральных и термальных вод, 4 грязевых вулкана с целебными свойствами и один целебный нефтяной источник. По характеру распределения минеральных и термальных вод в республике наибольшее количество минеральных вод распространено на Малом Кавказе и Нахчыване, а термальных вод – на Талыше, Большом Кавказе и Абшероне.

Источники минеральной воды Нахчывана состоят из более чем 250 минеральных вод. В Нахчыване преобладают гидрокарбонатные, хлоридные, углекислые воды. Общий дебет составляет 240 млн литров. Бадамлы (1070 м³/сутки), Дарыдаг (4500 м³/сутки), Тили (2000 м³/сутки), Вайхыр (270 м³/сутки), используемые в качестве лечебно-столовых вод в Нахчыване. сутки), Садерак (500 м³/сутки) и др. Минеральные воды в Нахчыване делятся на 6 типов и 16 подтипов, из которых 18% их содержания составляют углекислые и гидрокарбонатные воды. 35% газированной воды Азербайджана сосредоточено

в Нахчыване. Благодаря целебным свойствам упомянутых минеральных вод и высокой скорости потока качество вод выше, чем качества воды Тироля на юге Италии и Франсадык Луя. На базе этих минеральных вод работают 2 современные бальнеологические лечебницы. Санатории Джульфа и Сираб, бальнеологический курорт на Дуздагском месторождении Нахчывана имеют международное значение. Физиотерапевтическая больница на 60 коек, действующая с 1979 года, обслуживает более 2000 пациентов в год на базе соляных копей у села Беюк Дуз Бабекского района [2.с. 314].

Термальные источники Апшерона состоят из бромных и сероводородных вод. К известным термальным водам Апшерона относятся мыс Ших, Сураханы, Бильгях и Гала. Суммарный дебит этих вод составляет 140 тыс. л/сут. Температура в этих источниках воды высокая (25-35 градусов). Применяется при лечении кожи и органов опорно-двигательного аппарата. На базе этих вод действует санаторий «Ших» на 200 мест.

В Лянкаран-Астаринском регионе обнаружено более 100 источников термальных вод. Состав термальных вод сероводородный, сероводородный и хлоридно-натриевый, температура достигает 40-80 градусов. Так как в нем содержится много серы, его целебные свойства выше. Этими водами лечат сердечно-сосудистые и кожные заболевания. К многоводным термальным водам района относятся Эркиван, Анджи, Мешасу, Биласар, Кызылджа, Котурсу, Истису, Дашванд, Гариблер и др. На базе этих вод действуют лечебные пансионаты на 400 мест в Лянкяране, лечебные ванны в Истису и Дашвенде. Термальные воды в Лянкаране имеют тот же состав, что и термальные воды, расположенные на побережье Черного моря и на Анадолинском плато Турции. Термальные воды в Лянкаране превосходят термальные воды в Пакубукгале и Бодруме благодаря своей высокой скорости течения и целебным свойствам.

В Шеки, Закатале и Ширване находится более 20 термальных вод и их общий дебит составляет более 400 000 л/сутки. Содержание этих вод отличается высокой минерализацией. В основном это гидрокарбонатные и сернистые воды. Указанные минеральные воды могут быть использованы при лечении различных урологических, желудочных и желчевыводящих заболеваний. К минеральным источникам с высоким дебитом региона относятся Дженги, Чухурюрд, Басгал, Бадо и др. Хотя в Илису есть лечебный пансионат на 100 мест, в Гахе организовано производство минерально-столовой воды, а другие минеральные воды используются редко.

Минеральные и термальные воды Губа-Хачмаза состоят из гидрокарбонатных и сернистых минеральных вод. Его дебит составляет более 1 млн л/сутки и он состоит из более чем 30 источников. К минеральным водам с высоким дебитом относятся к источникам Халтан, Чини, Хаши, источник Сона и Пирбановша в Губинском районе. Минеральные воды расположены на высоте 1200-1800 м. Он окружен экзотическим ландшафтом. В настоящее время в Халтане и Хаши действуют лечебные ванны местного значения. В Шабране насчитывается более 10 источников минеральной воды, среди

которых наиболее известны Галаалты, Дузбилиджи и Зейва. Дебет термальной воды Галаалты составляет более 200000 л/сутки. Он состоит из более чем 20 родников, расположенных близко друг к другу. По своим целебным свойствам она превосходит чешскую Карловарскую воду. В настоящее время на базе этой минеральной воды работает санаторно-курортный комплекс на 296 мест.

В Карабахском экономическом районе насчитывается более 100 источников минеральной воды, основная часть которых сосредоточена в Шуше и Кельбаджаре. Суммарный дебит около 10 минеральных источников здесь составляет 400000 л/сутки. Эти воды обладают высокой терапевтической ценностью. К многоводным минеральным водам Шуши относятся источники Туршсу, Ширлан и Нураддин. В Кельбаджаре имеется более 20 источников воды, расположенных близко друг к другу. В их состав входят гидрокарбонатные воды и их дебет составляет более 1 млн. литров. Можно отметить, что в Истису действует курортно-санаторный комплекс на 563 места и производство столовой воды производственной мощностью 100 000 декалитров в год. Источники минеральной воды Лачин, Минкенд, Готурсу и Ахмедлы имеют высокий дебет. Он состоит в основном из хлоридных вод [4 с.137].

Минеральные и термальные воды Гянджа-Казахского региона более сконцентрированы в Кедабеке, Геранбое и Ханларе. В Кедабеке более 50 источников минеральной воды. Входящие в их состав гидрокарбонатные и сульфидные воды применяется при лечении сердечно-сосудистых и желудочных заболеваний. Расчетный дебет их превышает 600-650 тыс. л/сутки. Среди наиболее известных минеральных вод превосходят Славянка, Галаканд, Чалдаг, Кызылка, Нарзан, Мормор и др. В настоящее время эти минеральные воды не используются в бальнеологических курортных целях. В Славянке начато производство минеральной столовой воды. Лечебную нефть из Нафталана добывают с XV века. Существует 4 источника этого лечебного масла. Это масло используется для лечения нервных, гинекологических, урологических и кожных заболеваний, а также для изготовления лекарств. На их базе был построен санаторно-курортный комплекс на 3050 мест. Уровень использования ресурсов бальнеологического туризма в стране составляет не более 5%. Имеется санаторно-курортный комплекс на 11124 места и бальнеологические курорты на 1320 мест, принадлежащие частным компаниям в составе акционерного общества «Курорт». АО также имеет возможность обслуживать клиентов в санаторно-курортных учреждениях на 2177 мест. В последние годы 1625 мест были отремонтированы и введены в эксплуатацию по современным стандартам.

Помимо других регионов, в столице Азербайджана и окрестных населенных пунктах есть учреждения, которые выделяются своим историческим и лечебным значением. Хотели бы дать подробную информацию о некоторых из них.

Санатория «Гюнешли» находится в поселке Мардакан. Применяется при лечении сердечно-сосудистых и респираторных заболеваний. В первые годы

его строительства сервис был на высоком уровне. Однако с распадом СССР деятельность санаториев практически прекратилась. В 1990-94 годах в этот санаторий была помещена часть наших соотечественников, ставших беженцами из родных мест. В настоящее время в санатории имеется 2331 место, которые могут обслуживать больных, работая круглогодично. Кроме них, в окрестных селах столичного города Баку действуют санатории Гарангуш, Пиршаги и Араз. Одним из таких оздоровительных центров является санаторий желудочно-кишечного тракта «Абшерон», расположенный в поселке Мардакан, в самом сердце зелени. Этот очистной комплекс был создан в 1949 году на базе небольшого дома отдыха, построенного для нефтяников. Санаторий, который раньше имел всего 50 коек, за короткое время значительно разросся и количество коек здесь доведено до 350. В настоящее время он может работать на половине своей мощности.

Таблица 1. Статистические показатели некоторых санаторно-курортных лечебных учреждений

Наименование учреждений	Количество номеров	В том числе номер		
		класс люкс	I класс	туристический класс
Санатория А	90	12	78	----
Санатория Гюнешли	175	45	130	----
Санатория Мардакан	42	9	11	22
Санатория Гарангуш	54	23	----	31
Санатория Хазар	58	12	31	15

Как видно из таблицы, большая часть действующих в стране лечебно-санаторных учреждений состоит из организаций, подведомственных Акционерному обществу «Курорт». Доля частных организаций в санаторно-курортных учреждениях очень низка. Помимо очистных сооружений «Исти су» (Масаллинский район), «Енгеджа (Габалинский район) и «Дуздаг», которые были созданы в последние годы, другие находятся в ведении акционерного общества «Курорт». Причина этого в том, что оздоровительный туризм, в отличие от других направлений туризма, является дорогостоящим, приносит прибыль с опозданием и не хватает профессиональных кадров в этой области.

Санатория Галалты благодаря своему лечебному значению привлекает внимание местных и иностранных туристов. Курорт Галаалты расположен на северо-востоке Большого Кавказского хребта, на высоте 650-700 метров над уровнем моря. Минеральная вода содержит углеводно-кальциево-магниево-содовые составляющие. Это повышает его качество. Эксперты сравнивают Галаалты с лечебной водой Нафтусия курорта Трусковец и подчеркивают, что Галаалты превосходит его по ряду качеств. Тот факт, что его вода имеет температуру 09-23 градуса, доказывает, что она циркулирует в относительно глубоком слое. В

воде содержится 0,7-0,9 г/л минеральных веществ. Среди них есть сера, кальций, магний, хлор, натрий и другие элементы, имеющие большое терапевтическое значение. Помимо основных компонентов, вода содержит железо, марганец, слюду, титан, литий, свинец, цинк и др. элементы.

Наличие богатого экзотического ландшафта вокруг санатория Галаалты повышает его значение для отдыха и туризма. С этой точки зрения возможна организация рядом с санаторием комплексной базы отдыха, которая может заключаться в улучшении существующих инфраструктурных условий и восстановлении дорог.

В дополнение к вышеизложенному следует отметить, что в настоящее время беженцы и вынужденные переселенцы размещаются в 47% санаториев, действующих в стране. Бальнеологические санатории, принадлежащие частным предприятиям, в стране не развиты.

Реформы, проводимые в сфере курортно-лечебного туризма в последние годы, повышение интереса малого и среднего бизнеса к этой сфере будут стимулировать его развитие. Так, как предусмотрено в госпрограмме, в стране планируется изучить ресурсы целебных минерально-термальных вод, использовать целебные грязи Абшерона, целебную нефть Нафталана, создать санатории для организации лечения с грязи и климата.

Список литературы

1. Azərbaycan Respublikasında ixtisaslaşmış turizm sənayesinin inkişafına dair Strateji Yol Xəritəsi, Bakı 2016
2. Əlirzayev Ə.Q. Turizmin iqtisadiyyatı və idarə edilməsi. Bakı, 2011.
3. Азизов А.А. Пути эффективного развития предпринимательства в сфере туризма Азербайджана. Баку 2018.
4. Тагиев И.И. Ресурсы минеральных и термальных вод Азербайджана. Баку, 2001.
5. Морозов М. А., Морозова Н. С. Экономика туризма, учебник, Москва, 2019.
6. Интернет-ресурсы

CURRENT SITUATION AND DEVELOPMENT POTENTIAL OF HEALTH TOURISM IN AZERBAIJAN

I.G. Guliyev, G.I. Guluzada

Azerbaijan State Economic University, Azerbaijan University of Cooperation

Abstract. The development of the non-oil sector occupies a special place in the modern economic strategy of Azerbaijan. The natural and economic potential of the country lays the foundation for the development of agriculture and tourism. Although many types of tourism in Azerbaijan are under development, the existing potential is not yet used. On the one hand, this is due to the placement of our compatriots who left their homes as a result of the Armenian occupation in tourist establishments, and on the other hand, with a lack of professional personnel. In this article, we will try to share our views on the state and prospects for the use of therapeutic thermal waters in our country.

Keywords: debit, source, mineral, thermal, sanatorium, resort, quality.

СУЩЕСТВУЮЩИЕ ПРОБЛЕМЫ В ТУРИСТИЧЕСКОЙ СФЕРЕ АЗЕРБАЙДЖАНЕ И ПУТИ ИХ ПРЕОДЕЛЕНИЯ

З.М. Гусейнова

Азербайджанский Университет Кооперации

Аннотация. В статье оценен потенциал природных ресурсов, определяющий развитие туризма в Азербайджане, определены роль и перспективы туризма в развитии ненефтяного сектора экономики страны. Автор выявил существующие проблемы в развитии туристической сферы и внес предложения по их устранению.

Ключевые слова: туристический сектор, природно-ресурсный потенциал, Азербайджан.

Сколько бы новых туристических возможностей ни создавалось изо дня в день, туризм в Азербайджане развивается по одной линии. В нашей стране есть большой потенциал для развития туризма. Хорошо развит как городской, региональный, так и сельский туризм. Конечно, большую роль здесь играет и географический фактор. Красивые ландшафты природы в окрестностях города, достопримечательности создают условия для развития горного и водного туризма, являющихся видами экологического туризма. Красота природы завораживает как местных, так и иностранных туристов.

В странах мира, особенно в странах Европы, внутренний туризм рассматривается как фактор, дополняющий иностранный туризм. В нашей республике внутренний туризм понимается как альтернатива зарубежному туризму. С этой точки зрения проблема проявляется. Для решения проблемы необходимо повышать уровень образования и дальше формировать туристический рынок.

Как и в Европе, в Азербайджане должен применяться принцип «туризм для всех». Например, 91% французов выбирают свою страну для отдыха. Внутренний рынок формирует 67% туристического сектора во Франции, 50% в Германии и 67% в Италии.

С началом летнего туристического сезона увеличилось количество туристов, приезжающих в Азербайджан. В прошлом году большинство гостей были гражданами стран Персидского залива, а в этом году их ряды пополнили граждане Европы и Азии. Для некоторых стран Азербайджан уже стал традиционным туристическим рынком.

Гости из стран Персидского залива составляют пятую часть всех туристов. Мы много работаем, чтобы привлечь туристов из стран Юго-Восточной Азии. За шесть месяцев текущего года количество граждан из Европейского Союза увеличилось на 10 процентов [1].

Сегодня индустрия туризма в Азербайджане складывается в новом формате. Государство поддерживает развитие в этой сфере. Сектор туризма принимает меры для обеспечения того, чтобы он был прибыльным в течение всего года. С этой точки зрения планируется предоставление льгот предпринимателям, проводятся реформы в сфере транспорта и

инфраструктуры. Основная рекомендация Государственного агентства по туризму для предпринимателей – предоставлять качественные услуги.

Туристические агентства также должны быть заинтересованы в предоставлении полезных предложений. Эксперты считают, что предлагаемые турпакеты должны показывать ценность специальных услуг. Местные туристические компании предлагают различные пакеты.

Государственное агентство по туризму провело социологическое исследование проблем, с которыми сталкиваются иностранные туристы в Азербайджане. Наиболее тревожными для туризма факторами являются разная ценовая политика, нехватка кадров в этой сфере и языковая проблема. Государственное агентство предпринимает шаги для решения этих вопросов.

Туризм является экономическим и социальным явлением. На протяжении десятилетий туризм неуклонно развивался и углублял диверсификацию, чтобы стать одним из динамично развивающихся секторов экономики. Он тесно связан с развитием современного туризма и охватывает количество людей, направляющихся в новые направления. Эта динамика стала основным критерием социально-экономического развития туризма.

Сегодня объем туризма равен или превышает экспорт нефти, продуктов питания или автомобилей. В развитых странах это глобальное распространение туризма создало экономические преимущества и выгоды для занятости во многих секторах, от сельского хозяйства до телекоммуникаций. Вклад туризма в экономическое благосостояние зависит от качества туристического предложения и дохода.

Азербайджан – прекрасная страна с богатыми природными ресурсами, древней культурой и историей. Азербайджан является одним из древнейших мест человеческой цивилизации. Здесь люди участвуют в каждом этапе исторического развития.

Наше время сохранило для нашего поколения ряд древних археологических и архитектурных памятников. Примеры древних каменных щипцов, рукописей и ковров, сохранившихся с древнейших времен до наших дней, могут дать очень подробную информацию тем, кто захочет и сможет их прочитать. Если вы хотите понять Азербайджан и узнать его интересную историю и культуру, вам нужно посмотреть на эту страну и ее жителей глазами старого друга.

«Открытые двери», проводимые правительством Азербайджана, и проводимая в республике политика социально-экономических реформ и демократизации общества позволили расширить кругозор независимых граждан Азербайджана. Они получают большие возможности для посещения зарубежных стран. Визиты иностранцев в Азербайджан также увеличиваются с каждым днем [2].

Азербайджан имеет большой потенциал для развития индустрии туризма – с такими интересными местами, как древние города, дворцы, крепости, гробницы и мечети.

Важнейшей экономической особенностью деятельности туристического сектора является помощь трем основным приоритетным целям развивающихся стран: доход, занятость и иностранные источники дохода. В связи с этим сфера туризма занимает важное место как динамичная сила экономического развития. Влияние, которое эта отрасль может оказывать на разных этапах экономического развития, зависит от конкретных особенностей каждой страны. Учитывая сложность потребления туризма, его экономическое воздействие распространяется на другие сферы производства и в любом случае способствует достижению целей опережающего развития.

Основная трудность при определении границ сферы туризма состоит в том, чтобы определить, какие инвестиционные затраты связаны с развитием туризма. Хотя международные учреждения не рассматривают туризм как «сектор» в национальных счетах, он включает в себя сбор товаров и услуг, предназначенных специально для посетителей и не предоставляемых иным образом.

Развитие природного туризма в некоторых случаях требует иных инвестиционных потребностей, чем развитие традиционного туристического отеля. Может возникнуть необходимость в расширении доступа к аттракциону или объекту, а также в методе развития, который не затрагивает чувствительную среду обитания или историческое место.

На уровень спроса на туризм, связанный с природой и наследием, влияют три основных фактора: развитие общего туризма, рост числа конкретных путешествий и повышение осведомленности и заботы об окружающей среде. На каждый из этих факторов, в свою очередь, влияет ряд элементов. Например, развитие туризма в целом будет продолжать расти в результате роста населения, увеличения доходов и занятости, сокращения рабочей недели во многих частях мира, усиления интеграции на мировом уровне по отношению к мировой экономике [3].

Сектор туризма в странах Латинской Америки и Карибского бассейна оказывает существенное влияние на ВВП, несмотря на то, что доходы и продукция страны не отражаются в счетах большинства стран. Туризм на Багамах составляет примерно одну треть ВВП и прямо или косвенно связан со многими областями экономической деятельности. Развитие туризма на Барбадосе является ведущим сектором экономики, на который в 2019 году приходилось 30 процентов ВВП. В городе Ямайка в 2019 году инвестиции ВВП в туризм составили 20 процентов, а в Мексике – 10 процентов.

Не все доходы от туризма остаются в экономике. Фактически происходит изъятие иностранной валюты за товары и услуги, потребляемые некоторыми посетителями, а также за инвестиционные товары, вложенные в туризм и для осуществления расчетов за границей. Потребности в импорте зависят от уровня развития и диверсификации экономики страны. Эти потребности также зависят от наличия заменителей импортной продукции и уровня качества туристических товаров в каждой стране.

Мультипликатор доходов от туризма представляет собой коэффициент, выражающий сумму доходов, полученных за счет части расходов на туризм. Посетитель, тратящий один доллар на Ямайке, оказывает влияние на местную экономику в размере 1,60 доллара по сравнению с 1,20 доллара, потраченным круизным лайнером. В Доминиканской Республике он оценивается в 1,70 доллара.

В результате исследования сферы туризма и перспектив развития в Азербайджане было определено следующее:

1. Постепенное усиление реформ для обеспечения динамичного развития туризма как ненефтяной отрасли;
2. Формирование конкурентоспособности туристического сектора;
3. Обеспечение безопасного потока туристов в страну;
4. Осуществление заблаговременного планирования туристических маршрутов;

Следующие предложения по развитию туристического сектора в Азербайджане считаем необходимым дать:

1. В развитии туризма возникает особая необходимость в регулировании государством цен на туристские услуги. Итак, туристы хотят путешествовать в другие страны в любое время, что не слишком дорого.

2. Необходимо организовать туристические маршруты по безопасным и нужным точкам. Потому что туристы хотят убедиться, что страна, в которую они приезжают, полностью безопасна. Наличие туристических маршрутов на соответствующем уровне позволяет увеличить сроки пребывания туристов в стране.

3. В туризме важно расширить экскурсионные возможности, подготовить план-график мест, куда поедет турист, желающий приехать в страну. Потому что турист хочет каждый раз «открывать» новые места по новому расписанию.

4. Обеспечение проезда туристов по различным туристским маршрутам во время экскурсии важно именно с точки зрения их оценки туризма страны.

5. С запуском новых туристических маршрутов, обеспечением проведения зарубежных соревнований (Формулы, Европейских игр и др.), развитием потенциала туризма страны и туристов со всего мира свидетельствует о динамичном развитии туризма в нашей стране.

Список литературы

1. Атлас по медицинской микробиологии, вирусологии и иммунологии: учеб. пособие для студентов мед. вузов / под ред. А.С. Быкова, А.А. Воробьева, В.В. Зверева. 2-е изд., доп. и перераб. М.: Мед. информ. агентство, 2008. 272 с.

2. Гафаров Н.К., Экономика туризма. Баку. Издательство «Кооперация». 2012. 440 с.

3. Алирзаев А.К. Экономика и управление туризмом: монография, Баку: Университет Иктисад, 2010. 529 с.

4. Гурбанов Ф.И. Проблемы развития туризма в Азербайджане: монография, Баку, Адылоглу. 2007. 350 с.

EXISTING PROBLEMS IN THE TOURISM SPHERE OF AZERBAIJAN AND WAYS TO OVERCOME THEM

Z. Huseynova

Azerbaijan University of Cooperation

Abstract. The article assesses the potential of natural resources, which determines the development of tourism in Azerbaijan, defines the role and prospects of tourism in the development of the non-oil sector of the country's economy. The author identified the existing problems in the development of the tourism sector and made proposals for their elimination.

Keywords: tourism sector, natural resource potential, Azerbaijan.

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ЯЗЫКОВОГО ТЕСТИРОВАНИЯ В ВУЗЕ С ПРИМЕНЕНИЕМ БАЛЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ

В.С. Гутарова, И.Ю. Старчикова

*Ступинский филиал Московского авиационного института
(национальный исследовательский университет)*

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы, связанные с языковым тестированием как формы контроля при обучении английскому языку в вузе. Тесты могут служить как средство диагностики трудностей языкового материала для студентов различных курсов, так и мерой определения качества обученности и способом прогнозирования успешности или неуспешности обучения. Представлены результаты компьютерного тестирования для студенческих групп по направлению подготовки 09.03.01. Информатика и вычислительная техника, а также разработана система ранжирования оценок, применяемая при анализе студенческих работ.

Ключевые слова: тестирование, английский язык, студенты, технический вуз, балльно-рейтинговая система, иноязычная компетенция.

Процессы модернизации высшего образования в России требуют внедрения современных инновационных технологий в образовательный процесс университетов, что позволит повысить качество образования и будет способствовать развитию у студенческой молодежи общекультурных и профессиональных компетенций. Исследователи уделяют особое внимание рассмотрению возможностей информационных технологий для образовательной среды вуза, среди которых можно выделить следующие аспекты: неограниченные возможности сбора, хранения, передачи, преобразования, анализа и применения информации; повышение доступности образования; обеспечение непрерывности получения высшего образования; развитие личностно ориентированного обучения, создание единой информационно-образовательной среды; совершенствование методического и программного обеспечения образовательного процесса; развитие самостоятельной поисковой деятельности студентов; а также повышение мотивации обучения и др. [1-6].

Современные технологии при обучении иностранным языкам в вузе занимают ключевые позиции. В отечественной практике при обучении языкам

преподаватели стараются внедрить в образовательный процесс компьютерное тестирование и аудирование в лингафонном классе. Этот факт непосредственно связан с развитием технологий и информатизации в российском обществе. Информатизация высшего образования, являющаяся одним из приоритетных направлений полномасштабного процесса информатизации общества, предъявляет новые требования к общекультурным и общепрофессиональным компетенциям студентов, а также к профессиональным качествам и уровню подготовки преподавателей, к методическим и организационным аспектам использования в обучении средств информационных и коммуникационных технологий (ИКТ).

Освоение дисциплины Иностранный язык в авиационном вузе длится 6 семестров со сдачей дифференцированного зачета в конце третьего года обучения. Ни для кого не секрет, что у студентов существуют трудности языковой и межкультурной коммуникации из-за разнообразия культур и народов, традиций и обычаев, языков и наречий, следовательно, в современном мире назрела необходимость для студенческой молодежи изучать и практиковаться в применении своих языковых и социально-лингвистических знаний, чтобы не испытать на себе так называемого понятия «культурного шока» [1]. Несомненно, большая роль при изучении языков отводится знанию лексики и грамматики, например, английского языка. Фонетика в английском языке является остроугольным камнем преткновения для студентов, которые в школе изучали другие языки, например, французский или немецкий, а сейчас вынуждены изучать новый язык в вузе с его правилами фонетики и не меньшими исключениями из этих правил.

Рассмотрим понятие тестирование. Тестированием называется метод исследования, предусматривающий выполнение обучающимся заданий по пройденной теме или темам, например, в компьютерном классе [3]. Слово *тест* в переводе на русский язык с английского означает *испытание, исследование, проверка*. Любой тест, как правило, нацелен на определение у испытуемого уровня лингвистической (языковой) и коммуникативной (речевой) компетенций. Основное отличие компьютерного тестирования от контрольной работы состоит в том, что оно объективнее, чем оценивание контрольной работы, основанное на личном мнении преподавателя. Вместе с тем, как отмечает Д.Ф. Ходжаева с соавторами «тестовый контроль содержит лимитирования в использовании, потому что с поддержкой исследований не просто расценить глубинное осознание предмета, овладение манерой мышления, присущего изучаемой дисциплине, но в принципе это вполне вероятно» [5, с.67].

Компьютерное задание содержит в себе основу в виде утвердительного или отрицательного предложения, вопроса или небольшого текста, а также проверку знаний на таблицу неправильных и/или фразовых глаголов. Тестовые задания отличаются по своей комплектации, а именно они могут содержать задание на подбор пар из двух блоков по тем или иным признакам; задание для проверки умения составить связный текст из отдельных предложений; задание

на завершение предложения, руководствуясь смыслом; задание, предусматривающее изменение формы слова и/или структуры предложения в целом; задание, направленное на изменение предложения согласно предложенному образцу; задание, связанное с передачей своими словами содержания текста; на выбор правильного ответа из трех и более вариантов (множественный выбор); задание, направленное на нахождение студентами эквивалентной формы для передачи содержания текста, выраженного средствами изучаемого языка; задание на восстановление пропущенных слов в тексте и т.д.

В последнее время большое распространение получили так называемые коммуникативные тесты. Известно, что решение коммуникативных задач происходит не только при говорении, но и при чтении, аудировании и письме. Следовательно, целесообразность введения в учебный процесс технического вуза аудирования и тестирования в лингафонном классе напрямую связана с необходимостью овладения студентами иноязычной компетенцией по английскому языку. Тестирование как один из приемов контроля навыков аудирования английской речи на первом курсе обучения в вузе начинается с введения критериев оценивания выполненной работы, а именно ознакомление студентов с ранжированием оценок в соответствии с балльно-рейтинговой системой (далее БРС) вуза.

Несмотря на новизну использования данной системы она успешно прошла этапы апробации и внедрения во многих высших учебных заведениях нашей страны [2]. После завершения локдауна применение БРС актуализировалось в связи с переходом на гибридную или смешанную систему обучения в университете. В процессе ее использования были выявлены следующие положительные стороны:

- 1) активизировалась познавательная активность обучающихся;
- 2) увеличилась мотивация студентов к изучению преподаваемых дисциплин;
- 3) появилась возможность качественного оценивания знаний студентов при помощи БРС;
- 4) БРС приобрела перспективное развитие в вузе и в стране;
- 5) уменьшилось (после внедрения БРС) или увеличилось (период внедрения БРС) количество времени, затраченное преподавателями при использовании БРС;
- 6) изменились временные затраты студентов на учебную деятельность в рамках балльно-рейтинговой системы [4].

При выявлении основных результатов применения БРС в авиационном вузе можно назвать повышение уровня организации образовательного процесса, получение четких и достоверных сведений о качестве знаниях, умениях и навыках, приобретаемых студентами при изучении преподаваемых дисциплин, а также проявление соревновательности и состязательности между студентами одной группы и появление стимулов к управлению своим персональным рейтингом в вузе для получения повышенной стипендии обучающимися.

Покажем, каким образом происходит формирование рейтинговых баллов в процессе изучения дисциплины «Иностранный язык» при выполнении аудирования и тестирования.

Таблица 1. Критерий оценки работы студента при выполнении тестана аудирование и грамматического теста по предлагаемой теме

№ п/п	Баллы	Критерий оценки
1.	от 90% до 100%	отлично
2.	от 80% до 89%	хорошо
3.	от 70% до 79%	удовлетворительно
4.	ниже 70%	неудовлетворительно

Несомненно, благодаря возможности создания лингафонного класса в техническом вузе студенты могут приобретать качественные знания посредством расширения использования информационных ресурсов при изучении иностранного языка. При изучении данной дисциплины в техническом институте результаты освоения способствуют формированию следующей компетенции: «способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)». Тем более, что посредством метода электронного портфолио, который представляет собой индивидуальные достижения студента при практических занятиях в компьютерном классе, можно выстраивать учебный процесс вокруг портфолио, позволяя студенту взаимодействовать в цифровой образовательной среде и фиксируя свои достижения с применением БРС.

Авторами были собраны основные результаты, полученные за октябрь и ноябрь 2022 г, достижение которых напрямую связано с применением БРС, а именно данные ответов студентов при выполнении тестов на понимание услышанного (аудирование) и тестов на усвоение грамматических правил английского языка. В таблицах 2-5 приведена выборка результатов по студенческим группам с первого по третий курс направления подготовки 09.03.01. Информатика и вычислительная техника СФ МАИ(НИУ). Результаты были подразделены на входное аудирование и тестирование, проходившие в октябре, и промежуточное аудирование и тестирование, которое было проведено уже в ноябре месяце. Итоговое аудирование и тестирование для студентов всех трех курсов планируется провести в декабре, поэтому результатов пока нет.

Таблица 2. Результаты входного аудирования

№ п/п	Оценка	Группа 1 курса	Группа 2 курса	Группа 3 курса
1.	«5»	13,6%	37,5%	30%
2.	«4»	36,4%	8,3%	70%
3.	«3»	40,9%	41,7%	-
4.	«2»	9,1%	12,5%	-

Как видно из таблиц 2-5, студенты, не прошедшие пороговый уровень в 70%, должны проходить тестирование заново, пока не достигнут минимального балла.

Таблица 3. Результаты входного тестирования

№ п/п	Оценка	Группа 1 курса	Группа 2 курса	Группа 3 курса
1.	«5»	40,9%	26,1%	-
2.	«4»	54,5%	21,7%	30%
3.	«3»	-	47,8%	60%
4.	«2»	4,5%	4,3%	10%

Полученные результаты дают возможность преподавателю проанализировать проблемы, связанные с усвоением нового грамматического материала у студентов, а также повысить их мотивацию посредством визуализации ошибок на практических занятиях.

Таблица 4. Результаты промежуточного аудирования

№ п/п	Оценка	Группа 1 курса	Группа 2 курса	Группа 3 курса
1.	«5»	73,7%	17,4%	50%
2.	«4»	15,8%	13%	12,5%
3.	«3»	10,5%	65,2%	37,5%
4.	«2»	-	4,3%	-

К достоинствам компьютерного тестирования можно отнести моментальность и субъективность оценивания. Существующая степень становления вычислительной техники и внедрение компьютеров в образовательную среду вуза делают учебный процесс автоматизированным и унифицированным.

Таблица 5. Результаты промежуточного тестирования

№ п/п	Оценка	Группа 1 курса	Группа 2 курса	Группа 3 курса
1.	«5»	15,8%	9,1%	37,5%
2.	«4»	52,6%	36,4%	37,5%
3.	«3»	26,3%	36,4%	25%
4.	«2»	5,3%	18,2%	-

В составе критериев оценки освоения обучающимися дисциплин «Иностранный язык» в обязательном порядке необходимо учитывать присутствие и работу на практических занятиях, выполнение тестовых заданий по всем изученным грамматическим темам, а также выполнение тестов после прослушивания аутентичных материалов.

Адаптации БРС к условиям ее использования при оценивании результатов студенческих работ, выполненных в процессе прохождения тестирования и аудирования, прошла сравнительно быстро, но потребовала от преподавателей сформированности их профессиональных компетенций при

работе со средствами информационных и коммуникационных технологий [6]. Также преподаватели стали больше уделять внимания подготовке материалов для прослушивания и выполнения тестов по грамматике, сбору аутентичных материалов. Но с другой стороны, возникает вопрос, а достаточно ли мы практикуемся сегодня в аудировании в техническом вузе? Бесспорно, что не в каждом вузе есть такая возможность выделить помещение под лингафонный класс и оснастить его необходимым оборудованием, следовательно, чем больше студент слушает, читает, пишет и говорит, тем он быстрее овладевает практикой разговорной речи.

Таким образом, языковое тестирование как форма контроля качества знаний при обучении английскому языку в вузе является крайне необходимым условием при проверке сформированности иноязычной компетенции и служит показателем успешности в овладении иностранным языком студенческой молодежью. В свою очередь, применяя БРС, можно обеспечить надежность и независимость оценивания результатов обучения студентов в процессе сбора полученных данных в электронном портфолио обучаемого.

Список литературы

1. Коньшева А.В. Современные методы обучения английскому языку. Москва: ТетраСистемс, 2011. 304 с.
2. Старчикова И.Ю., Балльно-рейтинговая система в образовательном пространстве современного российского вуза / И.Ю. Старчикова, С.С. Пименов // Глобальный научный потенциал. 2020. № 1 (108). С. 94-96.
3. Тонхонова А. А., Тестирование как форма контроля знаний в процессе обучения информатике // Вестник Бурятского государственного университета. – 2011. № 15. С. 69-71.
4. Ушаков М.В. Особенности применения балльно-рейтинговой системы в условиях дистанционного обучения студентов / М.В. Ушаков // Материалы научно-методической конференции СЗИУ РАНХиГС. 2022. № 1. С. 127-138.
5. Ходжаева Д.Ф. Педагогическая диагностика с помощью компьютерного тестирования / Д.Ф. Ходжаева, Х.М, Алиева, Н.А. Шарапова // Проблемы педагогики. 2020. № 2 (47). С. 67-68.
6. Шакурова Е.С., Бабин С.В., Старчикова И.Ю. Внедрение балльно-рейтинговой системы в учебный процесс технического вуза: анализ мнений студентов / Е.С. Шакурова, С.В. Бабин, И.Ю. Старчикова // Перспективы науки и образования. 2020. № 2 (44). С. 47-58.

CURRENT ISSUES OF LANGUAGE TESTING AT THE UNIVERSITY USING THE POINT-RATING SYSTEM

V. Gutarova, I. Starchikova

*Stupino Branch of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education
"Moscow Aviation Institute (National Research University)"*

Abstract. The article deals with issues related to language testing as a form of control in teaching English at a university. Tests can serve as a means of diagnosing the difficulties of

language material for students of various courses, as well as a measure for determining the quality of learning and a way to predict the success or failure of learning. The results of computer testing are presented for student groups in the field of study 09.03.01. Informatics and computer technology. Developed a system for ranking grades used in the analysis of student work.

Keywords: testing, English language, students, technical university, point-rating system, foreign language competence.

ФОРМИРОВАНИЕ ИННОВАЦИОННОЙ КОМПЕТЕНЦИИ У СТУДЕНТОВ РОССИЙСКИХ ВУЗОВ

Л.А. Гущина

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В статье рассмотрена педагогическая система и условия ее внедрения в образовательный процесс, что будет способствовать развитию инновационной компетенции у студентов Российских вузов.

Ключевые слова: инновационная компетенция, система формирования, студенты, подходы.

В контексте быстрых изменений и обновления бизнеса, вряд ли можно представить себе сегодня механистическую взаимосвязь между профессиональной подготовкой и занятостью на рынке труда [1]. Задача университетов – подготовка управленческих кадров на запрос Государства для выполнения поставленных задач развития страны. Именно поэтому университеты стремятся осуществить прорыв в плане педагогики в пользу функционального использования результатов обучения в конкретных ситуациях, когда субъект должен продемонстрировать способность решать проблемы которые будут возникать в более или менее близком профессиональном будущем. Это актуализирует проблему формирования инновационной компетенции у студентов вузов.

Ключевым для терминологического поля исследуемой проблемы является понятие инновационная компетенция, которую мы трактуем как способность к исследованию, разработке и внедрению в производство передового научно–технического опыта на основе интеграции интеллектуальных и личностных качеств выпускника.

Инновационная компетенция оценивается по следующим показателям: профессиональные знания, профессиональные умения, значимые личностные качества, профессиональные владения. В решении задачи формирования инновационной компетенции у студентов вузов мы опирались на взаимодополняющую комплексную реализацию системного, деятельностного и компетентностного подходов и внутренними диалектическими связями между ними [2]. Схематично статус каждого подхода в нашем исследовании можно представить на рис. 1.



Рис. 1. Отражение связей между системным, деятельностным и компетентностным подходами

Опираясь на положения указанных подходов, была разработана система формирования инновационной компетенции у студентов вузов, которая включает:

1. Мотивационно-целевую подсистему, которая направлена на выявление наличия и определения степени овладения студентами вузов мотивов к инновационной профессиональной деятельности, определение целевых ориентаций, в дальнейшем – соответствие полученных результатов запланированным, их оценку[3].

2. Содержательно-регламентационную подсистему, реализующуюся через два компонента. Содержательный компонент направлен на создание мультидисциплинарных кейсов через систематизацию междисциплинарной учебной информации подлежащей усвоению студентами. Регламентационный компонент определяет и описывает способы организации взаимодействия субъектов: тьюторство, самоорганизация деятельности студентов, определяет виды деятельности студента, обеспечивающие формирование инновационной компетенции.

3. Процессно-технологическую подсистему, обеспечивающую формирование у студентов вузов знаний, умений и профессиональных личностных качеств, составляющих инновационную компетенцию. Технологический компонент подсистемы является комплексным процессом формирования инновационной компетенции [4].

4. Диагностико-коррекционную подсистему, позволяющую оценить степень сформированности компонентов инновационной компетенции.

Корректирующий компонент данной подсистемы обеспечивает своевременное устранение недостатков процесса формирования инновационной компетенции.

Схематично их связи представлены на рис.2.



Рис. 2. Связь компонентов системы формирования инновационной компетенции у студентов вузов

Эффективное функционирование системы формирования инновационной компетенции у студентов вузов обеспечивается следующими условиями:

1-ая группа – организационно-содержательные:

- создание особого педагогического пространства: предполагает прямое вовлечение студента в среду, оказывающую интенсивное воздействие на процесс формирования инновационной компетенции,
- организация тьюторства и самоорганизация деятельности студентов: профессионально-педагогическое сопровождение со стороны преподавателя и поддержки студентов, выполняющих тьюторскую функцию.

2-ая группа – субъектно-деятельностные:

- коммуникативно-ценностное содержание образовательного процесса: формирование интегрированных коммуникативных качеств и формирование профессиональных ценностей у студентов, их подготовки к профессиональной деятельности,
- организация педагогического взаимодействия субъектов в процессе работы: создание согласованности действий субъектов образовательного процесса.

В ходе исследования мы пришли к выводу, что для обеспечения эффективного функционирования построенной нами системы данные условия должны реализовываться комплексно. Наиболее эффективное использование стратегических и практических аспектов подготовки студентов позволит повысить производительность бизнес-процессов, разрабатывать и внедрять инновации на производстве и в бизнесе.

Список литературы

1. Летягина Е.Н., Тихомиров А.В. Современные подходы к управлению организациями// Russian Economic Bulletin. 2020. Т. 3. № 3. С. 236-241.
2. Захарова И.Г. Формирование социальной компетенции будущих инженеров .00.08 – Теория и методика профессионального образования/ Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. Саратов. 2010. <https://nauka-pedagogika.com/pedagogika-13-00-08/dissertaciya-formirovanie-sotsialnoy-kompetentsii-buduschih-inzhenerov>
3. Педагогический энциклопедический словарь / Гл. ред. Б. М. Бим-Бад. – М.: Большая Рос. энцикл., 2002. 527 с.
4. Мухина, С. А. Современные инновационные технологии обучения / Мухина С. А. , Соловьева А. А. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2008. – 360 с. – ISBN 978-5-9704-0691-5. – Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970406915.html>

FORMATION OF INNOVATIVE COMPETENCIES OF RUSSIAN UNIVERSITY STUDENTS

L. Gushchina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article considers the pedagogical system and the conditions for its implementation in the educational process, which will contribute to the development of innovative competence among students of Russian universities.

Keywords: innovative competence, system of formation, students, approaches.

ФОРМИРОВАНИЕ ИННОВАЦИОННОЙ КОМПЕТЕНЦИИ У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ ЧЕРЕЗ МОДЕРНИЗАЦИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Л.А. Гущина

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В статье дано определение инновации, рассмотрены различные подходы, описана система формирования инновационной компетенции, определены основные компоненты.

Ключевые слова: инновации, составляющие инновации, система формирования, студенты, подходы.

Еще в начале XX века И. Шумпетер определил роль нововведения в технологической эволюции, дал подробную классификацию. Согласно И. Шумпетеру термин «новшество» обозначал решение предпринимателя о проведении в жизнь новой идеи, касающейся технологии или какого-либо другого вопроса, относящегося к управлению предприятием [1, с.158].

Обращаясь к работам, посвященным исследованию инноваций, рассмотрим особенности данного понятия [2; 3; 4; 5 и др.]. Руководство ОСЛЮ (Рекомендации по сбору и анализу данных по инновациям), являясь методологическим документом, определяющим основные положения инновационного развития страны, рассматривает инновации как: введение в употребление какого – либо нового или значительно улучшенного продукта (товара или услуги) или процесса, нового метода маркетинга или нового организационного метода в деловой практике, организации рабочих мест или внешних связях.

Анализ научной литературы позволил нам выделить различные подходы в трактовке данного понятия:

1) Инновация как процесс:

- процесс создания и освоения новых технологий и продуктов, приводящий к повышению эффективности производства (Л. И. Лопатников);
- комплексный процесс создания, распространения и использования нового практического средства для новой (или для лучшего удовлетворения уже известной) общественной потребности (Н.И. Лапин).

2) Инновация как продукт:

- материализованный результат, полученный от вложения капитала в новую технику или технологию, формы организации производства, труда, обслуживания и управления» (И.Т. Балабанов);
- конечный результат внедрения новшества с целью изменения объекта управления и получения экономического, социального, экологического, научно-технического или другого вида эффекта (Р.А. Фатхутдинов);
- нововведения в области техники, технологии, организации труда и управления, основанные на использовании достижений науки и передового опыта, а также использование этих новшеств в самых разнообразных областях и сферах деятельности (Б.А. Райзберг, Л.Ш. Лозовский, Е.Б. Стародубцева).

3) Инновация как изменение: качественное изменение видов, форм и методов хозяйственной деятельности, обусловленное внешними причинами и внутренними возможностями и направленное на повышение эффективности достижения целей организации (Д.А. Ендовицкий и И.Д. Коменденко).

Мы будем трактовать инновации как возможность создавать, распространять и использовать новое, оказывающее позитивное влияние на профессионально-деловое пространство.

Сегодня мы видим широкое признание академическим сообществом вопросов формирования инновационных компетенций через модернизацию образовательного процесса.

Любое преобразование неотъемлемо связывается с понятием деятельность [6]. Рассматривая данное понятие, авторы единодушны во мнении, что деятельность – это активное взаимодействие/отношение к окружающему миру; что именно активность субъекта позволяет продуктивно изменять существующую действительность, привнося новое в современный мир [7; 8 и др.].

Направленность деятельности на получение конечного результата позволяет выделить компоненты:

- объективные составляющие – содержание активности, а также факторов и условий, влияющих на выбор целей и способов их достижения; объективная структура деятельности как целостной (молярной) целенаправленной активности.

Рассмотрев понятия деятельность и вид инновации, мы приходим к выводу о том, что для нас значение имеет особый деятельности, а именно инновационная деятельность, ведь трудно переоценить ее значение для современного общества/предприятий. Именно она предоставляет наибольшие возможности для профессионального, личностного и социального самоопределения выпускника вуза.

Система формирования готовности студентов вузов к инновационной деятельности, построенная с учетом требований социального заказа на специалистов, включает мотивационно-целевую, содержательно-регламентационную, процессно-технологическую, диагностико-коррекционную подсистемы; характеризуется эмерджентностью, гибкостью, интерактивностью, интегративностью, мультипликативностью; реализуется с учетом принципов педагогического сопровождения, конструктивного сотрудничества субъектов деятельности, фасилитации, эстериоризации.

Внедрение системы формирования инновационной компетенции позволяет интегрировать три составляющие:

- 1) помочь студентам осознать свои профессиональные убеждения, способствующие новым открытиям;
- 2) развить профессиональные и личностные навыки через решение внутренних противоречий;
- 3) дать возможность студентам интегрировать новые знания в профессиональный опыт.

Список литературы

1. Шадриков В. Д. Новая модель специалиста: инновационная подготовка и компетентностный подход / В.Д. Шадриков // Высшее образование сегодня. 2004. – №8. – С. 27.

2. Гитман М.Б., Гитман Е.К., Столбов В.Ю. Перспективы внедрения дуальных программ в контексте Болонского процесса// Almaty. Вестник высшей школы. 2006. №8. С.36-41.

3. Дорис Бродер Переосмысление инженерного образования. Подход CDIO" [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://mybook.ru/author/edvard-krouli/pereosmyslenie-inzhenernogo-obrazovaniya-podhod-cd/>

4. Камчаткина В.М. Формирование компетенций бакалавров-строителей в ходе профессионально-мотивирующего обучения: Автореф. дис. ...канд. пед. наук.– Москва, 2012

5. Никулина О.В. Сравнительный анализ систем качества в условиях инновационного развития (на примере России, США, Японии) Экономический анализ: Теория и практика 2013. – №37.- С.26-31.

6. Летьягина Е.Н., Тихомиров А.В. Современные подходы к управлению организациями// Russian Economic Bulletin. 2020. Т. 3. № 3. С. 236-241.

7. Кочеткова Н. В. Формирование профессиональных компетенций специалистов финансового рынка в системе бизнес-образования: Автореф. дис. ...канд. пед. наук.– Тамбов, 2009

8. Третьякова Е.М. Двухуровневое инженерное образование: требования к компетенциям и содержание образования Третьякова Е.М. Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2012. № 2. С. 292-295.

FORMATION OF INNOVATIVE COMPETENCE AMONG UNIVERSITY STUDENTS THROUGH MODERNIZATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS

L. Gushchina

National Research Nizhny Novgorod State University named after N.I. Lobachevsky

Abstract. The article defines innovation, considers various approaches, describes the system of formation of innovative competence, identifies the main components.

Keywords: innovations, components of innovation, formation system, students, approaches

ПРИОРИТЕТНЫЕ СРЕДСТВА В ПРОГРАММЕ КОРРЕКЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ФУТБОЛИСТОВ 9-10 ЛЕТ С ПЛОСКОСТОПИЕМ

Е.В. Дворянинова, С.В. Лагойкина

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. В статье представлены данные о коррекционно-развивающей программе для развития физическое состояние у футболистов 9-10 лет с плоскостопием.

Ключевые слова: футболисты 9-10 лет, плоскостопие, коррекционно-развивающая программа, средства.

Введение. Плоскостопие считается одним из самых распространённых заболеваний в Мире. Представляет собой изменение формы стопы, характеризующееся опущением её продольного и поперечного сводов. При плоскостопии нарушается биомеханика ходьбы и возникает ряд жалоб со

стороны голеностопных, коленных, тазобедренных суставов и даже позвоночника, что существенно отражается на общем состоянии здоровья [1].

С помощью физических упражнений укрепляются мышцы стоп, повышается их выносливость; прочность и эластичность связочного аппарата, вследствие чего улучшается амортизационная функция стопы, опорная функция, снижается нагрузка на позвоночник [2].

Основное содержание работы. Цель работы – разработать коррекционно-развивающую программу для футболистов 9-10 лет.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

1. Оценить физическую подготовленность и функциональное состояние у футболистов 9-10 лет с плоскостопием.

2. Разработать, апробировать и внедрить программу коррекции физической подготовленности и функционального состояния футболистов с плоскостопием.

3. Изучить динамику физической подготовленности и функционального состояния футболистов с плоскостопием после применения экспериментальной программы коррекции.

В процессе работы использовались следующие методы исследований:

1. Анализ научно-методической литературы;

2. Оценка физической подготовленности и функционального состояния;

3. Функциональные пробы;

4. Плантография;

5. Метод математической статистики.

Педагогический эксперимент был разделен на три этапа:

1. Первичное определение функционального состояния стоп, тестирование физической подготовленности и функционального состояния футболистов 9-10 лет с плоскостопием;

2. Применение разработанной нами коррекционно-развивающей программы в экспериментальной группе;

3. Контрольное определение функционального состояния стоп, тестирование физической подготовленности и функционального состояния футболистов.

Функциональное состояние стоп определялось с помощью плантографии: по методу Чижина.

Для определения физической подготовленности использовались следующие тесты: «Стойка на носках», «Прыжки через скакалку», «Время выбегания из 10м зоны», «Прыжок в длину с места».

Для оценки функционального состояния использовались следующие функциональные пробы:

Проба Генчи.

Методика: сделать максимально возможный выдох и задержать дыхание, закрыв плотно рот и зажав руками нос.

Оценка: для здоровых людей считается нормой показатель 20-30 секунд. У спортсменов, в зависимости от направленности тренировочного процесса – 40-70 секунд и более.

Проба Мартине-Кушелевского.

Методика: в положении сидя измерить пульс (за 10 секунд) и АД. Затем обследуемый выполняет 20 глубоких приседаний за 30 секунд в равномерном темпе (2 приседания за 3 секунды). Сразу после последнего приседания испытуемый садится на стул, измеряется ЧП за первые 10 секунд первой минуты восстановления. Следующие 40 секунд изменяется АД, и за последние 10 секунд первой минуты подсчитывается пульс. Данная схема измерений повторяется до тех пор, пока все изучаемые величины не вернуться к показателям покоя.

Оценка: рассчитывается прирост пульса (в %) и вычисляется разница по систолическому и диастолическому давлению (в мм рт.ст.) между показателями покоя и первыми максимальными значениями, измеренными сразу после нагрузки. Проба определяет функциональное состояние ССС.

Таблица 1. Типы реакций ССС на нагрузку

Типы реакции	Показатели			Время восстановления
	ЧП*	САД**	ДАД***	
Нормотонический	увеличивается на 50–70 %.	повышается на 15–30 мм рт.ст. (на 15-30 %)	не изменяется или снижается на 5–10 мм рт.ст. (на 10-30 %)	до 3 минут
Гипотонический (астенический)	значительно увеличивается (более 120%)	не изменяется, незначительно снижается или незначительно повышается	не изменяется или незначительно повышается	более 5-10 минут
Гипертонический	значительно увеличивается (более 100 %)	повышается до 180–200 мм рт.ст.	повышается до 90 мм рт.ст. и более	более 5 минут
Дистонический (феномен бесконечного тона)	значительно увеличивается (более 100 %)	повышается до 200 мм рт.ст. и выше	снижается до 0 мм рт.ст.	более 3 минут
Ступенчатый	значительно увеличивается (более 100 %)	повышается на 2-й или 3-й минуте восстановительного периода	не изменяется или повышается	более 3 минут

Таблица 2. Содержание коррекционно-развивающей программы в контрольной и экспериментальной группах

КГ	ЭГ
1. Урок ФК (2 раза в неделю по 45 минут); 2. Час здоровья и спорта (1 раз в	1. Урок ФК (2 раза в неделю по 45 минут); 2. Час здоровья и спорта (1 раз в неделю по 45 мин); 3. Занятие в секции по футболу (2 раза в неделю по 45 мин). 4. Утренняя гимнастика, включая гимнастику для стоп (ежедневно по 7 минут);

неделю по 45 мин); 3. Занятие в секции по футболу (2 раза в неделю по 45 мин).	5. Дополнительные занятия (2 раза в неделю по 30 мин); 6. Вечерняя статическая растяжка мышц нижних конечностей (ежедневно 10 минут); 7. Рефлекторный массаж стоп (3 раза в неделю по 10 мин).
---	--

У футболистов экспериментальной группы совместно с футболистами контрольной группы 2 раза в неделю по 45 минут проводился урок физической культуры, занятие ЧЗиС 1 раз в неделю по 45 минут и занятие в секции по футболу 2 раза в неделю по 45 минут по программе школы, которая состоит из программы образовательного стандарта.

Дополнительные занятия у детей экспериментальной группы проводились по разработанной нами коррекционно-развивающей программы и включали: Урок ФК (2 раза в неделю по 45 минут); час здоровья и спорта (1 раз в неделю по 45 мин); занятие в секции по футболу (2 раза в неделю по 45 мин); утренняя гимнастика, включая гимнастику для стоп (ежедневно по 7 минут); дополнительные занятия (2 раза в неделю по 30 мин); вечерняя статическая растяжка мышц нижних конечностей (ежедневно 10 минут); рефлекторный массаж стоп (3 раза в неделю по 10 мин). Целью которой являлось укрепление мышц нижних конечностей и стопы.

Таблица 3. Средства и формы адаптивной физической культуры, используемые в экспериментальной группе

Средства	Коррекционная направленность	Двигательные действия
Специальные упражнения	Укрепление стоп и мышц нижних конечностей.	Упражнения из различных исходных положений; Рефлекторные упражнения.
Подвижные игры	Развитие координации движений, укрепление мышц нижних конечностей и стоп, повышение эмоционального тонуса.	«Рыбак и рыбки», «Раз, два, три, замри, «Донеси платочек», «Перенеси палочку»
Растяжка	Расслабление мышц нижних конечностей.	Упражнения с фиксацией в суставах.
Массаж стоп	Расслабление мышц нижних конечностей.	Массаж стоп и голеностопного сустава.

После проведения цикла коррекционно-развивающей программы наблюдается следующая динамика показателей (в %):

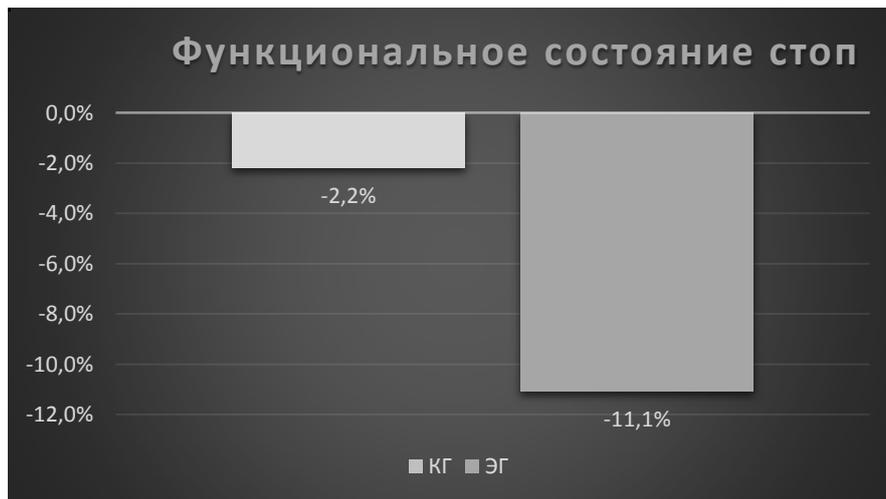


Рис. 1. Динамика прироста показателей плантографии у лиц экспериментальной и контрольной групп

В результате применения программы коррекции у занимающихся в КГ показатели плантографии уменьшились на 2,2%, а у занимающихся ЭГ на 11,1%.



Рис. 2. Динамика показателей функционального состояния мышц нижних конечностей у лиц экспериментальной и контрольной групп

Силовая выносливость мышц голени и стопы по тесту «Стойка на носках» у детей КГ увеличилась на 2,3%, а у обследуемых ЭГ прирост составил 19,4%. Тест «прыжки через скакалку» показал незначительное в КГ увеличение на 1,7%, а у учащихся ЭГ на 7,9 %.

Скоростно-силовые способности по «Время выбегания из 10м зоны» у учащихся КГ ухудшились на 3,1%. У учащихся ЭГ прирост составил 2,7%.

Тест «Прыжок в длину с места» показал, что скоростно-силовые способности мышц нижних конечностей у учащихся КГ увеличились на 2,2%, а у занимающихся ЭГ на 9,5%.

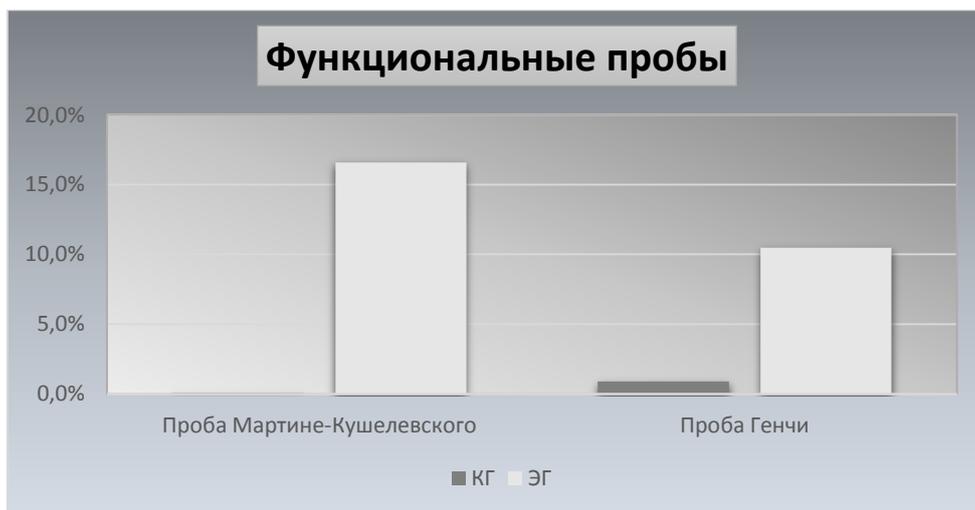


Рис. 3 .Динамика показателей функционального состояния кардио-респираторной у КГ и ЭГ

Применения программы коррекции свидетельствует об улучшении состояние кардио-респираторной системы в ЭГ на 16,6% в ЭГ, КГ осталась без изменений. По результатам пробы Генчи, прирост в КГ 0,9%, в ЭГ прирост – 10,5%.

Заключение.

1. Изучив физическую подготовленность, функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной было установлено, что у футболистов 9-10 лет изучаемые данные не соответствуют нормативным показателям, характерным для данного возраста.

2. Нами была разработана КРП для футболистов 9-10 лет, которая включала: Урок ФК (2 раза в неделю по 45 минут); час здоровья и спорта (1 раз в неделю по 45 мин); занятие в секции по футболу (2 раза в неделю по 45 мин); утренняя гимнастика, включая гимнастику для стоп (ежедневно по 7 минут); дополнительные занятия (2 раза в неделю по 30 мин); вечерняя статическая растяжка мышц нижних конечностей (ежедневно 10 минут); рефлекторный массаж стоп (3 раза в неделю по 10 мин). 3. После применения КРП уровень физической подготовленности и функционального состояния повысился у ЭГ по сравнению с КГ. Это свидетельствует о том, что КРП, разработанная нами, является более эффективной, чем программа, используемая учреждением образования, и может быть рекомендована для применения коррекции координации движений. Эффективность подтверждена.

Список литературы

1. Гигиена физической культуры и спорта: учебник / Под ред. В.А. Маргазина, О.Н. Семеновой. – М.: СпецЛит, 2013. 200 с.
2. Лечебная физическая культура при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей: учебно-методическое пособие / Сост. Н.И. Шлык, И.И. Шумихина. – Ижевск: Удмуртский университет, 2014. 168 с.

PRIORITY MEANS IN THE PROGRAM OF CORRECTION OF THE PHYSICAL CONDITION OF FOOTBALL PLAYERS 9-10 YEARS OLD WITH FLAT FEET

E. Dvoryaninova, S. Lagoikina

Belarusian State University of Physical Culture

Abstract. The article presents data on a correctional and developmental program for the development of the physical condition of 9-10-year-old football players with flat feet.

Keywords: football players 9-10 years old, flat feet, correctional and developmental program, means.

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

Е.В. Дворянинова, А.В. Филиппова

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. В статье представлены данные о коррекционно-развивающей программе для развития координации движений у детей 8-9 лет с нарушением зрения.

Ключевые слова: координация движений, дети, нарушение зрения.

Зрение – мощный источник информации, которая через зрительный анализатор поступает из окружающей среды человека в мозг. Нарушение функций зрения приводит к отклонениям в физическом и психическом развитии ребенка. С помощью зрения ребенок взаимодействует с социальной средой. У детей с нарушением зрения возникают трудности в общении, передвижении, обучении.

В настоящее время увеличивается частота встречаемости различных врожденных и приобретенных патологий зрения у детей. Однако эффективных методик адаптивной физической культуры для коррекции данных нарушений на данный момент совсем мало.

Цель работы – изучить влияние коррекционно-развивающей программы на развитие координации движений у детей 8-9 лет с нарушением зрения.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

1. Изучить развитие координации движений и функциональное состояние у детей 8-9 лет с нарушением зрения.

2. Разработать и апробировать коррекционно-развивающую программу, направленную на развитие координации движений у детей 8-9 лет с нарушением зрения.

3. Оценить динамику показателей развития координации движений и функциональное состояние под воздействием коррекционно-развивающей программы у детей 8-9 лет с нарушением зрения.

В процессе работы использовались следующие методы исследований:

1. Анализ научно-методической литературы;

2. Педагогический эксперимент;

3. Тестирование развития координации движений;

4. Функциональные пробы;
5. Метод математической статистики.

Для тестирования координации движений были использованы следующие тесты: «Бросок мяча в обруч»; «Бросок кольца на треугольную стойку»; «Коснуться кончика носа и мочки уха»; «Прыжок вверх по хлопку»; «Остановка по хлопку».

Для оценки функционального состояния использовались следующие функциональные пробы: ортостатическая проба и проба Штанге.

Цель ортостатической пробы – оценка функционирования симпатического отдела ВНС и регуляции периферического кровообращения.

Цель пробы Штанге – оценка состояния системы дыхания.

Исследование проводилось на базе ГУО «Специальная школа №188 г.Минска». Были сформированы 2 однородные по составу группы – экспериментальная и контрольная, в каждой группе было по 8 человек.

У детей экспериментальной группы совместно с детьми контрольной группы 2 раза в неделю по 45 минут проводился урок физической культуры по программе специальной школы, которая состоит из общеразвивающих и специальных упражнений (на согласование звеньев тела в пространстве), подвижных игр и эстафет («Ногой по мячу», «Привет на сто лет», «Совушки», «Удочка», «Пожарные на учении», «Кот и воробушки», «Секретное донесение», «Горячий мяч», «Два барана», «Гонка мячей по кругу», «Передача мячей»). Дополнительные занятия у детей экспериментальной группы проводились с массажными роллами 2 раза в неделю по 20 минут, целью которых являлось расслабление мышц. В контрольной группе также были включены дополнительные занятия для уравнивания объема и интенсивности нагрузки. Задачи дополнительного занятия были такие же как в экспериментальной группе, но для их решения использовались традиционные средства – упражнения на расслабление.

У детей с нарушением зрения наблюдается гипертонус мышц, когда при выполнении движений сопротивление мышц повышено, а также мышцы напряжены даже в покое, следовательно, мышцы не расслабляются. В результате повышенного тонуса мышц появляются трудности при выполнении движений.

Цель занятий с массажными роллами: способствовать расслаблению мышц, улучшению кровообращения, повышению эластичности мышц.

На дополнительных занятиях использовались следующие упражнения с массажными роллами: массаж икроножных мышц, задней поверхности бедра, передней поверхности бедра, внутренней поверхности бедра, ягодичных мышц.

После проведения цикла коррекционно-развивающей программы наблюдается динамика показателей (в %).

Результаты теста «Бросок мяча в обруч» в экспериментальной группе улучшились на 39%, в то время как в контрольной группе – на 6%.

Результаты теста «Бросок кольца на треугольную стойку» в экспериментальной группе улучшились на 45%, в контрольной группе – на 10%.

Результаты теста «Коснуться кончика носа и мочки уха» в экспериментальной группе улучшились на 70%, в то время как в контрольной группе – на 33%.

Результаты теста «Прыжок вверх по хлопку» в экспериментальной группе улучшились на 31%, в контрольной группе – не изменились.

Результаты теста «Остановка по хлопку» в экспериментальной группе улучшились на 33%, в то время как в контрольной группе – на 8%.

Показатели ортостатической пробы после проведения цикла занятий улучшились в двух группах на 1%.

Показатели пробы Штанге после проведения цикла занятий в экспериментальной группе улучшились на 6%, в то время как в контрольной группе – на 1%.

Между результатами всех контрольных тестов у контрольной и экспериментальной группах различия в показателях развития координации движений статистически достоверны. По результатам экспериментальной группы виден хороший прирост показателей развития координации движений.

Таким образом, можно сделать вывод, что, разработанная нами коррекционно-развивающая программа, является эффективной для развития координации движений у детей с нарушением зрения.

Выводы. Изучив развитие координации движений и функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной системы, было установлено, что у детей 8-9 лет с нарушением зрения все изучаемые данные не соответствуют нормативным показателям, характерным для данного возраста.

Нами была разработана КРП для детей 8-9 лет с нарушением зрения, которая включала: урок ФК 2 раза в неделю по 45 минут, в который входили специальные упражнения на развитие координации движений, подвижные игры и эстафеты; дополнительное занятие – использование упражнений с массажными роллами с целью расслабления мышц.

После применения КРП уровень координации движений в ЭГ улучшился по сравнению с исходным на 43,6%, а по сравнению с КГ – на 32,2%. Функциональные показатели в ЭГ улучшились по сравнению с исходными на 3,5%, а по сравнению с КГ – на 2,5%. Это свидетельствует о том, что КРП, разработанная нами, является более эффективной, чем программа, используемая в школе №188 для детей с нарушением зрения, и может быть рекомендована для применения коррекции координации движений. Эффективность подтверждена.

Список литературы

1. Всемирная организация здравоохранения: ВОЗ [электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.who.int/ru>

DEVELOPMENT OF MOVEMENT COORDINATION IN CHILDREN WITH VISUAL IMPAIRMENT

E. Dvoryaninova, A. Philippova

Belarusian State University of Physical Culture. Minsk, Belarus

Abstract. The article presents data on a correctional and developmental program for the development of motor coordination in children 8-9 years old with visual impairment.

Keywords: coordination of movements, children, visual impairment.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ЛЫЖНИКОВ – ГОНЩИКОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ НА СПРИНТЕРСКОЙ ДИСТАНЦИИ

М.А. Додонова, А.С. Самыличев

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Целью данной работы является совершенствование существующей методики развития скоростной выносливости лыжников – гонщиков, специализирующихся на спринтерской дистанции. Методы исследования: анализ литературы, педагогический эксперимент, метод количественного сравнения систем Стефанова С.Б. с помощью доверительных интервалов средним арифметическим. По результатам контрольных испытаний более высокие результаты показали участники, тренировавшиеся по усовершенствованной нами методике развития скоростной выносливости. Выводы: наиболее эффективной методикой развития скоростной выносливости лыжников – спринтеров, является усовершенствованная нами методика.

Ключевые слова: скоростная выносливость, методика, силовая подготовка, переменный метод, повторный метод.

В настоящее время в подготовке лыжников – гонщиков, специализирующихся на спринтерских дистанциях, применяются нижеописанные методики развития скоростной выносливости.

Методика №1. Основные положения.

1. Два тренировочных дня в микроцикле (недельный цикл) проводятся повторным методом. Первая тренировка – ускорения на короткие дистанции (0,1 – 0,4 км.), вторая тренировка на средние дистанции (0,8 – 1,6 км). Мощность, выполняемой работы – максимальная и субмаксимальная [4].

Данные тренировки проводятся в течении всего подготовительного (начиная со второй половины мая) и соревновательного периодов. Чередование повторных тренировок на короткие и средние дистанции происходит в каждом микроцикле подготовительного периода, но в начале периода, тренировки, проводимые повторным методом, выполняются на коротких отрезках. В данном периоде подготовки, такие тренировочные занятия могут проводиться посредством бега, прыжковой имитации, а также с использованием лыжероллеров. Длина дистанции, рельеф трассы зависят строго от подготовленности спортсмена и тренировочных задач. В конце

подготовительного периода, когда начинаются тренировки на лыжах, преобладают повторные тренировки на короткие дистанции, затем с ростом тренированности, продолжительность дистанций увеличивается, и к соревновательному периоду, практически все тренировки, проводимые повторным методом, выполняются на средних дистанциях. Во время интервалов отдыха должно достигаться практически полное восстановление организма лыжника – спринтера. ЧСС должно быть ниже 90 – 100 ударов в минуту. Данные тренировки направлены на развитие скоростных способностей и специальной выносливости [6].

2. Один тренировочный день в микроцикле (недельный цикл) проводится с использованием переменного метода. Длина дистанции, преодолеваемая с интенсивностью 85 – 95 % от максимальной ЧСС, варьируется от 0,1 км до 1,6 км. Дистанции, преодолеваемые в более медленном темпе, могут быть такими же по километражу, либо короче, либо длиннее. Интенсивность 30 – 35% [4].

Данные тренировки проводятся в течении всего подготовительного и соревновательного периодов. Длина дистанции зависит от уровня подготовленности спортсмена, поставленных задач, а также тренировочного периода. В зависимости от периода подготовки, переменные тренировки могут проводиться посредством бега, прыжковой имитации, лыжероллеров и лыж. Перед началом очередного повторения ускорения ЧСС должна быть в диапазоне от 120 – 140 ударов в минуту. Тренировки направлены на развитие скоростных способностей и специальной выносливости лыжника – [3].

3. Три тренировочных дня микроцикла проводятся равномерным методом. Интенсивность 65 – 75 % от максимальной ЧСС. Длина дистанции варьируется от 5 – 30 км.

Данные тренировки проводятся в течении всего подготовительного и соревновательного периодов, а также частично в течении переходного периода подготовки. Длина дистанции зависит от уровня подготовленности спортсмена, тренировочных задач, а также от периода подготовки. Тренировочные занятия могут проводиться посредством бега, лыжероллеров, лыж, прыжковой имитации. Тренировки, проводимые равномерным методом, направлены на развитие общей и специальной выносливости лыжника спринтера [4].

Силовая подготовка в Методике №1

Силовая подготовка в рассматриваемой нами методике осуществляется круговым методом, методом «до отказа», ударным методом, методом неопредельных усилий, методом повторных усилий и методом динамических усилий, и включает упражнения с весом собственного тела (подтягивания из виса на высокой перекладине, сгибания – разгибание рук в упоре лёжа, сгибание – разгибание рук в упоре на параллельных брусьях, выпрыгивания из полуприседа и низкого приседа, подъём туловища из положения лёжа на животе, подъём туловища из положения лёжа на спине, подъём ног к перекладине из положения виса на высокой перекладине и другие), упражнения с отягощением (жим штанги стоя, жим штанги лёжа на

горизонтальной скамье, пуловер со штангой, полуприсед со штангой на плечах, различные варианты подтягиваний и сгибаний – разгибаний рук с отягощениями и другие). Применяют различные отягощения, 30 – 60 % от максимума, выполняются с максимально возможной скоростью, количество повторений 6 – 10 раз, интервалы отдыха между подходами 3 – 4 мин, такие упражнения направлены на развитие скоростно – силовых способностей лыжника – спринтера; 20 – 70 % от максимума, выполняемые «до отказа», данные упражнения направлены на развитие силовой выносливости лыжника – гонщика (анаэробной производительности и гликолитической ёмкости). В данной методике также используется «ударный» метод, направленный на совершенствование «взрывной» силы и реактивной способности двигательного аппарата. Вес отягощений в таких упражнениях составляет 15 – 35 % от максимума. Скорость максимальная, количество повторений упражнения 5 – 8 раз. Широко используется работа с амортизаторами, благодаря которым осуществляется специальная силовая подготовка лыжника – спринтера [4].

В соревновательный период, как правило, применяются следующие силовые упражнения: передвижение на лыжах при помощи одновременного безшажного хода, попеременная работа одними руками (без отталкиваний ногами), передвижение при помощи отталкиваний одними ногами. В данном периоде, одну тренировку в неделю (вторую, после основной), посвящают выполнению упражнений с собственным весом. Тренировка выполняется круговым методом [2].

Сборы, как правило, проводятся длительностью до 21 дня, после сборов, следует неделя спада нагрузки. Лыжники проводят порядком четырёх сборов в год, иногда больше, если сбор длится в течении небольшого количества дней. На тренировочных сборах проводят, как правило, 2 тренировки в день. На второй тренировке используется бег с интенсивностью не более 65 % от максимальной ЧСС, лыжероллеры со схожей интенсивностью, а также проводятся тренировки, направленные на развитие силовых способностей [5].

Методика №2. Основные положения.

1. Один тренировочный день в микроцикле (недельный цикл) проводится повторным методом на средние дистанции (0,8 – 1,6 км). Мощность, выполняемой работы субмаксимальная [6].

Данные тренировки проводятся со второй половины подготовительного периода и в течении всего соревновательного периода. В первой половине подготовительного периода может проводиться одна повторная тренировка на короткие дистанции (0,2 – 0,6 км.). В подготовительном периоде такие тренировки могут проводиться посредством бега, прыжковой имитации и лыжероллеров. В соревновательном периоде тренировочные занятия, проводимые повторным методом, проходят на лыжах. Длина дистанции, рельеф трассы зависит строго от подготовленности спортсмена и тренировочных задач. Во время интервалов отдыха достигается практически полное восстановление (ЧСС – 90 – 100 уд/мин). Данные тренировки направлены на развитие

специальной выносливости лыжников – гонщиков, специализирующихся на спринтерской дистанции [6].

2. Два тренировочных дня в микроцикле (недельный цикл) проводятся с использованием интервального метода. Длительность интервалов составляет 1 – 6 минут. Интенсивность 85 – 100 % от максимальной ЧСС. Отдых может быть активным или пассивным [6].

Такие тренировки проводятся в течении подготовительного и соревновательного периодов подготовки. В начале подготовительного периода длина дистанции может быть меньше. В данном периоде, тренировки могут проводиться с использованием бега и лыжероллеров, прыжковой имитации. В соревновательном периоде тренировки проводятся на лыжах. Перед началом очередного ускорения ЧСС около 120 уд/мин. Такие тренировки направлены на развитие специальной выносливости лыжников – спринтеров [5].

3. Три тренировочных дня микроцикла проводятся равномерным методом. Интенсивность таких тренировок составляет 65 – 80 % от максимальной ЧСС. Длина дистанции варьируется от 10 – 30 км.

Данные тренировки проводятся в течении подготовительного и соревновательного периодов, а также в течении переходного периода подготовки. Длина дистанции зависит от уровня подготовленности спортсмена, тренировочных задач, а также от периода подготовки. Тренировочные занятия могут проводиться посредством бега, лыжероллеров, лыж, прыжковой имитации. Тренировки, проводимые равномерным методом, направлены на развитие общей и специальной выносливости лыжника – спринтера [5].

Силовая подготовка в Методике №2

Силовая подготовка в рассматриваемой методике включает упражнения с весом собственного тела (подтягивания из виса на высокой перекладине, сгибания – разгибание рук в упоре лёжа, сгибание – разгибание рук в упоре на параллельных брусьях, выпрыгивания из полуприседа и низкого приседа, подъём туловища из положения лёжа на животе, подъём туловища из положения лёжа на спине, подъём ног к перекладине из положения виса на высокой перекладине и другие), упражнения с отягощениями 85 – 90 % от максимума (количество повторений упражнения 5 – 6 раз), (жим штанги лёжа на горизонтальной скамье, пуловер со штангой, тяга штанги к груди из положения лёжа на животе на горизонтальной скамье, жим ногами в тренажёре, полуприсед со штангой на плечах). Такие тренировки проводятся в течении переходного и подготовительного периодов (круговым методом) подготовки, и направлены на увеличение силы лыжника – спринтера. Упражнения с отягощением 40 – 60 % от максимума, количество повторений 20 – 50, такие упражнения направлены на совершенствование силовой выносливости. Широко используется работа с амортизаторами. Во второй половине подготовительного периода и в соревновательном периоде, применяются следующие упражнения: передвижение на лыжах или лыжероллерах, при помощи одновременного безшажного хода, попеременная работа одними руками (без отталкиваний ногами), передвижение при помощи отталкиваний

одними ногами. В соревновательном периоде проводятся тренировки на лыжах с использованием отягощений малых весов (10 % от собственного веса) [1].

Данная методика функциональной подготовки лыжников – спринтеров включает в себя многочисленные сборы, длительностью 7 – 17 дней (иногда больше). В подготовительный период элитные лыжники проводят более восьмидесяти дней на централизованных сборах. На второй тренировке применяется бег с интенсивностью не более 65 % от максимальной ЧСС, лыжероллеры со схожей интенсивностью, а также проводятся тренировки, направленные на развитие силовых способностей [5].

Исследование проводилось в Нижнем Новгороде, на лыжной базе «Олень», и лыжных трассах: посёлок «Дубравный», «Щёлоковский хутор», «Стригино». Период исследования: апрель 2018 – апрель 2020 г.г. Исследуемые: 20 человека (юноши), в возрасте 17 – 18 лет на начало исследования, учащиеся спортивных школ и школ олимпийского резерва.

Участники исследования были разделены на две группы (выборки) по десять исследуемых в каждой. В первый год проведения исследования, участники тренировались по двум различным методикам развития скоростной выносливости. Первая группа участников тренировалась по методике №1, вторая группа участников – по методике №2. Во втором году исследования первая группа участников тренировалась по усовершенствованной нами методике, в которой, в первой половине первого мезоцикла подготовительного периода, два тренировочных дня в микроцикле проводились повторным методом на короткие дистанции (0,1 – 0,4 км), начиная со второй половины, короткие дистанции заменились средними (0,8 – 1,6 км). В подготовительном и соревновательном периодах применялись непредельных отягощения, в силовых упражнениях, ранее выполняемых, с весом собственного тела. Вторая группа участников исследования тренировалась по методике первого года исследования.

В конце подготовительного периода первого и второго годов исследования был проведён тест физической подготовленности. В тест входили следующие упражнения: подтягивания из виса на высокой перекладине, сгибание – разгибание рук в упоре на параллельных брусьях, удержание тела в положении «вис углом» на высокой перекладине, 40 многоскоков, бег 100 м, бег 1500 м. Во время соревновательного периода проводились четыре прикидки (гонки) на дистанцию 1,4 км (2 классическим стилем, 2 свободным стилем). Каждая прикидка состояла из четырёх забегов по 1,4 км.

В результате математической обработки полученных результатов мы получили следующие данные:

В первом году проведения исследования более высокие результаты в тесте физической подготовленности и «прикидках» на 1, 4 (по сумме четырёх забегов) км были у участников из второй группы исследования.

Во втором году проведения исследования, участники первой группы, тренировавшиеся по усовершенствованной нами методике, показали более высокие результаты в тесте физической подготовленности и «прикидках» на 1,

4 (по сумме четырёх забегов) км, что обусловлено проведением двух повторных тренировок в микроцикле на короткие дистанции только в течении первой половины первого мезоцикла подготовительного периода, начиная со второй половины данные дистанции заменились средними, а также использованием непредельных отягощений в силовых упражнениях ранее выполняемых с весом собственного тела.

Проведя исследование и проанализировав полученные нами результаты, делаем следующие выводы:

1. В результате анализа литературы на тему: «Методика развития скоростной выносливости лыжников – гонщиков, специализирующихся на спринтерской дистанции», были выявлены две различные методики.

2. Участники исследования, тренирующиеся по усовершенствованной нами методике, показали более высокие результаты в тесте физической подготовленности, что доказывает эффективность методики ($P < 0,05$).

3. Участники исследования, тренирующиеся по усовершенствованной нами методике, показали более высокие результаты в контрольных гонках, что доказывает эффективность методики ($P < 0,05$).

Список литературы

1. Антонов Ю.С. Индивидуальная направленность тренировочного процесса студентов лыжников – гонщиков на этапе спортивного совершенствования: Автореф. дис. канд. пед. наук. – М., 1985, с. 85 – 90.

2. Брет Контрерас «Анатомия силовых упражнений с использованием в качестве отягощения собственного веса», Минск: Попурри, 2015, с. 28 – 32.

3. Додонова М.А., Самыличев А.С. «Развитие скоростной выносливости лыжников – спринтеров», Современные проблемы физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры: Материалы конференции – Н. Новгород: Нижегородский госуниверситет, 2020, с. 83 – 85.

4. Манжов В.Л. Современная методика тренировки в лыжных гонках. – М.: Физкультура и спорт, 1981, с. 72 – 84.

5. Павлов Г.А. «Теория и методика избранного вида спорта», ЮРАЙТ, 2017, с. 189.

6. Раменская Т.И. Специальная подготовка лыжника. Учебная книга. М: СпортАкадемПресс, 2001, с. 56 – 58.

IMPROVING THE METHODS OF DEVELOPING HIGH-SPEED ENDURANCE OF SKI RACERS SPECIALIZING IN THE SPRINT DISTANCE

M. Dodonova, A. Samylichev

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The purpose of this work is to improve the existing methodology for the development of high-speed endurance of ski racers specializing in sprint distance. Research methods: literature analysis, pedagogical experiment, method of quantitative comparison of Stefanov S.B. systems using confidence intervals by arithmetic mean. According to the results of

control tests, higher results were shown by the participants who trained according to the improved method of developing high-speed endurance. Conclusions: the most effective method of developing the high-speed endurance of skiers – sprinters is the method we have improved.

Keywords: speed endurance, technique, strength training, variable method, repeated method.

ПРИВЫЧКА ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРОЙ У СТАРШИХ КУРСОВ В УНИВЕРСИТЕТЕ

Е.А. Евграфова, А.С. Тярова

Чувашский государственный педагогический университет имени И.Я.Яковлева

Аннотация. В данной статье рассматривается зависимость привычки и мотивации занятий физкультурой у старших курсов. Проведен анализ роли занятий физической культуры 4 и 5 курсов, после ее завершения в учебном плане. Особое внимание уделяется вопросу: «Продолжает ли студент старших курсов, заниматься спортом?».

Ключевые слова: студенты, спорт, физическая культура, привычка, время, мотивация, время, преподаватель физической культуры, самодисциплина.

Актуальность. Спорт – это основа жизни, именно он является главным тренером нашей мотивации, на основе которой формируется привычка занятия физической культурой и поддержания тела в здоровом духе.

В современном мире можно заметить возрастающий интерес к проблемам формирования привычки занятия физкультурой у студентов. Влияние различных факторов на формирование или воздействие определённой привычки и мотивации на человека, всегда остается предметом различных исследований и затрагивает половину всех сфер жизнедеятельности человека.

Ученые выяснили что физическая культура и спорт воспитывают у студентов потребность в организации здорового стиля жизни, что тесно связано с воспитанием их ценностного отношения к предмету путем развития клубной деятельности (объединяющей студентов по интересам), способствуя активизации их творческой деятельности в овладении навыками продуктивной самостоятельной работы. Действия, доведённые до автоматизма (привычка заниматься спортом), играют судьбоносную роль в жизни каждого человека, поэтому в данном проекте мы хотели рассмотреть и ознакомить окружающих с высокой потребностью формирование привычки и мотивации занятия физкультурой на постоянной основе.

Цель исследования: выявить отношение студентов старших курсов на формирование привычки и мотивация занятия физической культурой.

Задачи:

1. Экспериментально исследовать процесс роли привычки в жизни современных студентов.
2. Уточнить отношение студентов к своему образу жизни.
3. Составить характеристику роли привычки в жизни современных молодых людей.

Объект исследования. Привычка и мотивация молодежи.

Предмет исследования. Закономерности и механизмы формирования и поддержание привычки, а также факторы, определяющие вредные и полезные привычки.

Методы исследования: Для решения задач исследования нами применялись следующие методы: теоретический анализ и исследование соответствующей литературы; анкетный опрос; методы математической статистики.

Базой исследования являлся психолого-педагогический университет ЧГПУ им И.Я. Яковлева.

1.1. Привычка как предмет исследования

Способность человека привыкать к каким-либо действиям или ощущениям (автоматизированное действие организма) называется привычкой. Говоря о привыкании многие люди думают о плохой зависимости (наркотики, алкоголь, курение и т.д.) Но есть и те, кто ставит перед собой цель достичь привыкание определенной полезной, подходящей привычки, например занятие спортом.

Предмет физическая культура, который преподается в университетах, формирует еще один пласт в общем физическом состоянии человека, его здоровье, физической подготовленности и физическом совершенстве. Однако активное посещение занятия(пар) физкультуры получается только у студентов 1 и 3 курсов, в дальнейшем переходя на другой год обучения (4 и 5 курс) в учебном плане уже ее нет, что заставляет задуматься, а продолжает ли студент дальше внедрять в свою жизнь хоть какой-нибудь спорт или полностью прекращает занятия. Ведь спорт и физическая культура – это не только здоровый образ жизни – это здоровая жизнь, которая открывает все новые и новые возможности для реализации сил и талантов. Это путь, на который вступает здравомыслящий человек, для того чтобы прожитая им жизнь была бы плодотворной, приносила радость ему самому и окружающим. Поэтому главная задача преподавателя и студента состоит в том, чтобы выработать и привить привычку занятия физической культурой, найти способы мотивации и реализации.

1.2. Факты, влияющие на формирование привычки

Учебники по психологии говорят нам о том, что привычка – это устойчивая модель поведения, руководящая нашими действиями и выбором. Однако, как же они формируются?

Как появляются привычки:

- Время – это наш путеводитель по жизни. Благодаря времени с самого детства мы познаем наш рацион, создаем свой график сна, обеда, ужина, завтрака, время прогулок и т.д. Очень важно, чтобы времени хватало не только на умственную деятельность, но и на физическую активность. 4 и 5 курс время, когда в вашей жизни начинается трансформация во взрослую жизнь: работа,

написание диплома, семейная жизнь. Данная рутина совершенно не оставляет место на спорт, именно здесь включается наша самодисциплина, которая является ключом к успеху.

- Место – это реакция на внешнюю среду, на наше окружение. Наши неосознанные действия, по принципу привычки лучше всего закрепляются на определенных местах (дом, офис, школа, кафе, спорт зал,). Определенно важно, чтобы занятия физкультурой остались в памяти старшекурсника, как моменты того времени и места, где он мог отдохнуть от учебы, место где он впервые научился, выполняют какие-нибудь движения(трюки), где с помощью спорта мог расслабить, подтянуть или привести свое тело в тонус.

- События – это то, на чем строятся наши воспоминания, умозаключения и взгляды на мир. Активный образ жизни, умения рисковать, действовать против своей воли, которые ведут к позитивным действиям. Делают наши привычки разнообразными, наполненными яркими красками.

- Окружение – играет самую главную роль в формировании привычки. Друзья, родственники, коллеги активно участвуют, даже не осознавая этого, в формировании твоего поведения и твоих привычек. Преподаватель физкультуры, должен стимулировать к занятию спортом, повышать в глазах молодежи престиж здорового образа жизни и формировать негативное отношение к вредным привычкам. Также немало важную роль играет формирование малых групп спорта, это заинтересованность студента вступить в различные спортивные организации, где он сможет поделиться своими умениями и навыками или начать заниматься тем, что так давно хотел. Именно хорошая атмосфера, помогут не удалить спорт из жизни.

- Эмоциональное состояние – порой от того как мы себя чувствуем, как мы себя позиционируем окружающим нас людям, зависит наше эмоциональное состояние, наша жизнь. Мы все подвержены эмоциям, и контролировать их может далеко не каждый, а уж использовать для создания чего-то конструктивного и подавно. Для позитивной привычки, приходится постараться, осознать свои эмоции, объяснить их, то есть провести определенную работу над собой. Спорт должен формировать позитивную настроенность студентов, а не быть тем что вызывает отвращение или состояние должного.

1.3. Путь сохранения в своем сознании полезной привычки

Формирование в себе полезной привычки во многом зависит от силы воли, важно сохранить в себе мотивацию занятия спортом.

Привычки индивидуальны, зависят от сложности и подчинение человека к ней. В среднем, согласно данным, привычка формируется за два месяца (66 дней). Однако для каждого человека в зависимости от вида привычки количество необходимого времени варьируется в широких пределах. Психологи утверждают, что это может занять от 18 до 254 дней. Это не три недели, это восемь месяцев!

2. Исследование влияния привычки на образ жизни на психическое и физическое состояние

2.1. Задача, методы и организация исследования

Задача исследования заключалась в определении зависимости спорта, привычки и мотивации занятий у старшекурсников. Для решения этой задачи нами проводились исследования, включающие методики психодиагностики, анкетного опроса и подсчет математической статистики.

Методики психодиагностики применялись для измерения показателей психического здоровья: эмоциональное состояние, адекватный уровень притязаний, адекватная самооценка, личностная автономия, самоуважение, самоконтроль и т.п.

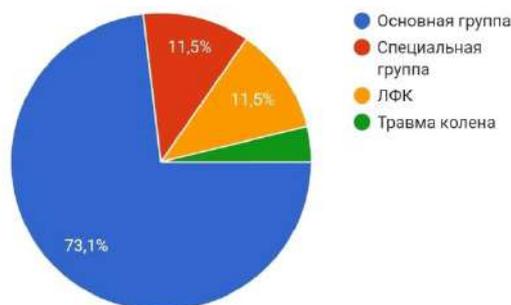
2.2. Результаты исследования

В течение 2 месяцев нами было проведено анкетирование в (гугл-форме) среди студентов 4-5 курса психолого-педагогического факультета ФГБОУ ВО «Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева».

В итоге были получены ответы 26 студентов. Для начала мы узнали к какой группе здоровья относились наши студенты. Большое количество имело основную группу (73%), ЛФК (11,5%), специальную группу (11,5%). (рисунок 1)

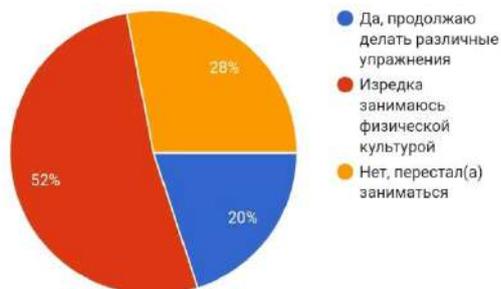
В какой группе здоровья вы занимались физической культурой?

26 ответов



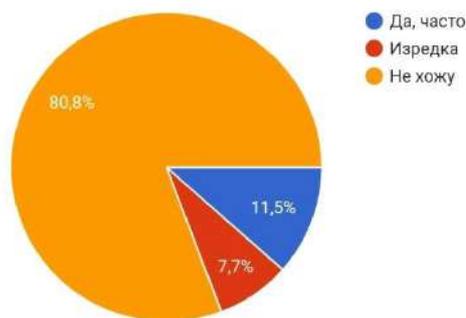
Затем перешли на основные вопросы. Большинство опрошенных после окончания часов физкультуры в учебном плане изредка продолжают заниматься физической культурой (52%), также довольно большое количество ответили, что перестали заниматься физкультурой (28%) и только (20%) ответили, что продолжают. (рисунок 2)

Продолжаете ли вы заниматься физической культурой так, как занимались на 1-3 курсах?



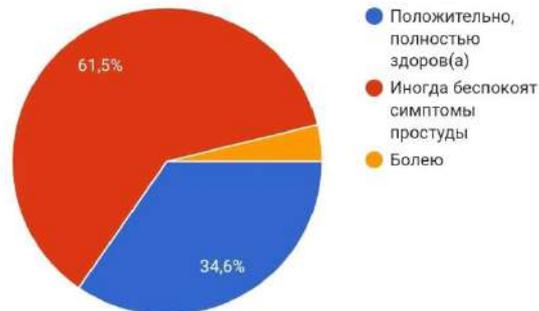
Также подтверждается наше мнение, что на спорт у 4-5 курс времени остается очень мало, так как основная их часть дня составляет работа, написание диплома и т.д. На вопрос «Ходите ли вы на городские, спортивные мероприятия?». Большинство студентов признались, что перестали это делать (80,8%), ведь только (11%) ответили, что ходят часто на подобные мероприятия (рисунок 3).

Ходите ли вы на городские спортивные мероприятия? (Забег, лыжня, бассейн и т.д.)



Самый главный вопрос звучал так «Как бы вы оценили свое текущее состояние здоровья в целом?». Ответы нам показывают, что в большинство учащихся (61%) иногда беспокоят симптомы простуды, положительно, полностью здорова (34%) .(рисунок 4).

Как бы вы оценили свое
текущее состояние
здоровья в целом?



3.1. Заключение исследования

Завершая обзор экспериментальных данных, можно сделать вывод, что большинство опрошенных в силу того, что у них появилось новое время препровождение (работа, семья, написание диплома) они перестали заниматься спортом. Не смотря на большую распространенность спортивного интереса, студенты редко посещают различные спортивные комплексы. Также хочется отметить, что состояние здоровья у многих опрошенных сменилось на ответ «иногда беспокоят симптомы», что горит о том, что спорт в их жизни начал занимать пассивную сторону.

Практическая значимость нашей работы заключается в ее актуальности и значимости.

Анкета для студентов

- 1) В какой группе здоровья вы занимались физической культурой?
- 2) Имелись ли у вас вредные привычки на 1-3 курсах? (курение, алкоголь, парение электронных сигарет и т.д.)
- 3) Занимались ли вы каким-либо видом спорта на 1-3 курсах?
- 4) Если занимались каким-либо видом спорта, продолжаете ли вы дальше?
- 5) Продолжаете ли вы заниматься физической культурой так, как занимались на 1-3 курсах?
- 6) Появились ли у вас вредные привычки на 4-5 курсах?
- 7) Часто ли вы посещали занятия физической культурой?
- 8) Нравилось ли вам посещать занятия физической культурой?
- 9) Нравилось ли вам посещать занятия физической культурой?
- 10) Много ли времени вы уделяете спорту и упражнениям?
- 11) Ходите ли вы на городские спортивные мероприятия? (Забег, лыжня, бассейн и т.д.)

12) Многие ли из ваших родственников/друзей/знакомых ведут спортивный образ жизни?

13) Как бы вы оценили свое текущее состояние здоровья в целом?

Список литературы

1. Елистратова, Е. А. Социальная ценность здоровья / Е. А. Елистратова, И. А. Шарапова, П. А. Павлова // Бюллетень медицинских интернет-конференций. – 2016. – № 5. – С. 555.

2. Неповинных, Л. А. Самоконтроль физического развития студентов специальной медицинской группы / Л. А. Неповинных, Е. М. Солодовник // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2019. – № 9-1. – С. 35-37.

3. Дёмина, А. А. Физкультура как средство профилактики и лечения различных заболеваний / А. А. Дёмина, М. Н. Налимова // Тенденции развития науки и образования. – 2019. – № 57-9. – С. 50-52.

THE HABIT OF PHYSICAL EDUCATION FOR SENIOR STUDENTS AT THE UNIVERSITY

I.Ya.Yakovlev, A. Tyarova

Chuvash State Pedagogical University

Abstract. This article examines the dependence of the habit and motivation of physical education in senior courses. The analysis of the role of physical education classes of the 4th and 5th courses, after its completion in the curriculum. Special attention is paid to the question: "Does the senior student continue to play sports?".

Keywords: students, sports, physical culture, habit, time, motivation, time, physical education teacher, self-discipline.

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

У.А. Ермакович, Т.В. Зглюй

Полесский государственный университет

Аннотация. В статье рассматриваются особенности и тенденции развития гастрономического туризма в Республике Беларусь. Выявлены характерные проблемы развития гастрономического туризма в Республике Беларусь. Определены основные направления дальнейшего развития данного вида туризма.

Ключевые слова: гастрономический туризм, агроэкотуризм, рост, ресторанный бизнес, въездной туризм, внутренний туризм, дестинация.

Согласно «Национальной стратегии развития туризма до 2035 г.», одним из перспективных видов туризма в Республике Беларусь является гастрономический туризм [1].

Гастрономический туризм – это вид туристической деятельности, связанный с посещением дестинаций, которые предлагают туристам знакомство со страной с помощью национальной кухни. Национальная кухня наряду с историей, религией, обычаями, политикой, экономикой и другими аспектами формирует имидж и уникальность страны.

К основным проблемам развития гастрономического туризма в Республике Беларусь можно отнести: низкие темпы развития внутреннего туризма, низкий уровень развития ресторанного бизнеса, недостаточное финансирования отрасли туризма, низкая инвестиционная привлекательность сферы туризма, пандемия коронавируса COVID – 19 и закрытие границ.

Наиболее тесно связь ресторанного бизнеса прослеживается во взаимодействии с туристической инфраструктурой. Например, число въездных туристических поездок иностранных граждан в Республику Беларусь (таблица 1).

Таблица 1. Число въездных туристических поездок иностранных граждан в Республику Беларусь (тысяч поездок) [2]

Показатели	2017	2018	2019	2020	2021
Всего	11 060,1	11 501,6	11 832,1	3 598,5	3 361,0
В том числе:					
Из стран СНГ	9 492,9	9 129,1	9 310,3	2 885,6	2 900,0
Из стран вне СНГ	1 567,2	2 372,5	2 521,8	712,9	461,1

Анализируя данные, представленные в таблице 1, можно увидеть, что пандемия коронавируса COVID – 19 отрицательно повлияла на туризм, так как численность туристических поездок иностранных граждан в Республику Беларусь в 2021 году уменьшилась на 71,6% по сравнению с 2019 годом. Можно наблюдать отрицательную динамику в количестве въездных поездок в страну. Следовательно, можно сделать вывод, что въездной туризм в Республике Беларусь развивается медленными темпами, что плохо сказывается и на развитии ресторанного бизнеса, и на экономике страны в целом.

Гастрономический туризм может быть городским и сельским («зеленым»). Отличие сельского гастрономического туризма от городского заключается в том, что турист стремится попробовать блюда из натуральных продуктов. В Республике Беларусь среди туристов предпочтение отдается посещению экоферм, зеленых производств, а также агроусадьб.

Субъекты агроэкотуризма обуславливают развитие сельского («зеленого») гастрономического туризма. На рисунке 1 представлены изменения числа субъектов агроэкотуризма по областям республики за период 2017-2021 гг.

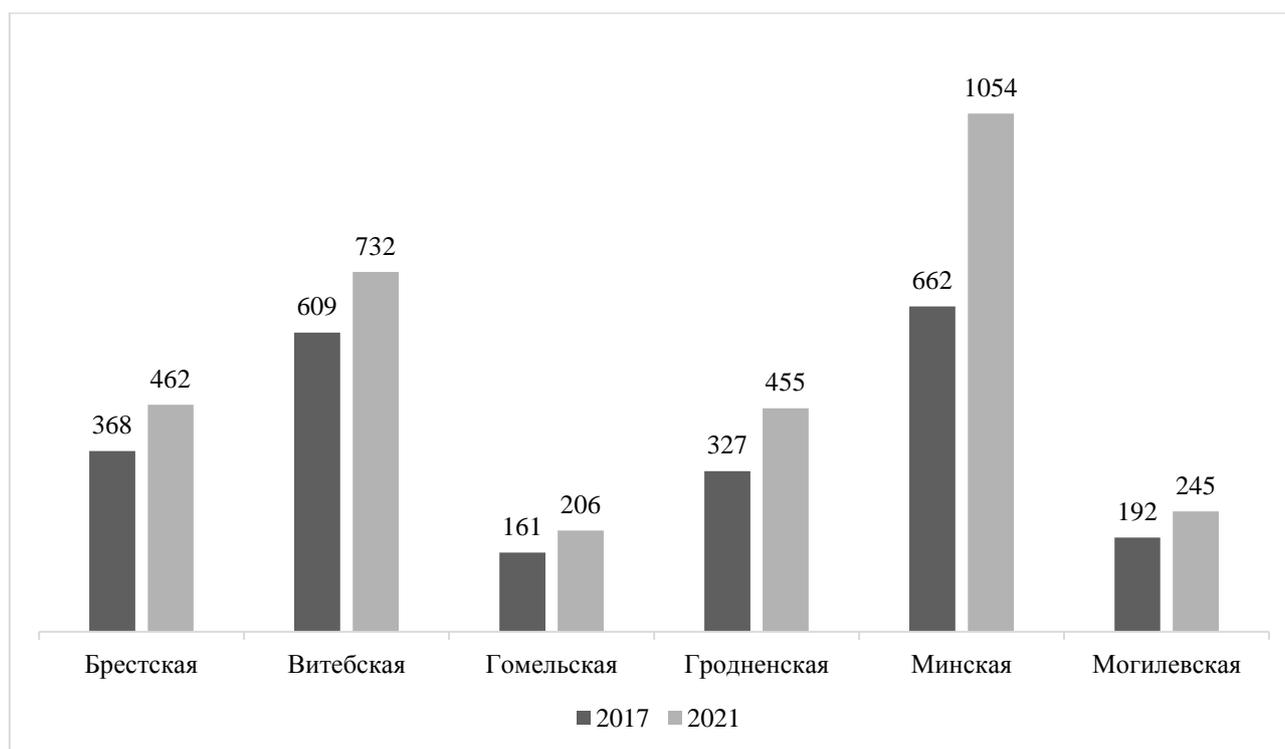


Рис. 1. Число субъектов агроэкотуризма по областям (единиц) [2]

Согласно данным рисунка 1, число субъектов агроэкотуризма в 2021 году выросло по сравнению с 2017 годом на 36 %. Наибольшее количество субъектов агроэкотуризма можно наблюдать в Минской области, наименьшее – в Гомельской области. Прослеживается тенденция увеличения числа субъектов агроэкотуризма, что благоприятно скажется на развитии гастрономического туризма.

Изучая изменение количества объектов общественного питания в стране, можно сделать определенные выводы о развитии гастрономического туризма. В таблице 2 представлены количественные данные развития объектов общественного питания по типам.

Таблица 2. Объекты общественного питания по типам (единиц) [3]

Показатели	2016	2017	2018	2019	2020
Объекты общественного питания	12 779	12 978	13 371	13 965	14 165
из них:					
рестораны	516	516	513	534	504
кафе	1615	1954	2057	2276	2315
столовые	4627	4592	4508	4468	4393
бары	1189	1172	1241	1318	1359
другие объекты	4532	4744	5052	5369	5594

Стоит обратить внимание на то, что за исследуемый период 2016- 2020 гг. наблюдаются положительные тенденции роста объектов общественного питания. Число объектов общественного питания в 2020 году по сравнению с 2016 годом увеличилось на 1,4 %. Рост произошел в сегменте кафе, баров, других объектов ресторанного бизнеса.

Несмотря на то, что гастрономический туризм является новым направлением развития въездного и внутреннего туризма в Республике Беларусь, уже проведено много различных мероприятий с целью развития гастрономического туризма. В целях развития гастрономического туризма создан интерактивный сайт gastinia.by [4] и гастрономическая карта «Гасцінія». Проводят такие гастрономические фестивали, как «Vulitsa Ezha» в Минске и Гродно, Вишневый фестиваль в Глубоком, «Gastrofest» по всей стране. Также в Республике Беларусь организованы экорынки, где местные фермеры могут реализовать товары собственного производства. На постоянной основе проходят акции, конкурсы и дни белорусской кухни. В агроусадебках и различных туристских дестинациях популяризируется белорусская кухня.

Согласно «Национальной стратегии развития туризма до 2035 г.», Развитие гастрономического туризма будет направлено на: обеспечение взаимодействия представителей туристической отрасли с производителями пищевых продуктов, субъектами общественного питания для создания «гастрономического туристического продукта» и обеспечения его доступности для всех групп населения; преодоление разрозненности в позиционировании белорусской кухни как объекта туристического интереса субъектами туристической индустрии; расширение практики проведения гастрономических мероприятий, в том числе направленных на популяризацию белорусской кухни; включение гастрономических мастер-классов в программу ознакомительных туров, приглашение в страну популярных блогеров и фотографов, журналистов, специализирующихся на гастрономии [1].

Таким образом, гастрономический туризм позволяет прочувствовать традиции, быт и атмосферу гостеприимства белорусов. В ходе исследования было подтверждено, что развитие данного вида туризма имеет положительную динамику за счет увеличения количества объектов общественного питания и субъектов агроэкотуризма. Дальнейшее развитие гастрономического туризма будет способствовать повышению социально-экономического развития страны, а именно: созданию новых рабочих мест, открытию или совершенствованию производств, развитию сельского хозяйства, а также созданию брендинга страны.

Список литературы

1. Утверждена Национальная стратегия развития туризма в Республике Беларусь до 2035 г. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.belarustourism.by/news/utverzhdena-natsionalnaya-strategiyarazvitiya-turizma-v-respublike-belarus-do-2035-goda/>. – Дата доступа: 12.11.2022.

2. Туризм и туристические ресурсы в Республике Беларусь, 2022 [Электронный ресурс]: статистический буклет. – Режим доступа:

https://www.belstat.gov.by/ofitsialnaya-statistika/publications/izdania/public_brochures/index_54359/?sphrase_id=1756292.
– Дата доступа: 12.11.2022.

3. Внутренняя торговля и общественное питание Республики Беларусь [Электронный ресурс]: статистический буклет. – Режим доступа: https://www.belstat.gov.by/ofitsialnaya-statistika/realny-sector-ekonomiki/vnytrennia-torgovlya/statisticheskie-izdaniya/index_39703/. – Дата доступа: 14.11.2022.

4. Беларусь – краіна смаку і гасціннасці! [Электронный ресурс].– Режим доступа: <https://gastinia.by/>. – Дата доступа: 14.11.2022.

GASTRONOMIC TOURISM AS A PROMISING DIRECTION OF TOURISM DEVELOPMENT IN THE REPUBLIC OF BELARUS

*U. Ermakovich, T. Zgliu
Polessky State University*

Abstract. The article discusses the features and trends of the development of gastronomic tourism in the Republic of Belarus. The characteristic problems of the development of gastronomic tourism in the Republic of Belarus are revealed. The main directions of further development of this type of tourism are determined.

Keywords: *gastronomic tourism, agroecotourism, growth, restaurant business, incoming tourism, domestic tourism, destination.*

РАЗРАБОТКА И ВНЕДРЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ В СПОРТЕ

А.В. Ермильчев, Е.Н. Лелягина

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

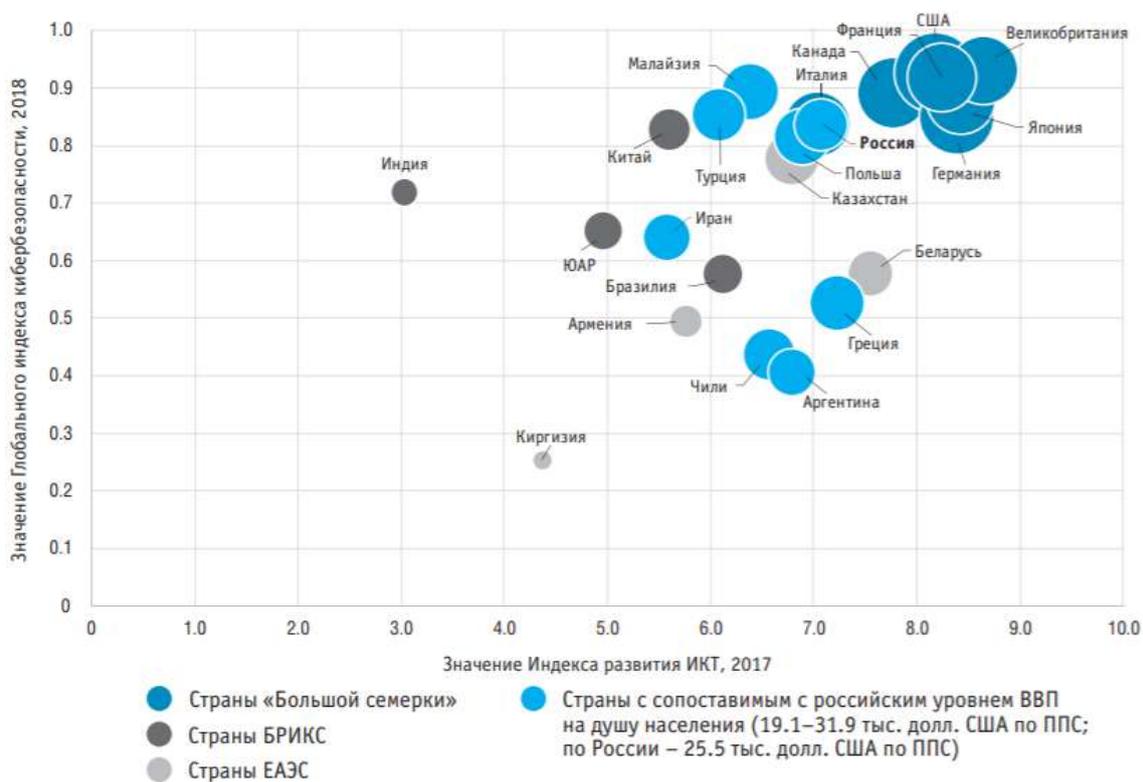
Аннотация. Цифровизация физической культуры и спорта является одним из приоритетных направлений развития отрасли на ближайшие годы. Цифровые инструменты и инновации позволяют получить дополнительные возможности тренерам и спортсменам в процессе спортивной подготовки. Технологии виртуальной реальности способствуют созданию атмосферы соревнований и выбора соперников с заданными параметрами. В статье представлен разработанный проект «КиберКаратэ», который адаптирует удаленные тренировки в единоборствах за счет виртуального спарринг-партнера и встроенного в программное обеспечение корректора техники движений. Данный проект получил грантовую поддержку Фонда содействия инновациям по программе «Старт».

Ключевые слова: *спорт, единоборства, цифровизация, виртуальная реальность, цифровой спорт, инновации, тренировка, тренировочный процесс*

В связи с ограничениями, вызванными коронавирусной инфекцией COVID-19, спортсмены столкнулись с проблемой ведения тренировочного процесса. Стриминговые платформы, такие как Zoom, были недостаточны для полноценного обучения спортсменов. Проблемам и перспективам онлайн

обучения и цифрового развития посвящены работы многих ученых [2, 3, 4, 6, 8]. Потенциал цифровой экономики растет с каждым годом. В настоящее время глобальное производство товаров и услуг информационно-коммуникационных технологий составляет примерно 6,5 процентов от общемирового валового продукта, в организациях цифровой индустрии трудятся около 100 миллионов человек [5].

Уровень развития информационно-коммуникационных технологий в разных странах представлен на рис. 1.



Источник: Международный союз электросвязи (МСЭ), Всемирный банк

Рис. 1. Уровень развития информационно-коммуникационных технологий в мире

В качестве одного из направлений цифровизации можно выделить создание интегральных цифровых пространств в сфере физической культуры и спорта [9, 11]. Преподаватели всего мира могли тренировать и развивать у детей только общую и специальную физическую подготовку, но качественная технико-тактическая подготовка была невозможна. Для наработки технико-тактических навыков, чувства корректности дистанции, правильного ракурса, правильного выбранного времени для нанесения атаки требовался спарринг-партнер, который в условиях изоляции отсутствовал. Решение данной проблемы возможно за счет внедрения цифровых технологий виртуальной реальности [1, 10, 12].

Разработанный проект «КиберКартэ» позволяет адаптировать удаленные тренировки в единоборствах за счет виртуального спарринг-партнера и встроенного в программное обеспечение корректора техники движений.

Цель проекта – адаптировать преподавание каратэ под современные технологии дистанционного обучения, сделать доступнее опыт успешных практик этого вида спорта, совершенствовать тренировочный процесс и повысить качество обучения.

К целевым группам проекта относятся дети и подростки в возрасте 7-18 лет, занимающиеся (или желающие заниматься) каратэ, тренеры, тренеры-преподаватели, педагоги дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Алгоритм реализации проекта предполагает:

1) Создание программного обеспечения для тренировки технико-тактических навыков и обучения корректировке движений для шлемов виртуальной реальности совместно с мастерами спорта и ведущими тренерами по каратэ, адаптация системы тренировок по каратэ к дистанционному формату.

2) Ознакомление детей и подростков с цифровыми технологиями, в частности, с технологиями виртуальной реальности, и их практическим применением на примере «КиберКаратэ» в общеобразовательных школах и колледжах.

3) Ознакомление детей с цифровыми технологиями, в частности, с технологиями виртуальной реальности, и их практическим применением на примере «КиберКаратэ» в физкультурно-спортивных организациях и в организациях дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

4) Обучение тренеров, тренеров-преподавателей, педагогов дополнительного образования, учителей физической культуры навыкам работы с технологиями виртуальной реальности в спорте на примере КиберКаратэ.

5) Использование тренажера позволит развить физическую подготовку и навыки каратэ у сотрудников органов внутренних дел [7].

Таким образом, разработанный проект «КиберКаратэ» с применением технологий виртуальной реальности позволяет адаптировать удаленные тренировки в единоборствах за счет виртуального спарринг-партнера и встроенного в программное обеспечение корректора техники движений и дает дополнительные возможности для повышения эффективности спортивной подготовки, в том числе в условиях ограничений.

Список литературы

1. Ангелова О.Ю., Летягина Е.Н., Лычагина Е.Д. Современные инновационные и цифровые технологии в рекреации и спорте// В сборнике: Современные проблемы физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Материалы XVIII Международной научно-практической конференции. 2019. С. 344-349.

2. Егорова Н.М. Цифровизация российского спорта: проблемы и перспективы// Известия Санкт-Петербургского государственного экономического университета. 2022. № 4 (136). С. 102-106.

3. Гушина Л.А. Модель системы формирования инновационной компетенции у студентов технических вузов // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2016. № 2. С. 28-33.

4. Летьягина Е.Н., Колодеев Е.П. Проблемы организации и проведения онлайн занятий по физической культуре и спорту в образовательных организациях// Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 2 (192). С. 151-156.

5. Летьягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.

6. Летьягина Е.Н., Перова В.И. Нейросетевое моделирование развития детско-юношеского спорта Российской Федерации как фактора формирования человеческого капитала// Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. 2020. № 2 (58). С. 40-47.

7. Никифоров С.В., Слободчикова Т.А., Хаченкова К.Ю. Профессионально важные физические качества для сотрудника полиции // Обзор педагогических исследований. 2022. Т. 4. № 6. С. 110-113.

8. Поддубная Т.Н., Минченко В.Г., Заднепровская Е.Л. Цифровизация сферы физической культуры и спорта// Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. 2021. № 1. С. 147-151.

9. Семёнова С.А., Михайлов Н.Г. Цифровая трансформация сферы физической культуры и спорта: итоги первоначального анализа// Культура физическая и здоровье. 2021. № 3 (79). С. 24-32.

10. Солнцев И.В. Применение инновационных цифровых продуктов в индустрии спорта// Стратегические решения и риск-менеджмент. 2021. Т. 12. № 2. С. 184-189.

11. Сомова А.Е. Цифровизация физической культуры и спорта// Актуальные проблемы педагогики и психологии. 2022. Т. 3. № 4. С. 30-35.

12. Шутова Т.Н., Андрющенко Л.Б. Цифровизация образовательного пространства вуза в сфере физической культуры и спорта// Теория и практика физической культуры. 2020. № 9. С. 102-104.

DEVELOPMENT AND IMPLEMENTATION OF VIRTUAL REALITY TECHNOLOGIES IN SPORTS

A. Ermilichev, E. Letiagina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. Digitalization of physical culture and sports is one of the priorities of the industry's development in the coming years. Digital tools and innovations allow coaches and athletes to gain additional opportunities in the process of sports training. Virtual reality technologies contribute to the creation of an atmosphere of competition and the selection of rivals with specified parameters. The article presents the developed project "Cyber Karate", which adapts remote training in martial arts due to a virtual sparring partner and a motion technique corrector built into the software. This project received grant support from the Innovation Assistance Fund under the Start program.

Keywords: sports, martial arts, digitalization, virtual reality, digital sports, innovation, training, training process

СТРУКТУРА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ

Ю.Н. Ермошина, Н.Г. Титова

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Предпосылкой изучения структуры любого объекта является выявление составляющих его элементов и определение характера связей между ними. Причем выявление принадлежности элементов также требует точного анализа, исключающего субъективное восприятие. Анализ структуры может быть выполнен с разной степенью детализации. В самом общем виде структура соревновательной деятельности определяется направленностью на достижение более высокой оценки качества собственной деятельности по сравнению с оценкой деятельности соперников.

Ключевые слова: современный спор; соревновательная деятельность; спортивный результат; физическая, двигательная активность; тренировочный процесс.

Цель исследования – изучить структуру соревновательной деятельности в современном спорте.

Результаты исследования и обсуждение. В совокупности с рассмотрением характеристик двигательной активности в данном разделе необходимо отметить некоторые основные положения, определяющие методы анализа такой внутренней и внешней деятельности человека, в том числе:

1. В процессе различной деятельности создавать ценности материальной культуры и духовной культуры.

2. Деятельность, независимо от ее вида, всегда основана на многофункциональной системе двигательной и интеллектуальной деятельности.

3. Необходимыми компонентами деятельности являются цели деятельности, соответствующие мотивы и потребности, структура и используемые средства.

4. Любая деятельность есть результат сознательной деятельности человека.

5. Все виды деятельности характеризуются положительным отношением человека к окружающему миру.

На основе изложенных выше основных положений разрабатываются теоретические основы различных видов спортивной соревновательной деятельности. В то же время, по мнению многих авторов, соревновательная деятельность имеет следующие специфические характеристики:

1. Систематическая форм-фактор соревновательной деятельности – спортивный результат, характеризующий управление многолетним тренировочным процессом на основе соответствующего планирования тренировочной нагрузки, сочетания используемых средств и методов.

2. Соревнования всех форм и видов в смысле достижения максимального результата являются доминирующей формой нормализации двигательной активности.

3. В ходе соревновательной деятельности часто проявляются технико-тактическая, психологическая и другие виды подготовки, являющиеся основой для демонстрации максимально высоких личностных возможностей спортсмена.

4. Показатели уровней развития двигательных и морфофункциональных возможностей, задействованных в двигательной активности, не всегда коррелируют друг с другом, что требует выявления их целевой иерархии и процесса аффилиации по отношению к достижению целеполагания тренировки.

Рассматривая структуру соревновательной деятельности, специалисты предлагают несколько методов анализа:

1) Изучить структуру соревновательной деятельности по периодам и закономерностям выполнения на различных этапах многолетнего процесса физической подготовки. В рамках данного подхода предлагается многоуровневый подход, включающий следующие компоненты:

- длительная соревновательная деятельность во время многоциклового спортивной тренировки;

- структура и содержание соревновательной деятельности в годовом тренировочном цикле;

- Анализ отдельных показателей общего соревновательного поведения как фактора, отражающего в первую очередь технико-тактическую подготовленность спортсмена;

- уровень различных элементов соревновательной деятельности, включая кинематику, хронометраж и другие элементы основной соревновательной деятельности;

2) В соответствии со специфическими особенностями различных спортивных групп анализировать структуру и содержание соревновательной деятельности.

Известная классификация Л.П. Матвеевой делит виды спорта на следующие группы по тематике физической активности и характеру физической и двигательной активности [15]:

- виды спорта с полной двигательной активностью и максимальной реализацией физических, двигательных и умственных возможностей личности;

- виды спорта, где соревновательная деятельность часто основана на сложных движениях, управляющих техническими и тактическими средствами;

- виды спорта с крайне ограниченными условиями для достижения целей посредством физических нагрузок;

- Соревновательные спортивные мероприятия с творческой модельной и дизайнерской деятельностью;

- движение, характеризующееся соревнованием абстрактной логики;

- Всесторонняя интеграция различных спортивных мероприятий из одного и разных спортивных стилей.

Виноградов В. Е. предложил несколько иную классификацию, основанную на многочисленных характеристиках двигательной активности, в том числе [2]:

- Циклическое упражнение с выносливостью как основное исполнение;
- Круговое движение, которое лучше всего отражает качество спринтерского бега;
- скоростно-интенсивная физическая нагрузка;
- сложные последовательные движения;
- вид единоборств;
- Спортивное соревнование;
- спортивная стрельба;
- вид спорта, характеризующийся полным комплексом соревновательной деятельности.

Определение целей многолетнего процесса физической подготовки основывается на следующих основных принципах:

- конкретизировать цели и формализовать их представление через качественные и количественные показатели, выраженные в объективно понимаемых числовых параметрах;
- постановка целей по времени достижения может быть общей и промежуточной;
- формирование общих и промежуточных целей возможно только на основе использования приемов прогнозирования исхода планов, основанных на принципах спортивного прогнозирования;

3) разработка многоуровневой документации для планирования тренировочного процесса, включающая элементы программирования для формирования модельных признаков и инструктивных последствий на основе прогнозируемого состояния спортсмена [1, 2, 7, 8, 9];

4) выполнение плана спортивно-тренировочного процесса;

5) осуществлять поэтапный контроль за основными особенностями тренировочного процесса и подготовки спортсменов;

6) При необходимости изменить процесс тренировки упражнений.

С точки зрения управления многолетним тренировочным процессом высококлассных спортсменов важным является вопрос об определении степени влияния их индивидуальных особенностей и качеств на индивидуальные спортивные результаты [14]. В связи с этим считаем необходимым уточнить следующие положения [4-6, 10-12, 13].

Как упоминалось ранее, приемы и методы учебного контроля в основном используются для оценки соревновательной и тренировочной деятельности.

Как упоминалось ранее, приемы и методы педагогического контроля в основном используются для оценки спортивно-тренировочной деятельности и разрядов спортсменов [5].

В ходе соревновательной и тренировочной деятельности отслеживается и анализируется широкий спектр различных показателей, которые можно дифференцировать по следующим признакам:

- по методам исследования, применяемым в различных научных областях: педагогике, биомеханике, физиологии, биохимии, психологии и др. [3, 5, 6];

- по типовым критериям соревновательной деятельности в различных классифицированных видах спорта (круговые, комплексно-координационные, скоростно-интенсивные, соревновательно-спортивные, многоборья и др.) [3, 11, 13];

- по характерным параметрам профессиональной подготовки, в том числе по согласованности структуры и содержания подготовки и соревновательных технико-тактических действий, их направленности на развитие необходимых для высокой работоспособности качеств и личностных качеств обучаемых, а также объему и интенсивности [4, 11].

Выводы. Почти во всех исследованиях, посвященных этому вопросу, в качестве критерия проверки информативности программы предлагались результаты упражнений. Это традиционные методы определения надежности и эквивалентности. Контрольные упражнения основаны на общих статистических операциях – корреляции и дисперсионном анализе. Обычно соответствующие шкалы (пропорциональная, прогрессивная, регрессионная) разрабатываются в соответствии с основными задачами тестирования спортсмена, что позволяет получить объективную оценку результатов тестирования [3, 7, 4-6, 10, 11].

В большинстве сделанных рекомендаций завершающим этапом разработки системы учебно-методического контроля подготовленности квалифицированных спортсменов является уточнение грейда, оценивающего уровень развития качества.

Список литературы

1. Борисов Е.В. Научно-методические основы подбора специальных средств обучения технике гребли на байдарках. В сборнике НПК «Проблемы усовершенствования физического воспитания студентов». Днепропетровск: ДГУ 2008. С. 99-103.

2. Совершенствование физической подготовленности гребцов на байдарках при применении разных режимов тренировок на этапе предварительной базовой подготовки: автореф. дис...канд. наук по физ. воспитания и спорта: 24.00.01/ В.Ю. Богуславская; Нац. ун-т физ. воспитания и спорта Украины К. 2009. 20 с.

3. Виноградов В.Э. Практические рекомендации по применению внетренировочных средств в плотине на байдарках и каноэ:[метод. рек.] / В.Э. Виноградов. К. 2007. 20 с.

4. Ганженко Ю.В. Исследование эффективности применения бассейна карусельного типа в подготовке гребцов юношеского возраста в дамбе на байдарках. Авт. Дисс. к.п.н. – Л.: 2009. – 18с.

5. Плотина на байдарках и каноэ. Программа для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. Киев, Изд. Юго-Западная железная дорога, 2000. 105 с.

6. Денисова Л.В. Измерения и методы математической статистики / Денисова Л.В, Хмельницкая И.В, Харченко Л.А. К.: Олимп. лит-ра, 2008. 127 с.

7. Земляков В.Э. Физические качества и их развитие в гребном спорте (байдарка и каноэ) / В.Е. Земляков//Херсон: ХТГУ, 2001. 35 с.

8. Жирнов О. Особенности кинематической структуры гребных движений у квалифицированных спортсменов-байдарочников как фактор влияния на динамику скорости лодки. // ТМФВиС. М.: НУФВСУ, 2006. №2. С.86-89.

9. Жирнов О.В. Анализ кинематической структуры гребных движений и их влияние на динамику скорости лодки / О.В. Жирнов//Теория и методика физического воспитания и спорта. 2006. №2 С. 86-89.

10. Жуков С.Э. Новые тенденции развития гребли на байдарках и каноэ в олимпийских классах судов / С.Е. Жуков, А.Л. Сыруц, Т.А. Жукова // Междунар. научно-практическая конф. Государств участников СНГ по проблемам ФК и С: [материалы Международной научно-практической конференции: Минск, 27–28 мая 2010 г.]. Ч. 1. С. 75-79.

11. Жуков С.Э. Тенденции развития гребли на байдарках и каноэ / С.Е. Жуков, Т.А. Жукова // Трудности повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности в спорте (научно-педагогическая школа Т.П. Юшкевича): [материалы интернациональной научно-практической конференции: Минск, 13 марта 2008 г.]. Минск: БГУФК, 2008. С. 135-140.

12. Келлер В. С. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов: [учеб. пособие] / В. С. Келлер, В. М. Платонов. Львов: Украинская Спортивная Ассоциация, 1993. 269 с.

13. Костюкевич В.М. Модельно-целевой подход при построении годового тренировочного цикла в хоккее на траве / В.М. Костюкевич // Актуальные проблемы физического воспитания и методики спортивной тренировки. Винница: ВГПУ, 2011. С. 109-113.

14. Крячко А.В. Методика формирования техники движений у юных гребцов на байдарках. Авт. дисс. к.п.н. М.: 2000. С. 13-17.

15. Матвеев, Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов // Л. П. Матвеев. – М.: Олимпийская литература, 1999. – 317 с.

THE STRUCTURE OF COMPETITIVE ACTIVITY IN MODERN SPORTS

Yu. Yermoshina, N. Titova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The prerequisite for studying the structure of any object is to identify its constituent elements and determine the nature of the connections between them. Moreover, the identification of the belonging of the elements also requires an accurate analysis that excludes subjective perception. The structure analysis can be performed with varying degrees of detail. In the most general form, the structure of competitive activity is determined by the focus on achieving a higher assessment of the quality of one's own activities compared to the assessment of the activities of rivals.

Keywords: modern sport; competitive activity; sports result; physical, motor activity; training process.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ И ОРГАНИЗАЦИИ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ВУЗОВСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Р.Қ. Жұмабек, Д.Б. Ешенкулова
Университет «Мирас», Казахстан

Аннотация. В статье рассматриваются основные психолого-педагогические особенности развития и организации исследовательской деятельности обучающихся в условиях вузовской подготовки. А также анализируется состояние исследуемой проблемы в теории и практике высшего образования и обосновывается и представляется система организации исследовательской деятельности студентов.

Процесс изучения психологических особенностей исследовательской деятельности обучающихся в высших учебных заведениях и создаваемые условия для ее организации являются одной из важнейших задач современной психологии. Ведь именно создание благоприятной психологической среды и климата становится ключевым фактором при построении педагогического взаимодействия.

Ключевые слова: исследовательская деятельность, вузовская подготовка, педагогическое взаимодействие.

В последние годы научно-технический прогресс привел к серьезным изменениям во всех сферах человеческой деятельности, в том числе и в образовании. Поскольку процессы демократизации и гуманизации пронизывают систему образования и создают возможности для полноценного развития каждого человека, его личности, цели профессионального образования трансформируются и наполняются новым содержанием. Основной целью современного образования является формирование личности, способной к самостоятельному обучению, самоопределению и творческому саморазвитию.

Реализация качественно нового уклада общества во многом зависит от участия каждого человека в преобразовании общества. Необходимо поставить будущих специалистов в активную позицию, способных проявлять инициативу, спонтанность и творчество, и организовать учебную деятельность студентов таким образом, чтобы она стала средством профессионального развития. Одним из способов решения этой проблемы является организация исследовательской деятельности студентов [1].

Из анализа научных публикаций (Коротяев Б.И., Кудрявцев Т.В., Махмутов М.И., Андреев В.И., Кулюткин Ю.Н., Разумовский В.Г., Матюшкин А.М.), рассматривающих различные аспекты исследовательской деятельности студентов выяснилось, что в теории не существует четкого определения этого понятия.

Учитывая особенности данного исследования и принимая во внимание, что исследовательская деятельность является творческой деятельностью и средством развития творческих способностей будущих специалистов, при организации исследовательской деятельности студентов можно сформировать их знания, дать возможность увидеть область профессиональной деятельности

с точки зрения исследователя, развить навыки и умения, способствующие максимальному развитию каждой личности.

Изучение исходного уровня сформированности исследовательской деятельности у студентов, является одним из главных условий эффективной организации данной деятельности в системе высшего образования [2].

Эффективность организации исследовательской деятельности в системе высшего образования напрямую зависит от изучения исходного уровня сформированности исследовательской деятельности у студентов [3].

Кроме того, эффективность деятельности педагога – психолога подразумевает соблюдение необходимых аспектов, способствующих разностороннему и гармоничному развитию не только самой личности обучающегося но, и его способностей, непосредственно через участие в проектно-исследовательской деятельности в изучаемой предметной области.

Немаловажным представляет собой достижимость результатов обучения и компетенций приобретаемых по итогу изучения образовательной программы. Ввиду того, исследовательская деятельность в разрезе кредитности тех или дисциплин занимает весомую часть отраженной в исследовательской практике, научно – исследовательской работе обучающегося, а также периода прохождения стажировки и выполнение магистерской диссертации.

Создание необходимой *благоприятной психологической среды и климата* играют важную роль в развитии исследовательской деятельности обучающихся посредством выстраивания образовательного пространства, которое является формируемым аспектом научного продвижения молодых исследователей и раскрывая личностный потенциал, и повышая эффективность исследовательской деятельности обучающихся [4].

Основной из задач, которую решает подготовка исследовательской работы – это в первую очередь раскрытие интеллектуального потенциала исследователя.

Результативность в ходе исследовательской работы возможна при слаженной работе в цепочке как непосредственно научный руководитель далее ученик – психолог, именно специалистами создаются социально – психологические условия для дальнейшего развития, формирования и самореализации личности учащегося [5].

Важным фактором является, обучение и развитие обучающихся в рамках поисковой и исследовательской работы, которая бы в свою очередь повысила самостоятельность, усиливая стремление к самоопределению, способствуя умению находить новый способ решения в поставленных задачах.

Анализ психолого – педагогических особенностей развития и организации исследовательской деятельности обучающихся в условиях вузовской подготовки показал, что на практике значимость исследовательской деятельности заключается во внедрении и разработке целостного методического обеспечения развития исследовательской компетентности, включающих ориентированный на разный уровень развития исследовательской

компетентности комплексы заданий в соответствии с рассматриваемым предметом исследования.

Обоснование результатов обеспечиваются при этом опираясь на фундаментальные положения современной психолого – педагогической науки; разносторонностью экспериментального и научного исследований. Для раскрытия содержания исследовательской деятельности необходимо рассмотреть нынешнее состояние многоуровневого образования в Республике Казахстан, опираясь на опыт зарубежных систем образования, анализируя при этом уже существующие в психолого – педагогической литературе и в практике высшего образования подходы к определению понятий «компетентность», «компетенции», «исследовательская компетентность» с учетом специфики и профиля направления обучения [5].

Подробный анализ и обобщение рассматриваемых теоретических положений позволит разработать и реализовать на практике модель развития исследовательской компетентности обучающихся в условиях многоуровневого образования.

Комплексная подготовка обучающихся к исследовательской работе заключается и в согласованности психолого – педагогических дисциплин, которые раскрывают сущность исследовательских способностей, пути их формирования, и специальные предметы, обеспечивающие раскрытие специфики исследований той или иной научной области.

В результате проводимых обучающимися исследований должны быть написаны работы, в которых обучающиеся отображают свое умение при выборе темы, составления методик исследования, планировании, организации и проведении испытаний, сделав при этом качественный и количественный анализ, аргументируя свои выводы.

Благоприятным условием в организации учебного познания считается, когда учебно-исследовательское задание соответствует внутреннему побуждению обучающегося, его познавательной деятельности. Важным стимулом является учебная проблема учебно-исследовательского задания.

Структура исследовательского задания построена адекватно по логике исследования, благодаря чему и происходит органическое сочетание педагогического управления с целевым назначением задания как способа включения обучающегося в активный познавательный процесс и объективно создаются необходимые условия в формировании установки на исследовательский процесс.

Педагогическая функция исследовательских заданий состоит также в том, что они способствуют развитию гибкости мышления. Этот эффект особенно ярко проявляется при смене видов заданий. На эффективность решения заданий большое влияние оказывает индивидуальность познавательного процесса. Самостоятельность мышления может быть сформирована за счет постепенно увеличивающейся сложности учебных заданий, имеющих проблемный характер. Включение проблемных заданий в учебный процесс может происходить на основе индивидуальных различий восприятия и мышления,

индивидуализации исследовательских заданий и педагогического управления процессом их решения [6].

Проанализировав огромное количество материала по проблеме организации исследовательской деятельности студентов в высших учебных заведениях, был сделан вывод, что наиболее эффективными подходами для решения данной проблемы являются системный, деятельностный подход и личностно-ориентированный подход, которые взаимно обогащают и дополняют друг друга. Выбранный подход послужил теоретической и методологической основой для разработки и обоснования системы организации исследовательской деятельности студентов.

Список литературы

1. Педагогика и психология: актуальные проблемы и перспективы исследований на современном этапе / Байбародских И. Н., Беляк Е. Л., Давыдова Н. Н. [и др.]. – Самара: Офорт, 2016. – 196 с.

2. Чебарыкова С.В. Прикладные аспекты исследовательской деятельности психолога. Хабаровск: Изд-во Тихоокеанского государственного ун-та, 2018. 196 с.

3. Николаев Д., Сулова Д. Россия в Болонском процессе // Вопросы образования. 2010. №1.

4. Беспалов Р. А. Основы научных исследований: учеб. пособие / Р.А. Беспалов. – Москва: ИНФРА-М, 2019. – 111 с.

5. Овчаров, А. О. Методология научного исследования: учебник / А.О. Овчаров, Т.Н. Овчарова. – Москва: ИНФРА-М, 2020. – 304 с.

6. Колесникова Г.И. Методология психолого-педагогических исследований: учеб, пособие / Г.И. Колесникова. – Ростов н/Д : Феникс, 2015. – 320 с.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL PERSONALITY DEVELOPMENT AND ORGANIZATION OF EDUCATIONAL ACTIVITIES IN THE CONDITIONS OF HIGHER EDUCATION

R. Zhumabek, D. Yeshenkulova

University "Miras", Kazakhstan

Abstract. The article discusses the main psychological and pedagogical features of the development and organization of research activities of students in the conditions of university training. It also analyzes the state of the problem under study in the theory and practice of higher education and substantiates and presents a system for organizing students' research activities.

The process of studying the psychological features of the research activity of students in higher educational institutions and the conditions created for its organization are one of the most important tasks of modern psychology. After all, it is the creation of a favorable psychological environment and climate that becomes a key factor in building pedagogical interaction.

Keywords: research activity, university training, pedagogical interaction.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АНГЛИЦИЗМОВ В СРЕДСТВАХ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ КАЗАХСТАНА

Ж.М. Жусубалина, Т.Б. Радбиль

*Шымкентский университет, Национальный исследовательский
Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Авторы статьи рассматривают внедрение англицизмов в средствах массовой информации Казахстана. В статье приведены примеры самых популярных англицизмов на данный момент. Авторами дается определение понятию англицизм и типология ассимиляции. В статье использован метод качественного и количественного анализа. В результате исследования англицизмов в газете «Егемен Казахстан» приводятся статистические данные наиболее используемых англицизмов.

Ключевые слова: англицизмы, СМИ, заимствованные слова, английский язык, калька.

In the XIX century, the English language swept across the globe, and ever since, it has only strengthened its position. English-language components are being swiftly incorporated into the many linguistic systems of the modern world. Language connections lead to borrowing when words from one language are transferred to another. More words are borrowed, although syntactic and phrasal turns are less frequent.

We looked at anglicizations used in the Kazakh mainstream media during the study. The study's main goals were to explain the rationale behind the usage of English-language borrowings, classify them according to graphic assimilation, and identify the most often used lexemes in media of English-speaking provenance.

The lack of the requisite word in its lexical pool should be emphasized as one of the causes of borrowings. With the emergence of new topics, phenomena in real and virtual life, positions, institutions, etc., new words also emerge. (e.g., смартфон, блогер, вебсайт, айти, хейтер, спам, интервью, вайб, Интернет, краш, лайк, твитер, фолловер, саммит, брифинг, брокер, дилер, локдаун, спикер, etc.).

Another common reason is the desire for terminology and the general tendency to unify terms in different languages (импорт, экспорт, голкипер, рефери, роутер, рейд, промоушн, констракшн, стартап etc.). Some English – language borrowings appear in Kazakh language as a fashion trend (уикенд, бойфренд, краш, пати, перфоманс, шоу, хорор etc.), as well as in the case when it is necessary to convey connotations that are not reflected in the word available in the recipient's language (e.g., overload (in music) – a sound effect achieved by distorting the signal by limiting its amplitude; a sound effect obtained by a "soft" constraint, called overdrive; a sound effect obtained by "hard" restrictions – distortion).

According to the definition of S.I. Ozhegov, "anglicism is a word or a turn of speech borrowed from the English language or modeled after an English word or expression" [3, p. 24].

As Professor A.I. Dyakov notes, this is anglicism in a narrow meaning. "In the broader meaning of the word, Anglicism can represent a linguistic unit of any level (letter, morpheme, word, phrase, sentence, text) <...> " [2, p.113]. A.I. Dyakov also

points to borrowings at the level of phoneme, intoneme, datogram and logogram. [2, pp. 116-117].

It should be noted that there are various theories about how to divide anglicisms into groups while discussing the classification of anglicisms. The types of anglicisms that have been graphically assimilated into Kazakh will be identified in this article.

E.F. Volodarskaya distinguishes the following two ways of transferring a word from one language to another – transliteration and transcription, noting that in the second case, the sounds [θ] and [ð] absent in the Kazakh language are transmitted either as [t] and [d], or as [c] and [z], respectively, [w] – as [y]; in addition, it is possible to change the place of stress (re'spondent – respondent) [1, pp. 104-105]. A.I. Dyakov, in addition to the two above-mentioned methods of graphic assimilation, also highlights:

- transformation: a playful alteration of the word of the donor language (e.g., break point – брейкпойнт);
- transplantation: units of the English language retain the original graphic appearance (e.g., sale, CD, DVD)
- combination: the word comes into the Kazakh language by a combination of the above methods (e.g., CD-player – CD-плеер: transplantation + transcription). [6].

In this study, we also discuss combination anglicizations, such as words, where some letters are transferred using the transliteration principle and others using the transcription concept. (e.g., лазер, концерт).

Calques are a unique category of borrowings. Calque is the literal translation of the equivalent foreign language unit into a new phraseological unit, term, or new meaning of a word [5, p. 211].

When translating loanwords , there could be:

- morphemic translation of the word (e.g., skyscraper – зәулім үй, көк тіреген үй);
- borrowing the meaning of the word (e.g., the English word "sound" "check" Kazakh "дыбыс" a new meaning: дыбыс тексеру);
- word-by-word translation of phrases (e.g., yellow press – сары баспасөз, fair play – адал ойын, gold fever – алтын безгері);
- translation of only part of a word/phrase (to like – лайк қою). Such words are called half-calque. [6].

The categorisation of anglicisms based on graphic assimilation used in this article is as follows:

- transcribed (by sound);
- transliterated (by spelling);
- transplanted (preserved the original spelling);
- combined (including half- calque);
- calques.

To obtain the results of the study, the articles of the issue of the Egemen Qazaqstan dated February 24, 2021 were analyzed.

Based on the material of anglicisms considered in this paper, the leading positions of transcription and transliteration as methods of graphic assimilation of

words borrowed from English in the Kazakh language were revealed – 34.93% and 28.08% of words, respectively.

transcribed	34,93%
transliterated	28,08%
transplanted	5,48%
combined	14,38%
calques	17,12%

Among other anglicisms, the following lexemes (and derivatives from them) turned out to be the most commonly used: match – 5.9%, president – 5.44%, sports – 4.99%, film – 4.54%, leader – 3.4%, business – 2.95%, reproduction – 2.95%, expert – 2.95%, set – 2.72%, internet – 2.49%, summit – 2.49%, football – 2.04%, investment – 2.04%, champion – 1.81%, export – 1.81%, club – 1.59%, computer – 1.59%, rating – 1.59%.

In comparison to other word usage, publications about sports and economic and political orientation had the highest concentrations of anglicizations (7.04% and 3.62%, respectively). Which is hardly surprising given that many sports and financial terminology have English-speaking roots.

When it comes to the causes of the appearance of anglicizations in the Kazakh media, globalization and the high level of development of English-speaking nations play a major influence. The English-speaking nations have been at the forefront of economy, politics, science, and culture for many centuries. They were the primary contributors to the development of new fields of study, institutions, and scientific disciplines that were flourishing. From these developments, numerous new lexemes and, in particular, words emerged that later entered many other languages, including Kazakh.

As a result, we can see that the graphic assimilation of English-language lexemes in the media is primarily accomplished by transcription and transliteration, which is consistent with the linguistic situation. Politics, economics, and sports are the three primary topic groupings that the most often used lexemes are related to. They are most frequently encountered in papers that are focused on these subjects. The Kazakh language is no different from other languages in that English-speaking features permeate the language's structure, which is evident in media publications.

References

1. Volodarskaja Je. F. Zaimstvovanie kak otrazhenie russko-anglijskih kontaktov. // Voprosy jazykoznanija. 2002, № 4. S. 96-117.
2. D'jakov A.I. Urovni zaimstvovanija anglicizmov v russkom jazyke// Izvestija Juzhnogo federal'nogo universiteta. Filologicheskie nauki. 2012, № 2. S. 113-124.
3. Ozhegov S.I. Slovar' russkogo jazyka // pod red. Shvedovoj N.Ju. – M.: «Russkij jazyk», 2001.

4. Fasmer M. *Jetimologičeskij slovar' russkogo jazyka: 3-e izd., stereotip.* – M.: Azbuka-Terra, 1996. – T. 4. – 864 s.

5. Jarceva V.N. *Jazykoznanie. Bol'shoj jenciklopedičeskij slovar'.* 2-e (reprintnoe) izd. – M.: Bol'shaja Rossijskaja jenciklopedija, 1998. – 687 s. 102

6. D'jakov A.I. *Grafičeskaja assimiljacija anglicizmov v russkom jazyke//Teorija jazyka i mezhkul'turnaja kommunikacija, 2012.* [Elektronnyj resurs]. URL: <http://tlic.kursksu.ru/index.php?page=6&new=12>

7. D'jakov A.I. *Slovar' anglicizmov russkogo jazyka.* [Elektronnyj resurs]. URL: <http://www.anglicismdictionary.ru/Slovar>

THE FEATURES OF USING ANGLICISMS IN KAZAKH MASS MEDIA

Zh.M. Zhusubalina, T.B. Radbil

Shymkent University, Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The authors of the article consider the introduction of anglicisms in the mass media of Kazakhstan. The article provides examples of the most popular anglicisms at the moment in communicative space. The authors give the definition to the notion of “anglicism” and the typology of its assimilation. The methods of qualitative and quantitative analysis were used in the research. As a result of the study of anglicisms, the newspaper Egemen Qazaqstan provides statistical data on the most used anglicisms.

Keywords: anglicisms, mass media, loanwords, English language, calques.

ЛЮБИТЕЛЬСКОЕ ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ КАК ОДНО ИЗ НАПРАВЛЕНИЙ МАССОВОГО СПОРТА И ЕГО РАЗВИТИЕ В НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Е.Е. Зайцева

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. С каждым годом все больше и больше людей различного возраста начинают проявлять интерес к фигурному катанию. И именно благодаря высокому спросу активно стало развиваться любительское фигурное катание. Занятия фигурным катанием стали неотъемлемой частью досуга многих жителей по всей России, в том числе и в Нижегородской области. В данной статье рассматривается любительское фигурное катание как одно из направлений массового спорта, а также говорится о состоянии данного направления на территории Нижегородской области.

Ключевые слова: Фигурное катание, любительское фигурное катание, массовый спорт, катание на коньках, семейный досуг, здоровый образ жизни, физическая активность

За последние годы интерес к фигурному катанию на коньках значительно возрос. Ежегодно тысячи любителей данного вида спорта становятся на коньки и посвящают свой досуг отдыху на льду.

Важно отметить, что данный особый интерес к фигурному катанию возник после блестящего выступления российских фигуристов на Олимпийских играх в Сочи в 2014 году, где они завоевали три золотые, одну серебряную и

одну бронзовую награды. По данным исследования Всероссийского центра изучения общественного мнения, за ходом Зимней Олимпиады тогда следили более 80% жителей нашей страны, из них 65% – за фигурным катанием. Таким образом, соревнования по фигурному катанию стали одним из самых рейтинговых событий на российском телевидении [1].

В настоящее время фигурное катание является популярным, привлекательным и активно развивающимся видом спорта, благодаря своей красоте, зрелищности и музыкальности. Желających заниматься данным видом спорта и освоить элементы фигурного катания возросло не только среди детей, но и среди взрослых. И, несмотря на то, что по сложившимся правилам идеальным для начала обучения основам фигурного катания на коньках является возраст 4-5 лет, с каждым годом растет количество взрослого населения, которое только начинает заниматься этим видом спорта.

Многие люди отправляются на каток не только для того, чтобы показать свое мастерство, а также для того, чтобы познакомиться с новыми людьми и завести новые знакомства. Кроме того, катание на коньках может стать хорошей формой семейного досуга – когда все члены семьи, начиная от маленьких детей и заканчивая бабушками и дедушками, могут проводить своё свободное время вместе и с пользой. Ведь катанию на коньках можно научиться совершенно в любом возрасте [1].

Более того, стоит обратить внимание на то, что фигурное катание является частью общей культуры, которая способствует творческому и личностному развитию человека. Детям спорт прививает дисциплину, умение работать в команде, преодолевать любые трудности, воспитывать в себе силу воли, целеустремленность, усидчивость, нацеленность на работу в одном направлении, а также способствует повышению иммунитета и обеспечивает физическую активность. В процессе тренировок формируются такие полезные привычки, как рациональное питание, планирование своего времени и распорядка дня, постоянные физические нагрузки. Для взрослых же времяпрепровождение на коньках способствует укреплению иммунитета и достижению отличной физической формы, поскольку большинство упражнений на коньках являются эффективным средством, стимулирующим двигательную активность, улучшающим состояние здоровья и физическую подготовку [2].

Именно желание людей заниматься фигурным катанием в другом, более взрослом возрасте и привело к появлению любительских групп.

На сегодняшний день любительское фигурное катание – это уже не просто оздоровительные группы. Это уже стало целым отдельным спортивным направлением, которое дает любителям старшей возрастной группы населения возможность научиться уверенно и красиво скользить по льду, а также показать свои умения и навыки при участии в соревнованиях, причем даже международного уровня. Целью организаторов любительского фигурного катания является желание научить в любом возрасте и помочь фигуристам-любителям достичь профессионального уровня. Организаторы стремятся не

просто обучить взрослых спортсменов (часть которых только встаёт на коньки) не простому бегу, а технически правильному выполнению основных элементов от шаговых комбинаций, начиная с простых (например, перебежка вперёд) и до сложных вращений, оборотных прыжков и каскадов [3].

Развитие любительского фигурного катания – это не только продвижение активного досуга, а ещё и достижение равноправия всех категорий людей, занимающихся фигурным катанием. В различных программах российских ведомств и министерств указано на популяризацию здорового образа жизни и развитие массового спорта [4].

В некоторых городах России существуют различные клубы, в которых любители занимаются с профессиональными тренерами. Не исключением стал и город Нижний Новгород. В 2020 году тренерским составом Нижегородской области была образована первая Академия по фигурному катанию на коньках в городе Нижнем Новгороде «Сапфир», обучающая основам фигурного катания не только детей, но и взрослых. В академии нет ограничений ни по возрасту, ни по комплекции, ни по уровню подготовки. Любой желающий, который хочет научиться красиво кататься на коньках, может прийти в данную академию. В АФК «Сапфир» существует два направления:

1) Оздоровительное отделение, где учат красиво кататься на коньках всех желающих, независимо от возраста и уровня физической подготовки. Ученики отделения участвуют в постановке ледовых сказок на льду, готовят сольные и групповые номера для любительских соревнований. Помимо ледовых занятий здесь проходят занятия по хореографии и общей физической подготовке.

2) Спортивное отделение предназначено для тех, кто хочет более серьезно заниматься фигурным катанием, получать спортивные разряды и участвовать в российских и международных соревнованиях. Ученики отделения занимаются групповыми и индивидуальными занятиями на льду, в обязательном порядке посещают занятия по общей и специальной физической подготовке, хореографии и танцевальному классу [5].

Можно сказать, что толчком к развитию любительского фигурного катания в г. Нижний Новгород стало именно образование АФК «Сапфир». Поскольку в дальнейшем в г.Н.Новгород, а также в Нижегородской области стали появляться и другие школы, которые начали обучать фигурному катанию людей любого возраста и любого уровня.

Несмотря на усилия тренеров г.Н.Новгород и Нижегородской области своими силами развивать любительское фигурное катание в области, существует некоторый ряд проблем, который затормаживает развитие данного направления. К ним можно отнести невысокую поддержку спортивных федераций Нижегородской области, а также Департамента спорта в создании секций для людей различных возрастов, в выделении необходимого количества льда на ледовых площадках, а также в проведении спортивно-массовых мероприятий (в том числе соревнований) не только для профессиональных спортсменов, но и для спортсменов-любителей. Однако, несмотря на все существующие проблемы, любительское фигурное катание постепенно

набирает популярность. Все больше людей различного возраста присоединяются к движению любителей фигурного катания.

Таким образом, фигурное катание на коньках – это такой вид физической активности, который доступен каждому от мала до велика, вне зависимости от того, какое здоровье, иммунитет и физическая форма. Кроме того, катание на коньках оказывает положительное влияние и на социализацию личности, помогает бороться с неуверенностью, стеснительностью, робостью, постоянным тревожным состоянием, связанным с мыслями о том, что же в той или иной ситуации подумают люди.

Список литературы

1. Трофимова К.О. Влияние катания на коньках на организм человека и его популяризация как вида досуга / К.О.Трофимова // Студенческий научный форум – 2016: VIII Международная студенческая научная конференция. – 2016. – Режим доступа: <https://scienceforum.ru/2016/article/2016026507>.

2. Токарева Ю.А. Влияние фигурного катания на формирование здорового образа жизни / Ю.А. Токарева // Студенческая наука и XXI век. – 2019. – том 16. – № 1-2 (18). – с.467-468 – Режим доступа: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_45796020_63209206.pdf.

3. О.И. Веземская. Спорт не для всех // Моск.фигурист. – № 9 (52) – 2017.

4. Приказ Министерства спорта РФ от 30 августа 2013 г. N 688 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта фигурное катание на коньках" [Электронный ресурс]. URL: <https://base.garant.ru/70475314/> (Дата обращения: 08.11.2022).

5. Официальный сайт академии по фигурному катанию «Сапфир» [Электронный ресурс]. URL: <https://sapphirecamp.online/> (Дата обращения: 08.11.2022).

AMATEUR FIGURE SKATING AS ONE OF THE DIRECTIONS OF MASS SPORTS AND ITS DEVELOPMENT IN NIZHNY NOVGOROD REGION

E. Zaytseva

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. Every year more and more people of different ages begin to show interest in figure skating. And it was thanks to the high demand that amateur figure skating began to develop actively. Figure skating classes have become an integral part of the leisure time of many residents throughout Russia, including in the Nizhny Novgorod region. This article discusses amateur figure skating as one of the directions of mass sports, and also talks about the situation in this direction in the Nizhny Novgorod region.

Keywords: Figure skating, amateur figure skating, mass sports, ice skating, family leisure, healthy lifestyle, physical activity.

ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

*А.А. Закалкин, В.А. Смирнов, Д.В. Макеева
Московский политехнический университет*

Аннотация. В статье рассматривается развитие цифровизации в сфере физической культуры и спорта, возможность применения новых подходов в физической и спортивной подготовке, в том числе внедрение информационных технологий в различные образовательные программы. Показана важность цифровой трансформации сферы физической культуры и спорта.

Ключевые слова: цифровизация, цифровые технологии в физической культуре и спорте.

Развитие информационных технологий и цифровизация общества в целом, дает возможность применения новых подходов в физической и спортивной подготовке, в том числе внедрение информационных технологий в различные образовательные программы по физической культуре и спорту. К основным документам, регламентирующим перспективы развития цифровизации и информатизации различных областей профессиональной деятельности в нашей стране, таких как образование, экономика, медицина и т.д., относятся национальный проект «Цифровая экономика» и «Стратегия развития информационного общества в РФ на 2017–2030 гг.». Для более глубокого понимания значения цифровизации, во многих высших учебных заведениях, практически на всех направлениях подготовки, введен факультативный курс «Цифровая экономика». Информационные технологии проникли во все сферы жизни общества, и спорт, конечно, не исключение. Спорт сегодня немыслим без применения цифровых технологий. Вопросам цифровой трансформации в сфере физической культуры и спорта уделяется значительное внимание в «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года» [1].

Специалисты в области физической культуры и спорта уделяют большое значение внедрению информационных и цифровых технологий в различные образовательные программы. В настоящее время практически все школы и высшие учебные заведения во всех регионах нашей страны оснащены интерактивными досками, компьютерными классами и другим мультимедийным оборудованием, что является важным условием обучения подрастающего поколения.

Преподаватели высшей школы, учителя физкультуры и тренерский состав имеют возможность использовать информационные технологии для достижения наилучших результатов в обучении специалистов в области физической культуры. В процессе обучения широко применяются в системе основного и дополнительного образования студентов и школьников автоматизированные информационные системы, электронные образовательные видео и аудиоресурсы, интерактивные среды и т.д.

Цифровые технологии широко используются при организации спортивных соревнований (технологии сенсорных контроллеров), для улучшения психологического и эмоционального состояния спортсмена (технологии умный пол и умная стена), при создании и размещении дидактических материалов на открытых образовательных ресурсах, а также применяются для контроля динамических показателей реакции на нагрузку функциональных систем с помощью носимых гаджетов и специализированных программ [2].

Видеотехнологии позволяют спортсменам получать более глубокое представление о своих выступлениях для достижения высоких результатов. Тренеры и спортсмены используют послематчевый видеоанализ и статистический анализ для устранения ошибок и отработки навыков на последующих тренировках. Видеозаписи тренировки и отзывы тренеров способствует улучшению качества подготовки к последующим соревнованиям.

Учебно-тренировочный процесс в настоящее время невозможен без оценки физического состояния спортсменов. Большое применение при проведении тренировок находят «умные» датчики, совмещенные с мобильными приложениями, позволяющие фиксировать различные параметры спортсменов (Watch, Strava, NTC, Runtastic и др.). Это позволяет контролировать нагрузки, не допускать переутомления и возникновения нежелательных последствий для здоровья при проведении тренировок, особенно у профессиональных спортсменов. Причем показатели параметров должны быть специализированными в зависимости от выбранного вида спорта и уровня физической подготовки спортсмена.

В течение месяца был проведен аналитический опрос по использованию различных цифровых информационных технологий студентами нашего университета. Анализировалась информация о применении «умных» датчиков, совмещенных с мобильными приложениями и специализированных программ при посещении секций, занятий по физической культуре и во время самостоятельных тренировок. Также задавались вопросы о применении открытых образовательных ресурсов и видеоматериалов для совершенствования проводимых тренировок (Таблица 1).

В результате проведенного опроса оказалось, что 78% опрошенных студентов используют видео и аудиоматериалы во время тренировок или при подготовке к ним, 42% опрошенных изучали различные цифровые образовательные ресурсы при разработке планов индивидуальных тренировок, 18% опрошенных применяют «умные» датчики, в том числе часы, совмещенные с мобильными приложениями, для контроля динамических показателей во время тренировок. И всего 13% из числа опрошенных не занимаются спортом регулярно. Желательно, чтобы в дальнейшем процент использования цифровых технологий еще возрастал, и количество людей занимающихся спортивными тренировками увеличивалось. Причем, для профессиональных высококвалифицированных спортсменов могли бы

использоваться технологии искусственного интеллекта для построения индивидуальной траектории роста, учета режима питания и сна.

Таблица 1. Результаты аналитического опроса

Использование цифровых технологий при занятии спортом	Количество опрошенных, давших положительный ответ	Всего опрошенных
Использование открытых образовательных ресурсов	84	198
Использование видео и аудиоматериалов	154	198
Применение «умных» датчиков	36	198

Цифровизация оказывает влияние и открывает новые возможности для болельщиков. У большинства любителей спорта теперь есть планшеты и телефоны, с помощью которых они могут находить информацию о любимом виде спорта или команде, смотреть онлайн трансляции спортивных соревнований, а не ждать информации из средств радиовещания и телевидения. На стадионах устанавливают большие экраны для трансляции проводимых соревнований и возможности более комфортного их просмотра. Цифровые технологии также позволяют спортивным организациям доставлять контент в прямом эфире своим болельщикам с помощью интернета и сервисов по запросу.

Таким образом, очевидна важность цифровой трансформации сферы физической культуры и спорта, всех направлений, связанных с организацией физкультурно-спортивной деятельности.

Список литературы

1. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. № 3081-р. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74866492/>.

2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебное пособие / П.К. Петров. – Саратов: Вузовское образование, 2020 – 377 с. – ISBN 978-5-4487-0737-7. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS:[сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/98504.html>

DIGITAL TECHNOLOGIES IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

A. Zakalkin, V. Smirnov, D. Makeeva

Moscow Polytechnic University

Abstract. The article discusses the development of digitalization in the field of physical culture and sports, the possibility of applying new approaches in physical and sports training,

including the introduction of information technologies in various educational programs. The importance of digital transformation of the sphere of physical culture and sports is shown.

Keywords: digitalization, digital technologies in physical culture and sports.

ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ЦИФРОВЫХ ПРОДУКТОВ НА ДИСЦИПЛИНАХ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ

Р.Б. Тазтдинов, З.О. Закирова

Уфимский государственный нефтяной технический университет

Аннотация. В данной статье анализируется необходимость внедрения цифровых инновационных технологий в образовательный процесс освоения студентами высшей школы дисциплины «физическая культура». Рассматриваются основные инструменты цифровизации, которые уместно внедрить в процесс обучения молодого поколения.

Ключевые слова: здоровье, студенты, спорт, физическая культура, цифровизация, фиджитал, цифровые технологии, высшая школа.

Сегодня мир постепенно входит в новое для себя состояние – в шестой технологический уклад, основой которого являются ИТ-технологии и повсеместная роботизация. Не обошла цифровизация и сектор спорта – в последнее пятилетие появилось большое количество цифровых возможностей сбора и анализа любых данных, которые помогут проанализировать состав тел человека, скорректировать программу тренировок, улучшить спортивные навыки, избежать травм. Одной из самых востребованных цифровых технологий в сфере спорта, на наш взгляд, являются мобильные приложения, помогающие отследить состояние тела, тренировки и прочее, фиджитал технологии (дополненная и виртуальная реальность), социальные сети.

В высших учебных заведениях России студентам активно прививают любовь к физической активности, а систематические занятия физкультурой помогают снять напряжение, накопленное в течение учебного дня. В процессе физических упражнений на учебных парах в университете формируется и укрепляется здоровье студента, формируется крепкое и здоровое тело, тренируется сила воли, терпение и самоконтроль. [5, с. 218] Студенты, как известно, подвергаются сильнейшим умственным и психологическим нагрузкам. Сначала несколько учебных пар в университете, затем выполнение домашнего задания дома. Столько времени в сидячем положении с постоянной нагрузкой может вылиться в потерю внимательности, сосредоточенности и повышенной утомляемости организма. Именно поэтому, чтобы разбавить умственные нагрузки студента, необходимы учебные пары по физической культуре. Они помогают студентам отвлечься, развеяться, отдохнуть морально и физически, размять затекшее тело и разогнать лимфу. Очень важно помнить, что недостаток физической нагрузки рано или поздно отразится в виде ожирения, диабета или остеохондроза.

Однако во многих высших учебных заведениях, особенно частных, дисциплину «физическая культура» отодвинули на второй план или же вовсе убрали из образовательной программы студентов [3, с. 412]. Огромный отпечаток в преподавание физической культуры в университетах наложила пандемия коронавирусной инфекции и внесенные изменения в образовательный процесс в высших школах. Многие учебные заведения вовсе перешли на дистанционный формат преподавания физической культуры [3, с. 413]. И вот именно в такой переломный момент актуализировалась необходимость ввода цифровых технологий в процесс обучения студентов высших школ.

В ноябре 2020 года Министерством спорта Российской Федерации была принята Стратегия развития физической культуры и спорта России вплоть до 2030 года. Одной из фундаментальных задач Стратегии является цифровизация отечественной физической культуры и спорта не только в большом спорте, но и в образовательных организациях различных уровней (спортивных секциях и кружках, детских садах, школах, колледжах, университетах и т.п.) [2]. Инновационные цифровые технологии – это наиболее эффективный инструмент популяризации физической культуры у подрастающего поколения, которые способны сделать процесс обучения физической культуре более интересным, захватывающим и мотивирующим на успех.

Одним из самых очевидных, на наш взгляд, цифровым решением, которое можно внедрить в процесс обучения студентов, являются мобильные фитнес-приложения, с помощью которых преподаватель может в режиме реального времени отслеживать успехи своих студентов, задавать цели, которых необходимо достичь в течение определенного времени, составлять программу тренировок для студентов. Активность и актуальность использования подобного цифрового инструмента в учебном процессе обусловлена заинтересованностью и замотивированностью студентов, их готовностью менять себя и совершенствовать свое тело. Таких приложений великое множество, это и популярные во всем мире производители спортивной одежды и обуви (Nike, Adidas, Under Armour и т.п.), при этом следует заметить, что у каждого бренда есть несколько приложений, каждое из которых ориентировано на что-то конкретное: на составление и анализ силовых тренировок, на беговые тренировки с возможностью выбрать аудио-подкасты и дополнительной информацией о темпе, длине шага и т.п., на коррекцию и отслеживание питания [4].

Самым актуальным примером здесь может стать создание и активное внедрение общероссийской программы повышения физической активности «Человек идущий», которое было оформлено в виде мобильного приложения, призванное засчитывать шаги в фоновом режиме. Проект создан Благотворительным фондом Лиги здоровья нации при поддержке Министерства спорта Российской Федерации в рамках Федерального проекта «Спорт – норма жизни». Целью создания проекта является мотивация граждан России к повышению своей ежедневной нормы двигательной активности. С

помощью данного приложения можно отслеживать как индивидуальные достижения каждого человека и создать состязание (например, между учебными группами или внутри группы) или же отслеживать общее достижение университета или факультета в состязании среди региональным вузов или же вступить в состязание со всеми вузами России.

Радует то, что приложение создано в рамках национального проекта, а, следовательно, может совершенно спокойно внедриться в учебный процесс, не нарушая целостность проведения учебных пар. Мотивировать студентов на совершение большего количества шагов возможно при помощи поощрения в виде положительных оценок, похвалы. К тому состязание между друзьями заряжает соревновательным духом, студентам хочется ежедневно заходить в приложение и отслеживать, кто из его одноклассников сколько прошел шагов.

Благодаря подобным приложениям преподаватель сможет отслеживать, например, маршрут беговой тренировки у студентов, изменение их пульса и темпа ходьбы, скорости ходьбы и бега, но еще и скорректировать программу тренировок. Это может стать дополнительным способом оценки успеваемости студентов по дисциплине «физическая культура» с помощью реальной практики, которая будет и очень полезна для здоровья молодого поколения.

Также инновационным цифровым продуктом являются гаджеты, которые направлены на отслеживание и контроль состояния человеческого тела. К таковым можно отнести смарт-часы, фитнес-браслеты от различных мировых брендов. У каждого такого гаджета есть собственное встроенное приложение для фитнеса, с помощью которого возможно отслеживать количество пройденных шагов за день, количество сожженных калорий, часы активности, время, проведенное за тренировками и многое другое [4].

Благодаря встроенным приложениям возможно создать групповую тренировку либо же состязание и установить, например, временной промежуток: кто из студентов сделает большее количество шагов за семь дней, кто сожжет большее количество калорий и т.п. Победителей состязаний и групповых тренировок возможно поощрять положительными оценками по дисциплине «физическая культура», это создаст дополнительную мотивацию студентам, появится позитивный соревновательный дух.

Однако, здесь, конечно же, необходимо уточнять у студентов о наличии подобных гаджетов. Смарт-часы вполне возможно заменить телефоном, т.к. у некоторых брендов (например, Apple, Samsung) имеются встроенные фитнес-приложения, с помощью которых возможно отслеживание состояния тела и количество затраченной энергии и без дополнительных цифровых гаджетов в виде часов и браслетов.

Фиджитал-технологии являются одной из разновидностей цифровых технологий и также активно применяются в сфере спорта [2]. В рамках обучающего процесса возможно размещение QR-кодов с дополнительной информацией, которую студенты могут получить, просто отсканировав код. Это поможет в вопросе усвоения теоретической информации и облегчит деятельность преподавателя: достаточно весь теоретический материал собрать

в единый документ, оформить это как одно целое и поместить это на специально созданную платформу, на которую студенты будут переходить как раз при помощи QR-кода. Это удобно, т.к. нет необходимости каждый раз зачитывать теоретический материал заново, необходимо лишь дополнять его свежими и актуальными данными и удалять то, что утратило актуальность.

Следовательно, можно сделать вывод, что физическая культура является помощником не только на пути к здоровью и долголетию, но и на пути к духовному обогащению и душевному равновесию, самопознанию. В этом заключается еще один аспект важности физической культуры [1, с. 534]. У отдохнувшего телом студента гораздо более спокойный эмоциональный фон. Здоровое, размятое тело является источником душевного равновесия [6, с. 200]. К тому же, во время занятий спортом, человек выплескивает весь негатив и все те переживания, которые накопились внутри него в течение долгого рабочего или учебного дня. Студент чувствует облегчение, спокойствие. А цифровые технологии, которые активно внедряются абсолютно во все сферы общественной жизни. Являются помощниками в процессе контроля изменений, происходящих в телах студентов высшей школы. Благодаря мобильным приложениям и гаджетам появилась возможность дополнительной оценки студентов, их мотивации, создания и поддержания состоятельного настроения среди обучающихся. Все это поможет сделать дисциплину «физическая культура» одной из самых любимых студентами, которая будет затем с теплотой вспоминаться. Но стоит помнить, что цифровизация ни коим образом не сможет на все 100% заменить традиционное образование. Безусловно, цифровой инструментарий будет отлично дополнять традиционное очное образование [5, с. 222].

Список литературы

1. Барчуков И.С. Нестеров А. А. Физическая культура и спорт. Методология, теория, практика. Москва 2017. 716 с.
2. Демидкина К.О. Непаханое поле для вложений: почему взлетели проекты в сфере онлайн-фитнеса и ожидает ли их откат. URL: <https://www.forbes.ru/karera-i-svoy-biznes/427971-nepahanoe-pole-dlya-vlozheniy-rochemu-vzleteli-proekty-v-sfere-onlayn> (дата обращения: 29.11.2022).
3. Жигарёва О.Г. Физическая культура и физическое воспитание в вузе. Международный опыт // ЭСГИ. 2017. №4 (16). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-kultura-i-fizicheskoe-voospitanie-v-vuze-mezhdunarodnyy-opyt> (дата обращения: 29.11.2022).
4. Куров А.И. Цифровизация, геймификация, интерактивность: тренды digital-фитнеса. URL: <https://rb.ru/opinion/digital-fitness-trends/> (дата обращения: 29.11.2022).
5. Мутугулина Н.И., Махов А.А. Переход вузов на дистанционный режим обучения: проблемы, риски, промежуточные итоги (на примере вузов Республики Башкортостан) // Материалы IX Международной научно-

методической конференции, посвященной году науки и технологий. Уфа, 2021. С. 217-222.

6. Радакина Д.С., Мухамбетова А.С. Влияние физической культуры на успеваемость студента // Современная наука: актуальные проблемы и пути их решения. 2015. № 4 (17). С. 198—202.

APPLICATION OF INNOVATIVE DIGITAL PRODUCTS IN THE DISCIPLINES OF "PHYSICAL CULTURE" IN HIGH SCHOOL

R. Taztdinov, Z. Zakirova

Ufa State Petroleum Technical University

Abstract. This article analyzes the need for the introduction of digital innovative technologies in the educational process of mastering the discipline "physical culture" by students of the higher school. The main tools of digitalization that are appropriate to introduce into the learning process of the younger generation are considered.

Keywords: *Health, students, sports, physical education, digitalization, digital, digital technologies, higher school.*

ЗАКОНОМЕРНОСТИ СТАНОВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ФОРМЫ

П.С. Замковой, А.Н. Кутасин

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В настоящей статье раскрыта сущность понятия «спортивная форма», а также проанализированы разные вариации данного понятия. Сформулирована актуальная формулировка исследуемого понятия. Выделены ошибочные взгляды на закономерность становления и развития спортивной формы спортсменов. Исследуется периодизация формирования тренировочного процесса.

Ключевые слова: *спортивная форма, закономерности становления спортивной формы, тренировочный процесс.*

Анализ действующих нормативных документов свидетельствует о высоком приоритете, придаваемом государством улучшению эффективности осуществления тренировочной деятельности на всех этапах спортивной подготовки. Особенности организации тренировочного процесса требуют постоянного контроля достигнутых параметров спортивной формы. Следует отметить снижение мотивации значительного числа тренеров к повышению качества профессиональной деятельности.

В работах отечественных исследователей прослеживаются следующие трактовки понятия «спортивная форма»:

– текущее положение функциональной подготовки атлета к соревновательной деятельности на базе полученных показателей тренированности»;

– постоянно изменяющееся положение, которое отражает взаимодействие различных характеристик тренированности атлета при демонстрации спортивных достижений [2].

В то же самое время под понятием «тренированность» исследуется состояние особенностей функциональной подготовки спортсмена к выступлению на соревнованиях, в то время как тренированность анализируется как «количественный» элемент «спортивной формы».

С. П. Летунов и Р. Е. Мотылянская были первыми учеными, которые коснулись исследования закономерностей становления спортивной формы в своих работах. Особенности развития спортивной формы они объясняли закономерностями движения адаптационных трансформаций в работе организма в течение годовых циклов тренировки [3]. Представим основные постулаты их теории на рисунке 1.

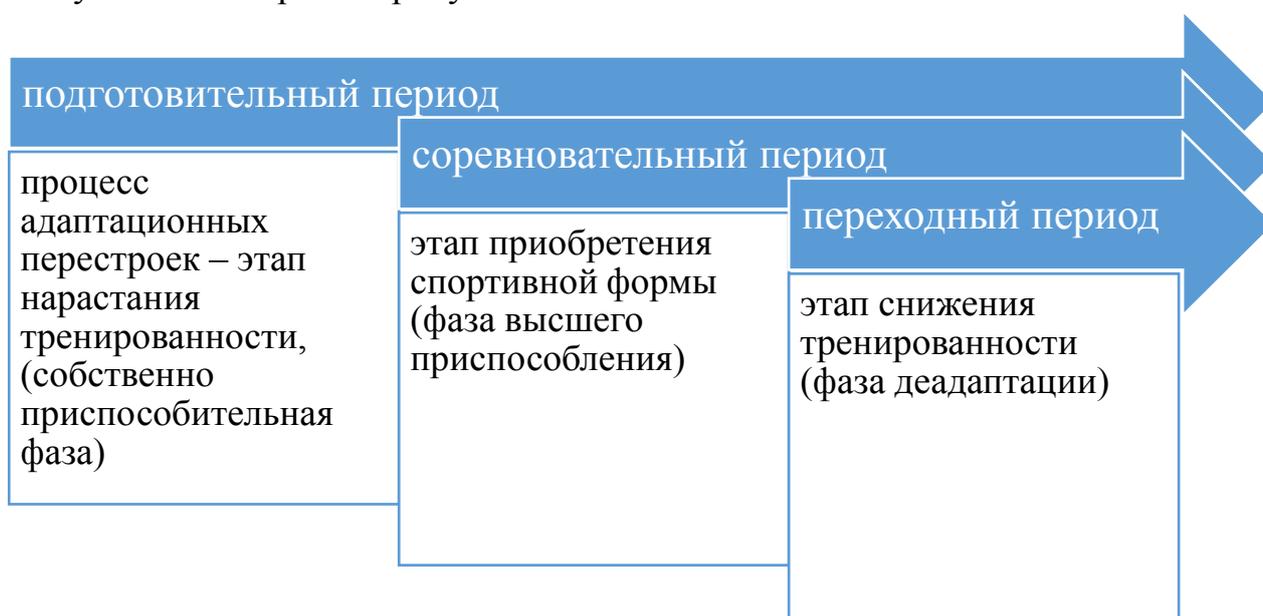


Рис. 1. Особенности развития спортивной формы

Анализируя данные, представленные на рисунке, можно сделать вывод, что исследуемые фазы первоначально ориентировались на одноцикловую и двухцикловую структуры годичной тренировки. Необходимо отметить, что в течение первой фазы подготовительного периода в то же самое время осуществляется утрата старой спортивной формы и получение новой спортивной формы.

Тем не менее в процессе исследования закономерностей развития спортивной формы ученые упустили ряд факторов, влияние которых достаточно весомо (рис. 2).

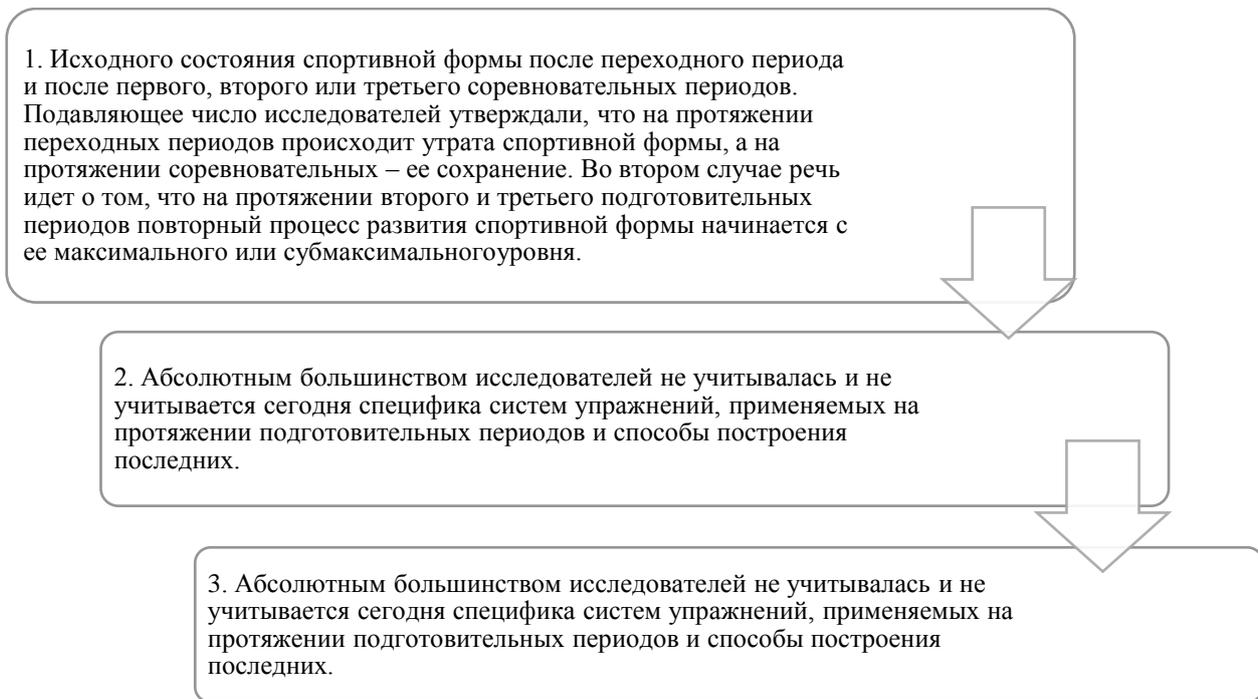


Рис. 2. Факторы, не учитывавшиеся при планировании становления спортивной формы

Закономерности развития спортивной формы подразумевают определенные особенности изменения спортивной формы:

- у атлетов первой категории процесс начинается с этапа получения спортивной формы, которая в дальнейшем сохраняется;
- у атлетов второй категории – перед получением спортивной формы осуществляется этап ее потери;
- у атлетов третьей категории данные этапы меняются в определенном порядке – сохранение, потеря, получение и сохранение спортивной формы.

Атлеты вышеупомянутых категорий имеют общую особенность: если после этапа сохранения, после этапа получения спортивной формы, атлет не меняет упражнения в тренировочном процессе, то его соревновательный потенциал уменьшается на 8-9%, что свидетельствует о вхождении атлета на этап потери спортивной формы.

Вышеизложенная смена периодов состояния спортивной формы объясняется только персонифицированной реакцией организма на различный уровень нагрузок. В своих исследованиях А. П. Бондарчук на основе вышеуказанного фактора выделил 8 категорий атлетов[2]. Представители первой категории получают состояние спортивной формы после 36 тренировочных занятий, второй – 50, третьей – 75, четвертой – 100, пятой – 125 и т. д. Тем не менее большая часть профессиональных атлетов получают данное состояние по истечении 50-75 тренировочных занятий.

Существуют различные методы построения тренировочного процесса (рис.3).



Рис. 3. Способы организации тренировочного процесса

Определение метода организации тренировочного процесса реализуется по основному критерию – по уровню результативности для определенного направления спорта. При этом тренировочный процесс необходимо ориентировать на приобретение более высокой степени тренированности и более подходящего для участия в соревнованиях состояния спортивной формы. При верном составлении тренировочного процесса можно гарантировать атлетам полное осуществление их будущих возможностей в определенном направлении спорта.

Таким образом, постоянное усиление соперничества на мировой арене приводит к повышению требований к уровню подготовленности спортсменов на всех этапах многолетнего тренировочного процесса. Понимание действующих механизмов и условий, определяющих достижение спортивных результатов у юных спортсменов, лежит в основе эффективного управления спортивной подготовкой.

Список литературы

1. Алхаруф, А. С. Влияние взаимоотношений между тренером и спортсменом на уровень мотивации достижения спортсмена / А. С. Алхаруф, Р. Сальман // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. – 2022. – Т. 2. – № 1. – С. 73-84.
2. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки. – К.: ОЛ, 2000. – 332 с
3. Летунов С. П., Мотылянская Р. Е. Спорт и сердце. – М.: Наука. – 50 с.

REGULARITIES OF FORMATION OF A SPORT FORM

P. Zamkovoy, A. Kutasin

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. This article reveals the essence of the concept of "sports uniform", and also analyzes different variations of this concept. The actual formulation of the concept under study is formulated. Erroneous views on the pattern of formation and development of the sports form of athletes are highlighted. The periodization of the formation of the training process is investigated.

Keywords: sports form, patterns of formation of sports form, training process.

СОВРЕМЕННЫЕ ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТИВНОЙ ИНДУСТРИИ

А.Р. Зарипова, С.Ю. Иванова

Кемеровский государственный университет

Аннотация. В статье рассматриваются инновации и их внедрение в спортивную индустрию, а также влияние современных технологий на спортсменов и результатов их деятельности.

Ключевые слова: инновация, технология, спорт, спортивная индустрия, спортивная медицина.

Введение. В настоящее время остается актуальным вопрос о сохранении и поддержании здоровья человека, которое напрямую связывают с его физической подготовкой. Именно поэтому в последнее время все чаще новые технологии внедряют в сферу спорта, это связано с необходимостью совершенствования программ по физической культуре в ВУЗах, школах, а также с модернизацией спортивного оборудования: важно, чтобы оно стало доступным каждому.

Цель исследования – выявить влияние современных технологий на спортсменов, ход тренировок и их результаты.

В соответствии с поставленной целью были выделены следующие задачи:

- 1) Ознакомиться с технологиями в области экипировки.
- 2) Рассмотреть методику анализа спортсменов.
- 3) Изучить инновации в сфере спортивной медицины.

Методы исследования: анализ, обобщение, синтез.

Результаты и их обсуждения.

Сфера применения новых технологий широка, не стал исключением и спорт, которому в настоящее время уделяется много внимания. Рассмотрим влияние современных технологий на индустрию спорта:

- модернизация спортивного оборудования, инвентаря, одежды;
- анализ знаний о спортсмене для улучшения тренировок, повышения их качества; анализ проводимых соревнований и других спортивных событий;
- совершенствование спортивной медицины.

Начнем подробнее рассматривать первый пункт: модернизацию оборудования и одежды. Результаты соревнований зависят от многих факторов, в том числе и от экипировки. Правильно подобранная одежда позволяет спортсмену показать наиболее точные результаты.

Рассмотрим одни из последних инноваций в экипировке спортсменов:

1. Костюм для конькобежцев.

Популярный бренд спортивной одежды Under Armour разработал специальный костюм для конькобежцев. Технология минимизирует сопротивление воздуха при движении с высокой скоростью. Также уделили внимание и внутренней стороне бедра, ведь она больше всех остальных

областей подвержена трению, что негативно сказывается на разгоне конькобежца.

2. Купальные костюмы.

Компания Speedo (в сотрудничестве с NASA) создали уникальный материал из смеси нейлона, эластана и водоотталкивающих вставок, который позволяет пловцам развить большую скорость (минимизируя сопротивление воды).

3. 3D-печать кроссовок и ботинков по индивидуальным меркам.

Компания Nike разработала технологию точной шнуровки, которая с помощью системы сенсоров обеспечивает нужную фиксацию обуви, а также подстраивается под движения ее владельца. Ими также была разработана система сцепления, благодаря которой при попадании воды на подошву не происходит налипание грязи из-за полимерных материалов.

Для анализа данных о спортсмене так же используются современные технологии. Так, для повышения точности самооценки уровня и динамики физиологических сдвигов, улучшения мышечного восприятия и координации движений спортсмена тренеры используют методику биологической обратной связи (БОС). Помимо прочего, биоуправление направлено на умение спортсменом контролировать собственные эмоции и повышение стрессоустойчивости.

Рассмотрим основные направления методики БОС:

- снижение влияния негативного спортивного опыта;
- проработка, коррекция двигательных нарушений;
- оказание психологической поддержки, консультирование;
- профилактика хронического стресса;
- диагностика физического и психического состояния спортсмена.

Данная методика позволяет добиться следующих результатов у спортсменов: благодаря снижению частоты дыхания у спортсменов формируется абдоминально-релаксационный тип дыхания; повышается стрессоустойчивость; спортсмен справляется со своими эмоциями, контролирует их; его движения становятся более точными и быстрыми.

В спортивной медицине использование инноваций не стало исключением. Высокотехнологичная аппаратура позволяет быстро и точно исследовать состояние здоровья спортсменов.

Современные технологии в области спортивной медицины:

1. Криотерапия.

Локальная криотерапия – целенаправленное воздействие холодным пучком холода на травмированную область.

2. Датчик, определяющий силу удара.

Данная технология была специально разработана для контактных видов спорта (бокс, американский футбол и др.). Для получения результата спортсмену необходимо ударить по голове, где система с множеством датчиков замеряет силу удара и выводит результат с помощью цвета: зеленый, желтый

или красный. Красный – нужно срочно завершать соревнования и идти к врачу, жёлтый – пройти осмотр, зелёный – можно продолжать борьбу.

3. Определение возраста спортсмена по костям.

Спортсмену нужно лишь пройти томографию, однако по каким конкретно признакам определяется возраст спортсмена – не разглашается.

4. 3D-моделирование тела.

С помощью 3D-моделирования врачи способны определить диагноз и степень серьезности повреждения. Помимо этого, можно также следить за процессом восстановления и заживления.

Таким образом, современные технологии оказывают большое влияние на физическое и психологическое состояние спортсменов, что отражается на результатах соревнований и тренировок, а также на их здоровье.

Список литературы

1. Пашкова, Т. А. Инновационные технологии в сфере физической культуры и спорта / Т. А. Пашкова, А. А. Ионова // Аллея науки. – 2018. – Т. 1. – № 4(20). – С. 957-960. – EDN XOHOGT.

2. Алексеенко, Ю. В. Обзор инновационных технологий в современном спорте / Ю. В. Алексеенко, Е. С. Бережная // Новая наука: Современное состояние и пути развития. – 2016. – № 12-3. – С. 10-13. – EDN XISALJ.

3. Стеблев, А. А. Модернизация системы профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту на основе инновационных технологий / А. А. Стеблев, О. Е. Чайковская, М. В. Стефановский // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 2(168). – С. 338-342. – EDN YZNRCH.

4. Дятлов, И. Я. Инновационные технологии в спорте. Innovation in sports / И. Я. Дятлов // Формирование гуманитарной среды в вузе: инновационные образовательные технологии. Компетентностный подход. – 2013. – Т. 4. – С. 285-287. – EDN RPEGST.

MODERN INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE SPORTS INDUSTRY

A.R. Zaripova

*Federal State Budgetary Educational Institution
of Higher Education "Kemerovo State University"*

Abstract. The article discusses innovations and their implementation in the sports industry, as well as the impact of modern technologies on athletes and the results of their activities.

Keywords: innovation, technology, sport, sports industry, sports medicine.

РАЗВИТИЕ НРАВСТВЕННО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ ПОСРЕДСТВОМ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ

Н.С. Зарубина, Л.Б. Лозовская

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Рассматривается развитие морально-волевых качеств личности юных спортсменов средствами учебно-тренировочного процесса тхэквондо. Педагогическая деятельность тренера по тхэквондо опирается на общие принципы педагогики и принципы, этикет и философию тхэквондо. Учебно-тренировочный и воспитательный процессы тхэквондо интегрированы и строятся на основе дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания.

Ключевые слова: нравственно-волевые качества, учебно-тренировочный процесс тхэквондо, принципы и методы воспитания.

Младший подростковый возраст детей 10-12 лет является не только периодом активного физического развития каждого человека, но также определяется как важный этап личностного развития ребенка. В это время происходит динамичное развитие эмоциональной, потребностно-мотивационной, интеллектуальной и нравственно-волевой сферы.

Основными психическими новообразованиями данного возраста является развитие словесно-логического отвлеченного мышления и связанных с ним познавательных процессов, формирование самосознания и самооценки, управление своим поведением и самоконтроль, рефлексия [1, 2, 4]. При этом подростки, с одной стороны, могут быть подвержены негативным влияниям общества, отрицанию социальных ценностей и проявлению девиантного поведения, но, с другой стороны, открыты для восприятия культурных ценностей и общественных ориентиров. В связи с этим психологи и педагоги описывают этот возраст как стратегически важный для воспитания, поскольку в этом возрасте формируются важные социальные качества ребенка [1, 2]. Значимую роль в воспитании и развитии подростков выполняет спортивная деятельность, которая обеспечивает их социальное взаимодействие на основе общественных ценностей, норм и правил. П.Ф. Лесгафт отмечал роль физической культуры и спорта в развитии моральноволевых качеств личности, таких как самостоятельность, ответственность, целеустремленность, умение владеть собой: «физическое образование ребенка должно быть направлено к тому, чтобы научить его владеть и управлять проявлением своих сил и своими действиями, подготовить к выполнению элементарной работы». При этом П.Ф. Лесгафт обосновал целенаправленность процесса воспитания в рамках физкультурно-спортивной деятельности: «эта цель не может быть достигнута случайными движениями», «здесь должна быть последовательность, как и при умственном образовании, с соблюдением тех же педагогических оснований» [4].

Наряду с другими видами спорта можно выделить воспитательный потенциал занятий восточными спортивными единоборствами, роль которых неоспорима не только в физическом развитии ребенка, приобщении к здоровому образу жизни, но и формировании нравственно-волевых черт характера человека [3, 5, 6]. Спецификой тхэквондо является интеграция физического и нравственного воспитания. Воспитание морально-волевых качеств у юных спортсменов происходит в процессе взаимодействия учеников и тренера путем постановки лично и социально значимых целей, овладения общепринятыми правилами поведения. В основе тхэквондо лежит философия боевых искусств, включающая в себя следующие положения: «ИН» – физическое и духовное познание собственного «я» и окружающего мира, умение руководствоваться моральными качествами в спорте и жизни; «ДОК» – совершенствование характера спортсмена духовным воспитанием, путь к идеалу через воспитание вежливости, скромности, чести, дисциплинированности как осознанного выбора образа жизни; «ЙЭ» – укрепление тела и духа искусством борьбы; гармоничное сочетание и развитие в тренировочном процессе внутренней (воля) и внешней (тело) сил, приучение спортсмена к дисциплине, терпению и настойчивости; «ДО» – процесс самореализации в течение всей жизни. Занятия тхэквондо как процесс постоянного самосовершенствования является процессом непрерывного воспитания нравственности, постоянного формирования характера учеников [3, 5]. Важно отметить целенаправленность учебно-тренировочного процесса по тхэквондо на формирование нравственно-волевых качеств занимающихся и соответственно выстроенную систему взаимосвязанных элементов содержания, методов, форм и средств, выбор которых происходит с учетом личностных особенностей воспитанников (рис. 1)

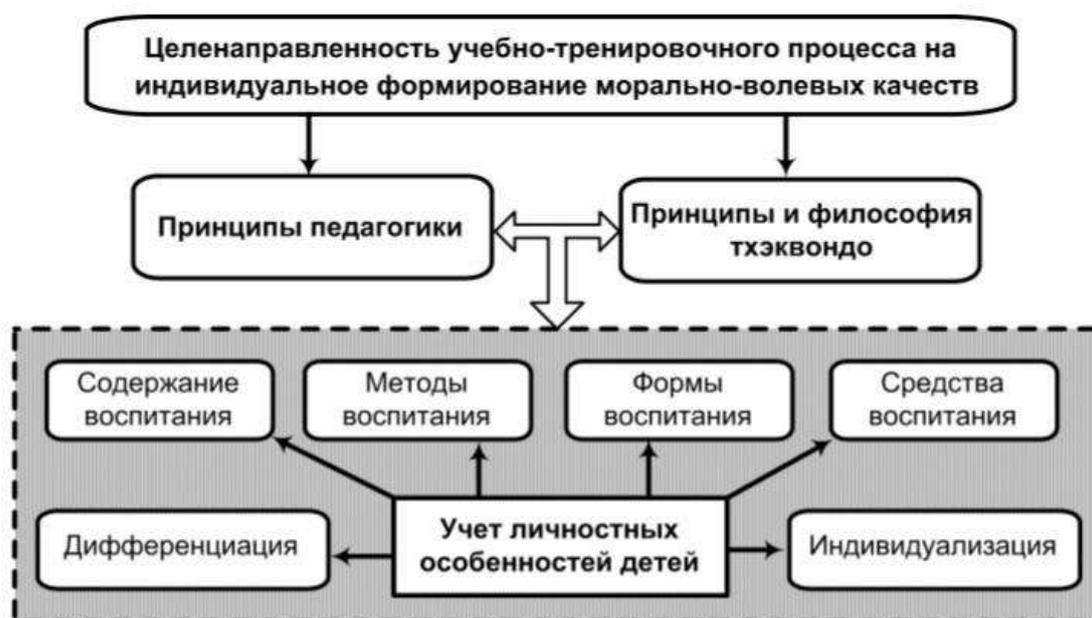


Рис. 1. Взаимосвязь структурных элементов педагогического процесса воспитания в тхэквондо

Процесс воспитания морально-волевых качеств спортсменов опирается на общепедагогические принципы, такие как принцип общественной направленности воспитания, ориентации на ценностные отношения, доступности в воспитании, сознательности, связи теории с практикой. В то же время реализуются принципы боевых искусств – почтительности и вежливости; честности; настойчивости и терпения; самообладания и самоконтроля, которые обозначают неоспоримый воспитательный потенциал тхэквондо. Тренер спортивной команды приучает детей руководствоваться данными принципами, включая в занятия упражнения, способствующие развитию воли, целеустремленности, формированию адекватной самооценки, преодолению отрицательных привычек, культивированию нравственности как значимого личностного качества.

Большое внимание уделяется соблюдению этикета тхэквондо – необходимости придерживаться этических норм поведения, основанных на общечеловеческих ценностях. Содержание воспитания в спортивном коллективе тхэквондо раскрывается через направления воспитательной работы, которые включают в себя не только спортивно-оздоровительное воспитание, но и нравственно-волевое, поскольку сам учебно-тренировочный и соревновательный процессы в тхэквондо – специфическая форма нравственного воспитания. В качестве методов в спортивной команде тхэквондо применяются как специфические методы физического воспитания, так и общепедагогические методы воспитания, такие как методы формирования сознания, методы организации деятельности и поведения, методы мотивации и стимулирования деятельности, методы контроля и самоконтроля, методы самовоспитания. Формируя сознание учеников, тренер объясняет детям правила посещения тренировок, аргументирует необходимость следования принципам тхэквондо. При соблюдении этикета тхэквондо и выстраивании уважительных отношений с тренером и со старшими товарищами ученики приобщаются к общечеловеческим ценностям. Реализация метода формирования поведения юных спортсменов происходит через предъявление педагогических требований со стороны тренера и приучение детей к дисциплине. Методами стимулирования деятельности являются мотивация учеников на ведение здорового образа жизни, на спортивные достижения; поощрение – похвала тренера, отбор на соревнования, спортивные награды; наказание – замечание, выговор, отстранение от соревнований, учебно-тренировочных сборов и т.п. Следует отметить, что с повышением ранга соревнований по тхэквондо возрастают требования не только к физической и психологической подготовленности спортсменов, но и к сформированности их морально-волевых качеств – дисциплинированности, организованности, выдержке, решительности, вежливости.

При освоении техники спортивных движений и тактики боя на занятиях чаще всего реализуются групповая и парная формы организации учащихся; при этом в рамках делового взаимодействия детей происходит не только их физическое совершенствование, но и развиваются личностные качества

характера. Средствами обучения и воспитания являются педагогическое воздействие тренера как напрямую, так и через других членов спортивного коллектива, физические упражнения, спортивное оборудование, дидактические материалы и технические средства. Учебно-тренировочный и воспитательный процессы интегрированы и строятся на основе дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания с учетом подготовленности спортсменов, уровня их воспитанности, возрастных изменений, интересов и способностей.

Исследование значимости тренировочных занятий и соревновательной деятельности по тхэквондо для развития нравственно-волевых качеств подростков проведено посредством педагогического эксперимента на базе ГБУ «Спортивная школа олимпийского резерва по самбо» г. Кстово Нижегородской области. В исследовании были задействованы 50 детей младшего подросткового возраста, занимающиеся тхэквондо в одной группе на протяжении четырех – пяти лет, а также их родители. Выявлено, что ожидания большинства родителей, чьи дети занимались в группах начальной подготовки тхэквондо, были связаны с развитием у юных спортсменов морально-волевых качеств характера, таких как смелость, дисциплинированность, ответственность, сила воли, целеустремленность и др. Важно подчеркнуть, что родители подростков учебно-тренировочных групп указывают на сформированность многих нравственно-волевых качеств их детей, и уже в качестве приоритетов заявляют о необходимости спортивных достижений, отмечают значительную роль тренера не только как спортивного наставника, но и как воспитателя.

Для исследования развития морально-волевых качеств подростков использовалась анкета на основе теста воспитанности М.И. Шиловой [7], в которой были выделены такие качества, как дисциплинированность, бережливость, ответственность, коллективизм, честность, доброта, а также культурный уровень. Контрольная группа состояла из учеников средней школы младшего подросткового возраста, не занимающихся спортом, экспериментальная группа представлена спортсменами, занимающимися тхэквондо более четырех лет. Исследование на основе статистической обработки результатов анкетирования по -критерию Пирсона показало более высокий уровень сформированности морально-волевых качеств юных тхэквондистов по сравнению с обычными школьниками. Показателем развития нравственно-волевых качеств являются не только спортивные достижения воспитанников, но их включение в общественно значимую деятельность и выполнение норм и правил социально одобряемого поведения, что является важным как в спорте, так и в повседневной жизни.

Список литературы

1. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – М.: Издательство Юрайт, 2019. 160 с.
2. Зимняя И.А. Педагогическая психология. – М.: Логос, 2004. 384 с.

3. Ким А.А., Цилфидис Л.К. Тхэквондо как средство физического воспитания подрастающего поколения // Вестник Тамбовского университета. Серия: Естественные и технические науки. 2009. Т. 14. № 1. С. 40-42.

4. Лесгафт П.Ф. Педагогика. Избранные труды – М.: Издательство Юрайт, 2019. 374 с.

5. Ли Н.Ч. Тхэквондо как фактор физического совершенствования и формирования нравственных качеств личности // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2009. № 2. С. 34-37.

6. Сен В.Д. Воспитание школьников средствами спортивных единоборств // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. 2011. № 24 (119). С. 254-261.

7. Шилова М.И., Яковлева Н.Ф. Воспитание и самовоспитание нравственных деятельно-волевых черт характера подростков: Учебное пособие – Красноярск: КГПУ, 2004. 258 с.

DEVELOPMENT OF MORAL-VOLITIONAL QUALITIES OF THE PERSONALITY OF YOUNGER ADOLESCENTS THROUGH SPORTS

N. Zarubina, L. Lozovskaya

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The development of the moral and volitional qualities of the personality of young athletes by means of the educational and training process of taekwondo is considered. The pedagogical activity of a taekwondo coach is based on the general principles of pedagogy and the principles, etiquette and philosophy of taekwondo. Teaching and training and educational processes of taekwondo are integrated and built on the basis of differentiation and individualization of training and education.

Keywords: moral and volitional qualities, taekwondo training process, principles and methods of education.

АДАПТАЦИЯ И МОТИВАЦИЯ К ЗАНЯТИЯМ ЛФК У СТУДЕНТОВ ВУЗА

А.Н. Иванова

*Чувашский Государственный педагогический
университет им. И.Я. Яковлева*

Аннотация. Здоровье студентов и пути его укрепления остается одной из актуальнейших проблем высшего образования. По результатам медосмотров, проводимых среди студентов одного из ВУЗов, наблюдается общая тенденция ухудшения состояния здоровья студентов. Методы ЛФК позволяют решить эту проблему, учитывая индивидуальные особенности человека.

Наше исследование включает опрос студентов 1,2,3 курса, занимающихся в группе ЛФК. Нас интересовало, как происходила их адаптация к занятиям ЛФК в вузе и чем студенты мотивировали себя к определенным физическим нагрузкам. В результате опроса было выявлено, что студенты спокойно отнеслись к факту появления таких нагрузок в группах ЛФК, смогли успешно адаптироваться к ним.

Ключевые слова: адаптация, мотивация, студенты, занятия ЛФК, физические упражнения.

Многие поступающие в вуз студенты впервые сталкиваются с таким понятием как ЛФК, несмотря на то, что во время учебы в школе они принадлежали к особым группам по состоянию здоровья. На основании результатов профилактического осмотра и данных групп состояния здоровья врач, ответственный за проведение профилактического осмотра, определяет медицинскую группу для занятий физической культурой.

Лечебная физкультура – доступный и эффективный способ восстановить и укрепить здоровье. Подходящие методы ЛФК найдутся для каждого пациента.

ЛФК (лечебная физическая культура) – это метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания.

Занятия студентов ЛФК в вузах проводятся с учетом индивидуальных заболеваний студентов. Определяется оптимальный двигательный режим и даются рекомендации по физическим нагрузкам, виду упражнений, образу жизни и т.д. Организация занятий в группе ЛФК оказывает положительное влияние на привыкание студентов к физическим упражнениям [1], [2], [5].

Физическое воспитание воздействует на всестороннее развитие личности студентов по трем основным направлениям:

- приобщает студентов к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- обеспечивает необходимый уровень трудовой активности, который сохраняет и укрепляет здоровье;
- содействует развитию общественно значимых черт характера, социальной активности, оказывает положительное влияние на формирование духовного мира, нравственное и эстетическое развитие личности студента.

Цель нашего исследования – проследить, как произошла адаптация и выросла мотивация к физическим нагрузкам ЛФК в вузе в отличие от школьных занятий.

Поскольку ЛФК включена в рабочие программы по физической культуре и спорту, для студентов этой категории специально разрабатываются комплексы физических упражнений по виду заболеваний, что подразумевает четкое разделение студентов на три группы – основную, подготовительную и специальную.

Виды ЛФК:

- общая тренировка, направленная на укрепление и оздоровление организма в целом;
- специальная тренировка, цель которой – устранить нарушения в работе определенных органов и систем организма.

Особое внимание нужно обратить на процесс постепенной мотивации студентов к выполнению доступных им физических упражнений, дабы не спровоцировать излишнее напряжение и переутомление, которое может привести к перегрузкам и, в конечном счете, к ухудшению состояния их заболевания [4].

Основными методами нашего исследования являлись изучение и анализ научно-методической литературы, опрос занимающихся ЛФК и математический анализ.

Наше исследование занимающихся ЛФК включало в себя опрос 20 студентов 1,2,3 курса вуза.

Впервые попав в группу ЛФК, подавляющее большинство студентов (12 человек) испытывали спокойствие, уверенность и радость. 8 человек ощущали некоторое стеснение, но никто из них не чувствовал страх или стресс.

На вопрос, как часто они занимаются физической нагрузкой дома самостоятельно, лишь половина студентов указали 1-2 занятия в неделю, а другая предпочитает заниматься через день.

Лучшей мотивацией к физическим упражнениям 11 человек считают фактор улучшения здоровья, 7 – желание ощущать подтянутость тела, а 2 ответили, что им просто необходимо посещать эти занятия.

Исходя из результатов опроса, можно сказать, что студенты, посещающие ЛФК, успешно проходят адаптацию к физическим занятиям, им комфортно посещать занятия в количестве 1-2 дней в неделю. Мотивация молодых людей положительна, многие стремятся подтянуть тело и укрепить здоровье, опасаясь запустить свои заболевания.

Таким образом, в современных условиях задачу повышения уровня здоровья студентов с успехом решает внедрение практики физического воспитания группами ЛФК, что позволяет студентам с индивидуальными заболеваниями повысить уровень их двигательной активности и приобщить к постоянным физическим нагрузкам.

Список литературы

1. Вайнер Э. Н. Лечебная физическая культура. ФЛИНТА, 2018. 421 с.
2. Васильева Н. В., Матвеева Н. А., Тимофеев М. В. Роль и значение занятий физической культурой и спортом в укреплении и сохранения здоровья в системе высшего образования // Роль физической культуры и спорта в развитии человеческого капитала и реализации национальных проектов: материалы Всероссийской научной конференции с международным участием. Якутск: ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта». 2019. С. 112–116.
3. Васильева Н. В., Матвеева Н. А., Тимофеев М. В. Способы мотивации молодежи к занятиям физической культурой // Актуальные проблемы, физической культуры, спорта и здоровья: пути их реализации: мат-лы науч.-практ. конф. Чебоксары: изд-во Чуваш. ун-т. 2019. С. 67–73.

4. Шилько В. Г. Педагогические основы формирования физической культуры студентов. Томск: Том. гос. ун-т. 2001. 188 с.

5. Шилько В. Г. Физическое воспитание студентов на основе личностно-ориентированного содержания физкультурно-спортивной деятельности: автореф. дис. д-ра пед. наук, 2003. 28 с.

6. Капилевич Л. В., Солтанова В. Л., Давлетьярова К. В. Организация занятий лечебной физической культурой с освобожденными от физического воспитания студентами // Теория и практика физической культуры. Томск. 2008. № 7. С. 29–32 с.

ADAPTATION AND MOTIVATION TO PHYSICAL THERAPY CLASSES FOR UNIVERSITY STUDENTS

A.N. Ivanova

I. Ya. Yakovlev Chuvash State Pedagogical University

Abstract. The health of students and ways to strengthen it remains one of the most urgent problems of higher education. According to the results of medical examinations conducted among students of one of the universities, there is a general trend of deterioration in the health of students. Physical therapy methods can solve this problem, taking into account the individual characteristics of a person. Our study includes a survey of 1,2,3 year students engaged in physical therapy group. We were interested in how their adaptation to physical therapy classes at the university took place and how students motivated themselves to certain physical activities. As a result of the survey, it was revealed that students calmly reacted to the fact of the appearance of such loads in physical therapy groups, were able to successfully adapt to them.

Keywords: adaptation, motivation, students, physical therapy classes, physical exercises.

ЗРЕЛИЩНОСТЬ ЦЕРЕМОНИЙ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР КАК СПОСОБ ПРОПАГАНДЫ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ

И.В. Игнатьева, И.Т. Сумина

Чайковская государственная академия физической культуры и спорта

Аннотация. В статье представлен ретроспективный анализ церемоний открытия и закрытия олимпийских игр современности, представлен анализ зрелищности ряда церемоний, сделан вывод о том, что зрелищность церемоний выступает одним из наиболее ярких способов пропаганды олимпийского движения и принимающей страны. Разработаны рекомендации по проведению церемоний открытия и закрытия спортивных мероприятий различного уровня.

Ключевые слова: зрелищность, церемония олимпийских игр, олимпийское движение.

В настоящее время олимпийские церемонии вызывают особый интерес, в том числе и с точки зрения зарождения их традиций [5]. Совмещение традиций древних и современных Олимпийских игр, дает большой толчок в развитии зрелищности и творческой части олимпийских церемоний. Сегодня на церемониях важное место уделяется театрализованным представлениям, благодаря которым присутствующие и телезрители знакомятся с обычаями и

традициями города-организатора и страны в целом, что, несомненно, положительно сказывается на имидже принимающей стороны [2].

Зрелищность – важнейшая составляющая технологии создания культурно-досуговых программ, одно из свойств выразительности, достигающееся с помощью синтеза художественных средств [9].

Официальные документы Международный Олимпийский комитет ставят перед организациями задачу пропагандировать Олимпийские ценности, в том числе в рамках церемоний открытия и закрытия [7].

Цель исследования – выявить наиболее зрелищные церемонии Олимпийских игр.

Задачи исследования:

1. Изучить историю церемоний открытия и закрытия Олимпийских игр.
2. Провести анализ зрелищности церемоний открытия и закрытия.
3. Разработать рекомендации по пропаганде олимпийского движения в рамках церемоний спортивных соревнований.

Методы исследования: анализ и обобщение данных научно-методической литературы и документальных источников.

Результатам исследования: В таблице 1 представлен ретроспективный анализ современных церемоний открытия и закрытия Олимпийских игр.

Таблица 1. Ретроспективный анализ церемоний открытия и закрытия современных Олимпийских игр [6,7,8]

Город, год	Особенности
Афины 1896 г.	Создания протокола МОК по проведению церемоний открытия: церемония представляла собой простое короткое празднование, началом церемоний открытия Олимпийских игр явилось исполнения олимпийского гимна музыкантами и певцами, официальное объявление и приветствие на стадионе.
Сент-Луисе 1904 г.	Официальным мероприятием было шествие в знак чествования спортсменов; Не проводилась по протоколу.
Лондон 1908 г.	Страны представили свои национальные флаги.
Антверпене 1920 г.	Виктор Буан впервые в истории современных Игр произнес олимпийскую клятву следовать принципам «честной игры», был поднят олимпийский флаг:
Париж 1924 г.	Впервые церемония закрытия Олимпийских игр, президентом МОК.
Шамони 1924 г.	Впервые открытие и закрытие «Международной недели зимних видов спорта по случаю Олимпиады», следовательно и первой зимней Олимпиады.
Амстердам 1928 г.	Олимпийский огонь горел на протяжении всех дней проведения олимпийских состязаний.
Лос-Анджелес 1932 г.	Огонь был доставлен из Олимпии бегунами, передающими факел, как эстафетную палочку.
Лейк-Плэсид 1932 г.	Появились крытые трибуны для почетных гостей и официальных лиц и место, где находился оркестр. Открытые трибуны для зрителей
Берлин 1936 г.	Четырнадцать греческих девушек зажгли священный огонь в храме Зевса в Древней Олимпии, возродив традиции.

Гармиш-Партенкирхен-1936 г.	Впервые торжественно зажжен олимпийский огонь, каждая команда одета в свою официальную форму, спортсмены не несли спортивный инвентарь.
Лондон 1948 г.	«Самые бюджетные игры»; Транслирование по домашнему телевидению.
Скво-Вэлли 1960 г.	Первые предпосылки развития зрелищности церемоний Олимпийских игр: работа режиссера-постановщика, большое количество музыкального и визуального сопровождения.
Токио 1964 г.	Впервые церемонии транслировались по всему миру и причем в цвете; Использовали множество различных элементов: воздушные шары, электронная музыка, фейерверки, надписи в небе;
Мехико 1968 г.	Впервые у олимпиады появился Официальный талисман; Впервые женщина зажгла олимпийский огонь.
Гренобль 1968 г.	Пунцовый дождь- 30 тысяч алых роз были сброшены с вертолётов на стадион.
Монреаль 1976 г.	Впервые в мире олимпийский огонь зажигал не один человек, а двое. Мальчик и девочка символизировали единение двух основных языков, на которых говорят жители Канады, английского и французского.
Москва 1980 г.	Первые церемонии открытия и закрытия, которые представляли собой не церемониально-протокольное мероприятие, а включали себя театрализованное мероприятие.
Сеул 1988 г.	Впервые голубиная церемония (неудачная).
Барселона 1992 г.	Впервые нестандартная церемония зажжения олимпийского огня.
Лиллехаммер 1994 г.	Зрелищная церемония зажжения олимпийского огня – полет лыжника Стейна Грубена с 120-метрового трамплина с олимпийским факелом в руке.
Сидней 2000 г.	Театрализованное представление показало этапы истории Австралии, на красочном шоу присутствовали элементы водной феерии как связь Австралии с морем.
Афины 2004 г.	За создание системы освещения была получена премия «Эмми», а за трансляции открытия и показа Олимпиады 2004 в целом телекомпания NBC присудили шесть «Эмми».
Турин 2006 г.	Впервые трансляции церемоний Олимпийских игр на мобильных устройствах; Самая высокая (57 метров) чаша для олимпийского огня.
Пекин 2008 г.	Самая зрелищная церемония по мнению многих; В шоу, проходивших на стадионе «Птичье гнездо», приняли участие 14 000 артистов; Зажжения огня было зрелищным, спортсмен подверженный на тресе в беге пролетел круг и зажёл факел.
Ванкувер 2010 г.	Впервые церемония проводилась в полностью крытом стадионе; Сценарий церемонии поменяли в последний момент, из-за трагедии, произошедшей с грузинским саночником, во время открытия была объявлена минута молчания, а грузинская сборная вышла с траурными повязками на руках.
Лондон 2012 г.	Маркетинг Олимпийским игр с помощью SMM-технологий и социальных сетей. Трансляции в Интернет-среде.
Сочи 2014 г.	Самое сложное техническое шоу за всю олимпийскую историю; Открытое голосование граждан по вопросам выбора персонажа.

Рио-де-Жанейро 2016 г.	Театрализованная часть была посвящена теме защиты природы.
Пхенчхан 2018 г.	Театральное представление, в котором участвовали в том числе и дети, было наполнено южнокорейскими и просто восточными символами, но к концу церемонии акцент сместился в сторону общечеловеческих ценностей – равенства, братства, толерантности, единения
Токио 2020 г.	Проведения церемоний в условиях пандемии, задействование большого количества современных технологий
Пекин 2022 г.	Место проведения «Птичье гнездо» уникально тем, что стало первым в мире, где проводились церемонии летних и зимних Олимпийских игр. В церемониях не принимали участие профессиональные актеры, певцы или танцоры.

Олимпийские игры были возрождены XIX веке были французским общественным деятелем Пьером де Кубертенем. Основная идея современных игр – всеобщее примирение на время проведения соревнований [3].

Изучив историю церемоний открытия и закрытия Олимпийских игр, выявили ряд фактов, связанных с изменением регламента и в целом организации и проведения церемоний:

1) Первоначально Олимпийские игры современности проводили только церемонии открытия, строго по протоколу МОК включающий в себя перечень обязательных мероприятий. Данные мероприятия представляли собой простое короткое празднование.

2) В период начала 20 века протокол МОК дополнялся, как и церемонии открытия. Появились такие обязательные мероприятия, как парад спортсменов с демонстрацией национальных флагов и единой формы, Олимпийская клятва следовать принципам «честной игры»

3) VIII Олимпиада в Париже 1924 год запомнилась всем первой церемонией закрытия Олимпийских игр, где была произнесена речь президентом МОК о закрытии Олимпийских игр

4) Начиная с Олимпиады в Берлине процедура зажжения Олимпийского огня стала ключевым мероприятием церемоний, которое связало Олимпийские игры древней Греции и игры современности.

5) Впервые театрализованные представления появились на XXII Олимпиады в Москве 1980 года. В дальнейшем церемонии превратились в шоу-представление на арене призванными показать достижения искусства технологий в стране-хозяйке и рассказать о ее уникальности и разнообразии страны. А также в дополнение стали появляться талисманы, которые играли также огромную роль на восприятия церемоний Олимпийских игр.

6) Цифровизация один из главных факторов, который повлиял на модернизацию церемонии Олимпийских игр. Появилась возможность транслирования на весь мир (впервые на Олимпийских играх Токио 1964 году) (SMM-маркетинга в Лондоне 2012 году на 30 Олимпийских играх) с дополнениями театрализованной части церемоний с помощью новых технологий.

7) Изменения в поведении церемоний позволили увеличить численность зрителей. Например – на церемонии открытия в Барселоне 1992 года было около 2 миллиардов телезрителей, а на церемонии открытия в Сочи около 3 миллиардов телезрителей и 6 млн интернет-пользователей.

8) В истории современных Олимпийских игр выявлено не менее двадцати церемонии открытия, которые проводились в строгом соответствии с регламентом, без особенностей.

Данные факторы подтверждают важность зрелищности церемоний Олимпийских игр как способа пропаганды. Проведён анализ по основным элементам зрелищности таким как: технологии, динамичность, нестандартность, герои [3].

Экспертами были выбраны наиболее зрелищные церемонии открытия и закрытия Олимпийских игр. Темы выбранных церемоний соответствуют ценностям каждого.

В таблице 2 представлены результаты анализа зрелищности по четырем элементам.

Таблица 2. Элементы зрелищности церемоний открытия и закрытия выбранных Олимпийских игр [4,6,7]

Город, год	Элементы зрелищности
Токио 1964 г.	<p>Технологии – Транслировалась на весь мир в прямом эфире и сразу в цвете.</p> <p>Динамичность – Фейерверки, массовое запускание воздушных шариков, электронная музыка</p> <p>Нестандартность – Церемония была посвящена демонстрации новой, открытой миру Японии, которая никогда не забудет своё прошлое</p> <p>Герои – Бегун Ёсинори Сакаи, родившийся в Хиросиме в день атомной бомбардировки.</p>
Москва 1980 год	<p>Технологии – Восточная трибуна, представлявшая собой постоянно меняющийся «живой экран». Более четырёх тысяч человек со специальными атрибутами, включавшими в себя флажки, таблички, рисованные панно, выкладывали определённые изображения, поднимая вверх ту или иную часть реквизита. Во время церемонии открытия 174 мозаичные картины сменяли одна другую.</p> <p>Динамичность – Церемонии Олимпийских игр в Москве смогли показать ценности и принципы СССР, объединяя с ценностями и принципами олимпийского движения, понятные не только советским людям, но и иностранным гостям.</p> <p>Нестандартность – Церемония закрытия запомнилась всем зрелищным и трогательным прощанием с талисманом игр Мишей, многие зрители и участники Олимпиады не могли удержаться от слёз.</p> <p>Герои – Официальным талисманом Олимпиады-80х – медвежонок Миша</p>
Лос-Анжелес 1984 год	<p>Технологии – Ввелась трансляция по всем штатам США, музыкальное сопровождения (военный оркестр)</p> <p>Динамичность – Церемонии Олимпиады 1984 – это работа первого начальника департамента развлечений и голливудского режиссёра Театрализованная часть состояла из 5 частей рассказывающая об истории США.</p>

	<p>Нестандартность – Полная противоположность предшествующим церемониям, вся зрелищность церемоний была заключена в дорогой картинке американской культуры. Предшествующий 10-недельный дополнительный Олимпийский фестиваль искусств в Лос-Анджелесе</p> <p>Герои – Белоголовый орлан Сэм является одним из символов США</p>
Барселона 1992 год	<p>Динамичность – Шоу об истории Испании на языке хореографии.</p> <p>Нестандартность – На церемонии открытия должен был выступить Фредди Меркьюри с песней «Барселона», но он скончался за 4 месяца до Олимпиады, поэтому его голос был в записи.</p> <p>Герои – Паралимпиец лучник-Антонио Реболло был главным героем поджигание олимпийского огня с помощью зажжённой стрелы</p>
Афины 2004 г.	<p>Технологии – Олимпийский стадион превратился в огромное озеро. Система тросов, которые поднимали и управляли "летающими" скульптурами и артистами. Так же из уникальных новинок – система тросов, которые поднимали и управляли "летающими" скульптурами и артистами.</p> <p>Динамичность – Красочного представления, символизирующего долгое путешествие греческого государства через тысячелетия времени.</p> <p>Нестандартность – В театрализованной части церемонии открытия главным была связь древних игр, и современных греческих игр.</p> <p>Герои – Корабль с маленьким мальчиком, держащим в руках греческий флажок</p>
Пекин 2008 г.	<p>Технологии – Представленные фейерверки и 2008 барабанов с подцветкой.</p> <p>Динамичность – В шоу, проходивших на стадионе «Птичье гнездо», приняли участие 14 000 артистов, представляющих культуру и историю Китая. Шоу представило путь из древности до наших дней, который проделала китайская цивилизация</p> <p>Нестандартность – Уникальная синхронность большого количества участников и артистов</p> <p>Герои – Спортсмен Ли Нину, подвешенный на тросе в беге пролетел круг и зажёл факел.</p>
Лондон 2012 г.	<p>Динамичность – Церемония открытия Игр-2012 называется «Остров чудес», и в ней показана история Англии от сельскохозяйственного строя до индустриальной революции.</p> <p>Нестандартность – Большое количество театральных сцен, связанных с кинематографом Великобритании</p> <p>Герои – Дублер Королевы Елизаветы II спустился на парашюте</p>
Сочи 2014 г.	<p>Технологии – Уникальная высокотехнологичная рампа, которая была смонтирована в центральном секторе стадиона, и предусмотрена для появления на нем атлетов. Уникальная режиссерская находка – проекция земного шара, на которой контуры каждой страны зажигались светом в тот момент, когда назывались страны, а ее представители появлялись перед зрителями.</p> <p>Динамичность – Театрализованная часть- экскурс в многовековую историю огромной России. Тема церемонии «Сны о России».</p> <p>Нестандартность – Впервые делегации стран выходили к поклонникам спорта из-под земли, впервые было так много цифровых находок, впервые действие развивалось «между небом и землей», то есть было задействовано воздушное пространство стадиона.</p> <p>Герои – Девочка Люба символизировала душу России и ее женское начало. Талисманы белый Мишка, Леопард и Зайка.</p>

Токио 2020 г.	<p>Технологии – На зимних Олимпийских играх использовалось более 200 новых технологий.</p> <p>Динамичность – Основными темами стали мир во всем мире, экология, олимпийские ценности и принципы, а в качестве главной концепции – единая судьба человечества</p> <p>Нестандартность – Данная церемония проведена в условиях пандемии.</p> <p>Герои – Японская боксерша Ариса Цубата, которая символизировала спортсмена в период самоизоляции и абсолютную неопределенность своего спортивного будущего</p>
------------------	---

Проведя анализ выбранных церемоний Олимпийских игр по элементам зрелищности, выявлено, что:

1) Частая тема церемонии открытия Олимпийских игр – исторические реконструкции – они привлекают внимание зрителя восстановленной подлинностью исторических событий.

2) Процедура зажжения огня часто становилась объектом применения режиссерских находок и креатива.

3) В церемониях Олимпийских игр прослеживается сходство с зрелищностью спорта – это спортивная борьба, «непосредственность происходящего» и нестандартность театральной части церемоний [1].

4) Большой упор на технологии прослеживается на церемониях 21 века, применение новых технологий делает церемонии более зрелищными, а также помогает организаторам погрузить зрителей в представление. Наибольшее развитие получили в период пандемии.

5) Талисман часто становился главным героем и символом как страны, так и Олимпийских игр.

Приведённый анализ истории церемоний Олимпийских игр и их зрелищности позволил разработать следующие рекомендации проведения открытий и закрытия спортивных соревнований:

1. Включить в церемонии большее количество технологических приемов и технологий.

2. Уделить особое внимание выбору героя (маскота) соревнований, символизирующего регион, город, страну.

3. Проводить мероприятия, освещающие темы олимпийского движения, спорта и физической культуры в период подготовки к соревнованиям.

4. Театрализованные представления делать с большим уклоном на темы физической культуры, спорта, олимпизма.

Заключение: Таким образом, основная идея зрелищности церемоний открытия и закрытия Олимпийских игр заключается в пропаганде спорта и олимпийского движения, однако тематика представления и все элементы зрелищности связаны с рассказом о стране-организаторе, и малая часть уделяется теме олимпийских принципов и спорта.

Результатом исследования явилась разработка рекомендаций по совершенствованию пропаганды путем применения технологических приемов

на церемониях, выбора актуального героя соревнований, проведения мероприятий по освещению Олимпийских ценностей.

Список литературы

1. Ермилова, В. В., Кротова Е. Е. Особенности зрелищности в спорте и их трансформация в условиях современного общества праздников [Электронный ресурс] / В.В. Ермилова, Е.Е. Кротова. – //«Cyberleninka» – научная электронная библиотека. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-zrelischnosti-v-sporte-i-ih-transformatsiya-v-usloviyah-sovremennogo-obschestva> – Дата обращения: 21.10.2022

2. Коренева, М.В., Леонтьева Н.С., Леонтьева Л.С., Шпырня О.В. Церемония открытия XXII Олимпийских зимних игр 2014 года в Сочи: история, особенности и факты [Электронный ресурс] /М.В. Коренев, Н.С., Леонтьева, Л.С.Леонтьева, О.В. Шпырня. – //«Cyberleninka» – научная электронная библиотека. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tseremoniya-otkrytiya-xxii-olimpiyskih-zimnih-igr-2014-goda-v-sochi-istoriya-osobennosti-i-fakty> – Дата обращения: 18.10.2022

3. Кудашов, В. Ф. Инновационные технологии в режиссуре художественно-спортивных праздников [Электронный ресурс] /В.Ф. Кудашов. – //«Cyberleninka» – научная электронная библиотека. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/innovatsionnye-tehnologii-v-rezhissure-hudozhestvenno-sportivnyh-prazdnikov> – Дата обращения: 18.10.2022

4. Левченко Л. 10 самых зрелищных церемоний открытия Олимпиад [Электронный ресурс] / Л. Левченко. – //– URL:<https://theblueprint.ru/culture/industry/ceremonij-otkrytia-olimpiady?ysclid=I9tzwb4u5144678678> – Дата обращения: 16.10.2022

5. Леонтьева, Н. С., Коренева М. В., Шпырня О. В. Олимпийские церемонии 1896-1936 гг.: особенности возникновения и развития [Электронный ресурс] / Н. С. Леонтьева, М. В. Коренева, О.В. Шпырня. – //«Cyberleninka»– научная электронная библиотека. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/olimpiyskie-tseremonii-1896-1936-gg-osobennosti-vozniknoveniya-i-razvitiya> – Дата обращения: 23.11.2022

6. Олимпиада 1980, талисман летних Олимпийских игр 1980 в Москве [Электронный ресурс]. // URL:<https://www.olympichistory.info/s1980.html> – Дата обращения: 16.10.2022

7. Официальный сайт Международного Олимпийского комитета [Электронный ресурс] – URL: <https://olympics.com> – Дата обращения: 16.10.2022

8. Плетнева А. Гендерное равенство, роботы-амфибии и политические акции на Олимпиаде. Чего ожидать от церемонии открытия Игр в Пекине? [Электронный ресурс] / А. Плетнева. – Государственное федеральное СМИ «Спорт-Экспресс Интернет», сетевое издание. — URL:<https://www.sport-express.ru/olympics/beijing2022/reviews/olimpiada-2022-ceremoniya-otkrytiya-kto->

budet-uchastvovat-v-parade-kak-zazhgut-ogon-1886403/?ysclid=19r15avpa6906821231 – Дата обращения: 16.10.2022

9. Тихоновская, Г.С. Технологические аспекты реализации элемента зрелищности в культурно-досуговых программах [Электронный ресурс] /Г.С. Тихоновская. – //«Cyberleninka» – научная электронная библиотека. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologicheskie-aspekty-realizatsii-elementa-zrelischnosti-v-kulturno-dosugovyh-programmah> – Дата обращения: 25.10.2022

ENTERTAINMENT OF OLYMPIC GAMES CEREMONIES AS A WAY TO PROMOTE THE OLYMPIC MOVEMENT

I. Ignatieva, I. Sumina

Tchaikovsky State Physical Education and Sport Academy

Abstract. The article presents a retrospective analysis of the opening and closing ceremonies of the Olympic Games of our time, presents an analysis of the entertainment of a number of ceremonies, and concludes that the entertainment of ceremonies is one of the most striking ways to promote the Olympic movement and the host country. Recommendations have been developed for the opening and closing ceremonies of sports events of various levels.

Keywords: *entertainment, the Olympic Games ceremony, the Olympic movement.*

ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СПОРТЕ И ТУРИЗМЕ

А.Е. Ионова, В.М. Булгаков

Кемеровский государственный университет

Аннотация. В данной статье рассмотрены такие вопросы, как экономическое состояние в спортивной деятельности и туризме, а также имеются ли какие-либо проблемы в экономике данной отрасли и стоят ли такие затраты.

Ключевые слова: *экономика, спорт, туризм, спортивная индустрия, общество, государство.*

Актуальность: Спорт и туризм, что значат для человека в наше время? Они уже довольно давно стали одним из способов осуществления своих бизнес-идей. Спортивная промышленность является одной из самых быстрых индустрий XXI столетия. С чем связано такая стремительная динамика развития? Одной из главных причин является любовь к спорту. Эта симпатия распространяется почти в любом социально-экономическом и демографическом сообществе. Как бы то ни было, человек занимается какой-то частью личного времени спортом. Для этого не нужно бежать на марафон или заниматься спортом, достаточно лежать в кресле и посмотреть спортивную программу. В любом случае каждый человек будет наслаждаться интересным его спортом. Так же спорт является залогом хорошего здоровья и благополучия. Ещё одним ключевым моментом является то, что спорт доступен не только профессионалам, но и обычным людям, особенно в условиях огромного количества спортивной продукции и оборудования на мировом рынке.

Особенность туризма заключается в том, что он является эффективным средством охраны природного и культурного наследия, составляющих основу его ресурсной базы. Он совместим со всеми сферами хозяйства и видами человеческой деятельности, его дискретность и дифференциация способны создать разность потенциалов рекреационной среды, вызывающие потребность людей к перемене мест и познанию.

Цель исследования: в данной статье мы рассмотрим финансовые затраты в области спорта и туризма, оправданы они или нет и имеются ли какие-то экономические проблемы, связанные с этим тратами.

Методика и организация исследования: Для более точного исследования данной темы в первую очередь необходимо понять, что же в себя включают финансовые затраты в спортивной и туристической области.

В частности, спортивная промышленность помогает минимизировать экономические потери почти во всех секторах жизни общества и, в частности, в качестве альтернативы вредным привычкам, поскольку здоровье населения непосредственно влияет на экономику страны и представляет собой составной элемент экономической стратегии государства. Высокое качество жизни и благополучие населения не только главная цель социальной экономики, но и одна из условий устойчивого экономического развития. От здоровья зависит напрямую производительность и труд. Благодаря спорту и физкультуре возраст населения не только увеличивается, но еще и повышает трудоспособность.

Сейчас спорт является сферой бизнеса, которая наполняет бюджет страны, обеспечивает работу. На территории всей страны открыто множество разнообразных спортивных и физических организаций, а также туристических учреждений. Данные организации подразделяются на различные клубы физической культуры и отдыха, ассоциации типа фитнес-клубов, массажных салонов, различных спортивных секциях и т.д. Профессиональный спорт является частью спортивной деятельности профессиональных клубов, лиг и федераций. Данные организации осуществляют деятельность с использованием своих средств. Доход этих организаций, кроме доходов от основных видов деятельности, формируется от рекламных мероприятий.

Отдельно можно выделить такую часть спортивного бизнеса, как бизнес на спортивных сооружениях. Такой бизнес представляет собой организацию коммерческой деятельности с использованием стадионов, бассейнов, спорткомплексов и т.д.

Туризм представляет собой отрасль, которая способна оказать активное влияние на хозяйство страны или региона. С помощью туризма осуществляется создание новых рабочих мест, происходит освоение новых районов и ускоренное развитие национальной экономики.

В ряде стран туризм является важным фактором формирования валового внутреннего продукта, создания дополнительных мест для работы и обеспечения занятости людей, активизации баланса внешнего рынка. Туризм очень сильно влияет на такие важнейшие секторы экономики как транспорт, связь, строительные, сельского хозяйства, производство народных продуктов и др., то есть выступает как своеобразный катализатор социально-экономической

деятельности. При этом туризм воздействует на развитие различных факторов: демографических, природных, социально-экономических, исторических, религиозных и правовых. Экономика туризма имеет впечатляющие данные о мировом экономическом рынке. Они свидетельствуют о том, что туристическая отрасль является самым динамичным и развивающимся сектором во многих государствах мира и о том, что ее роль в глобальной экономике постоянно возрастает. Международные туризмы оказывают мощное влияние на занятость людей. Туристическая индустрия является трудоемким процессом, поэтому ее заняты, в основном, неквалифицированные сотрудники. Но это не значит, что высококвалифицированные кадры не используются в туризме. В этой сфере новых рабочих мест на географическом уровне распространяются более широко, чем другие развивающиеся секторы.

Результаты исследования и их обсуждение: несмотря на огромные финансовые затраты в развитии спорта и туризма, значимость этих отраслей велика как для одного человека, так и для общества в целом.

К примеру, чем выше число людей, занимающихся спортом, ведущих здоровый образ жизни, тем ниже уровень преступность и асоциального поведения среди населения.

А туризм, как вид социальной и культурной деятельности, а также индустрия, которая производит услуги, которые необходимы для того, чтобы удовлетворить потребности, возникающие в процессе поездки, является важнейшей сферой экономики, ее дальнейшее развитие и совершенствование которой будет способствовать увеличению доходов государства.

Заключение. Экономические проблемы имеют весомое значение в рамках развития спортивной и туристической деятельности страны. Но на сегодняшний день на современном российском рынке экономические отношения в сфере физического и туристического спорта находятся в стадии стремительной формации, т.е. ускоренным темпом начинается развитие спорта, туризма, спортивного предпринимательства и т.д. Всё это благотворно сказывается на экономике страны, а также на уровне здравоохранения.

Развитие туризма и спорта способствует экономическому росту страны и региона. Таким образом, качество труда определяется физическими и умственными возможностями работников и сотрудников, жизненной активностью и творческими инициативами. Обеспечение гармоничного физического развития, спорт и физкультура помогают усилить естественные защитные силы организма, повысить его защиту от большинства заболеваний. Поэтому регулярные занятия спортом и физической культурой в системе экономики снижают общее число невыходов по болезням, что несомненно положительно сказывается на росте ВВП, а также благосостоянии населения.

Список литературы

1. Блинова Н.П., Янович К.В. Прогнозирование остаточного ресурса оборудования / Наука и военная безопасность. / Н.П. Блинова, К.В. Янович. № 1 (16). Самара: 2019. 83-88 с.

2. Драчева Е.Л. Экономика и организация туризма: учебное пособие / Е.Л. Драчева, Ю.В. Забаев, Д.К. Исмаев и др. М.: Кнорус, 2010. 576 с.

3. Левченко, Г. Н. Экономические аспекты совершенствования материально-технической базы отрасли «Физическая культура и спорт» на современном этапе ее развития / Г. Н. Левченко, О. С. Зайцев, А. В. Гарцев. // Научная статья. «Актуальные исследования». 2020. №14.

4. Морозов М.А. Экономика и предпринимательство в социально-культурном сервисе и туризме: учебник для студентов. /М. А. Морозов. М.: Издательский центр «Академия», 2009. 288 с.

5. Скороходов А.В. Международный туризм: учеб. пособие. М.: Инфа М, 2007. 321 с.

ECONOMIC PROBLEMS IN SPORTS AND TOURISM

*A. Ionova, V. Bulgakov
Kemerovo State University*

Abstract. This article discusses issues such as the economic state in sports and tourism, as well as whether there are any problems in the economy of this industry and whether such costs are worth it.

Keywords: economy, sport, tourism, sports industry, society, state.

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ

*А.С. Исмаилова, М.В. Борисова, А.Ю. Мусохранов
Кемеровский государственный университет*

Аннотация. В научной работе предоставили обзор исследований последних лет, с какими проблемами сталкиваются высшие учебные заведения с физической культурой. Проведён анализ значимости физической культуры в процессе образования. Делается акцент на сохранение и поддержание, и укрепления здоровья студентами в процессе обучения в вузе. Основное внимание сконцентрировано на выявлении мотивации к здоровому образу жизни студентов.

Ключевые слова: Физическая культура, спорт, мотивация, здоровье.

Введение: Обращение к теме исследования обусловлено актуальной проблемой: Преподавание физической культуры в современном университете является одним из важных способов развития спорта и физической подготовки студентов [1]. Высшие учебные заведения постоянно пытаются усовершенствовать занятия по физической культуре. Преподаватели иногда готовы пойти на уступки студенту и предложить альтернативу по посещению пар. Под альтернативой подразумевается посещение спортивных секций, чаще всего это бассейн, фитнес, баскетбол, волейбол и т.д. Почти все студенты знают, что физические нагрузки необходимы в жизни, так как спорт благоприятно влияет на наш организм, не зря фраза «спорт – это жизнь!»

используется уже долгое время. Все люди это знают, но по-прежнему не могут начать заниматься спортом [3].

Замотивировать себя на занятия спортом была всегда задача не из лёгких. Существует множество элементарных факторов, на которые стоит обратить внимание и изменить их, чтобы как можно больше студентов стали посещать спортивные секции и пары по физической культуре [3]. Цель: выявление основных проблем физического воспитания и пути его устранения при помощи мотивации студентов.

Многие студенты в высших учебных заведениях не в состоянии выполнять некоторые физические упражнения из-за ряда причин, возникших вследствие развивающегося устройства мира и повышения современных общественных запросов. Как следствие, из-за отсутствия желаяния и мотивации к формированию здорового образа жизни, преобладания в их жизни пассивного отдыха, а также увеличения занятости во время учебной деятельности здоровье молодежи находится уже за гранью приемлемого. Поэтому можно полагать, что физическая подготовка современных студентов относительно слаба [1].

Мир не стоит на месте, и каждый современный студент имеет выход в Интернет. В сети Instagram, YouTube огромное количество роликов о правильном питании, о спорте, фитнесе и т.д. Кумиры нового поколения также способны влиять на мотивацию к спорту. Посмотрев, как другой человек танцует часто вдохновляет пойти и записаться на танцы, чтобы доказать себе, что ты сможешь так же. На телевидение присутствуют множество передач о пропаганде здорового образа жизни, но по-прежнему находятся люди, которые обращают внимание на антипропаганду не здорового образа жизни. На просторах Интернете можно встретить огромное количество статей и книг о спорте, питании и т.д., но не все готовы уделять данной литературе время. Поэтому необходимо как можно чаще проводить беседы на данную тему, чтобы студенты могли задавать вопросы, которые их интересуют [3].

Педагог играет большую роль на мотивацию студентов. Не все преподаватели заинтересованы в своей работе, поэтому не готовы придумывать разнообразные и интересные занятия. Во всех вузах физическая культура проходит по-разному. У кого-то каждый семестр меняются виды спорта. Например, в первом семестре волейбол, затем лыжи, фитнес и т.д. Так студент сможет найти для себя что-то интересное и подходящее для дальнейшего. Не всем студентам могут нравиться лыжи, поэтому на данный этап стоит давать возможность альтернативу по посещению занятий. Так студент не потеряет мотивацию к спорту [2]. Для эффективной организации занятий необходимо разрабатывать и вводить различные новые формы проведения занятий физической культурой, также можно определить механизмы мотивации студентов, которые устраивали как студентов, так и преподавателей [6].

В современных вузах также нужно уделять внимание не только практическим занятиям, но и теоретическим. На таких занятиях внимание уделяется изучению и формированию интересов учащихся к активной деятельности. Здесь у преподавателя предоставляется возможность узнать

предпочтения студентов в спорте, чем бы они хотели заниматься в этом семестре. Узнать причины невозможности занятия спортом и помочь правильно распорядиться своим временем. Также преподавателю вместе со студентами стоит посещать мероприятия, которые проводит спортклуб в университете. Посещая данные мероприятия, какой-то студент может заинтересоваться и начать его посещать. Можно устраивать в университете вечерние просмотры спортивных фильмов, которые смогут замотивировать студента на занятия спортом [7].

Не всегда в высших учебных заведениях спортивный зал выглядит должным образом и оснащён необходимым спортивным инвентарём, не везде присутствуют работающие душевые кабинки. Размер раздевалок порой не соответствует количеству занимающихся студентов на паре. Всё это отпугивает студентов, поэтому в первую очередь необходимо создать благоприятные условия, в которых человек будет себя чувствовать в комфорте. Таким образом, внешний вид спортивного зала способен повлиять на мотивацию студентов на посещение занятий.

К современным студентам необходимо применять современные методы для их мотивации. Занятия по физической культуре можно проводить не в традиционной форме, к которой так привыкли студенты, а разнообразить их интересными нестандартными заданиями, которые могли бы быть им интересны. Например, девочки сдавали каждые 2 месяца танец, который они подготовили самостоятельно, под музыку, которая им нравится. На таких занятиях студенты смогут проявить свои лидерские качества. Мальчики в это время могли организовать игры в волейбол, баскетбол и т.д. Здесь уже проявятся организаторские качества у студентов. Такие пары дают возможность студентам отвлечься от умственной нагрузки и расслабиться.

Материалы и методы: для оценки ценностного потенциала физической культуры и спорта, мы ставим задачу выявить: отношение студентов к физической культуре и здоровью, что является социальной значимостью физической культуры, систематичности физической культуры и спорта, объективные и субъективные факторы, способствующие повышению интереса к физической культуре и спорту как к ценности, причины, которые мешают посещать занятия [4]. Чтобы решить эту проблему, мы разработали анкету и провели анонимный опрос студентов. Вопрос, который мы задавали для студентов в возрасте от 19-20 лет, звучал так: По вашему мнению, что вас мотивирует на введение здорового образа жизни и занятиям спортом? Из опрошенных людей ответы распределились следующим образом:

- 38,32% ответили, что их мотивируют фильмы и сериалы, где люди занимаются спортом;
- 18,92% написали, что ролики в Instagram и YouTube, где люди рассказывают, как они занимаются спортом и какую еду они употребляют;
- 21,35% ответили, что они не занимаются спортом и не ведут здоровый образ жизни;

- 11,09% ответили, что спортивные мероприятия, которые проводятся в университете;

- 10,32% высказались, что на их мотивацию влияет комфортные условия на занятия спортом, чтобы в раздевалках присутствовали ящики для хранения вещей, а спортивный зал соответствовал санитарным нормам;

Результаты исследования: Проанализировав данные, полученные в результате анкетирования, мы пришли к выводу, что почти четвертая часть опрошенных не занимаются спортом и не ведут здоровый образ жизни, большая часть студентов заинтересована темой спорта и мотивируются блогерами и фильмами про спорт. Десятая часть студентов считают, что внешний вид спортивного зала и раздевалок способна повлиять на мотивацию по посещению спортивных занятий. Студенты в основном положительно реагируют на занятия по дисциплине «Физическая культура», но значительное количество студентов посещают эти занятия только ради зачёта.

Обсуждение и заключение исследования: физическое воспитание, основанное на спортивно-ориентированных принципах, включает занятия в спортивных секциях по видам спорта: волейбол, фитнес, баскетбол, аэробика, бадминтон, футбол, настольный теннис, гиревой спорт, спортивные танцы, плавание, легкая атлетика, гимнастика, а также для общей физической подготовки.

Организованные на основе выбранного вида спорта занятия являются более перспективными с точки зрения самосовершенствования, сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения, это эффективный инструмент формирования спортивной культуры, психофизического формирования и профессиональной подготовки высококвалифицированного специалиста, в отличие от традиционных занятий физической культурой. Занятия спортом способствуют решению главной задачи физического воспитания в вузе – приобщению студентов к здоровому образу жизни. Из всего выше сказанного можно прийти к выводу, что на мотивацию вести здоровый образ жизни влияет множество факторов. Современные вузы не стоят на месте и только совершенствуются с каждым годом, а с ними и количество студентов, которые хотят заниматься спортом [5].

Список литературы

1. Борисова М.В., Мусохранов А.Ю., Новиков С.А., Андреев М.А. Необходимость использования фитнес-технологий на занятиях по физической культуре в высшем учебном заведении // Научное обозрение. Педагогические науки. 2019. № 6. С. 17–21.

2. Горбунов, А. Ю. Формирование физической культуры личности студента политехнического университета средствами спорта (на материале единоборств): монография / А. Ю. Горбунов, Ю. А. Корепанова. – Пермь: ПНИПУ, 2013. – 144 с. – ISBN 978-5-398-01055-8. – Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/161015> (дата обращения: 22.11.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Данилов, А. В. Физическая культура: учебное пособие / А. В. Данилов. – Уфа БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. – 136 с. – ISBN 978-5-906958-85-3. – Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/115679> (дата обращения: 22.11.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. Манжелей, И. В. Методический практикум по физической культуре: учебно-методическое пособие / И. В. Манжелей, С. Н. Чернякова. Тюмень :ТюмГУ, 2016. 80 с. Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/109959> (дата обращения: 22.11.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

5. Пожидаев, В. П. Физическая культура: методические рекомендации / В. П. Пожидаев. – Тверь: Тверская ГСХА, 2019. – 26 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/134200> (дата обращения: 22.11.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Пономаренко А. А. Теоретические основы исследования учебной мотивации студентов/ А. А. Пономаренко, В. А. Ченобытов // Молодой ученый. 2013. С. 356-358.

7. Семёнова М.А. Организационно-педагогические условия физкультурно-оздоровительной работы в высшей школе на современном этапе. Монография. М.: МГОПУ им. М.А. Шолохова, 2006 г. 100с.

MODERN PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS AND WAYS TO SOLVE THEM

A. Ismagilova, M. Borisova, A. Musokhranov

Kemerovo State University

Abstract. The scientific work provided an overview of recent research, what problems higher education institutions face with physical culture. The analysis of the importance of physical culture in the process of education is carried out. The emphasis is on the preservation and maintenance, and strengthening of health by students in the process of studying at the university. The main attention is focused on identifying the motivation for a healthy lifestyle of students.

Keywords: physical education, sports, motivation, health.

РОЛЬ КУРАТОРА В ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

А.М. Кадирова

Колледж бизнеса и сервиса, г. Семей

А.М. Тургунова

Гимназия № 2 отдела образования города Рудного, г.Рудный

Аннотация. В данной статье рассматривается одна из форм учебно-воспитательной работы со студентами – учебное наставничество или система кураторства. Она позволяет решать многие задачи, а именно оказывать студентам помощь в учебе и других

возникающих проблемах, передавать жизненный опыт, знания, традиции, оказывать определенное воздействие на их мировоззрение и поведение.

Ключевые слова: воспитательный процесс, куратор, учебное заведение.

In the course of the educational process, education and the process of forming a developed personality play an important role. According to A. S. Makarenko: "... pedagogy, especially the theory of education, is, first of all, a practically expedient science. We cannot simply educate a person, we have no right to carry out the work of education without setting ourselves a certain political goal...» [1].

Today, education is understood as:

- impact on a person, a group of people or a collective (direct and indirect);
- formation of favorable conditions for the development of the pupil's personality, i.e. providing him with assistance and support in case of family problems, difficulties in studying, communication or professional activity.

In modern socio-economic conditions, innovations taking place in the current society, increased competition, scientific and technological progress play a very important role in the universalization of human professional functions.

Constant attention is required to graduates of institutions in connection with the growing mobility of industrial relations and with the intensification of competition in the labor market. In modern conditions, quite high requirements are imposed both on professional literacy and competence of specialists, and on the level of their general culture and upbringing [2].

Institutions play a special role in the formation of the personality of a future specialist.

The political, psychological and physical training of students, the formation of a modern worldview, a sense of patriotism, an active life position, interest in the chosen profession shows the huge role of the younger generation in the entire economic, socio-political and cultural life of our country.

Curators of study groups in institutions are assigned one of the most important roles. These are the curators who teach students to see life with all its complexities, and not to deviate from social norms. However, the curators themselves should strive to improve the efficiency and quality of the educational process, actively raise problems in education and discuss them at methodological conferences, introduce an integrated approach to new forms into their work, constantly analyze their work, show achievements and shortcomings, actively participate in the development of methodological foundations, forms and methods of educational work. The curator, acting as an intermediary between the administration and students, organizes educational work in the student group, coordinating it with the activities of the rector, fellow teachers, parents and student self-government bodies.

The success of the curator's activity in educational work depends on professional skills as a teacher. Each curator draws up an educational plan for the upcoming academic year. This is especially relevant at the present stage of modernization of Kazakhstan's education, the change of educational paradigms and orientation to the training of highly educated, highly qualified specialists who are

able to independently make responsible decisions in a situation of choice, predicting their possible consequences, capable of cooperation, distinguished by constructive thinking, dynamism, possessing high culture. Serious tasks are put forward to prepare students for professional activity. The curator currently replaces the classroom teacher at school: this includes interaction with parents, individual and group counseling, and educational "activities": excursions, hikes, evenings, tea parties, curatorial hours. Therefore, it is necessary to clearly plan your activities with students during the year. With the definition of the main tasks of the educational process, work begins on the plan. The plan is drawn up for the entire academic year with a specific indication of the month of the event [3].

The curator today serves as a kind of mentor and companion. In the group, the curator acts as a leader, the curator performs the roles of a mentor to students, a diagnostician, a senior friend. In relation to the group, the curator acts as an organizer, methodical supervisor, educator, teacher-psychologist. Accordingly, it performs socio-pedagogical, scientific-methodological, organizational-educational, communicative-reflexive and analytical-diagnostic functions.

The upbringing of a respectful attitude, the formation of a responsible attitude to educational activities refers to the socio-pedagogical function of the curator. The curator monitors the absences of students' classes, in case of detection of absences, finds out the reason for students' non-attendance of classes. The curator also provides assistance in organizing priority areas of research work, developing interest in the chosen profession; coordination of activities for the implementation of unified pedagogical requirements for students, organization of students' participation in important academic affairs of the faculty and institute – in Olympiads, competitions, student projects [4].

The curator helps students in the study of personal characteristics by collecting and accumulating the necessary information that helps the curator in effective activity – this is the surname, first name, patronymic, year of birth, social status, family residence address, place of work of parents, student residence address during the study period, the school where the student studied before entering the institute, financial security, participation in research and group work, favorite hobby. The methodical work of the curator consists in the joint development of group events [5].

The organizational and educational function of the curator of the student group is connected with the pressing problems of educating the personality of a future specialist, citizen, family man. In his work, the curator uses a rich set of pedagogical forms, methods, and means of educational work with students. The educational function of the curator is to introduce students to the system of cultural traditions, help in solving collective personality-oriented creative affairs, introducing them to labor education, activating the creative potential of each student and the group as a whole, introducing students to the education of the system of mastering cultural values, spiritual and moral ideals, aesthetic culture, ethical morality and rules of etiquette, civil responsibility of future teachers.

The analytical and diagnostic function provides the curator's acquaintance with his group, it contains forms, methods and techniques for studying the student's personality, allows you to track the performance indicators of interaction. Various

kinds of pedagogical questionnaires, questionnaires help the curator of the student group to organize work with students more effectively, to remove problems that have, to help in overcoming difficulties [6,7].

It should be noted that the methods of work of the curator in the first year differ significantly from the methods of work in subsequent courses of students. After all, freshmen are recent students who have not yet adapted to the system of higher education. An important task of the curator in such situations is to help the student adapt. The field of view of his work should include all issues related to the life of a first-year student. The curator should know each student of his group, his cultural level, his ability to master a particular discipline, and, if necessary, provide comprehensive assistance. The results of the curators' work are especially clearly visible at the end of the first academic semester. A particularly important point in my opinion is that the curator conducts the educational process in the study group from the moment of admission of the student to his graduation.

The institution, as an educational system, performs the role of a kind of socio-pedagogical center that can significantly influence the process of socialization, while remaining a part and component of it. The modern educational system of any educational institution should be adequate to society.

Bibliography

1. Blokhina L.A. Methods of educational work in a modern school: A manual to help students, teachers, educators. – M. -Bryansk: Rospedagentstvo, 2003. p. 375-377.
2. Educational work in vocational schools // Edited by V.A. Sayushev, V.A. Mosolov. – M.: Higher School, 1999
3. The educational system of the school: Problems and searches // Comp. M.L. Selivanova. – M.: Knowledge, 2003. p.197-199.
4. Karakovsky V.A. Educational system of the school: Pedagogical ideas and experience of formation. – M.: Pedagogy, 2002
5. Makiyenko N.I. Pedagogical process in vocational schools // Edited by I.G. Kovalenko. – Minsk: Higher School, 2003. p. 209-211.
6. New technologies of the educational process // N.E. Shchurkova, V.Y. Pityukov, A.V. Savchenko, E.A. Osipova: – M.: MP "New School", 2002
7. Tkachenko E.V. Priorities of Russian primary vocational education // Pedagogy. 2005. p.13-15.

THE CURATOR'S ROLE IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF THE INSTITUTION

A. Kadirova

College of Business and Service, Semey

A. Turgunova

Gymnasium No. 2, Rudny

Abstract: this article discusses one of the forms of educational work with students-educational mentoring or curatorial system. It allows to solve many problems, namely to assist students in their studies and other emerging problems, to transfer life experience, knowledge, traditions, to have a certain impact on their worldview and behavior.

Keywords: educational process, curator, institution.

ВОЗМОЖНЫЕ ПУТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ БАРЬЕРОВ В РЕАЛИЗАЦИИ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ПРОГРАММ ПО РАЗВИТИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ

И.В. Казаков, А.В. Гутко

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В статье описываются основные проблемы реализации государственных программ по развитию физической культуры и спорта на муниципальном и государственном уровне.

Ключевые слова: спорт, физическая культура, государственная программа, ШСК, Нижний Новгород.

Спорт в жизни современного человека является одной из главных составных частей. Его развитие на государственном уровне должно быть обусловлено поддержкой на различных уровнях власти. В данной статье будет рассмотрено управление физической культурой и спортом на муниципальном уровне.

Правительством Российской Федерации разработана и уже вступила в законную силу стратегия по развитию физической культуры и спорта до 2030 года, основными целями которой являются: формирование устойчивых ценностей здорового образа жизни в обществе, улучшение условий, обеспечивающих планомерное развития физической культуры и спорта в целом для населения, расширении географии спортивных клубов, стимулирование спортивных достижений [1].

Что касается Нижнего Новгорода, то аналогичная программа сформирована и для муниципалитета города, однако датирована она 2019-2024 годом [2]. Вне зависимости от, на первый взгляд, достаточного финансирования (порядка 7 515 549 681рублей) существует ряд трудностей в ее реализации.

Среди них можно выделить, к примеру: нерациональность финансирования на муниципальном уровне, убыточность ряда созданных спортивных учреждений, низкая вовлеченность молодежи и детей в занятия физической культурой и спортом (согласно последним тенденциям – к спорту приходят все чаще взрослые люди), а также ключевая проблема – направленность большинства спортивных учреждений (казенных или частных) на заработок, а не на спортивные достижения.

Из существующих проблем вытекает множество путей решения. Особенно это касается формирования стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Ссылаясь на данные указанные выше, с целью оптимизации выполнения государственных программ, имеется необходимость разработать определенные пути повышения спортивной и физкультурной значимости для детей разных возрастных категорий и молодого поколения. Данные рекомендации направлены на повышение эффективности работы на муниципальном уровне.

К примеру, для повышения качественного показателя работы спортивных клубов необходимо:

- Развивать спортивное поведение детей по принципу: дети, это, в первую очередь, дети, и только потом – спортсмены, а тренер – это, в первую очередь, воспитатель;

- Мотивировать подростков и детей, результаты которых показывают, что они не способны к спорту высших достижений, не прекращать занятия спортом, а относиться к этому виду деятельности как хобби, тем самым формируя устойчивые ценности здорового образа жизни;

- Заниматься формированием профессионально пригодного, квалифицированного тренерского и инструкторского состава. Необходимо серьезно оценивать подготовку тренеров и инструкторов особенно, с педагогической точки зрения;

- Постоянно проводить мониторинг новых целевых групп и обеспечивать удовлетворение их интересов спортивными способами;

В области спорта высших достижений рекомендуется выполнять ряд следующих действий:

- Осуществлять всестороннюю поддержку подготовки спортсменов высших достижений;

- Формировать среду, при которой российские спортсмены вернут себе статус самых сильных в мире, особенно на фоне последних спортивных скандалов, в том числе допинговых и политических;

- Идеологическое воспитание спортсменов, прививание им правил «честной игры»;

- Формирование полного отрицания современных тенденций, несущих угрозу спортивной идеологии (допинг и спортивная коммерциализация);

- Использование возможностей спорта высших достижений и зрелищного спорта для знакомства с другими культурами, для привлечения внимания к проблемам окружающей среды и проблем маломобильных людей (что с достоинством было выполнено летом 2018 года в рамках проведения чемпионата мира по футболу, и по сегодняшний день выполняется на стадионе «Нижний Новгород»);

На уровне школьного спорта и физического воспитания необходимо:

- Следить за тем, чтобы количество часов занятий физической культурой не сокращалось, а увеличивалось, или, как минимум, более эффективно расходовалось уже отведенное время, что требует определенного контроля;

- Стимулировать школьные учреждения проводить паузы физической активности;

- Проводить специальные мероприятия – факультативы, позволяющие получить спортивный опыт и опыт физической активности, особенно для тех категорий учеников для которых, занятия физической культурой в школе является единственной формой физической активности.

- Принимать участие в помощи выбора учеником спортивной «профориентации», а именно давать наставление в выборе вида спорта, соответствующего его возможностям, физическим данным и предрасположенности;

- Развивать в учениках ценности физического воспитания, закладывать в них привычки физически активного и здорового образа жизни, необходимого в дальнейшей трудовой деятельности;

Все вышеприведенные задачи можно решать посредством ряда различных инструментов: пропаганда норм ГТО, увеличение количества школьных спортивных клубов.

Во времена Советского Союза нормы ГТО охватывали практически всё население от 10 до 60 лет и сопутствовали с человеком всю сознательную жизнь. Необходимо было выполнить комплексы упражнений, которые оценивали реальный уровень спортивной подготовки. Выполнение-невыполнение этих упражнений являлось критерием, по которому определялось физическое состояние гражданина. ГТО использовался как инструмент, при помощи которого государство оценивало данные о здоровье и готовность своих граждан к труду и обороне [4].

Правительство СССР очень внимательно подходило к вопросам здоровья и должной физической подготовки – было даже стыдно не быть спортивным. Здоровье было частью советской идеологии.

Важно донести до населения Российской Федерации необходимость внедрения комплекса ГТО на обязательной основе, его задачи, структуру и цели, возрастные ступени и виды испытаний, их назначение, а также порядок выполнения испытаний и получения знаков отличия, удостоверений к ним и, конечно, привилегий за соответствие золотому знаку.

ГТО возвращается в РФ и уже дает результаты, но все же остается непризнанным, как и Единый Государственный экзамен в свое время. Со временем, спортивная подготовка будет контролироваться также, как получение среднего образования, и, возможно, тогда большинство проблем спортивной подготовки просто перестанет существовать.

И если пропаганда норм ГТО в Нижнем Новгороде имеет положительную динамику развития, то вот вопросу увеличения количества ШСК стоит уделить особое внимание. Рассматривая подробно возможные инструменты привлечения школьников к физической культуре и спорту в Нижегородской области создавались так называемые школьные спортивные клубы (ШСК). Но тенденция развития этих организаций в Нижнем Новгороде имеет заметный провал в развитии по сравнению с другими крупными региональными центрами субъектов РФ. В таблице 1 отображены результаты сравнительного анализа количества ШСК зарегистрированных во всероссийском реестре школьных спортивных клубов по данным на 30.04.2022 год [3].

Таблица 1. Сравнительный анализ количества ШСК в 5 субъектах РФ

№	Субъект РФ	Количество ШСК	Количество общеобразовательных организаций	Доля общеобразовательных организаций, имеющих зарегистрированный в реестре ШСК
1	Нижегородская область	490	880	60%
	Нижний Новгород	38	189	21%
2	Вологодская область	335	341	98%
3	Самарская область	696	692	99%
4	Тюменская область	186	181	98%
5	Ямало-Ненецкий автономный округ	98	131	75%

Рассмотрев результаты, отображенные в таблице 1 можно сделать вывод что имеется острая необходимость в создании ШСК в общеобразовательных организациях Нижегородской области, а особенно в самом Нижнем Новгороде. Серьезные недостатки по данному направлению имеют общеобразовательные учреждения Московского, Канавинского и Советского районов. Необходимо стремиться увеличивать долю ШСК в общеобразовательных организациях следуя примеру других субъектов РФ. Безусловно 38 школьных спортивных клубов являются недостаточным инструментом популяризации физической культуры и спорта на общеобразовательном уровне [1]. Поэтому имеется необходимость пересмотреть систему финансирования и локации подобных организаций, которые должны создаваться в больших количествах, что будет являться хорошим толчком для развития массового детско-юношеского спорта и физической культуры, а также популяризации этих сфер в будущем.

Ранее не озвученная возможная проблема в реализации программ развития физической культуры и спорта – высокий риск коррупции, а, следовательно, снижение эффективности расходования средств, несправедливые тендеры [5]. Это обусловлено менталитетом постсоветской России и является проблемой масштаба всей страны. Данную проблему сложно отследить и доказать, но предотвращать ее необходимо в первую очередь.

На уровне муниципалитетов для предотвращения возникновения фактов коррупции в спорте требуется формировать четкое осознание чиновником серьезности последствий неправомерного расходования средств. Стоит ужесточить законодательство, касающееся коррупции, в первую очередь. И начать «воспитывать» новое поколение спортивных чиновников, способных прочувствовать важность правильной реализации государственных программ.

Таким образом, можно сделать вывод, что для совершенствования управления физической культурой и спортом в Нижегородской области есть определенные направления, на которых следует сконцентрировать внимание, чтобы обеспечить планомерное развитие ФКиС согласно стратегии [2].

Список литературы

1. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года: утв. постановлением Правительства Рос. Федерации от 24 ноября 2020г. № 3081-р; [Электронный ресурс], <http://static.government.ru/media/files/Rr4JTrKDQ5nANTR1Oj29BM7zJBVHXM05d.pdf> (дата обращения: 20.09.2022).
2. Об утверждении муниципальной программы города Нижнего Новгорода «Развитие физической культуры и спорта в городе Нижнем Новгороде» на 2019-2024 годы: утв. постановлением администраций города Нижнего Новгорода от 28 декабря 2018г. № 3769; [Электронный ресурс], <https://admgor.nnov.ru/upload/getODA/document19169.html> (дата обращения: 23.04.2022).
3. Единый Всероссийский перечень (реестр) школьных спортивных клубов [Электронный ресурс] // <https://xn----itbjbj2arv.xn--p1ai/%D1%80%D0%B5%D0%B5%D1%81%D1%82%D1%80-%D1%88%D1%81%D0%BA/> (дата обращения: 30.09.2022).
4. Сысоева Е. Ю. Мотивация к занятиям физической культурой посредством подготовки к сдаче нормативов ГТО // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2020. – №. 4 (182). – С. 428-433.
5. Чепурова С. В. Месиков М. А. Организационно-правовые меры противодействия коррупции в сфере спорта // Аллея науки. – 2021. – Т. 2. – № 5. – С. 11-17.

POSSIBLE WAYS TO OVERCOME BARRIERS IN THE IMPLEMENTATION OF STATE PROGRAMS FOR THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS AT THE MUNICIPAL LEVEL

I. Kazakov, A. Gutko

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article describes the main problems of the implementation of state programs for the development of physical culture and sports at the municipal and state levels.

Keywords: sports, physical culture, state program, SHSK, Nizhny Novgorod.

КРОССФИТ КАК СПОСОБ УЛУЧШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЯХТСМЕНОВ-ВИНДСЕРФЕРОВ В КЛАССЕ «IQ FOIL»

В.А. Казимов, В.А. Симакин

Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта

Аннотация. В статье говорится о важной роли физической подготовки яхтсменов-виндсерферов для достижения максимальных результатов. Делается акцент на упражнениях, применяемых в традиционном тренировочном процессе, для развития всех физических качеств виндсерферов. Особое внимание в работе уделяется использованию технологий кроссфита в целях улучшения физической подготовки яхтсменов для того, что спортсмены

могли справиться со всеми техническими, погодными и т.п. трудностями, препятствующими их победе.

Ключевые слова: физическая подготовка, кроссфит, парусный спорт, виндсерфинг

В современном олимпийском парусном спорте требования к физической подготовке яхтсменов резко возросли. Это связано с общим развитием профессионализма в большом парусном спорте, с интенсификацией самой спецификой проведения крупных парусных регат из-за увеличения общего количества гонок в регате, например, в один день яхтсменам приходится стартовать и финишировать до трех раз. Сегодня уровень физической и функциональной подготовленности является определяющим для достижения высокого результата в гонках на парусной доске.

В наши дни виндсерфинг обрел достаточно большую популярность в нашей стране, появились новые спортивные школы, секции на территории яхт-клубов, которые были утрачены во времена распада советского союза. В связи с улучшением условий и увеличением количества мест в секциях, увеличивается и число детей и взрослых желающих стать участниками этого зрелищного олимпийского класса. Виндсерфинг является наиболее изнурительным в парусном спорте классом по сравнению с другими видами, поэтому много внимания важно уделять физической подготовке спортсменов, так как от нее зависит успех на соревнованиях. Не смотря на проведенное множество исследований в области подготовки яхтсменов, вопрос подготовки виндсерферов мало изучен в виду своей новизны, быстрого развития и специфики.

В тренировочном процессе виндсерферов широко используются циклические упражнения с высокой продолжительностью, благодаря чему и развивается общая выносливость. К данным средствам относятся кроссовый бег, плавание в бассейне, бег на лыжах в зимний период, а также тренажер «Concept», имитирующий движения гребцов. Стоит сказать, что данное двигательное действие имеет место быть в подготовке виндсерферов, так как «Пампинг» («гребля парусом») схож по частоте движений и группам задействованных мышц с движениями, выполняемыми в гребле. Поэтому применение такого рода упражнений позволяет достичь высокой эффективности и благоприятно влияет на создание фундамента аэробной выносливости.

Для управления парусной доской виндсерфер должен обладать высокой степенью развития координационных способностей, так как помимо постоянной балансировки спортсмену приходится определенным способом «вести» снаряд и «нести» парус в правильном положении в зависимости от ветровой и волновой ситуаций. Спортсмен в зависимости от направления движения доски меняет свое положение переходя с борта на борт, и смена хвата паруса требует высокого уровня ловкости. При этом координационные способности виндсерферов в значительной степени влияют на эффективность реализации технических приемов. Тренеры в основном при подготовке

яхтсменов используют упражнения с балансировкой, жонглированием и выполнением на специализированных тренажерах двигательных действий схожих с соревновательными. Также тренеры используют игры, где большую роль играет ловкость, например, игра в настольный теннис [2].

Огромный объем работы виндсерферы проделывают в статическом положении, особенно во время откренивания. Н.А. Мясников упоминал, что стойка на парусной доске в трапеции очень сложна и требует смелости от спортсмена, поэтому яхтсмен должен быть готов в статическое напряжение длительное время на всем протяжении регаты. Не стоит забывать, насколько важна высокая сила мышц пояса верхних конечностей, хвата, мышц спины и брюшного пресса, которые должны справляться с серьезной интенсивностью. От подготовки перечисленных мышечных групп напрямую зависит успешность выступления яхтсмена-виндсерфера на соревнованиях [1].

Александр Александрович Чумаков говорил, что спортсмен должен уметь равномерно распределять свои физические возможности, так как гонка может длиться часами и сил должно хватить на всю дистанцию. Поэтому необходимо минимизировать выполнение лишних движений с целью исключения лишних затрат энергии [2].

Говоря о физической подготовке яхтсменов-виндсерферов, необходимо четко понимать на какие группы мышц приходится основная нагрузка, когда спортсмен управляя доской на воде идет по дистанции. Согласно И.К. Лазурки из-за специфики спортивной деятельности яхтсменов-виндсерферов мышцы плечевого пояса верхних конечностей, брюшного пресса, ног и спины должны быть отлично развиты, особенно мышцы спины, так как от них зависит способность человека поддерживать максимальную продолжительность откренивания на доске. В зависимости от положения спортсмена и его смены включаются в работу разные группы мышц, обуславливается это погодными и волновыми условиями, а также курсом, которым движется доска.

На парусной доске деятельность спортсмена требует значительного проявления статической и динамической выносливости мышц рук, плечевого пояса, также в ней задействованы и мышцы ног, особенно задней поверхности голени для правильного ведения доски важно наклонять доску на подветренный борт сильно упираясь носками ног.

Чтобы улучшить физические данные и довести их до необходимого состояния, а также повысить показатели функциональной подготовленности применяются тренировки высокой интенсивности. Таким средством спортивной подготовки на сегодняшний день является кроссфит.

Кроссфит – это система общей физической подготовки, направленная на то, чтобы способствовать проявлению адаптационной реакции организма на высокие физические нагрузки [3].

Выделяют следующие основные принципы тренировки по технологиям кроссфита:

Принцип цикличности предполагает движение по кругу, то есть, выполнив по порядку упражнения входящих в комплекс, спортсмен повторяет весь круг с начала.

Принцип осуществления приемов подразумевает, что упражнения, составляющие комплекс, выполняются на время или конкретное число раз. Иными словами, комплекс нужно проработать, например, 3-4 раза, либо каждый прием из него максимальное количество раз за 30 секунд. Надо сказать, что количество комплексов в составе каждой тренировки индивидуально, а циклы и движения не разделены периодами отдыха.

Принцип вариативности представляет собой необходимость проработки новых комплексов упражнений, чередуя их. Монотонный комплекс, образованный единственным приемом, нужно выполнять еженедельно. Выполняется это для тренировки конкретной мышечной группы. Таким образом, реализация данного принципа позволяет избежать эффекта привыкания к однотипным нагрузкам и постоянно держать организм в тонусе.

В ходе кроссфит-тренировки упражнения выполняются последовательно и без отдыха, либо с минимальным временем отдыха, что в определенной степени развивает силовую выносливость [3].

В кроссфит тренировках, как правило, используются упражнения, которые задействуют сразу несколько мышечных групп: тяги, рывки, толчки, отжимания и т.д., практически игнорируются изолирующие упражнения. Среди упражнений с собственным весом чаще всего используются различные варианты прыжков, отжиманий, подтягиваний и их комбинации с отягощением, выполняются различные броски, рывки, махи, а также широко применяется бег, гребля, велогонка и плавание. Таким образом, в ходе тренировки происходит работа в аэробном, аэробно-анаэробном и анаэробном режимах.

Использование кроссфита на тренировочных занятиях может стать решающим фактором для улучшения физической подготовки яхтсменов-виндсерферов, учитывая нагрузки, которые испытывает гонзик во время соревнований.

Стоит отметить, что тренировки кроссфита проходят в условиях высокой интенсивности с малым промежутком времени, тем самым позволяя добиться условий приближенным к соревновательным, когда яхтсмен находится на воде долгое время и у него нет времени на отдых.

Система подготовки кроссфит в течении многих лет успешно зарекомендовала себя в различных видах спорта как отличный способ, позволяющий добиться значительных результатов в развитии и поддержании физической формы спортсменов различных уровней подготовки.

Список литературы

1. Кокорев, Д.А. Кроссфит тренировки как инновационный компонент в физическом воспитании студентов. Приоритетные направления развития науки и образования. 2016. с. 134-137.

2. Чумаков, А.А. Школа парусного спорта. Учебное пособие. – М.: Физкультура и спорт, 1981. с. 162

3. Crossfit: руководство к тренировкам / Г. Гласман; пер. с англ. Е. Богачев, И. Карягин. М.: www.cfft.ru, 2009. 109 с.

CROSSFIT AS A WAY TO IMPROVE THE PHYSICAL TRAINING OF WINDSURFER YACHTSMEN IN THE RACING CLASS «IQ FOIL»

V. Kazimov, V. Simak

*Saint Petersburg National State University of Physical Education,
Sport and Health named after P.F. Lesgaft*

Abstract. The article discusses the important role of physical training for windsurfer yachtsmen to achieve maximum performance. The emphasis is placed on exercises used in traditional training to develop all physical qualities of windsurfers. Special attention is given to the use of CrossFit technology to improve the physical fitness of the windsurfers so that they can cope with all the technical, weather, etc. challenges that prevent them from winning.

Keywords: physical training, crossfit, sailing, windsurfing

АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ ИНФРАСТРУКТУРЫ В РОССИИ

С.В. Калинин, Е.Н. Лелягина

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В статье проведен анализ состояния и развития спортивной инфраструктуры. Авторы рассмотрели структуру и виды спортивных объектов в РФ.

Ключевые слова: спорт, спортивная инфраструктура, спортивные сооружения, инвестиции, инвестиционная деятельность, спортивные объекты, стадионы

В соответствии со Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года необходимо увеличить долю физически активного населения до 70%. Среди основных условий развития физической культуры и спорта в регионах и муниципалитетах следует выделить инвестиции в спортивную инфраструктуру, включая финансирование строительства, реконструкции и модернизации рекреационных и спортивных сооружений [2, 5, 6].

Исследованиям состояния и развития спортивной инфраструктуры посвящены научные труды многих ученых, которые связывают социально-экономическое положение территорий и качество жизни населения с поступательным развитием объектов спорта [1, 3, 4].

В Российской Федерации в настоящее время насчитывается 253927 спортивных сооружений (табл. 1).

Таблица 1. Виды спортивных сооружений в РФ на 01.01.2022 г.

Виды спортивных сооружений	Количество, ед.
Стадионы	1 906
Плоскосные спортивные сооружения	133 602
Спортивные залы	74 284
Дворцы спорта	389
Дворцы спорта с искусственным льдом	180
Крытые спортивные объекты с искусственным льдом	218
Манежи легкоатлетические	251
Манежи футбольные	33
Велотреки, велодромы	35
Плавательные бассейны	4 467
Лыжные базы	3 061
Биатлонные комплексы	43
Сооружения для стрелковых видов спорта	7 449
Гребные базы и каналы	116
Всего спортивных сооружений в РФ	253927

Наибольшую долю в общем количестве спортивных сооружений в России представляют:

- плоскосные спортивные сооружения – 52,6%;
- спортивные залы – 29,2%;
- сооружения для стрелковых видов спорта – 2,9%.

81,3 % спортивных сооружений находятся в собственности субъектов РФ (рис. 1).

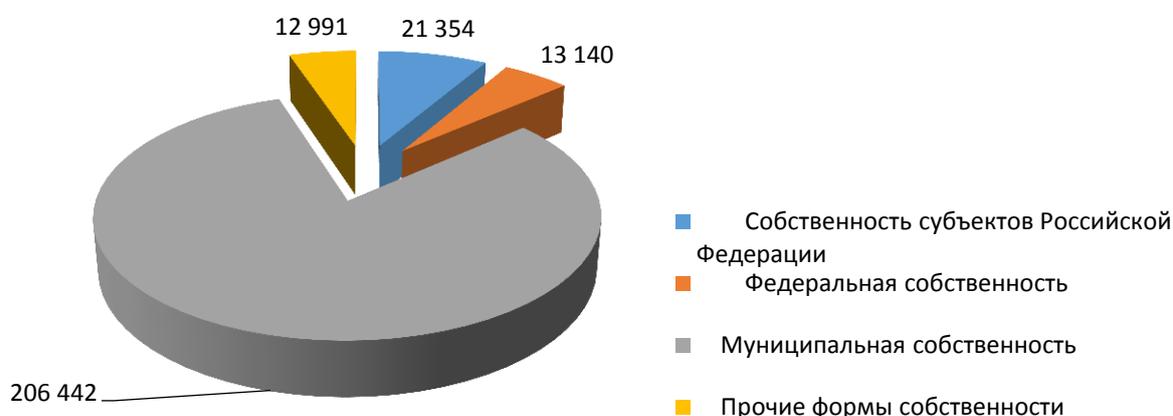


Рис. 1. Распределение спортивных сооружений по формам собственности

На 1 января 2022 года в сельских поселениях России функционировали 93125 спортивных сооружений (табл. 2).

**Таблица 2. Спортивные сооружения в сельских поселениях
Российской Федерации на 01.01.2022 г.**

	Число спортивных сооружений	в том числе:			
		стадионы с трибунами	плоскостные спортивные сооружения	спортивные залы	плавательные бассейны
Российская Федерация	93 125	444	54 522	24 320	565
Центральный федеральный округ	18 398	38	12 042	4 009	113
Северо-Западный федеральный округ	4 385	10	2 435	1 200	38
Южный федеральный округ	14 122	77	8 824	3 080	63
Северо-Кавказский федеральный округ	5 436	40	3 208	1 630	28
Приволжский федеральный округ	27 348	72	15 230	7 294	217
Уральский федеральный округ	6 038	24	3 381	1 544	48
Сибирский федеральный округ	12 451	107	7 029	3 695	42
Дальневосточный федеральный округ	4 947	76	2 373	1 868	16

Наибольшая доля спортивных сооружений сельских территорий размещены в Приволжском федеральном округе – 27451 единиц (рис. 2).

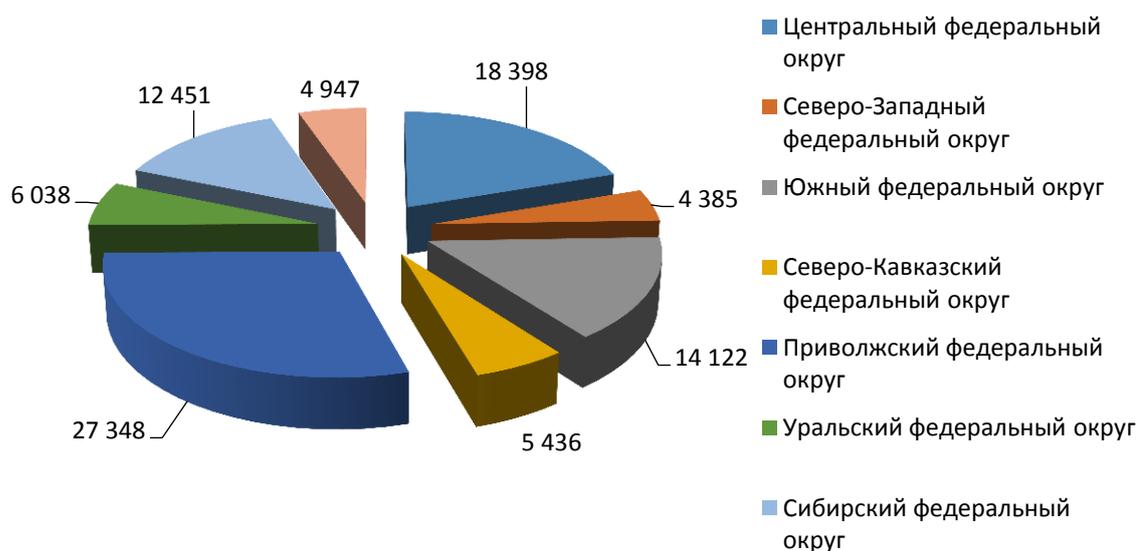


Рис. 2. Количество сельских спортивных сооружений в разрезе федеральных округов РФ на 01.01.2022 г.

В Приволжском федеральном округе наибольшее количество сельских спортивных сооружений размещено в республиках Башкортостан и Татарстан.

В Нижегородской области функционирует 5059 спортивных сооружений, из них 1645 объектов размещены в сельских поселениях региона.



Рис. 3. Количество спортивных сооружений Нижегородской области на 1 января 2022 г.

Наибольшую долю в общем количестве спортивных сооружений в Нижегородской области представляют:

- плоскосные спортивные сооружения – 51,4%;
- спортивные залы – 31,7%;
- плавательные бассейны – 2,6%.

Внутренние и внешние факторы, влияющие на физкультурно-спортивные организации имеют разные причины. Знание этих причин является неотъемлемой частью управления развитием спортивной инфраструктуры.

Список литературы

11. Летягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.

12. Летягина Е.Н., Орлова Е.А. О состоянии и развитии объектов спорта в России и Нижегородской области// Экономика и предпринимательство. 2018. № 9 (98). С. 372-376.

13. Малова Л.П., Звягинцев П.Н., Кокоулина О.П., Татарова С.Ю. Спортивная инфраструктура как фактор вовлеченности граждан в занятия физической культурой и спортом// Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 11 (189). С. 321-325.

14. Прудкова Е.С., Воротникова Д.В. Роль спортивной инфраструктуры в региональной экономике Российской Федерации// Вестник Российского экономического университета им. Г.В. Плеханова. Вступление. Путь в науку. 2021. Т. 11. № 4 (36). С. 27-40.

15. Скобликова Т.В., Андреева В.Ю., Скриплева Е.В. Развитие спортивной инфраструктуры как фактор активизации массового спорта// Теория и практика физической культуры. 2023. № 1. С. 80.

16. Сорокин И.А., Летягина Е.Н. Здоровьесберегающие технологии в физической культуре и спорте// В сборнике: Олимпизм: истоки, традиции и современность. Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очной научно-практической конференции. Редколлегия: Г.В. Бугаев [и др.]. 2018. С. 284-288.

ANALYSIS OF THE STATE AND DEVELOPMENT OF SPORTS INFRASTRUCTURE IN RUSSIA

S. Kalinin, E. Letiagina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article analyzes the state and development of sports infrastructure. The authors examined the structure and types of sports facilities in the Russian Federation.

Keywords: sports, sports infrastructure, sports facilities, investments, investment activity, sports facilities, stadiums

ИННОВАЦИИ В СФЕРЕ ВОСПИТАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

В.Г. Калюжин, В.В. Кедышко

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. Проведен анализ темы, которая направлена на выявление средств, форм и методов коррекции развития координационных способностей у студентов специального учебного отделения. Описана разработанная коррекционно-развивающая программа для развития координационных способностей.

Ключевые слова: коррекционно-развивающая программа, студенты, специальное учебное отделение, координационные способности, спорт.

Введение. У студентов специального учебного отделения (СУО) нарушены координационные способности. При правильной организации занятий у студентов повышается умственная и физическая работоспособность, улучшается состояние опорно-двигательного аппарата, нормализуется артериальное давление, повышается работоспособность, выносливость. Это в совокупности позволяет нормализовать координационные способности студентов специального учебного отделения [3].

Развитие динамического и статического равновесия, ориентации в пространстве во многом зависит от правильно подобранных упражнений. Упражнения должны быть направлены на тренировку вестибулярного аппарата. На первом этапе следует выполнять простые упражнения, на втором – более сложные, на третьем – дифференцированные [1].

Содержание. Программа состоит из 3 этапов развития координационных способностей. Каждый этап состоит из 2 недель и содержит упражнения различного уровня сложности.

На каждом из этапов было 3 видов упражнений: упражнения на динамическое и статическое равновесие, ориентацию в пространстве, спортивные игры. Из каждого вида берём по 2–3 упражнения [2].

ПЕРВЫЙ ЭТАП (1–2 недели занятий)

Упражнения для развития динамического равновесия (5 минут):

1. И.П. – стойка пятки вместе, носки развернуты на 45° , ноги выпрямлены. Выполнить вращение корпусом влево и вправо по 8–10 раз. При наклоне вперед – выдох, при наклоне (прогибе) назад – вдох.

2. И.П. – основная стойка, прогиб назад. Сделать 10–15 шагов вперед и назад, не меняя положения корпуса (руки на поясе).

Упражнения для развития статического равновесия (5 минут):

1. И.П. – стойка пятки вместе, носки развернуты на 45° , ноги выпрямлены. Кулаки рук на бедрах, глаза закрыты, «нижнее» дыхание. Стоять 20 сек.

2. И.П. – стойка на прямых ногах. Стопы расположены на одной линии (правая стопа перед левой), кулаки на бедрах – стоять 20 сек. Повторить упражнение сменив положение ног.

Упражнения для развития ориентации в пространстве (5 минут):

1. И.П. – основная стойка. Выполнить 25 шагов вперед, после поворот на 180° и вернуться в начальную точку.

2. И.П. – основная стойка. Выполнить 25 шагов вперед, после звукового сигнала совершить поворот на 180° и вернуться в начальную точку.

Спортивные игры (5 минут)

1. Игра «У кого дальше?»

Поставить обруч ободом на пол, сверху придерживая его рукой. Резким быстрым движением закрутить обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, как юлу, затем выпустить, дать покружиться и поймать, не допуская падения.

2. Игра «Гребцы».

Сесть, ноги врозь, палка на груди. Быстро наклониться вперед, коснуться палкой носков ног. Спокойно выпрямиться, палку поставить к груди. Повторить 8–10 раз.

ВТОРОЙ ЭТАП (3–4 неделя занятий)

Упражнения для развития динамического равновесия (5 минут):

1. И.П. – стойка пятки вместе, носки развернуты на 45° , ноги выпрямлены. Выполнить вращение тазом и бедрами влево и вправо – по 25–30 раз.

2. И.П. – стойка пятки вместе, носки развернуты на 45° , ноги выпрямлены. Выполнить 10 махов прямой ногой. Мышцы маховой ноги напряжены. Стараться достать коленом одноименного плеча.

Упражнения для развития статического равновесия (5 минут):

1. И.П. – стойка ноги прямые, подняться на носках, кулаки на бедрах, глаза закрыты – стоять 15 сек. Повторить упражнение сменив положение ног.

2. И.П. – стойка ноги прямые, подняться на носках, руки за голову, глаза закрыты – стоять 15 сек. Повторить упражнение сменив положение ног.

Упражнения для развития ориентации в пространстве (5 минут):

1. И.П. – основная стойка. Выполнить 50 шагов вперёд, после поворот на 180° и вернуться в начальную точку.

2. И.П. – основная стойка. Выполнить 50 шагов вперёд, после звукового сигнала совершить поворот на 180° и вернуться в начальную точку.

Спортивная игра (5 минут)

1. Игра «Пропеллер».

Держать палку за середину правой рукой. Активно работая кистью, быстро поворачивать ее вправо – влево. После отдыха выполнять движение левой кистью.

ТРЕТИЙ ЭТАП (5–6 неделя занятий)

Упражнения для развития динамического равновесия (5 минут):

1. И.П. – стойка на полностью выпрямленной ноге. Вторую ногу согнуть в колене, колено поднять как можно выше. Выполнить вращение голенью – по 30–40 раз. Повторить упражнение сменив положение ног.

2. И.П. – стойка пятки вместе, носки развернуты на 45°, ноги выпрямлены. Выполнить махи скрестно – левое колено к правому плечу, правое колено к левому.

Упражнения для развития статического равновесия (5 минут):

1. И.П. – стойка ноги прямые. Стопы расположены на одной линии кулаки на бедрах. Подняться на носке правой ноги, левую ногу согнуть в колене и поднять как можно выше – стоять 15 сек. Повторить упражнение сменив положение ног.

2. И.П. – стойка ноги прямые. Стопы расположены на одной линии (правая стопа перед левой), кулаки на бедрах, глаза закрыты – стоять 30 сек. Повторить упражнение сменив положение ног.

Упражнения для развития ориентации в пространстве (5 минут):

1. И.П. – основная стойка. Студент с закрытыми глазами идёт по прямой 3 шага, по команде он совершает поворот налево и идёт 2 шага, после поворот направо – 2 шага, налево – 2 шага, налево – 4 шага, налево 3 шага, направо – 2 шага, налево – 1 шаг. В результате чего, он должен вернуться в исходную точку.

2. И.П. – основная стойка. Студент держит обруч под углом 90°. Занимающийся студент пролазает через обруч максимальное количество раз за 60 секунд. Тест выполняется в парах.

Спортивные игры (5 минут)

1. Игра «Калі ласка».

Преподаватель стоит напротив группы студентов. Выполняет определённое движение правой или левой рукой – отведение под углом 45–50° или поднимание под углом 60°, 90°, 120°, 180° и говорит: «Калі ласка». После этого студенты в зеркальном отражении должны сориентироваться и поднять правую или левую руку на определённый продемонстрированный градус. Преподаватель может коверкать данный звуковой сигнал (пример: «Калі

маска», «Калі сказка»), при этом студенты не должны реагировать и повторять действия преподавателя.

2. Игра «Поймай мяч».

Студены располагаются тройками, двое из них – на расстоянии 3–4 м. друг от друга, и перебрасывают мяч. Третий находится между ними и старается поймать мяч в тот момент, когда он пролетает над ним. Если поймает, он встает на место студента, бросившего мяч, а тот занимает место водящего.

Заключение. Студенты специального учебного отделения нуждаются в дополнительном развитии координационных способностей по разработанной коррекционно-развивающей программе.

Коррекционно-развивающая программа развития координационных способностей способствует формированию и повышению качества жизни студентов специального учебного отделения.

Список литературы

1. Заплата О.А. Роль физического воспитания в подготовке студентов вуза к будущей профессиональной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. Кемерово, 2007. 24 с.

2. Кулешов В.К. Физическая культура для студентов, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе: учеб.-метод. пособие. М.: Директ-Медиа, 2013. 70 с.

3. Лечебная физическая культура: учеб. для студ. высш. учеб. заведений / С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева и др.; Под ред. С.Н. Попова. М.: «Академия», 2012. 412 с.

INNOVATIONS IN THE FIELD OF EDUCATION OF STUDENTS' COORDINATION ABILITIES OF THE SPECIAL EDUCATIONAL DEPARTMENT

V. Kalyuzhin, V. Kedyshko

Belarusian State University of Physical Culture

Abstract. The analysis of the topic is carried out, which is aimed at identifying the means, forms and methods of correcting the development of coordination abilities in students of a special educational department. The developed correctional and developmental program for the development of coordination abilities is described.

Keywords: correctional and developmental program, students, special educational department, coordination abilities, sports.

ИННОВАЦИИ В ТЕСТИРОВАНИИ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НЕЙРОСЕНСОРНОЙ ТУГОУХОСТЬЮ

В.Г. Калюжин, А.О. Коновалова

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению особенностей развития координационных способностей у дошкольников 6–7 лет с нейросенсорной тугоухостью. В статье представлено описание наиболее оптимальных тестов для оценки уровня развития

координационных способностей у детей данного возраста. На основании данных тестов сделаны предпосылки для разработки коррекционно-развивающей программы по развитию координационных способностей у детей дошкольного возраста со снижением слуха.

Ключевые слова: дошкольный возраст, нейросенсорная тугоухость, статическое равновесие, динамическое равновесие, ориентация в пространстве, тестирование уровня развития.

Актуальность. Адаптивная физическая культура (АФК) – это не просто комплекс физических упражнений, это целая система мероприятий, направленных на коррекцию физических и психофизических нарушений у детей. АФК обеспечивает общеукрепляющий, профилактический и реабилитационный эффект. Также является одним из средств улучшения состояния здоровья и социальной активности детей с различными отклонениями в развитии, включая детей с нарушением слуха [3]. Патологический процесс в слуховой системе изменяет функцию вестибулярного аппарата, а вестибулярные нарушения в свою очередь влияют на формирование двигательной сферы. Это приводит к нарушениям координационных способностей, а именно: потере статического и динамического равновесия, нарушение ориентации в пространстве и способности усваивать заданный темп движений, снижению двигательной активности ребенка [2]. Все дети с нарушением слуха имеют большие или меньшие остатки слуха, которые в процессе специальной работы по развитию слухового восприятия могут стать основой для познания звуков окружающего мира и ориентирования в нем [1].

Цель исследования – разработка тестов для оценки уровня развития статического и динамического равновесия, ориентации в пространстве равновесия у детей 6–7 лет с нейросенсорной тугоухостью.

Методика и организация исследования. Уровень развития координационных способностей у детей с нейросенсорной тугоухостью определяется по следующим тестам:

Тесты для оценки динамического равновесия

Тест «С кочки на кочку». Оборудование: 5 гимнастических обручей диаметром 55 см. Методика: 5 гимнастических обручей предварительно раскладываются по кругу. Ребенок должен пройти 2 круга, при этом наступая в обручи правой ногой, затем развернуться и сделать то же самое левой ногой. Оценка: оценивается время, за которое ребенок пройдет 2 круга правой ногой и 2 круга левой ногой в секундах.

Тест «На краю обрыва». Оборудование: гимнастическая скамья длиной 4 м, высотой 30 см, шириной 24 см. Методика: Стоя на гимнастической скамье, ребенок начинает продвижение вперед, делая поворот на 360 градусов вправо и влево на каждый шаг переступая. Повороты выполняются поочередно после каждого шага. Ребенок должен пройти 4 метра по скамье вперед, сделав 3 поворота вправо и 2 влево и 4 метра обратно, сделав 3 поворота влево и 2 поворота вправо. Оценка: оценивается время, за которое ребенок выполнит 5 поворотов вправо и влево.

Тест «Панголины». Оборудование: гимнастический мат длиной 2 м, шириной 1 м, толщиной 8 см. Методика: И.П. – сед на ногах на мате. Из И.П. ребенок принимает группировку, подбородок прижат к коленям, руки упираются в пол. Ребенок выполняет 3 кувырка вперед, фиксируя исходное положение после каждого кувырка, затем разворачивается и выполняет то же самое назад за минимальное время. Оценка: оценивается время, за которое ребенок выполнит 3 кувырка вперед и назад в секундах.

Тест «Неваляшка». Оборудование: гимнастический мат длиной 2 м, шириной 1 м, толщиной 8 см. Методика: И.П. – сед на ногах на мате. Из И.П. ребенок принимает группировку, подбородок прижат к коленям, руки упираются в пол. Ребенок выполняет 5 подходов по 2 кувырка вперед и назад, чередуя, фиксируя исходное положение после каждого кувырка. Оценка: оценивается время, за которое ребенок выполнит 2 кувырка вперед и назад 5 раз в секундах.

Тест «Канатоходец». Оборудование: гимнастическая скамья длиной 4 м, высотой 30 см, шириной 24 см. Методика: И.П. – стойка на скамье, руки в стороны. По команде ребенок должен дойти до конца гимнастической скамьи и вернуться обратно спиной вперед. Оценка: оценивается время, за которое ребенок пройдет вперед и вернется обратно в секундах.

Тест «Краб на ветке». Оборудование: гимнастическая скамья длиной 4 м, высотой 30 см, шириной 24 см. Методика: И.П. – стойка на скамье правым боком, руки в стороны. По команде ребенок должен дойти до конца гимнастической скамьи приставным шагом правым боком, а вернуться приставным шагом левым боком. Всего ребенок выполняет 2 таких подхода. Оценка: оценивается время, за которое ребенок пройдет 2 раза по скамье вперед, назад в секундах.

Тест «Вертолет». Оборудование: детский ковер длиной 4 метра. Методика: И.П. – стойка на ковре, руки в стороны. По команде ребенок начинает идти вперед, при этом выполняя повороты головы вправо, делая шаг левой ногой и влево, делая шаг правой ногой на 90 градусов. Оценка: оценивается время, за которое ребенок преодолет дистанцию в секундах.

Тест «Маятник опорный». Методика: И.П. – о.с., руки на поясе. По команде ребенок переносит вес на опорную ногу, наклоняет корпус вперед, отводит таз и прямую неопорную ногу назад на 90 градусов, затем выносит ее вперед на 90 градусов. Всего ребенок должен выполнить 5 маятников за минимальное время, стараясь удержать равновесие. Оценка: оценивается время, за которое ребенок выполнит 5 маятников в секундах.

Тест «Маятник неопорный». Методика: И.П. – о.с., руки на поясе. По команде ребенок переносит вес на неопорную ногу, наклоняет корпус вперед, отводит таз и прямую опорную ногу назад на 90 градусов, затем выносит ее вперед на 90 градусов. Всего ребенок должен выполнить 5 маятников за минимальное время, стараясь удержать равновесие. Оценка: оценивается время, за которое ребенок выполнит 5 маятников в секундах.

Тест «Воробушек опорный». Методика: И.П. – стойка на опорной ноге, неопорная согнута в колене и поджата под себя, руки на поясе. По команде ребенок наклоняет корпус вперед и выполняет прыжки с продвижением по прямой линии 5 метров. Оценка: оценивается время, за которое ребенок пропрыгает 5 метров на опорной ноге в секундах.

Тест «Воробушек неопорный». Методика: И.П. – стойка на неопорной ноге, неопорная согнута в колене и поджата под себя, руки на поясе. По команде ребенок наклоняет корпус вперед и выполняет прыжки с продвижением по прямой линии 5 метров. Оценка: оценивается время, за которое ребенок пропрыгает на неопорной ноге 5 метров в секундах.

Тесты для оценки ориентации в пространстве

Тест «Стрела». Оборудование: 4 метра бумажного скотча шириной 4,5 см, повязка из плотной ткани. Методика: ограничиваем дистанцию двумя полосками бумажного скотча длиной 4 м. Сначала ребенок должен посмотреть на направление линии, затем ребенку закрываются глаза повязкой, после чего ребенок должен пройти по прямой линии. В конце дистанции подаем сигнал «стоп» и замеряем результат. Оценка: оценивается степень отклонения вправо или влево от линии в сантиметрах.

Тест «Марионетка». Оборудование: повязка из плотной ткани. Методика: И.П. – о.с., глаза закрываем повязкой. По команде ребенок должен пройти дистанцию «неправильная восьмерка», придерживаясь следующих команд: 2 шага вперед, 1 шаг влево, 2 шага влево, еще 2 шага влево, 2 шага вправо, еще 1 шаг вправо и еще 2 шага право. Оценка: оценивается степень отклонения от точки старта после возвращения в нее в сантиметрах.

Тест «Челночный бег». Оборудование: 4 детских деревянных кубика длиной 4 см, шириной 4 см, высотой 4 см. Методика: кубики раскладываются на противоположной от ребенка стороне дистанции, длина дистанции составляет 4 м. По команде ребенок должен как можно быстрее добежать до кубика, взять его и так же быстро перенести на линию старта, таким образом ребенок должен перенести все 4 кубика, брать можно не больше 1 кубика за раз. Оценка: оценивается время, за которое ребенок преодолеет дистанцию и перенесет все кубики на линию старта в секундах.

Тест «Только вперед». Оборудование: теннисный мячик диаметром 6,7 см. Методика: по команде ребенок должен как можно быстрее добежать до мячика, коснуться его и вернуться обратно спиной вперед, следя за дистанцией через левое плечо. Оценка: оценивается время, за которое ребенок пробежит по дистанции туда, обратно 4 раза в секундах.

Тесты для определения статического равновесия

Проба Ромберга: поза «Аист». Методика: испытуемый должен стоять на одной ноге, другая согнута в колене, при этом ступня одной ногой касается коленного сустава опорной ноги, руки вытянуты в перед, глаза закрыты. Оценка: определяется время устойчивости в этой позе в секундах.

Проба Ромберга: «поза пяточно-носочная». Методика: Ребенок должен стоять так, чтобы ступни его были на одной линии, при этом пятка одной ноги

касается носка другой, глаза закрыты, руки вытянуты в стороны. Оценка: Определяется время устойчивости в этой позе в секундах.

Тест «Кот Базилио». Методика: исходное положение – узкая стойка, руки вдоль туловища. По команде ребенок закрывает глаза, поднимается на носки, руки перед собой ладонями вниз. Оценка: оценивается время устойчивости в этом положении в секундах.

Тест «Сурикат». Методика: И.П.– узкая стойка, руки на поясе. По команде ребенок поднимается на носки и начинает выполнять поворот головы на 90 градусов направо, прямо, налево. Оценка: оценивается время устойчивости в этом положении в секундах.

Тест «Саланган». Оборудование: гимнастическая палка длиной 120 см. Методика: исходное положение – основная стойка палка внизу. По команде ребенок принимает положение «ласточка» (наклон туловища вперед, правая нога прямая назад, палка вперед). Оценка: оценивается время устойчивости в этом положении в секундах.

Тест «Фламинго опорная». Методика: по команде ребенок принимает стойку на опорной ноге, неопорную согнув сзади держит одноименной рукой, правая рука вверх. Оценка: оценивается время устойчивости в этой позе в секундах.

Тест «Фламинго неопорная». Методика: по команде ребенок принимает стойку на неопорной ноге, опорную согнув сзади держит одноименной рукой, левая рука вверх. Оценка: оценивается время устойчивости в этой позе в секундах.

Результаты исследования и их обсуждение. Был проведен сравнительный анализ уровня развития динамического и статического равновесия, а также показателей ориентации в пространстве у дошкольников 6–7 лет с нейросенсорной тугоухостью и у здоровых детей того же возраста. У детей со снижением слуха отмечаются значительные отличия в уровне развития координационных способностей, по сравнению с их сверстниками без данной патологии. Также наблюдается снижение всех количественных показателей тестирования, увеличение времени выполнения тестов и замедление скорости движений у дошкольников с нейросенсорной тугоухостью.

Полученные после проведения тестирования данные являются основополагающим элементом для составления коррекционно-развивающей программы по развитию координационных способностей у детей со снижением слуха дошкольного возраста.

Выводы:

1. Тесты, специально подобранные для оценки уровня развития координационных способностей у детей со снижением слуха позволяют оценить эффективность занятий по АФК.

2. Тесты для оценки уровня развития координационных способностей необходимо выполнять регулярно для того, чтобы определить их влияние на развитие ориентации в пространстве, статического и динамического равновесия у занимающихся дошкольников с нейросенсорной тугоухостью.

Список литературы

1. Адаптивная физическая культура: учебно-методическое пособие / под ред. Т.Д. Полякова. М.: БГУФК, 2010. 170 с.
2. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / под ред. Л.В. Шапковой. М.: Советский спорт, 2003. 464 с.
3. Ирина Фартушина. Значение и особенности адаптивной физической культуры (АФК) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.maam.ru/detskijasad/znachenie-i-osobenosti-adaptivnoi-fizicheskoi-kultury-afk.html>. – (дата обращения 05.11.2022).

INNOVATIONS IN TESTING THE LEVEL OF DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES IN PRESCHOOL CHILDREN WITH SENSORINEURAL HEARING LOSS

V.G. Kalyuzhin, A.O. Konovalova

Belarusian State University of Physical Culture

Abstract. The article is devoted to the consideration of the peculiarities of the development of coordination abilities in preschoolers 6–7 years old with sensorineural hearing loss. The article describes the most optimal tests for assessing the level of development of coordination abilities in children of this age. Based on these tests, prerequisites have been made for the development of a correctional and developmental program for the development of coordination abilities in preschool children with hearing loss.

Keywords: *preschool age, sensorineural hearing loss, static equilibrium, spatial orientation, dynamic equilibrium, testing of the level of development.*

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ НАУК О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

А.А. Канавцева, В.Г. Кузьмин

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В статье рассматриваются общая структура и содержание тенденций развития научного знания в области физической культуры и спорта на современном этапе на основе анализа современных научно-методических и обзорных статей, которые определяют актуальные направления исследований в изучаемой области. Структурный анализ показал переплетение междисциплинарных и объединяющих тенденций развития научных исследований при доминирующих методологических (инструментально-поисковых) интегративных тенденциях, по сравнению с теоретическими интегративными тенденциями. Структура спортивной науки постоянно перестраивается за счет использования и повторной перепроверки случайных исследовательских идей, что обеспечивает гибкость и приспособляемость наук о физической культуре и спорте к различным исследовательским или прикладным задачам.

Ключевые слова: *анализ, тренды исследований, спортивная наука.*

Введение. Спортивная наука, как и всякая наука, явление многоуровневое. Многие факторы (такие как финансовые, организационные, идеологические) влияют на ее развитие. Однако всегда исследование, проведенное и опубликованное или иным образом сообщенное, является конечным и наиболее важным продуктом этой сложной многоуровневой системы наук о физической культуре и спорте.

В последние годы сфера физической культуры и спорта стала важным объектом изучения научным сообществом, что связано как с необходимостью повышения уровня общественного здоровья [5], так и поиском путей совершенствования подготовки спортивного резерва и квалифицированных спортсменов [7]. Несмотря на это, остается потребность в проведении различных исследований, позволяющих более глубоко изучить вопросы воздействия физических нагрузок на организм человека [4], а также факторов, сопровождающих процесс их выполнения [8]. При этом, развитые страны могут использовать инновации в спорте для улучшения спортивных достижений на международной арене [6].

Таким образом, в настоящее время актуальным является вопрос обновления информации о профиле исследовательских тенденций в области спорта и физической культуры.

Цель исследования состояла в изучении тенденций развития научного знания в области физической культуры и спорта.

Результаты исследования и их обсуждение. Разнообразие тенденций развития спортивной науки можно рассматривать сначала более чем на одном уровне. Так, сегодня существует относительно широкое распределение количества тематических направлений развития спортивной науки: биомеханика; коучинг; здоровье и фитнес; питание; психология; спортивная медицина и ортопедия; двигательное обучение; физиология; молекулярная биология и биохимия; физическое воспитание и педагогика; социология; тренировка и тестирование [8]. Другой характерной чертой является наличие перекрывающихся тематических направлений, но каждое из них сосредоточено на различных аспектах, определяемых темой [2]. Еще одной отличительной чертой является наличие тематических направлений, определяемых несколькими критериями. В большинстве тем это конкретные методы и инструменты сбора/анализа данных, методы вмешательства, объекты и проблемы исследования [3]. Таким образом, можно выделить основные направления развития наук о физической культуре и спорте, которые характеризуются как узконаправленностью, так и «перекрываемостью» относительно вопросов, которые решаются в определенном направлении.

Что касается вопросов интеграции, то в спортивной науке ясны два вида интеграционных тенденций [1]. Первая, мультидисциплинарная, возникает, когда областью интеграции является проблема или объект (явление) исследования или прикладного вмешательства, и для ее достижения используется более одной теории, метода сбора и анализа данных или способа исследования. Это своего рода логика сведения «многого к одному». Другой –

это то, что можно назвать унифицирующей интеграцией, в которой областью интеграции являются, например, теоретическая основа, методы сбора и анализа данных или способ исследования, которые используются в различных проблемах и объектах (явлениях) спортивной науки. Короче говоря, это логика сведения «одного ко множеству».

Таким образом, основными тенденциями развития наук о физической культуре и спорте являются:

1) в спортивной науке существуют как мультидисциплинарные, так и унифицированные тенденции;

2) немногие направления развития спортивной науки могут быть классифицированы как монодисциплинарные в отношении явлений, которые они изучают (физиология, биомеханика, молекулярная биология и биохимия). Однако даже эти темы являются междисциплинарными в отношении методов сбора данных, инструментария и концепций, которые они используют;

3) большинство современных тенденций являются методологически мультидисциплинарными в отношении разнообразных инструментов и методов сбора данных, используемых в одной и той же научной теме;

4) большинство тенденций развития спортивной науки методологически почти унифицированы в отношении способа исследования (подавляющее присутствие индуктивно-статистического способа исследования) и незначительное использование дедуктивно-номологического или дедуктивно-статистического способа исследования. С другой стороны, такое положение дел не обеспечивает теоретической интеграции в отношении к общему пониманию обширного набора явлений, изучаемых спортивной наукой;

5. развитие теоретических унифицирующих тенденций зависит от конкретных задач и объектов исследования.

Выводы. Современная спортивная наука представляет собой беспрецедентно обширную область исследований со структурой многоплановых междисциплинарных и унифицирующих интегрирующих тенденций. В основе этих тенденций лежит общее тематическое направление на уровне явлений, проблем и методов исследования, в структуре которого выделяются тематические направления. Это позволяет выделить комплексные долгосрочные тенденции, определяющие краткосрочные и более детальные исследовательские предпочтения. В более общем смысле определенные тенденции играют роль исторического руководящего контекста, в рамках которого на индивидуальном и групповом уровне развиваются более детальные направленные исследовательские идеи, формируя, таким образом, процесс развития научного знания в сфере физической культуры и спорта.

Список литературы

1. Бесперстов, Н. С. Современные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта /Н. С.Бесперстов, С. Ю. Иванова // Студенческий форум. –2020. – № 43(1). – 14-16.

2. Закиров, Ф. Х. Современные направления развития отечественной отрасли физической культуры и спорта /Ф. Х.Закиров //В сборнике: Вопросы профессионального развития. Материалы III Международной научно-практической конференции. –2021. – С. 50-55.

3. Миронова, С. П. Инновационные образовательные технологии в сфере физической культуры и спорта: технология педагогического мониторинга / С. П.Миронова, Е. Б. Ольховская // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 58(2). – С. 168-173.

4. Сулимов, А. А. Исторические основы и современные тенденции развития отечественной системы высшего образования в области физической культуры и спорта / А. А.Сулимов, А. В.Бышевская // КАНТ.– 2018. – № 3(28). – С. 91-93.

5. Паршакова, В. М. Перспективы развития физической культуры и спорта в современной России / В. М. Паршакова, Д. Н. Прянишникова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2019. – № 5(3). – С. 39-41.

6. Передельский, А. А. Современная наука о спорте: проблемы и перспективы развития / А. А. Передельский // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 5. – С. 5–6.

7. Скриплева, Е. В. Физическая культура и спорт как социально-культурный феномен / Е. В.Скриплева, В. Ю. Андреева // Инновационная экономика: перспективы развития и совершенствования. – 2018. – № 4(30). – С. 137-141.

8. Шустин, Б.Н.Диссертационные исследования в сфере физической культуры и спорта в различных отраслях науки /Б.Н.Шустин, Л.В. Сафонов, А.И. Гребенников // Теория и практика физической культуры. –2020. – № 8. – С. 101-103.

MODERN TRENDS IN THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS SCIENCES

A. Kanavtseva, V. Kuzmin

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article examines the general structure and content of trends in the development of scientific knowledge in the field of physical culture and sports at the present stage based on the analysis of modern scientific and methodological and review articles that determine the current research directions in the field under study. The structural analysis showed the interweaving of interdisciplinary and unifying trends in the development of scientific research with dominant methodological (instrumental-search) integrative trends, compared with theoretical integrative trends. The structure of sports science is constantly being rebuilt through the use and repeated rechecking of random research ideas, which ensures the flexibility and adaptability of the sciences of physical culture and sports to various research or applied tasks.

Keywords: analysis; research trends; sports science.

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ СТУДЕНТА ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

К.Н. Канатьев

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В статье рассматривается значимость физической культуры в быту студенчества, ее важность для формирования здорового образа жизни среди студентов. Приведены ключевые полезные стороны регулярных занятий по поддержанию физической культуры среди молодежи, отдельное внимание уделено студенческому спорту.

Ключевые слова: массовая физическая культура, студенческий быт, здоровый образ жизни, молодежный спорт, физическое развитие

Физическая культура в студенческом быту играет важнейшую роль. Физическая развитость помогает молодым людям легче переносить трудности современного ритма жизни – динамичного, напряженного, стремительного и наполненного скоротечными, но, тем не менее, важными событиями.

К подобному ритму надо адаптироваться, что довольно сложно – у современного человека практически неизбежно возникают стрессы, которые могут привести к тяжелым последствиям [1] однако физически крепкий человек с меньшей вероятностью пострадает от них, нежели человек слабый телом. Показатели качества жизни среди студентов сильно коррелируют с наличием достаточной физической активности [4], что не удивляет – регулярные физические упражнения, позволяющие студентам поддерживать себя в хорошей форме, сильно повышают качество их жизни. Здоровый образ жизни, частью которого является спорт и прочие физические активности, поощряется также и на общеуниверситетском уровне. По статистическим данным [2], спортивные университетские секции обычно пользуются наибольшей популярностью у студентов, как минимум, из первых и вторых курсов, а за секциями уже идут группы оздоровительной направленности, часто также формируемые при ВУЗах.

В одном ряду с вышеперечисленными факторами, физическая культура играет важную роль в повседневном студенческом быту не только в контексте поддержания хорошей формы, но и в контексте воспитательной и педагогической деятельности [2]. В какой-то степени, увлечение физической культурой является не только частью саморазвития, но и частью самовоспитания – для регулярных и эффективных занятий спортом требуется выработать внутреннюю дисциплину и твердость духа. Через спортивное самовоспитание студент прививает самому себе силу воли и умение сосредоточиться. Более того, регулярные умеренные физические нагрузки помогают и в интеллектуальном труде – мозг, переключаясь между физическим и умственным трудом, в итоге поддерживается в тонусе и не перегружается лишь одним видом нагрузок. Именно поэтому всегда полезно среднестатистическому студенту каждый час отрываться от сидячего или

лежащего рабочего места и разминаться несколько минут. Смена деятельности – тоже отдых.

Помимо этого, важным и, пожалуй, самым приятным и увлекательным для студентов аспектом физической культуры является студенческий спорт. Подвижные игры – важная часть жизни молодежи, отражающая и концентрирующая в себе игровое начало в студенческой и, говоря шире, молодежной психологии [3]. Это можно легко увидеть, просто проходя мимо различных бесплатных для входа стадионов. Достаточно вспомнить то, сколько энтузиастов среди молодых людей существует в сфере футбола – из просто игры, он давно уже превратился в самостоятельный культурный пласт, привлекающий сотни тысяч школьников и студентов по всему миру. Существует немало и других подвижных игр, популярных среди студенчества, но пример с футболом наиболее показателен – к тому же, его самоподдерживающаяся популярность вызвана еще и низким порогом вхождения – достаточно, чтобы на две команды был один мяч, а на этот мяч был свой воздушный насос, чтобы при очередной игре тот совсем не сдулся к неудовольствию всех игроков. Наконец, если денег или желания тратить деньги нет вообще, то можно либо прибиться к уже играющим (к слову, это работает и с баскетболом, волейболом и другими подобными командными играми), либо просто начать бегать.

Физическая культура студенчества сопровождает наиболее здоровую, во всех смыслах, часть онога на протяжении всей повседневной жизни. Болезненный человек чаще подвержен влиянию всяких недугов не только в физической области, но и в психологической. Посему, укрепляя телесное здоровье, сознательный студент помогает и своему моральному состоянию, особенно в долгосрочной перспективе. В здоровом теле – здоровый дух.

Список литературы

1. Степкина С.С. Пути формирования физической культуры студентов вуза // Проблемы современного педагогического образования. 2018. №58-1.
2. Гурьев С.В. Педагогические аспекты формирования оздоровительной физической культуры в вузе // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №2 (13).
3. Эрзанукаева Л.Р. Структура культуры повседневности студенческой молодежи // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2009. №90. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/struktura-kultury-povsednevnosti-studencheskoy-molodezhi>
4. Сивас Н.В. Двигательная активность основа повышения качества жизни студентов // Ученые записки университета Лесгафта. 2011. №8. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/dvigatelnaya-aktivnost-osnova-povysheniya-kachestva-zhizni-studentov>

THE SIGNIFICANCE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE DAILY LIFE OF A STUDENT OF A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

K. Kanatiev

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article discusses the importance of physical culture in the life of students, its importance for the formation of a healthy lifestyle among students. The key useful aspects of regular classes to maintain physical culture among young people are given, special attention is paid to student sports.

Keywords: mass physical culture, student life, healthy lifestyle, youth sports, physical development

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ТЕСТИРОВАНИИ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

В.В. Кедышко, В.Г. Калюжин

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. Сделан анализ особенностей развития координационных способностей у студентов 1–2 курсов по состоянию здоровья относящихся к специальному учебному отделению. В статье описаны наиболее оптимальные тесты для определения уровня развития координационных способностей студентов.

Ключевые слова: студенты, специальное учебное отделение, тестирование уровня развития, координационные способности, спорт.

Введение. В последние годы наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья и физической подготовленности учащихся. Лишь около 10% подростков можно считать здоровыми, более 40% детей страдают хроническими заболеваниями [3]. Резко прогрессируют болезни сердечно-сосудистой и костно-мышечной систем, которые во многом обусловлены недостаточной двигательной активностью детей. Более 50% девушек и юношей, окончивая школу, уже имеют два-три хронических заболевания, а в целом лишь 15% выпускников можно считать практически здоровыми [1]. По причине низкого уровня здоровья около 1 млн. студенческого возраста освобождены от занятий физической культурой и относятся к специальному учебному отделению (СУО) по состоянию здоровья. Студенты с нарушениями здоровья гораздо хуже адаптируются в современном обществе, их физическое развитие отличается от развития здорового человека [2].

Содержание. Методы исследований. Уровень развития координационных способностей у взятых под наблюдение молодых людей, относящихся к СУО, определялся по следующим тестам:

Тесты для определения динамического равновесия:

Тест «Ходьба спиной вперёд». Цель: дифференцировка пространственных параметров движения. Оборудование: секундомер, малярная лента. Методика:

на полу малярной лентой отмечается прямая линия, длиной 4 метра. Студент прогибается максимально назад, руки на поясе и начинает движение до конца линии. В конце обозначенной линии студент начинает пятиться назад, доходя до начала дистанции. Оценка: фиксируется время выполнения и сантиметр отклонения финиша от старта.

Тест «Ходьба по букве «Иже»». Цель: дифференцировка пространственных параметров движения. Оборудование: секундомер, малярная лента. Методика: на полу малярной лентой отмечается две вертикальные, прямые линии (длиной 3 метра) и горизонтальная косая линия (длиной 2 метра). Все линии соединены между собой, образуя букву «И». Студент проходит по размеченным линиям. После делает разворот и возвращается обратно. Оценка: фиксируется время выполнения.

Тест «Ходьба по скамейке пятясь». Цель: определение динамического равновесия. Оборудование: секундомер, скамейка (длина 3 метра). Методика: студент становится на скамейку. Доходит до конца скамейки и пятясь назад возвращается в начальную точку. Оценка: фиксируется время выполнения.

Тест «Ходьба по узкой области». Цель: определение динамического равновесия. Оборудование: секундомер, скамейка (длина 3 метра). Методика: студент становится на перевернутую скамейку. Доходит до конца скамейки, делает поворот и возвращается в начальную точку. Оценка: фиксируется время выполнения.

Тесты для определения статического равновесия:

Тест «Стойка на одной ноге». Цель: определение статического равновесия. Оборудование: секундомер. Методика: И.П. – основанная стойка, ноги вместе, руки вдоль туловища. Студент закрывает глаза, поднимает колено одной ноги и подтягивает его к груди. Тест повторяется для опорной и свободной ноги. Оценка: фиксируется время сохранения положения.

Тест «Ходьба на месте». Цель: определение статического равновесия. Оборудование: секундомер. Методика: исходное положение – глаза закрыты, голова в нейтральном положении. Кисти вытянутых вперед рук не соприкасаются. Ходьба на месте, поднимая бедра на угол 90°. Оценка: фиксируется сантиметр отклонения финиша от старта.

Тесты для определения ориентации в пространстве:

Тест «Ходьба между препятствиями». Цель: определение ориентации в пространстве. Оборудование: предметы – кубы весом в 1.5 кг, кегля, секундомер, малярная лента. Методика: на полу малярной лентой отмечается линия старта и финиша (длиной 20 метров), в конце дистанции устанавливается кегля. Студент перемещается быстрым шагом лицом вперед 15 м, стараясь не задеть поставленные на дорожку препятствия. Затем заходит за кеглю и продолжает движение спиной вперед (можно вполборота) в обратном направлении. Оценка: фиксируется время выполнения.

Тест «Челночная ходьба». Цель: определение ориентации в пространстве. Оборудование: секундомер, малярная лента, 2 теннисных мяча. Методика: на полу малярной лентой отмечается линия старта и финиша, на линию финиша

устанавливается два мяча. Студент перемещается быстрым шагом от линии старта к линии финиша, берёт один мяч и возвращается обратно, где оставляет мяч за линией старта. После этого, он проходит за вторым мячом и преодолевает линию финиша. Челночная ходьба 3 раза по 50 метров. Оценка: фиксируется время затраченной на прохождение дистанции.

Тест «Гусиный шаг». Цель: дифференцировка пространственных параметров движения. Оборудование: секундомер, малярная лента. Методика: на полу малярной лентой отмечаются прямая линия, длиной 4 м. Студент проходит дистанцию, делая шаги, приставляя пятку к носку. Оценка: фиксируется время, затраченное на прохождение дистанции.

Тест «Ходьба с поворотами». Цель: дифференцировка пространственных параметров движения. Оборудование: секундомер. Методика: студент с закрытыми глазами идёт по прямой 3 шага, по команде он совершает поворот налево и идёт 2 шага, после поворот направо – 2 шага, налево – 2 шага, налево – 4 шага, налево 3 шага, направо – 2 шага, налево – 1 шаг. В результате чего, он должен вернуться в исходную точку. Оценка: фиксируется скорость, сантиметр отклонения старта от финиша и время, затраченное на прохождение дистанции.

Тест «Через обруч». Цель: определение ориентации в пространстве. Оборудование: секундомер, свисток, 4 обруча. Методика: на полу размещаются 4 обруча таким образом, что образуют квадрат. Студент перемещается, заходя в каждый обруч правым боком, обратно – левым боком максимальное количество раз за 60 секунд. Оценка: фиксируется количество перемещений через обруч.

Тест «Глазомер». Цель: определение ориентации в пространстве. Оборудование: рулетка измерительная, малярная лента. Методика: на полу малярной лентой отмечается линия старта и финиша. Перед началом теста студент проходит 10 м. с открытыми глазами по ровной линии и запоминает ощущения от прохождения дистанции. После, закрывает глаза и лицом вперёд возвращается в точку, с которой начал движение, ориентируясь на свои собственные ощущения. Оценка: фиксируется сантиметр отклонения от линии до начальной точки.

Тест «Чутьё». Цель: определение ориентации в пространстве. Оборудование: рулетка измерительная, малярная лента. Методика: на полу малярной лентой отмечается линия старта и финиша. Перед началом теста студент проходит 10 м. с открытыми глазами по ровной линии и запоминает ощущения от прохождения дистанции. После, закрывает глаза и спиной вперёд возвращается в точку, с которой начал движение, ориентируясь на свои собственные ощущения. Оценка: фиксируется сантиметр отклонения от линии до начальной точки.

Тест «Интуиция». Цель: определение ориентации в пространстве. Оборудование: рулетка измерительная. Методика: Перед началом теста выбирается цель на 10 м. Студент с закрытыми глазами идёт к заданной цели, ориентируясь на свои собственные ощущения. Оценка: фиксируется сантиметр отклонения от линии до начальной точки.

Заключение. В ходе работы мы подобрали специальные тесты для оценки уровня развития координационных способностей студентов, относящихся к специальному учебному отделению. Представленные тесты позволяют оценивать эффективность занятий по физкультуре.

Тесты для определения уровня развития координационных способностей следует выполнять регулярно с целью определения их влияния на динамическое и статическое равновесие, развитие ориентации в пространстве, скоростные качества, функциональное состояние дыхательной системы и сердечно-сосудистой системы у студентов 1–2 курсов по состоянию здоровья, относящихся к специальному учебному отделению.

Список литературы

1. Вайнер Э.Н. Лечебная физическая культура: учебник. М.: Изд-во «ФЛИНТА»; Наука, 2011. 424 с.
2. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура: учеб. для студентов вузов. М.: ВЛАДОС, 2001. 526 с.
3. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина: учеб. для студентов мед. вузов. М.: Медицина, 2004. 304 с.

MODERN TECHNOLOGIES IN TESTING THE COORDINATION ABILITIES OF STUDENTS OF THE SPECIAL EDUCATIONAL DEPARTMENT

V.V. Kedyshko, V.G. Kalyuzhin

Belarusian State University of Physical Culture

Abstract. The analysis of the peculiarities of the development of coordination abilities in students of 1–2 courses for health reasons belonging to a special educational department is made. The article describes the most optimal tests for determining the level of development of students' coordination abilities.

Keywords: students, special educational department, development level testing, coordination abilities, sports.

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЗДОРОВЬЕ ДИРИЖЕРА

Н.Н. Киселёва, А.В. Старостина

Вологодский государственный университет

Аннотация. В данной работе рассмотрены основные профессиональные заболевания дирижеров, в том числе регентов церковных хоров, и представлен комплекс физических упражнений, помогающих решить проблемы со здоровьем или их избежать как для студентов дирижерских и регентских отделений, так и для практикующих дирижеров (регентов).

Ключевые слова: здоровье, профессиональные заболевания дирижеров, дирижерский аппарат, упражнения для дирижеров.

В своей повседневной работе дирижеры хоров сталкиваются с серьезными физическими нагрузками, что негативно сказывается на здоровье.

Среди наиболее распространенных профессиональных заболеваний дирижеров можно назвать болезни опорно-двигательной, нервной, сердечно-сосудистой систем, нарушения зрения. Сколиоз, болезни рук, варикоз и отеки нижних конечностей – всё это не пустые слова для любого дирижера. Если говорить о регентах церковных хоров, то они часто сталкиваются с проявлениями аллергии, болезнями дыхательной системы, гастритом и прочими нарушениями желудочно-кишечного тракта. Часть проблем со здоровьем можно решить только медикаментозно или хирургически, но некоторых профессиональных заболеваний дирижеры, в том числе будущие, могут избежать, регулярно выполняя комплекс специальных физических упражнений.

Цель работы – составить комплекс физических упражнений, способных предупредить болезни, снизить негативный эффект от профессиональной дирижерской деятельности.

Задачи работы:

1. ознакомиться с наиболее распространенными профессиональными заболеваниями дирижеров;
2. провести дистанционный опрос практикующих дирижеров и регентов с целью изучения влияния интенсивности физических упражнений на здоровье;
3. составить практические рекомендации по применению специальных комплексов лечебной физкультуры для профилактики профессиональных заболеваний дирижеров.

При написании данной работы применялись следующие методы научного исследования: анкетный опрос, наблюдение, собеседование, сравнение, описание, анализ.

Рассмотрим подробнее некоторые особенности работы дирижера. Так называемый дирижерский аппарат состоит из:

- периферических исполнительных органов, которые непосредственно воздействуют на исполнителей (корпус, голова, руки, ноги);
- органов прямой и обратной связи (зрение, слух, осязание);
- органов, управляющих движениями и их координацией (соответствующие участки центральной нервной системы).

Благодаря правильной и скоординированной работе дирижерского аппарата исполнителям передается музыкально-исполнительский замысел и воля дирижера. Он своими действиями переводит видимое (ноты партитуры) в слышимое (через исполнителей), и наоборот – то, что «слышит» внутренним слухом дирижер, глядя в партитуру, он воспроизводит через дирижерские жесты, понятные для исполнителей. Это взаимный процесс [3].

Весь облик дирижера должен отражать жанровые и стилистические особенности исполняемого музыкального произведения – положение корпуса, характер движения рук, головы, мимика, взгляд. Для того чтобы качественно и результативно управлять коллективом, дирижер должен «излучать» энергию, волю, активность, уверенность, решительность. Если этих качеств у руководителя недостаточно, то это негативно сказывается на взаимодействии с музыкальным коллективом [6].

И физическое, и психологическое состояние дирижера имеют очень важное значение, так как он посредством всего своего тела передает исполнителям «сигналы». Малейшее волнение, усталость, напряжение или болезнь у дирижера обязательно передаются участникам хора или музыкантам оркестра, а далее эти негативные состояния через качество исполнения будут транслироваться слушателям. Вот почему дирижеру необходимо максимально ответственно подходить к своему здоровью и самочувствию, учиться прорабатывать имеющиеся проблемы, в том числе с помощью специальной гимнастики.

Среди профессиональных дирижеров, регентов церковных хоров и студентов-дирижеров был проведен анонимный опрос. Выборка составила 90 человек возрастом 18-69 лет. Среди опрошенных дирижеров и регентов ожидаемо оказалось больше женщин (81%), в том числе возрастом 30-35 лет (39% от всех опрашиваемых). В первую очередь интересовала зависимость наличия профессиональных заболеваний от возраста, пола, интенсивности дирижерской деятельности и выполнения физических упражнений.

Если рассмотреть ответы самой здоровой части опрошенных – мужчины и женщины возрастом от 18 до 39 лет, то можно заметить, что практически все из них столкнулись со следующими проблемами: сколиоз, варикоз, отёки, гастрит, ухудшение зрения (только 2 человека из 90 признали, что у них нет проблем со здоровьем). Среди дирижеров и регентов более старшего поколения (от 40 лет) уже чаще встречаются ревматизм, остеохондроз, миалгия, варикоз, неврозы, усталость и судороги ног.

Что касается регулярности занятий каким-либо спортом, то лишь 15,5% респондентов уделяют физкультуре свыше 4 часов в неделю, 4% (это мужчины 30-49 лет) – свыше 6 часов в неделю. Утренней гимнастикой регулярно занимаются 14% дирижеров, периодически делают упражнения 23% респондентов.

Из тех опрошенных, кто регулярно уделяет время гимнастике, все отмечают её положительное влияние на состояние здоровья. Можно процитировать некоторые развернутые ответы: «Очень помогает, поскольку стоять такое время на ногах – большая нагрузка, чем при ходьбе», «Растяжка точно помогает», «Конечно! Только не спорт, а физическая культура, она вырабатывает полезную привычку – упорство», «Да, физические упражнения укрепляют здоровье. Повышается выносливость организма», «Думаю, да, так как работа тяжелая, много приходится стоять», «Помогает в поддержании здоровья и состоянии суставов», «Да. Позволяет выстаивать долгие службы, не сбивать дыхание при активном дирижировании», «Безусловно! Особое внимание уделяется дыханию! С дыхательной гимнастики начинает каждую репетицию», «Мне помогает ходьба. 40 минут в день».

Стоит отметить, что работа регента церковного хора более тяжелая физически по сравнению с дирижерской работой в светских хорах. Редко какой хоровой концерт длится свыше 2-3 часов, а регенту порой приходится стоять без возможности поменять позу свыше 5 часов подряд. Конечно же, это

огромная нагрузка на ноги (отсюда отёки и варикоз). Кроме того, серьезно устает мышечный аппарат, особенно спина, шея и руки. Часто это связано с неправильной постановкой дирижерского аппарата (необходимо выработать наиболее рациональные и естественные движения, базирующиеся на внутренней и мышечной свободе) или слабой физической подготовкой.

Правильная дирижерская постановка заключается в следующем: корпус должен располагаться прямо, ни в коем случае нельзя раскачиваться из стороны в сторону [1]; должен быть хороший упор на ноги, которые следует расставить не слишком широко (на ширину 1-2 ступней), при этом одна нога может быть немного выдвинута вперед; в руках не должно быть мышечных зажимов; кисть руки должна располагаться горизонтально на уровне середины груди, при этом открытая ладонь должна быть направлена вниз; состояние пальцев должно быть слегка согнутое, «округлое»; взгляд должен охватывать и контролировать весь музыкальный коллектив [5].

Формы проявления профессиональных заболеваний среди дирижеров по большей части можно отнести к двигательным расстройствам – аномальному состоянию двигательной системы, при которой нарушается её нормальное, рациональное функционирование из-за перенапряжения мускулатуры. В результате можно наблюдать произвольные мышечные сокращения – судороги, а также боли невралгического характера. Чаще всего у регентов встречаются невралгии плечевого сплетения, а также так называемые невромиалгии, невромиотизы, невротендомиозиты. Дискинезия – это еще один из профессиональных неврозов дирижеров, который характеризуется расстройством координации движений, что делает качественную дирижерскую работу практически невозможной, так как здесь необходимо сочетание быстроты и высокой координации движений [8].

Решая связать свою жизнь с профессией дирижера, нужно делать одновременно выбор в сторону развития физической выносливости и укрепления нервной системы. Существует мнение, что для этого необходимо использовать не только гимнастические упражнения, но и регулярно применять самовнушение (аутогенные тренировки). Еще в советское время школа И.П. Павлова показала, что в основе аутогенной тренировки, активирующей нервные структуры, «лежат произвольное, волевое и длительное глубокое расслабление мышц, образование и закрепление полезных условных рефлексов под контролем коры головного мозга, целенаправленное воспроизведение следов эмоционально окрашенных ситуаций. Такая тренировка в большой степени основывается на самоубеждении и самовоспитании, то есть это волевой и интеллектуальный процесс по рациональной перестройке личности» [2].

Одна из основных проблем дирижерской постановки – зажатость плечевого пояса и корпуса, с этим сталкиваются как начинающие, так и опытные дирижеры. С. Казачков выделяет психологические (незнание партитуры, несоответствие произведения уровню дирижера, страх, волнение) и физические (общая физическая неразвитость, природная неуклюжесть, занятия тяжелой атлетикой) причины, вызывающие зажатость и конвульсивность

движений [4]. Он также выявил зависимость психологической и физической свободы корпуса и рук дирижера от его типа темперамента: чаще всего зажатость встречается у флегматиков и холериков, им также труднее добиться свободы выражения мысли при помощи дирижерского аппарата; дирижерам-меланхоликам профессиональная деятельность дается легче.

Вне зависимости от причин, вызвавших зажатость корпуса и плечевого пояса, эту проблему можно решить при помощи физических и аутогенных упражнений.

Первое, что нужно сделать, – это научиться расслабляться. Не всем знакомо чувство полного расслабления, но «познакомиться» с ним можно так: лечь на спину на ровной поверхности и заложить руки за голову. Затем сильно потянитесь, а после расслабьтесь. Во время напряжения (потягивания) медленно и глубоко вдыхайте, а при расслаблении – делайте свободный полный выдох.

Из аутогенных упражнений на расслабление можно посоветовать следующее: лечь на спину, закрыть глаза и максимально расслабить тело. Голову нужно немного отклонить вправо или влево, как удобнее. Руки ладонями вверх свободно откинута. Пятки и носки врозь. Мысленно нужно проконтролировать полное расслабление, начиная от пальцев ног и вверх до самых мелких мускулов лица. Через некоторое время можно ощутить тепло и тяжесть в руках и ногах из-за расширения сосудов и притока крови к конечностям.

Существуют физические упражнения, которые помогают расслабить конкретно плечевой пояс. Они удобны тем, что выполнять их можно в любое время в любом месте.

17. Приподнимите плечи, отведите их назад, а потом свободно опустите. Это упражнение нужно выполнять несколько раз до снятия напряжения в плечевом поясе.

18. Встаньте прямо, потом наклонитесь вперед и расслабьте руки, раскачивая их, словно плети, влево и вправо.

19. Каждую руку поочередно поднимайте перед собой, при этом кисти должны свободно свисать (как «тряпочки»). Подняв руку, задержите её ненадолго перед собой, затем отпустите, чтобы она свободно упала. Делайте это упражнение сначала отдельно с каждой рукой по очереди, после этого с обеими сразу. После «свободного падения» рука может по инерции совершить несколько маховых движений.

20. Для расслабления плеч хорошо подходит круговое вращение руками, желательно при этом использовать палку (из подручных средств подойдут большая указка, швабра). Возьмите палку в обе руки, держа её перед собой. Затем медленно поднимайте руки вверх, заведите их за спину до того момента, чтобы палкой коснуться поясницы или ягодиц. Потом медленно верните руки в исходное положение.

21. Встаньте прямо, поставьте ноги на ширину плеч. Расслабьте руки и поднимите их над головой, сделайте вдох и при этом немного прогнитесь в

пояснице. После этого нужно резко наклониться вперед, «уронить» руки перед собой и выдохнуть. Руки должны некоторое время свободно раскачиваться.

22. Встаньте прямо, ноги на ширине плеч, руки свободно свисают. Затем делайте вращательные движения туловищем по часовой и против часовой стрелки, при этом руки должны свободно следовать за движениями туловища [8].

Ощущение цельности рук и взаимосвязи их отдельных частей очень важно в работе дирижера. Оно напрямую связано с состоянием плечевого пояса. Это ощущение вырабатывается при помощи специальных упражнений на мышечное напряжение и расслабление [1]:

1. Стойка прямо. На вдохе одна рука поднимается вверх, а затем на выдохе нужно «бросить» ее вниз, не сгибая в локте. Внизу она должна свободно покачаться некоторое время. Делать это упражнение по очереди каждой рукой, а затем двумя руками вместе. Необходимо добиться ощущения тяжести и веса руки в процессе «падения» и расслабления. Можно немного модернизировать это упражнение, добавив к процессу падения рук опускание головы вниз до полной расслабленности.

2. То же самое упражнение, но руки нужно освобождать по частям: вначале кисть, потом предплечье и, наконец, плечо.

3. То же упражнение, как и первое, но расслабление руки должно происходить мгновенно, как будто из руки выдернули некий стержень.

Для расслабления плечевого пояса очень полезно выполнять круговые движения руками – круги можно делать вправо или влево либо вперед и назад, как поочередно руками, так и обеими вместе. Данное упражнение можно делать также с вращением рук от локтей либо только кистями.

Сколиоз – одно из наиболее распространенных заболеваний регента. Причина формирования сколиоза заключается в том, что часто руководителю церковного хора приходится стоять не напротив своих певчих, а где-нибудь сбоку – в зависимости от свободного места на клиросе, при этом смотреть в ноты приходится также искоса (вот и причины нарушения зрения, в том числе косоглазия). В зависимости от стадии сколиоза существуют комплексы упражнений лечебной физической культуры среди наиболее простых можно отметить следующие:

- ходьба на месте;
- наклоны вперед с руками;
- стоя, руки в стороны, повороты влево-вправо;
- лежа на спине, медленно поднимать и опускать руки;
- «ножницы» руками;
- «ножницы» ногами;
- лежа на спине, поочередно подтягивать колени к животу;
- «велосипед»;
- лежа на животе, руки «в замок» за голову, поднимать корпус, насколько возможно;
- «кошка»: стоя на четвереньках, прогибать спину;

- сесть на коврик, колени согнуть и обхватить руками, затем «опрокинуться» аккуратно на спину и перекатываться из стороны в сторону – это будет своеобразный самомассаж мышц и связок. При сколиозе категорически запрещено висеть и подтягиваться на турнике, кувыркаться, поднимать тяжести, бегать, совершать быстрые движения.

Длительное нахождение в положении стоя приводит к отёкам и варикозу нижних конечностей. Немного снизить риск возникновения этих проблем может подбор удобной, возможно, ортопедической обуви и ношение компрессионных чулок или колготок, а также соблюдение правильного питьевого режима (это обязательно, так как обезвоживание приводит к сгущению крови и риску образования тромбов) и режима отдыха. При любой возможности необходимо двигаться, хотя бы перекатываться с носка на пятку.

Наиболее эффективные упражнения при варикозном расширении вен – это ходьба, плавание, упражнения на растяжку, дыхательная гимнастика. Вечером обязательно нужно устроить ногам отдых, для этого нужно принять горизонтальное положение, а ноги положить на некую возвышенность (это может быть, как свернутое одеяло или подушка, так и фитнес-шар).

При варикозе полезно будет выполнять следующие упражнения:

- лечь на спину, вытянуть ноги, затем поочередно тянуть на себя носок;
- лежа на спине, поочередно подтягивать к животу согнутую в колене ногу, а затем распрямлять её;
- лечь на спину и поднять прямые ноги вверх, ступнями совершать круговые движения;
- «велосипед»;
- сесть на стул и опереться пятками в пол, поднимать носки и двигать ими в разные стороны;
- встать прямо, подниматься на носки и опускаться обратно;
- ходьба на цыпочках мелкими шагами. Бег, прыжки, спортивные танцы при варикозном расширении вен противопоказаны.

При отёчности ног от долгого стояния полезной будет ходьба. При невозможности длительных прогулок ходьбу можно имитировать дома: опереться руками об стену, приподнимать поочередно пятки, не отрывая носков от пола. Простые упражнения для борьбы с отёками – перекачивание различных предметов стопами, поднятие небольших предметов пальцами ног, поочередное сжимание и разжимание пальцев на ногах.

Отёки могут свидетельствовать не только об усталости ног, но и о серьёзных проблемах с сердечно-сосудистой или эндокринной системой, поэтому в случае долговременных и многократных проявлений необходимо обратиться к врачу.

Среди видов спорта, способных благоприятно воздействовать на формирование мышечного корсета, развитие мышц рук и плавность движений, можно отметить плавание, у-шу, баскетбол, бадминтон, настольный и большой теннис. Очень полезны танцы, так как они учат гибкости и пластичности» [7].

Экспериментально было установлено, что самым полезным видом спорта для музыкантов и дирижеров является плавание [6]. Эти занятия положительным образом влияют на респираторную систему, это отличное средство для закаливания и профилактики простудных заболеваний. При нахождении тела в воде практически исключена статическая работа скелетной мускулатуры, благодаря этому мышцы расслабляются. Нагрузка на позвоночник уменьшается, что помогает при лечении сколиозов и радикулитов, а также травм, связанных с вывихами и растяжениями связок. При систематических занятиях плаванием происходит стимуляция динамической координации рук и всего корпуса, совершенствуются двигательные навыки, что актуально для дирижеров-хоровиков. Кроме того, плавание повышает выносливость – необходимое качество любого дирижера.

Что касается спортивных игр, то их ценность заключается в развитии динамической координации в целом. Игры с мячом не только совершенствуют зрительную функцию, но также развивают силу и гибкость кистей рук.

Тяжелой атлетикой дирижерам заниматься не рекомендуется, так как это может привести к увеличению мышечного напряжения. Не стоит и забывать о лечебном и расслабляющем массаже, который показывает отличные результаты в решении проблем мышечных зажимов в плечевом поясе.

Профессия дирижера, несмотря на кажущуюся безопасность для здоровья, ведет к возникновению большого ряда профессиональных заболеваний: неврозов, нарушения зрения, варикоза, болезней суставов, сколиоза и др. Начинаящему руководителю хора следует регулярно заниматься профилактикой этих заболеваний, в том числе и с помощью специальных комплексов упражнений. Предложенные в данной работе упражнения подходят для дирижеров с различным уровнем физической подготовки, занимают немного времени, при этом отличаются высокой эффективностью как для профилактики заболеваний, так и в качестве лечебной физкультуры. Так как с проблемами сколиоза, мышечных зажимов в плечевом поясе, руках, спине, усталости ног сталкиваются не только дирижеры и музыканты в целом, но и люди совершенно разных профессий, то предложенный комплекс упражнений будет интересен и полезен широкой аудитории. С помощью регулярной гимнастики можно научиться расслабляться не только физически, но и психологически, что позволит на долгие годы сохранить здоровье.

Список литературы

1. Амирова Л.Т. Дирижирование и чтение хоровых партитур: практическое пособие / Л.Т. Амирова. – Уфа: Издательство БГПУ, 2010. 60 с.
2. Анিকেева З.П., Анিকেев Ф.М. Как развить певческий голос. Отв. ред. д-р мед. наук, проф. Д. И. Тарасов. – Кишинев, «Штиинца», 1981. 124 с.
3. Валиахметова А.Н. Практические основы хорового дирижирования. Практические основы чтения хоровых партитур: Конспект лекций. – Казань: КФУ, 2014. 161 с.

4. Казачков С. Дирижерский аппарат и его постановка. – М.: Музыка, 1966. 127 с.

5. Мусин И. Техника дирижирования. – 2-е изд., доп. – СПб.: Просветит.-изд. центр «ДЕАН-АДИА-М»: Пушкин. фонд, 1995. 294 с.

6. Пазовский А.М. Записки дирижера. Общ. ред. В. Кухарского. – 2-е изд. – М.: Советский композитор, 1968. 558 с.

7. Старостина А.В., Старостина Ю.М. Физическая активность студентов на занятиях по фитнесу / А.В. Старостина, Ю.М. Старостина // Молодежь и наука: мат-лы международной науч.-практ. конф. – Нижний Тагил: НТИ (филиал) УрФУ, 2020. С. 577-580.

8. Старостина А.В. Развитие координационных способностей младших школьников на уроках физической культуры / А.В. Старостина // Обзор педагогических исследований. 2022. Том 4. №5. С. 88-93.

THE EFFECT OF PHYSICAL EXERCISES ON THE CONDUCTOR'S HEALTH

N. Kiselyova, A. Starostina

Abstract. This scientific work considers the main professional diseases of conductors, including regents of church choirs, and presents a set of physical exercises that help solve health problems or avoid them both for students of conducting and regency departments, and for practicing conductors (regents).

Keywords: health, professional diseases of conductors, conductor apparatus, exercises for conductors.

ПРОБЛЕМА ПЛАНИРОВАНИЯ УДАРНЫХ МИКРОЦИКЛОВ

М.В. Кум

*Уральский федеральный университет
имени первого Президента России Б.Н. Ельцина*

Аннотация. Ударный микроцикл нужен для того, чтобы быстрее добиться адаптационных перестроек организма спортсмена. При планировании ударного микроцикла важно учитывать три главные составляющие: продолжительность, задачи и интенсивность нагрузки. Предполагают, что волновая периодизация лучше всего подходит для планирования ударного микроцикла.

Ключевые слова: микроцикл, планирование, нагрузка, интенсивность, объем.

Микроцикл является малым циклом тренировки, его длительность составляет чаще всего неделю, но в целом он может длиться от 3 до 14 дней. Структура микроцикла состоит из: 1) построения процесса; 2) реализации процесса; 3) контроля за ходом подготовки.

«Внешними признаками микроцикла являются:

- наличие двух фаз в его структуре – стимуляционной фазы (кумулятивной) и восстановительной фазы (разгрузка и отдых). При этом

равные сочетания (по времени) этих фаз встречаются лишь в тренировке начинающих спортсменов;

- часто окончание микроцикла связано с восстановительной фазой, хотя она встречается и в середине его;

- регулярная повторяемость в оптимальной последовательности занятий разной направленности, разного объема и разной интенсивности» [1].

В данной статье мы рассматриваем только один микроцикл – ударный. Ударный микроцикл нужен для того, чтобы быстрее добиться адаптационных перестроек организма спортсмена. Ударным микроциклом, в зависимости от этапа годового цикла, могут быть: базовый, контрольно-подготовительный и соревновательный. Ударный микроцикл отличается от других объемом и интенсивностью нагрузки. Нагрузка в данном микроцикле близка к предельной, так как спортсмену нужно за короткое время подготовить свой организм к предстоящим соревнованиям или спортсмену нужно после длительного отдыха быстрее добиться пика своей спортивной формы. В ударном микроцикле делается большой уклон на совершенствование техники физических упражнений и обязательно на развитие физических качеств.

Рассмотрим планирование ударного микроцикла для учебно-тренировочной группы 4-го года обучения по спортивной акробатике.

Длительность одной тренировки для учебно-тренировочной группы 4 составляет от 135 минут до 180 минут, в зависимости от периода подготовки.

Первое, что нам нужно для планирования ударного микроцикла – это определиться с его продолжительностью. Для нашего контингента, а это мальчики и девочки 12-14 лет, лучше всего подойдет шестидневный микроцикл с отдыхом в воскресенье для возможности восстановления организма.

Второе, что стоит взять во внимание при планировании ударного микроцикла – это задачи. В задачах ударного микроцикла обязательно должно быть развитие какого-либо физического качества, необходимого для определенного вида спорта. А также совершенствование техники физического упражнения, а лучше двух.

Третье, что следует знать при планировании ударного микроцикла – это варьирование объема и интенсивности нагрузки. Нужно понимать, что нельзя каждый день давать спортсменам большую нагрузку, это может привести к переутомлению и спортивным травмам. Лучше чередовать интенсивность и объем нагрузки, исходя из волновой периодизации [2]. Волновая периодизация поможет добиться желаемых результатов, не прибегая к переутомлению и перетренированности спортсменов. Варьировать нагрузку с помощью волновой периодизации можно чередуя: один день – большая нагрузка, второй день – средняя нагрузка, третий день – большая нагрузка и так далее чередуя через день большую и среднюю нагрузку. Также можно чередовать два дня – большая нагрузка, один день – средняя нагрузка. Все зависит от возраста и подготовленности спортсменов, а также от специфики избранного вида спорта. Следить за интенсивностью нагрузки лучше всего с помощью пульсометрии, так тренер лучше будет понимать выполняются ли задачи тренировок и достаточная ли нагрузка для спортсменов во время тренировочного занятия.

Возможный вариант ударного микроцикла для учебно-тренировочной группы 4-го года обучения представлен в таблице.

**Таблица. Ударный микроцикл для спортивных акробатов
в учебно-тренировочной группе 4-го года обучения**

День	Задачи	Нагрузка, содержание занятия
1. ПН.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие взрывной силы; 2. Совершенствование техники выполнения индивидуальной работы в динамическом упражнении; 3. Совершенствование техники выполнения парной работы в динамическом упражнении. 	<p>Нагрузка большая.</p> <p>Упражнения для развития взрывной силы рук и ног. (ЧСС 143-156).</p> <p>Отработка техники выполнения индивидуальных и парных динамических элементов. (ЧСС 130-143).</p> <p>Прогон композиции. (ЧСС 143-156).</p> <p>Всего: 180 мин.</p>
2. ВТ.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие выносливости; 2. Совершенствование техники выполнения индивидуальной работы в балансовом упражнении; 3. Совершенствование техники выполнения парной работы в балансовом упражнении. 	<p>Нагрузка большая.</p> <p>Беговые упражнения для развития выносливости. (ЧСС 169-182).</p> <p>Отработка индивидуальной и парной балансовой работы. (ЧСС 130-143).</p> <p>Прогон композиции. (ЧСС 143-156).</p> <p>Всего: 180 мин.</p>
3. СР.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие координационных качеств; 2. Совершенствование техники выполнения индивидуальной работы в комбинированном упражнении; 3. Совершенствование техники выполнения парной работы в комбинированном упражнении. 	<p>Нагрузка средняя.</p> <p>Упражнения на развитие координации (хореография у станка). (ЧСС 117-130).</p> <p>Совершенствование техники выполнения комбинированных индивидуальных и парных элементов. (ЧСС 130-143).</p> <p>Прогон композиции без элементов. (ЧСС 130-143).</p> <p>Всего: 135 мин.</p>
4. ЧТ.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие силы; 2. Совершенствование техники выполнения индивидуальной работы в балансовом и динамическом упражнениях; 3. Совершенствование техники выполнения парной работы в балансовом и динамическом упражнениях. 	<p>Нагрузка большая.</p> <p>Упражнения на развитие силы мышц спины, живота и плечевого пояса. (ЧСС 143-156).</p> <p>Совершенствование техники выполнения балансовых и динамических индивидуальных и парных элементов. (ЧСС 130-143).</p> <p>Прогон двух композиций. (ЧСС 143-156).</p> <p>Всего: 180 мин.</p>
5. ПТ.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие гибкости и координационных качеств; 2. Совершенствование техники выполнения индивидуальной работы в 	<p>Нагрузка средняя.</p> <p>Упражнения на развитие координации (хореография у станка) и на развитие гибкости</p>

	комбинированном упражнении; 3. Совершенствование техники выполнения парной работы в комбинированном упражнении.	(растяжка). (ЧСС 117-130). Совершенствование техники выполнения комбинированных индивидуальных и парных элементов. (ЧСС 130-143). Прогон композиции. (ЧСС 143-156). Всего: 135 мин.
6. СБ.	1. Развитие общей выносливости; 2. Совершенствование техники выполнения индивидуальной работы в балансовом, динамическом и комбинированном упражнениях; 3. Совершенствование техники выполнения парной работы в балансовом, динамическом и комбинированном упражнениях.	Нагрузка большая. Беговые упражнения для развития выносливости. (ЧСС 169-182). Совершенствование техники выполнения балансовых, динамических и комбинированных индивидуальных и парных элементов. (ЧСС 143-156). Прогон трех композиций. (ЧСС 143-156). Всего: 180 мин.
7. ВС.	Отдых.	Отдых.

Таким образом, для планирования ударного микроцикла необходимо досконально изучить специфику избранного вида спорта, брать во внимание возраст и подготовленность спортсменов, а также период подготовки. Ударный микроцикл послужит спортсменам, как для того, чтобы набрать спортивную форму как можно быстрее, так и для того, чтобы подготовиться к предстоящим соревнованиям. Использование волновой периодизации при планировании ударного микроцикла поможет правильно распределить нагрузку.

Список литературы

1. Электронный ресурс удаленного доступа: PRO TRAINING Недельная волновая периодизация // Волновая периодизация. Как самая эффективная схема для развития мышц 2021. URL: <https://dzen.ru/media/protraining/volnovaia-periodizaciia-kak-samaia-effektivnaia-shema-dlia-razvitiia-sily-myshc-61161be3c7be8a07e0edad57> (дата обращения: 01.11.2022).
2. Электронный ресурс удаленного доступа: Ветков Н. Е. Построение микроциклов в спортивной тренировке // Современные системы спортивной тренировки. 2017. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/postroenie-mikrotsiklov-v-sportivnoy-trenirovke/viewer> (дата обращения: 05.11.2022).
3. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. Учебник для студентов, преподавателей университетов физической культуры / М.М. Боген. – М.: Физкультура и спорт, 1985. 193 с.

SHOK MICROCYCLE SCHEDULING PROBLEM

M. Kit

Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin

Annotation. A shock microcycle is needed in order to quickly achieve adaptive changes in the athlete's body. When planning a shock microcycle, it is important to consider three main components: duration, tasks and intensity of the load. It is assumed that wave periodization is best suited for planning an impact microcycle.

Keywords: microcycle, planning, load, intensity, volume.

ВАЖНОСТЬ ПРАВИЛЬНОЙ РАЗМИНКИ КАК ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМ

Я.Е. Клетченко, С.В. Никифоров, И.Н. Блудова

*Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ
Омская Академия Министерства внутренних дел РФ*

Аннотация. В статье рассмотрены механизмы появления повреждений при занятиях физической подготовкой. Проведен тест вероятных причин появления повреждений, в частности в итоге некачественно проделанной разминки, с изложением соответствующих профилактических мероприятий.

Ключевые слова: травмы на занятиях физической подготовкой и спортом в образовательных учреждениях МВД РФ, предпосылки травматизма, разминка, правила эффективной разминки.

Разминка – это один из важнейших элементов тренировочного процесса. Вариантов разминки может быть много, например, она может быть: суставная или на все тело. Это способ включения в тренировку, разогрева суставов, а также всех тканей. На разминке разминается то, что будет прорабатываться на самой тренировке. При этом на разминке необходимо настроить себя психологически и эмоционально. Именно разминка помогает уловить тот настрой на продуктивную тренировку, которая будет активная, динамичная и на все тело. Для того чтобы проработать все суставы во всех плоскостях, чтобы настроиться на дальнейшую работу, именно поэтому разминка является важным и нужным моментом перед началом самой тренировки. Помимо этого человеку необходим также и психоэмоциональный настрой, которого можно добиться, разминаясь. То есть, организм человека активизируется и в дальнейшем человек тренируется уже с удовольствием. Также основой в разминке является правильность её выполнения. Она должна быть полной, направленной на все группы мышц и суставов, для того чтобы полностью размять тело человека.

Основная цель разминки:

- 1.Снижение риска травмы;
- 2.Улучшение кровообращения;
- 3.Улучшение эластичности мышц и связок;

- 4.Повышение результативности тренировок;
- 5.Активизация и подготовка нервной системы к работе;
- 6.Улучшение проводимости нервных волокон.

Разминка бывает:

1. Статическая, которая подразумевает растягивание мышцы до точки, в которой вы чувствуете мышечное натяжение, и последующее сохранение данного положения на некоторое время.

2. Динамическая, которая состоит из пампинга – вы принимаете позу и начинаете тянуться до точки, в которой чувствуете мышечное натяжение, затем возвращаете мышцы в исходное положение, то есть в исходную длину. Далее повторяете процедуру.

Разминка включает в себя:

- Разнообразные упражнения на растяжение мышц шеи, рук, туловища, ног и др.;

- Упражнения для повышения гибкости рук, ног, позвоночника путём вращения во всех суставах;

- Лёгкий бег;

На разминке необходимо разогреться таким образом, чтобы сухожилия и мышцы стали более эластичными и можно было эффективно и безопасно их нагружать и растягивать. Разминка заканчивается, когда начинается потоотделение.

Разминка состоит из двух частей. Задача первой – поднять общую работоспособность, второй – настроить на предстоящую работу.

Для начала выполняется обычная разминка. Во время такой разминки нужно поочередно выполнять простые упражнения, при этом немного нагружая различные мышцы, связки и суставы. Важно не расслабляться и с должным вниманием разогреть все тело. Такие упражнения необходимо выполнять несколько раз.

После этого можно включить аэробные упражнения. Например, это может быть быстрая ходьба, которая будет постепенно повышать пульс, и подготовит сердечно – сосудистую систему к нагрузкам и все тот же разогрев суставов, связок и мышц.

Частью разминки можно и нужно считать легкие подходы основных упражнений, выполняемые перед рабочими подходами. Можно начать с минимального веса и постепенно повышать его. Такие подходы должны выполняться перед каждым упражнением.

В итоге, разминка – это комплекс упражнений, выполняемых в самом начале тренировки с целью разогрева мышц, связок и суставов, а также приведения их в состояние готовности к нагрузкам. Разминка перед бегом комплексно готовит организм к нагрузке. Она ускоряется обмен веществ, работу органов кровообращения и дыхания, увеличивается эластичность мышц и связок, в кровь поступают необходимые гормоны.

Важно отметить, что один вид разминки не отменяет другой. То есть, другими словами, важны все виды разминки, поскольку очень важно как можно лучше подготовить тело к тренировке, чтобы потом избежать травм.

Несмотря на то, что разминка крайне важна, многие ее частично или полностью игнорируют, тем самым существенно повышают вероятность получения травмы.

Список литературы

1. Данько Ю. И. Физиология разминки / Ю. И. Данько. – М: Медицина, 2014. 96 с.
2. Аракелян Г. Л., Бичан Н.В., Мантуров О.С. Стратегии конструирования телесности и формирования здорового образа жизни обучающихся образовательных организаций МВД России // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2022. № 1(67). С. 113-118.
3. Аракелян Г. Л., Хаченкова К.Ю., Борисова Н.И. Валеологическая направленность самостоятельных занятий сотрудников полиции физическими упражнениями // Актуальные вопросы физической подготовки (культуры) обучающихся образовательных организаций высшего образования: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции, Нижний Новгород, 21 февраля 2022 года. Киров: Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании, 2022. С. 7-10.
4. Хаченкова К.Ю., Никифоров С.В. Причины и профилактика травматизма на занятиях по физической подготовке // Наука-2020. 2021. №8 (53). С. 88-92.

THE IMPORTANCE OF PROPER WARM-UP AS INJURY PREVENTION

Y. Kletchenko, S. Nikiforov, I. Bludova

*Federal State State Educational Institution Institution of higher education
"Rostov Law Institute Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation"*

*Federal state state educational
Institution of higher education "Omsk Academy of the Ministry
of Internal Affairs of the Russian Federation"*

Abstract. The mechanisms of damage occurrence during physical training are considered. A test of the probable causes of damage, in particular as a result of a poorly done warm-up, with a description of the appropriate preventive measures, was carried out.

Keywords: *injuries in physical training and sports classes in educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, prerequisites for injury, warm-up, rules of effective warm-up.*

АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ БОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОВД И СПОСОБЫ ЕЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

Я.Е. Клетченко, С.В. Никифоров, И.Н. Блудова

*Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ
Омская Академия Министерства внутренних дел РФ*

Аннотация. В статье были проанализированы эффективность боевой подготовки сотрудников ОВД. Опираясь на законодательную базу, выделены упражнения и нормативы,

обязательные для выполнения сотрудниками органов внутренних дел. Предложены пути её совершенствования.

Ключевые слова: физическая подготовка, боевая подготовка, боевые приёмы борьбы, болевое воздействие.

Одной из важнейших задач процесса физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России является повышение уровня профессиональной подготовки сотрудника ОВД. Тактическая подготовленность – один из самых существенных показателей готовности сотрудника. Сущность тактики и техники действий курсанты и слушатели познают при изучении дисциплины «Физическая подготовка», а конкретнее – при изучении боевых приемов борьбы. Освоение большинства приемов в системе подготовки сотрудников МВД России базируется на основе боевого самбо.

Изучение боевых приемов борьбы является одним из обязательных направлений подготовки сотрудников ОВД, так как их деятельность непосредственно связана с риском, опасным для жизни и здоровья. Формирование навыков обезоруживания, задержания лиц, нарушающих общественный порядок и угрожающих безопасности как сотрудников, так и граждан, просто необходимо для повышения эффективности несения службы.

Боевые приемы борьбы – это наиболее подходящие к сложившейся ситуации способы действия, которые нацелены на эффективное преодоление сопротивления, оказываемого нарушителем, в условиях физического противоборства.

В образовательных организациях МВД России боевые приемы борьбы являются основным разделом обучения курсантов и слушателей физической и служебной подготовке. Основные направления боевой подготовки включают обучение сотрудников приемам спортивной борьбы, болевым приемам, ударам и защите от ударов как невооруженного, так и вооруженного противника, сковыванию наручниками, связыванию ремнем, а также тактике проведения личного досмотра нарушителя общественного порядка [1].

В области профессионально-прикладной физической подготовки среди специалистов постоянно идут споры о целесообразности обучения тем или иным боевым приемам борьбы. И связаны эти споры, прежде всего, с эффективностью их практического применения. Часть из них даже считает, что необходимо полностью модернизировать и обновить блок Наставления по физической подготовке.

В 2018 году научными деятелями совместно с профессиональными тренерами в области японского джиу-джитсу и самбо был проведен анализ действенности боевых приемов, которым обучают сотрудников [4]. Исследование проводилось в несколько этапов.

На первом этапе были определены наиболее эффективные приемы борьбы в положении стоя, которые могут быть полезны сотруднику полиции при реальном задержании правонарушителя, среди которых выделили загибы руки за спину «толчком» и «замком», а также рычаги руки наружу и внутрь.

Второй этап исследования включал изучение болевых приемов на руки с точки зрения силы болевого воздействия на задерживаемого в соответствии с анатомической картой строения человека. Было установлено, что большинство приемов из Наставления оказывают минимальное болевое воздействие на мышцы и связки и будут эффективны либо при условии значительного физического превосходства сотрудника над правонарушителем, либо при значительном по силе расслабляющем ударе, при котором задерживаемое лицо может быть сильно травмировано. Приемы же, которые были отобраны экспертами на первом этапе, как выяснилось, способны оказывать достаточно сильное болевое воздействие за счет сдавливающего, скручивающего и ущемляющего воздействия на мышечно-связочную систему человека. Таким образом, эти приемы сможет выполнить даже сотрудник, уступающий нарушителю по физическим силам и параметрам, и не требует нанесения дополнительных ударов, угрожающих травмой задерживаемому.

Третий этап исследования был основан на проверке субъективных ощущений ассистента в зависимости от дозированной степени воздействия, скорости и амплитуды выполнения того или иного болевого приема. По степени болевого воздействия определялась эффективность приема. На данном этапе специалистами так же, как и на предыдущих двух были выделены загибы руки за спину «толчком» и «замком», а также рычаги руки наружу и внутрь. Это доказывает, что именно этим приемам следует уделять наибольшее внимание при физической подготовке сотрудников к действиям по задержанию лиц, представляющих опасность для граждан и сотрудника.

Надежность выполнения представленных приемов зависит от длительной и качественной отработки техники их выполнения. Но не менее важными факторами, оказывающими влияние на качество выполнения приема, являются выносливость сотрудника полиции и эмоциональная устойчивость [5].

Выносливостью считается способность человека выполнять какое-либо двигательное действие в течение продолжительного времени без снижения его эффективности. Спецификой выносливости сотрудника ОВД является выполнение приемов в условиях физического сопротивления и сопротивления правонарушителя.

На успешность и результат задержания влияет так же и способность сотрудника выполнять свою деятельность при сильном воздействии стрессовых факторов (например, при высокой степени опасности, исходящей от нарушителя).

Поэтому, по нашему мнению, повысить эффективность изучаемых на занятиях по физической подготовке приемов могут учебно-тренировочные поединки, которые моделируют поведение курсанта (слушателя) в конкретной конфликтной ситуации, связанной с риском. Для этих ситуаций характерно возникновение чувств как тревога и страха от встречи с агрессивным противником, который оказывает активное противодействие и может причинить ущерб здоровью сотрудника. При высоком уровне стресса сотруднику все же необходимо предвидеть возможные действия противника и пресекать их. Дефицит времени для принятия конкретного решения и

немедленное осуществление действий по его реализации может сильно дестабилизировать сотрудника и заставить его сильно нервничать, что в итоге приведет к негативным последствиям для него самого и, возможно, для окружающих.

В настоящее время многие специалисты считают, что уровень боевой подготовки сотрудников ОВД не слишком высок, так как процесс обучения строится, в основном, на демонстрации техники выполнения приемов на несопротивляющемся партнере [3]. Таким образом, введение в программу учебных спаррингов и хорошая организация их проведения в конечном итоге поспособствуют повышению эффективности действий сотрудника полиции в реальной стрессовой ситуации.

В результате изучения статистики практического применения приемов борьбы и частоты их использования, основанной на многочисленных опросах представителей различных подразделений МВД России, выяснилось, что подавляющее большинство сотрудников ни разу не пользовались приемами борьбы, указанными в Наставлении [2]. Причинами тому являются стремительность развития ситуации при задержании нарушителя, что не позволяет сотруднику раздумывать о том, какой прием было бы целесообразнее применить, чтобы нейтрализовать противника, а действовать быстро и решительно, а также сильное сопротивление с его стороны. Как выяснилось на практике при задержании чаще всего сотрудниками производилось сваливание правонарушителя с последующим загибом руки за спину в положении лежа, принудительный его подъем и дальнейшее сопровождение. Применить к правонарушителю какой-либо из болевых приемов, либо осуществить бросок, зачастую бывает невозможно или очень затруднительно вследствие его физического превосходства либо сильного сопротивления, поэтому на практике проще сразу вывести его из равновесия и повалить на землю.

Таким образом, для улучшения практической значимости процесса обучения курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России боевым приемам борьбы необходимо проведение спаррингов по рукопашному бою по правилам и в защитном снаряжении. Такой тип проведения занятий позволит увидеть, как сотрудник поведет себя в ситуации, когда действия противника не будут предсказуемы, и оценить уровень усвоения им боевых и болевых приемов борьбы. Но самое главное заключается в том, что так обучающиеся смогут продемонстрировать, как они поведут себя в стрессовой ситуации, приближенной к реальной.

Список литературы

1. Приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 “Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации” (СПС Консультант Плюс. Дата обращения: 10.03.2022)
2. Горелик А.В., Гуралев В.М. Совершенствование концепции обучения боевым приемам борьбы сотрудников ОВД. 2018//<http://novaum.ru/public/p751>

3. Доттуев Т.И. Методика построения тренировочного процесса при обучении сотрудников ОВД России боевым приемам борьбы. Образование, наука, научные кадры. 2019

4. Аракелян Г. Л., Афунц Л.С. Динамика функционального состояния квалифицированных дзюдоистов в период подготовки к соревнованиям // Правоохранительные органы: теория и практика. – 2021. № 2(41). С. 123-128.

5. Настуев Э.Б. Совершенствование концепции обучения болевым приемам борьбы слушателей образовательных организаций МВД России. Образование, наука, научные кадры. 2019. С.178-180.

ANALYSIS OF THE EFFECTIVENESS OF COMBAT TRAINING OF POLICE OFFICERS AND WAYS TO IMPROVE IT

Y. Kletchenko, S. Nikiforov, I. Bludova

Federal State State Educational Institution of Higher Education

"Rostov Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation"

Federal state state educational

*Institution of higher education "Omsk Academy of the Ministry
of Internal Affairs of the Russian Federation"*

Abstract. The article analyzed the effectiveness of combat training of police officers. Based on the legislative framework, exercises and standards that are mandatory for internal affairs officers are highlighted. The ways of its improvement are proposed.

Keywords: physical training, combat training, combat fighting techniques, painful impact.

РАЦИОН ПИТАНИЯ И ВИТАМИННЫЙ КОМПЛЕКС КАК ВАЖНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ КУРСАНТОВ

Я.Е. Клетченко, С.В. Никифоров, К.Ю. Хаченкова

Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ

*Национально-исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Лобачевского*

Аннотация. В статье анализируются вопросы организации правильного питания в образовательных организациях системы МВД России. Рассматриваются вопросы назначения витаминного комплекса для курсантов, а также предлагается введение просветительских занятий для курсантов на тему организации правильного питания и введения иных мероприятий.

Ключевые слова: рацион питания, витаминный комплекс, физическая активность, курсанты.

На сегодняшний день ни для кого не секрет, что рацион питания и правильно подобранный витаминный комплекс напрямую влияют на здоровье человека, что в свою очередь, оказывает влияние на его физическую активность, внешний вид и многое другое. В связи с тем, что в современном мире имеется много возможностей, многие люди стали уделять своему рациону питания и витаминному комплексу особое внимание. Также стоит отметить тот

факт, что все спортсмены особое внимание уделяют данному вопросу, придерживаются правильного и сбалансированного питания, а также подбирают индивидуальный витаминный комплекс с помощью врача.

Для курсантов образовательных организаций системы МВД России также важен данный аспект, так как ежедневно им нужно быть физически активными, особенно на занятиях по физической подготовке. Также курсантам очень важно быть в хорошей физической форме, так как их будущая профессиональная деятельность будет требовать от них много энергии, силы и выносливости. Необходимо отметить тот факт, что правильное питание влияет не только на физическую активность курсантов, но и на умственную.

Итак, рацион питания курсантов должен состоять не просто из полезных продуктов, но он должен быть сбалансированным, а также умеренным. Так каким же ежедневный рацион питания курсантов должен быть? По общему требованию, в соответствии с физиологическими рекомендациями, энергетическая потребность студентов-мужчин оценена в пределах 10 МДж (2585 ккал), студенток – 10.2 МДж (2434,5 ккал) [2; с. 231]. Представленные рекомендации распространяются на студентов, но курсанты помимо студенческой жизни занимаются еще и служебной, поэтому их рацион питания должен отличаться более высоким употреблением килокалорий в сутки.

Стоит отметить, что питанию курсантов уделено особое внимание на законодательном уровне. Ежедневный рацион питания курсантов рассчитан в Постановлении Правительства Российской Федерации [3]. Норма питания курсантов представлена в виде таблицы, в которой указано наименование продукта и масса употребления данного продукта в день. Так, например, курсанты ежедневно должны употреблять в пищу 250 г. мяса, одно яйцо, 65 г. сахара, 600 г. картофеля, 350 г. белого хлеба из пшеничной муки и т.д. Расчетным методом с учетом потерь на тепловую обработку было определено содержание белков – 16,1 г, жиров – 13,9 г, углеводов – 58,3 г. Соотношение составило: Б – 15% , из них 3,3 % животного происхождения, Ж – 30%, из них 28 % растительные жиры, У – 55 % , из них 6,7 % крахмал. Калорийность рациона курсантов, обеспечиваемого продовольственной службой, согласно анализу нормы питания курсантов, составила 4300 ккал [1; с. 113].

При этом не стоит забывать о том, что все курсанты разные и каждому для себя стоит составлять индивидуальную формулу питания. Количество употреблённых килокалорий в день зависит от следующих факторов: пол, вес, уровень дневной активности, профессиональное занятие спортом и т.д. Также стоит отметить, что на сегодняшний день разработаны формулы, по которым можно рассчитать количество килокалорий, употребляемых за день. Например, формула Харриса-Бенедикта: для мужчин: $BMR = 66 + [13,7 \times \text{вес (кг)}] + [5 \times \text{рост (см)}] - [6,76 \times \text{возраст (в годах)}]$; для женщин: $BMR = 655 + [9,6 \times \text{вес (кг)}] + [1,8 \times \text{рост (см)}] - [4,7 \times \text{возраст (в годах)}]$.

В связи со всем вышеизложенным, мы считаем, что в образовательных организациях системы МВД России необходимо ввести дополнительные занятия для курсантов по культуре питания. На данных занятиях курсантов необходимо ознакомить с Постановлением Правительства Российской Федерации № 946, объяснить правильность расчета килокалорий в день, а также предоставить рекомендации по правильному питанию.

Среди рекомендаций по правильному питанию можно представить следующее:

1. Завтрак – по мнению ученых, хороший завтрак должен состоять из продуктов с низким содержанием жира. Идеальный набор для завтрака – каша и бутерброд с сыром. Также это может быть постная ветчина, ни в коем случае не колбаса или сало; нежирный плавленый сыр или творог вместо масла, свежие фрукты или сок вместо сахаросодержащих продуктов; 1–2 чашки чая или кофе;

2. Обед – может перечеркнуть все надежды на успех во второй половине дня, если он состоит преимущественно из продуктов, содержащих углеводы. В качестве небольшой порции гарнира картофель и макароны вполне приемлемы, но как основное блюдо способны вызвать сонливость и расслабление, так неуместные в середине дня. Сладкий десерт лишь усугубляет этот эффект, поэтому ученые рекомендуют на обед продукты, богатые белками. Мясо, птица или рыба способствуют наполнению крови аминокислотами, стимулирующими мозговую активность;

3. Ужин – не нужно есть продукты с высоким содержанием белков, например, бифштекс или рыбу (конечно, если нет необходимости стимулировать энергию для умственной работы в ночное время). Вместо этого хороши углеводы, которые наиболее благоприятно действуют именно незадолго до сна[2; с. 231].

Все эти рекомендации помогут стимулировать курсантов к соблюдению правильного питания, что скажется на их физической активности и результатах их физической подготовки. Также можно устраивать для желающих курсантов индивидуальные консультации по соблюдению правильного и сбалансированного питания.

В данном вопросе также важно уделить внимание витаминному комплексу, так как жизнедеятельность и физическая активность курсантов напрямую связана с наличием достаточного количества необходимых витаминов в их организме. Дефицит какого-либо витамина в организме может привести к сонливости, утомляемости, а также к снижению физической активности курсанта.

Для того чтобы избежать указанных выше проблем, необходимо при каждой смене сезонов курсантам сдавать анализы и консультироваться с врачом для назначения недостающего комплекса витаминов. При этом стоит отметить тот факт, что самостоятельное назначение витаминного комплекса способно навредить организму, так как может создаваться профицит витаминов

в организме, что, также как дефицит, приводит к неблагоприятным последствиям.

Исходя из сказанного, можно предложить организацию консультаций врачей раз в полугодие в образовательных организациях системы МВД России для назначения витаминного комплекса курсантам.

Подводя итоги вышесказанному, стоит подчеркнуть важность правильного и сбалансированного питания, а также правильно подобранного витаминного комплекса в жизни курсантов. Начиная свой путь в системе МВД России, курсантам важно поддерживать свое здоровье и уровень физической активности, а для этого очень важно следить за рационом своего питания, а также за состоянием своего организма, для которого важное значение имеет витаминный комплекс. Для того чтобы обратить внимание курсантов на важность данного вопроса, стоит организовывать просветительские занятия, а также ряд других мероприятий, предложенных в данной работе.

Список литературы

1. Борисова О.О. Питание курсантов ВИФК в условиях реализации учебных программ по служебно-прикладной физической подготовке и спортивно-педагогическому совершенствованию // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. 2019. № 1. С. 111-116.

2. Кошанова А.Т., Тукубаева Г.Н. Соблюдение правильного питания студентами – залог здоровья // Актуальные проблемы современности. 2016. № 2 (12).

3. О продовольственном обеспечении военнослужащих и некоторых других категорий лиц, а также об обеспечении кормами (продуктами) штатных животных воинских частей и организаций в мирное время: постановление Правительства от 29.12.2007 № 946 [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.consultant.ru/>

4. Аракелян Г. Л., Афунц Л.С. Динамика функционального состояния квалифицированных дзюдоистов в период подготовки к соревнованиям // Правоохранительные органы: теория и практика. 2021. № 2(41). С. 123-128.

DIET AND VITAMIN COMPLEX AS IMPORTANT ELEMENTS OF PHYSICAL ACTIVITY OF CADETS

Y. Kletchenko, S. Nikiforov, K. Khachenkova

*Rostov Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russia
National Research Nizhny Novgorod State University. Lobachevsky*

Abstract. The article analyzes the issues of the organization of proper nutrition in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia. The issues of the appointment of a vitamin complex for cadets are considered, as well as the introduction of educational classes for cadets on the topic of organizing proper nutrition and the introduction of other activities is proposed.

Keywords: diet, vitamin complex, physical activity, cadets.

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ СПОРТИВНОГО КЛУБА НА ПРИМЕРЕ ФИТНЕС КЛУБА «FITNESS HOUSE»

М.С. Климова, Е.В. Буланова

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Успех работы любого тренажерного зала зависит от многих факторов. Одним из них является его способность подстраиваться под текущие запросы общества. Но спортивные клубы не могут просто открыть свои двери и надеяться на лучшее. Им нужно придумать «план игры» для привлечения потенциальных клиентов и превращения их в постоянных клиентов, в целях увеличения прибыли.

Ключевые слова: спорт, физическая культура, фитнес-услуги, рынок, спрос, пути совершенствования организации, развитие фитнес центра.

Введение

В современном мире все большее количество людей сталкивается с сидячим статистическим образом жизни, это работ в офисе, отдых у телевизора дома, удаленная работа за компьютером и т.п. Таким образом, люди осознают важность фитнес-центров, а также спорта как способа компенсировать утраченную физическую активность. В результате индустрия здоровья и фитнеса растет стремительно по всему миру. Поставщики спортивных услуг уделяют больше внимания качеству и эффективности услуг в результате растущих ожиданий клиентов и принимая во внимание конкурентный рынок спортивных услуг. В целом фитнес-услуги можно определить как общие нематериальные виды деятельности, основанные на физической активности, которые создают ценность для людей, принося им как физические, психологические, так и социальные и экономические выгоды. [3, с.261]

А управление фитнес-центром относится к отношениям, которые устанавливаются между элементами, входящими в его состав. То есть, менеджмент относится как к компании, так и к внешним и внутренним факторам, влияющим на результаты спортивной или управленческой деятельности.

В свою очередь, надлежащее функционирование фитнес-комплекса в настоящее время предполагает ряд элементов, связанных с новинками в этой сфере деятельности, а также конкурентоспособными предложениями спортивных услуг. Проектирование и управление фитнес-центром включает в себя широкий спектр различных видов деятельности и междисциплинарных профессиональных навыков.

То есть фитнес-клуб – это сложная конструкция, где нужен детальный подход, знание бизнес-процессов, кропотливая работа. Клиенту кажется, какой классный красивый бизнес. Но внутри – огромное количество деталей, которые нужно учесть, чтобы сделать по-настоящему успешный клуб. Это поддержка всех инженерных систем в рабочем режиме, обеспечение клуба, клининг,

обновление оборудования и т.д. Это очень серьезная и кропотливая работа. Администраторы должны учитывать, как инженерно-технические и подсобные помещения, а также ряд основных и вспомогательных помещений, таких как раздевалки, душевые, врачебные кабинеты, помещения для хранения спортивного инвентаря. Все это оборудование должно быть частью потребности фитнес-зала для предоставления качественных услуг. Дешевые и некачественные материалы могут вызвать у потребителей услуг чувство неудовлетворенности, что в некоторых случаях может привести к снижению воспринимаемой ценности по отношению к предлагаемой услуге или даже к отказу от этих услуг.

Еще сложнее – работать с людьми. Все жалобы валятся на управляющего. Важно быть стрессоустойчивым, готовым отрабатывать возражения и жалобы. Кроме того, управляющие сталкиваются со сложностями в финансовом планировании. Во многих бизнесах оно более простое и типовое. В фитнес-клубе сложнее анализировать, во что инвестировать и на каком этапе. И жизненный цикл сложный. Если, например, неудачный магазин легко закрыть на определенном этапе, то в случае с фитнес-клубом – это совсем непросто. [1, с. 51] Поэтому важно заранее обдумывать пути развития, для того, чтобы бизнес в индустрии спорта успешно развивался и приносил успешные дивиденды.

В связи с вышеизложенным следует отметить, что актуальной проблемой на современном этапе является выявление конкурентоспособных путей развития бизнеса в сфере оказания спортивных услуг населению. Так как спрос на качественные фитнес-клубы высок, и располагаемый доход целевого рынка также высок, что способствует успеху организации. Тем не менее, фитнес-индустрия страдает от большого количества неудачных предприятий. Чтобы преуспеть в очень конкурентной среде, спортивная организация должна отличаться качеством обслуживания клиентов и предлагаемых продуктов. Кроме того, крайне важно, чтобы она составила, приняла и использовала сильную стратегию продвижения.

Цель работы.

Цель данной статьи – исследование практико-ориентированных путей совершенствования деятельности спортивной организации на примере фитнес-клуба, расположенного на территории спального района г. Нижнего Новгорода. С учетом имеющихся у него ресурсов, а также ориентируясь на текущий и потенциальный рыночный спрос.

Результаты исследования.

Анализируемый фитнес-центр «FITNESS HOUSE» начал свою деятельность 1 октября 2014 года, сферой деятельности которого являются занятия спортом. За более чем 5 лет проанализированной деятельности фитнес-зал превратился в мощную компанию с консолидированным оборотом, пользующуюся внутренним и межрегиональным признанием. Организационная структура компании не очень сложна, ее легко описать с помощью рис. 1

Мы видим, что организационная структура имеет линейный вид, преимущества такой системы управления заключаются в единоначалии, каждый руководитель отдела подчиняется непосредственно директору, однако у этой модели есть и свои минусы, это высокая административная нагрузка руководителя, так как все вопросы он решает единолично.



Рис.1. Организационная структура «FITNESS HOUSE»

Для того, чтобы разработать эффективные пути развития организации, необходимо рассмотреть ее со всех сторон. Для этого будем использовать методiku SWOT-анализа, позволяющего раскрыть сильные и слабые стороны компании, а также ее возможности и угрозы. Результаты представим с помощью таблицы 1.

Таблица 1. SWOT-анализ фитнес-центра «FITNESS HOUSE»

	Позитивное влияние	Негативное влияние
	<i>Сильные стороны</i>	<i>Слабые стороны</i>
Внутренние факторы	<ul style="list-style-type: none"> - команда высококвалифицированных профессионалов, которые работают со всеми клиентами для достижения их целей или для записи тренажерный зал; - оснащение современными удобствами, такими как просторный тренажерный зал, сертифицированное оборудование и качественные тренажеры, бассейном, залами групповых занятий; - возможность оплаты разового посещения, абонемента, не месяц или годового абонемента; - как сетевой бизнес фитнес-центр имеет адекватный источник капитала и богат наличными с постоянным получением дохода. Это действует как одна из самых больших сил фитнес-зала. 	<ul style="list-style-type: none"> - по отзывам клиентов в интернете проблемы с сервисным обслуживанием; - отсутствие детской комнаты и детских тренажеров, что мешает родителям с маленькими детьми посещать спортивный центр; - некачественное финансовое управление: хотя спортивный клуб был сосредоточен на постоянном получении доходов, они не сосредоточились на контроле затрат. Это плохое финансовое управление может оказаться пагубным в долгосрочной перспективе; - недооценка конкуренции.
	<i>Возможности</i>	<i>Угрозы</i>

Внешние факторы	<p>- Растущий спрос на фитнес: люди очень сосредоточены на фитнесе, и все больше и больше людей стали посещать тренажерный зал.</p> <p>-Услуги с добавленной стоимостью: тренажерный зал больше не может позволить себе существовать, просто предоставляя фитнес-услуги. Существует острая потребность в дополнительных услугах, таких как диета и питание, персональные тренировки, а также кафе и фуд-корты, салон красоты на базе фитнес центра и новые виды тренировок. За все это может взиматься надбавка, которая помогает улучшить перспективы получения доходов.</p> <p>- Растущие проблемы со здоровьем: с изменением образа жизни, таким как увеличение потребления фаст-фуда, ожирение, сидячий образ жизни и т. д., все больше и больше людей пытаются стать участниками программ по снижению веса. Это создало растущую потребность в тренажерных залах.</p>	<p>- Угроза замещения, везде есть спортивные залы, в школах, в университетах, на рабочих местах, а также в отелях есть фитнес-центры. Большинство из них не требуют оплаты, и поэтому люди предпочитают ходить туда.</p> <p>- Конкуренция: помимо сетевых игроков фитнес-индустрии, таких как Физкульт, Спортлайф и т.п., «FITNESS HOUSE» также сталкивается с серьезной конкуренцией со стороны местных и региональных игроков. Другие близлежащие спортивные залы предлагают своим клиентам скидки, что увеличивает их шансы на расширение своего целевого рынка.</p> <p>- Демографические и социальные факторы, спад в экономике, который, вероятно, повлияет на расходы потребителей.</p>
-----------------	--	---

Мы видим, что у компании есть как сильные, так и слабые стороны. Причем в количественном соотношении вторых меньше, чем первых. Однако устранение слабых сторон и угроз требует высоких материальных, трудовых и стратегических затрат. Кроме того, внешняя среда, с которой взаимодействует «FITNESS HOUSE», может оказать на него существенное негативное влияние, в основном из-за замедления развития российской экономики в целом и последствия санкций. При этом, рассмотрев жизнеспособность фитнес-центра с четырех сторон, следует отметить, что все возможности следует использовать, нацелившись на расширение аудитории, посещаемости и вовлеченности клиентов, учитывая их лояльность, а слабые стороны пытаться устранить, хотя бы частично.

Для того, чтобы наметить пути развития спортивной организации, обозначим цели «FITNESS HOUSE» на долгосрочную перспективу (более 5 лет), среди них:

- быть в числе пятерки лучших спортивных залов в г. Нижний Новгород (в течение 10 лет);
- стать «выбором номер один», когда дело доходит до выбора тренажерного зала в Нижнем Новгороде;
- продать франшизу тренажерного зала «FITNESS HOUSE» / открыть тренажерные залы в ключевых (цель на 5 лет) регионах России;
- зарегистрировать не менее 5000 активных участников в тренажерном зале за текущий год;
- сохранить как минимум 60 % людей, которые регистрируются в нашем спортзале, в качестве постоянных клиентов и ежегодно увеличивать их на 10 %;

- получить общий доход в размере 15 млн. руб. в течение текущего года, преумножая его на 15 % каждый следующий аналогичный период времени.

Риски и угрозы, которые могут помешать «FITNESS HOUSE» достигнуть запланированных результатов, а также пути их преодоления представлены в таблице 2.

Таблица 2. Риски и угрозы развития «FITNESS HOUSE»

Описание риска / угрозы	Возможные способы снижения риска / ликвидации угрозы
Инфляция, отсутствие стабильности, развитие кризиса грозит снижением дохода и убытками	Застраховаться, закупить необходимые запасы
Изменения законов грозит бумажной волокитой и необходимостью переоформления, временной остановкой деятельности	Подробно составлять учредительные документы и устав
Спад моды на здоровый образ жизни грозит падением спроса	Регулярно нарабатывать базу клиентов, массово рекламировать услуги
Увеличение конкуренции грозит сокращением прибыли	Повышать качество услуг, разрабатывать новые методики
Выход оборудования из строя влечет снижение спектра предоставляемых услуг и падение их качества	Своевременно осматривать оборудование и покупать новое
Отсутствие должной компетенции у персонала влечет снижением количества посетителей, падение качества услуг	Проводить обучения, получать сертификаты, отправлять персонал на мастер-классы, семинары

А для того, чтобы определиться, в каком направлении и с какими категориями людей работать проанализируем сегментацию посетителей фитнес-центра. На рисунке 2 представлена сегментация посетителей в фитнес-залов от уровня дохода и рода деятельности по исследованиям РБК [4].

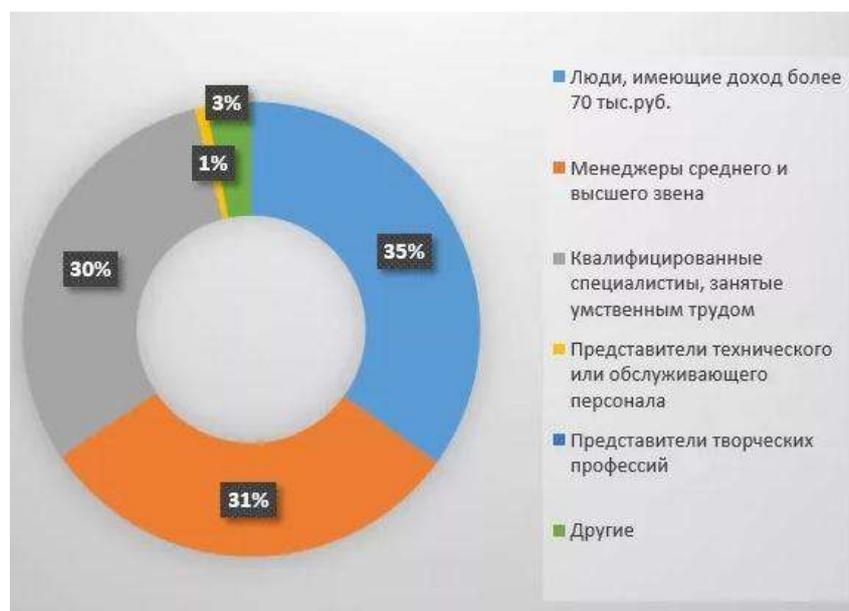


Рис. 2. Структура посетителей фитнес центров по данным РБК на конец 2021 года

Из диаграммы видно, что основной массой, которая посещает фитнес центры являются лица среднего достатка, и клуб «FITNESS HOUSE» не

исключение. Поэтому необходимо создать такие условия, чтобы посетители были довольны соотношением позиций цена-качество. Чтобы человек не считал, что он переплатил за ту или иную предоставленную ему услугу. Таким образом мы выяснили с какими категориями людей необходимо работать для привлечения новых посетителей спортивной организации.

И, переходя непосредственно к моделированию процесса совершенствования организации работы «FITNESS HOUSE» можно предложить следующие направления:

1) Провести модернизацию фитнес-пространства. Например, судя по комментариям в Интернете, в фитнес-центре есть солярий, однако лампы в нем не менялись больше года, что негативно сказывается на здоровье посетителей, поэтому необходимо своевременно проводить все необходимые замены и ремонтные работы.

2) Провести контент-анализ и составить контент-план. Не секрет, что любому бизнесу важно не только присутствовать в социальных сетях, но и создавать контент, способный удерживать внимание аудитории. Instagram (социальная сеть признана экстремистской на территории РФ) и Вконтакте – основные соцсети, которые ведут студии. Telegram не пользуется популярностью в сфере фитнес-индустрии, так как сам формат не является подходящим для привлечения целевой аудитории. Три основных типа контента – это видео с красивыми движениями, процессы тренировок и результаты учеников. Последний, является самым привлекательным для аудитории.

3) Переплетающаяся с предыдущей стратегией, довольно эффективной является стратегия брэндинга. Без сомнения, если компания сможет достичь более 60 %-го удержания клиентской базы, она обязательно испытает огромный оборот, и такую компанию можно смело классифицировать как процветающую компанию. [2, с.995]

4) В целях снижения издержек по продвижению физкультурно-оздоровительных процедур населению, целесообразно применять онлайн-платформы, позволяющие продвигать продажи в интернете. Программное обеспечение для фитнеса действует как цифровая платформа, работающая для облегчения систематизации и интеграции данных, в целях формирования цифровой трансформации фитнес-центров. Сегодня таких программ создано уже несколько и все они достаточно информативны и работоспособны.

5) Персонал фирмы занимает ключевую позицию во влиянии на восприятие потребителями качества продукта. Фактически, эти продукты неотделимы от качества поставщиков услуг. [1, с. 95] Поэтому необходимо принять меры по повышению квалификации персональных тренеров, нутрициологов, PR-специалистов и иных сотрудников компании, непосредственно работающих с целевой аудиторией.

6) Дополнительно, можно рассмотреть такую инновацию, как открытие детской комнаты с персоналом, который может последить за ребенком в то время, как родители тренируются. Это отличный вариант для молодых мам и

пап в декрете, для тех, кто хотел бы заниматься, но не с кем оставить ребенка. Данное новшество будет способствовать росту клиентов, причем в возрасте от 20 до 40 лет. Это будет отличным преимуществом перед другими аналогичными центрами.

Рассмотрев несколько способов продвижения спортивного бизнеса, следует отметить, что невозможно предугадать какой из них покажет наибольший результат, а какой окажется менее эффективным. Однако комплексное внедрение таких мероприятий бесспорно будет способствовать совершенствованию финансовой активности компании.

Выводы.

Сегодня мы живем в условиях больших изменений. Хорошие определения – VUCA и BANI-мир. Сейчас многие используют их для описания того, в какой период мы живем. Поэтому важно в концепцию спортивного бизнеса как раз закладывать гибкость и адаптивность, а также предпринимать меры по построению стратегических моделей развития бизнеса в том числе в фитнес-индустрии в краткосрочной, среднесрочной и долгосрочной перспективах.

Список литературы

1. Котляревская И.В. Стратегический маркетинг: учебное пособие. В 2ч., ч. 1. Мин-во науки и высшего образования РФ. – 3-е изд., перераб. и доп. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2019. – 138 с.

2. Фарид О. Идентификация стратегического управления // Американский журнал управления промышленностью и бизнесом. 2022. №12. С. 995-1005.

3. Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и пути решения: сборник материалов II-й Международной научно-практической конференции (19-20 октября 2022 года). – Часть 2 / под общей ред. Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2022. 420 с.

4. Российский медиахолдинг РБК. <https://www.rbc.ru/> [Электронный ресурс] – Режим доступа: URL: (дата обращения: 01.11.2022).

WAYS TO IMPROVE THE ORGANIZATION OF THE WORK OF A SPORTS CLUB ON THE EXAMPLE OF THE FITNESS HOUSE FITNESS CLUB

M. Klimova, E. Bulanova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The success of any gym depends on many factors. One of them is its ability to adapt to the current demands of society. But sports clubs can't just open their doors and hope for the best. They need to come up with a game plan to attract potential customers and turn them into loyal customers in order to increase their profit margins.

Key words: *sports, physical culture, fitness services, market, demand, ways to improve the organization, development of a fitness center.*

ПРОБЛЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ В СФЕРЕ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

А.А. Кованова

Луганский государственный университет имени Владимира Даля

Аннотация. В исследовании рассматриваются проблемы в системе управления в сфере туризма и гостеприимства, которые имеют место в современном мире. В процессе разработки темы исследований, автором было установлено, что эффективное управление формированием, внедрением, развитием человеческих ресурсов в сфере индустрии гостеприимства и туризма, а также взаимосвязь качества оказываемых услуг и создания туристического продукта целиком и полностью зависит от уровня подготовленности и компетентности кадров персонала, занятого в этой сфере.

Ключевые слова: управление, персонал, система, индустрия гостеприимства, туризм, формирование, кадры, элементы, задачи, функции, цели.

Деятельность в сфере индустрии туризма и гостеприимства – экономические и социальные отношения между людьми формировались, развивались и функционируют до настоящего времени как система устойчивых взаимоотношений между предоставлением туристических услуг и услуг гостеприимства, и их потребителями. Объектом таких отношений в индустрии туризма и гостеприимства, выступают туристические услуги и услуги гостеприимства. Субъектом таких отношений являются турист, заказчик, клиент – потребитель туристических услуг и услуг гостеприимства. Комплекс взаимосвязей в системе создания туристического продукта и услуг, а также продукта и услуг сферы гостеприимства многообразны и разноплановы, которые включают с себя налаженное и устойчивое взаимодействие туристических агентств, гостиниц, предприятий общественного питания, культурных и развлекательных учреждений, оздоровительных и спортивных комплексов, транспортных компаний и отдельных перевозчиков.

Поэтому задача формирования эффективной системы управления кадрами, занятыми в сфере индустрии туризма и гостеприимства, остается приоритетной.

Система управления персоналом в сфере индустрии туризма и гостеприимства считается целостной системой управления и в наше время от ее эффективной организации и эффективности функционирования зависит достижение основных целей деятельности предприятий отрасли в общем экономическом пространстве. Система управления персоналом – воплощает функции управления персоналом. Управление персоналом – системная работа управляющего персонала организации, руководителей и специалистов подразделений системы управления персоналом, включающая разработку концепции и стратегии кадровой политики, основ и методов управления персоналом организации [8]. В современном обществе состоит из следующих структурных компонентов: развитие целей организации; построение ее задач

организации и ее функций, их достижения, путей мотивации персонала принимать их в качестве основных и необходимых для его деятельности; развитие организационной структуры управления кадрами, системы повышения квалификации и переквалификации кадрового состава.

Следует отметить, что в настоящее время, нет однозначного подхода в отношении общего содержания трактовки понятия управления персоналом и управления кадрами. Для изучения имеющихся различий в точках зрения на данную проблематику в научном пространстве, автором были исследованы работы ученых: Кибанова А.Я. [3], Оганесян И.А. [6], Базарова Т.Ю. [1], Лобанова А.А., Дж.М. Иванцевич [2], Сотникова С.И. [7], Н.В. Федорова, О.Ю. Минченкова [10], С.А. Рассказова-Николаева, С.В. Шебек [5], Д.К. Захаров [4], и было сделано следующее заключение, что система управления персоналом рассматривается как совокупность технологий организации работы с кадровым составом.

Проанализировав трактовку понятия «Система управления персоналом» отмеченными выше авторами можно сказать, что это комплекс управленческих (организационных, экономических, правовых) мероприятий, включающая разработку концепции и стратегии кадровой политики и методов управления персоналом в структурах отрасли для достижения организационных и личных целей.

Субъект управления – это управляющая подсистема, то есть аппарат управления отраслью, предприятием, подразделением. Субъект управления является совокупностью определенных звеньев аппарата управления, выполняющих конкретные функции на разных уровнях управления. Каждое вышестоящее звено выступает как субъекты управления по отношению к нижестоящему звену [9].

Субъект управления воздействует на объект в соответствии с поставленной целью.

Система управления персоналом в сфере индустрии туризма и гостеприимства имеет ряд общих свойств:

- является первым уровнем управления предприятием отрасли, т.к. сотрудники объединены общими целями;
- управление персоналом присутствуют во всех направлениях и процессах деятельности: производстве, маркетинге, финансовой сфере;
- основные цели системы управления персоналом совпадают с целями предприятия;
- имеет общие черты, присущие коллективам людей – общение, возникновение конфликтов и т.д.;
- содержит сходные элементы по функциональному составу.

В системе управления персоналом отмечается деятельность, которая способствует максимально эффективному использованию сотрудников для реализации организационных и личных целей, а в индустрии сферы туризма и гостеприимства это определяется как комплекс взаимосвязанных экономических, организационных и социально-психологических методов,

обеспечивающих эффективность трудовой деятельности конкурентоспособности предприятия.

Рассмотрев сущность системы управления персоналом в сфере индустрии туризма и гостеприимства, можно сделать вывод, что это комплекс управленческих (организационных, экономических, правовых, социальных, культурных, просветительских) мероприятий, включающий разработку концепции и стратегии кадровой политики и методов управления персоналом на предприятии для достижения организационных и личных целей. Любая система состоит из множества элементов таких как: группа специалистов аппарата управления, комплекса технических средств системы управления, информационной база для управления персоналом, комплекса методов и методик организации труда и управления персоналом, нормативно-правовая база и программы управления информационными процессами решения задач.

Настоящим исследованием, автором было установлено, что эффективное управление формированием, внедрением, развитием человеческих ресурсов в сфере индустрии гостеприимства и туризма, а также взаимосвязь качества оказываемых услуг и создания туристического продукта целиком и полностью зависит от уровня подготовленности и компетентности кадров персонала, занятого в этой сфере.

Поэтому, качество образования, уровень полученных компетенций и общий уровень культуры специалистов, которые работают в сфере туризма и гостеприимства, являются приоритетными и необходимыми для эффективной работы системы управления этой отрасли экономики в государстве.

Список литературы

1. Базаров, Т.Ю. Управление персоналом. М.: Академия, 2011. 224 с.
2. Иванцевич Дж. М., Лобанов А.А. Человеческие ресурсы управления. М.: Дело, 2012, стр. 254
3. Кибанов, А.Я. Управление персоналом. М.: Инфра-М, 2005. 304 с.
4. Кибанов А.Я. Этика деловых отношений: Учебник / Кибанов А.Я., Захаров Д.К., Коновалова В.Г. М.: Инфра-М, 2002. 367 с.
5. Николаева С.А., Шебек С.В. Управленческий учет. Легенды и мифы. – М.: Аудиторско-консалтинговая фир-ма ЦБА, 2004. 288 с.
6. Оганесян, И.А. Управление персоналом. Мн.: Амалфея, 2000. 256 с.
7. Сотникова С. И. Основы управления персоналом: учеб. – метод. комплекс по специальности 062100 «Управление персоналом» / Сотникова С. И.; НГУЭУ, Каф. экономики труда и управления персоналом. Новосибирск, 2004. 188 с.
8. Сотникова, С. И. Основы управления персоналом: учеб. – метод. комплекс по специальности 080050 "Управление персоналом" / С. И. Сотникова; НГУЭУ, Каф. экономики труда и упр. персоналом. Новосибирск: Изд-во НГУЭУ, 2009. 193 с.

9. Управление персоналом организации: учебник / [С.И. Сотникова, Е.В. Маслов, Н. Н. Абакумова и др.]; под науч.-ред. С. И. Сотниковой; НГУЭУ. Новосибирск: Изд-во НГУЭУ, 2015. 251 с.

10. Федорова Н.В., Минченкова О.Ю. Управление персоналом организации. М.: КноРус, 2008

MANAGEMENT PROBLEMS IN TOURISM AND HOSPITALITY AT THE PRESENT STAGE OF SOCIETY DEVELOPMENT

A. Kovanova

*State Educational Institution of Higher Education of the Lugansk People's
Republic «Vladimir Dahl Lugansk State University»*

Abstract. The study examines the problems in the management system in the field of tourism and hospitality that take place in the modern world. In the process of developing the research topic, the author found that the effective management of the formation, implementation, development of human resources in the hospitality and tourism industry, as well as the relationship between the quality of services provided and the creation of a tourism product, depends entirely on the level of preparedness and competence of the personnel employed in this domain.

Keywords: *management, personnel, system, hospitality industry, tourism, formation, personnel, elements, tasks, functions, goals.*

АНАЛИЗ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ КАК ДЕСТИНАЦИИ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА

С.С. Козьякова

Луганский государственный университет имени Владимира Даля

Аннотация. Туризм является развивающейся сферой, которая неодинаково влияет на экономику и на общество не только отдельного региона, но и страны в целом. В данной статье проведен анализ основных показателей отрасли туризма в Ростовской области. Выделен спортивный туризм как сложный и многоаспектный вид туризма, имеющий ряд отличительных особенностей, за счет которых и формируется динамика его развития в Ростовской области.

Ключевые слова: *спортивный туризм, туризм, активный и пассивный туризм, анализ, динамика, темп роста.*

Вопросам организации спортивного туризма посвящено большое количество исследований, однако, развитие популярности данного вида туризма в Ростовской области, особенностей природно-рекреационных условий региона/территории, наличие жесткой конкуренции за потребителя туристского продукта под влиянием COVID-19 требуют более углубленного анализа рынка туристских услуг с целью формирования современного туристского спроса.

В период с 2012 года по 2014 года Ростовская область занимала 2 место по объему предоставленных туристических услуг населению в ЮФО после Краснодарского края, но с 2015 года регион занимает 3 позицию после Крыма, а по России входит в 20 областей. Ростовская область, несмотря на

пандемию, на все ограничения, вошла в десятку регионов, у которых туристический поток в летний сезон вырос с сохранением показателя «число путешественников, посетивших регион» в размере 1,5 млн. гостей [5].

В таблице 1 приведены показатели деятельности туристских предприятий Ростовской области и г. Ростова-на-Дону и проведен анализ их движения.

Таблица 1. Анализ динамики показателей деятельности туристских предприятий Ростовской области и г. Ростова-на-Дону за период с 2018-2021 гг. [5,6]

Показатель	2018г.	2019г.	2020г.	2021г.	Темп роста (+,-)			Темп роста, %		
					2019/ 2018	2020/ 2019	2021/ 2020	2019/ 2018	2020/ 2019	2021/ 2020
Число туристских фирм в Ростовской области	322	315	291	288	-7	-24	-3	97,83	92,38	98,97
<i>в том числе осуществляющих деятельность:</i>										
туроператорскую	17	9	7	8	-8	-2	+1	52,94	77,8	114,29
туроператорскую и турагентскую	45	47	31	32	+2	-16	+1	104,44	65,96	103,23
турагентскую	260	259	253	248	-1	-6	-5	99,62	97,68	98,02
Из них в г. Ростов-на-Дону	181	175	178	170	-6	+3	-8	96,69	101,71	95,5
<i>в том числе осуществляющих деятельность:</i>										
туроператорскую	10	5	4	4	-5	-1	-	50	80	100
туроператорскую и турагентскую	33	32	22	22	-1	-10	-	96,97	68,75	100
турагентскую	138	138	152	144	-	+14	-8	100	110,14	94,74
<i>Доля турфирм в городе:</i>										
всего	56,21	55,56	61,17	59,03	-0,65	+5,61	-2,14	-	-	-
туроператорскую	58,82	55,56	57,14	50	-3,26	+1,58	-7,14	-	-	-
туроператорскую и турагентскую	73,33	68,09	70,97	68,75	-5,24	+2,88	-2,22	-	-	-
турагентскую	53,08	53,28	60,08	58,06	+0,2	+6,8	-2,02	-	-	-
Число отправленных российских туристов в туры, человек	153581	174020	62132	74500	+20439	-111888	+12368	-	-	-
<i>в том числе:</i>										
по России	54270	67852	44578	39075	+13582	-23274	-5503	125,03	65,7	87,66
в зарубежные страны	99311	106168	17554	35425	+6857	-88614	+17871	106,9	16,53	201,8
Средства, поступившие от реализации туристского продукта (за минусом НДС, акцизов и аналогичных обязательных платежей), тыс. рублей ¹	6984021	5148057,4	1231324,5	804208,2	-1835963,6	-3916732,9	-427116,3	73,71	23,92	65,31
Сумма комиссионных, агентских и иных вознаграждений, тыс. рублей	481889,6	516620,1	200423,6	372465,4	34730,5	-316196,5	+172041,8	107,21	38,8	185,84
Средства, перечисленные поставщикам туристского продукта за услуги, оказанные за пределами РФ, тыс. рублей ¹	6003893,3	3865750	921102,9	170542,0	-2138143,3	-2944647,1	-750560,9	64,39	23,83	18,52

¹ Показатель более чем на 90 процентов сформирован фирмами, осуществляющими туроператорскую деятельность и туроператорскую, и турагентскую деятельность.

По данным таблицы, выявлены следующие тенденции изменения туристических потоков жителей Ростовской области в отношении путешествий по России, а именно:

снижение общего числа туристических фирм в Ростовской области в целом и в г. Ростов-на-Дону, большая часть которых территориально расположена в городе;

снижение общего числа туристов путешествующих по территории страны и за рубеж. Так в 2019 году число отправленных туристов по России составляло 67852 человека, а в 2021 году произошло снижение данного показателя до 39075 человек или на 42%. Также снизилось число отправленных туристов в зарубежные страны на 66,63%;

снижение финансовых показателей крупных туроператоров, реализующих турпродукт во все субъекты РФ в 2020 году по сравнению с предыдущими годами, что связано с негативным влиянием пандемии и введенных санкций.

По Ростовской области проводилось комплексное исследование данных количественной оценки состояния и развития сферы туризма и отдельных показателей гостиничной индустрии. По показателям 2021 года, рынок гостиничных услуг Ростовской области представлен 532 коллективными средствами размещения, что почти на 20% превышает 2013 год и достиг уровня 2016 года.

Динамика основных показателей развития гостиничной индустрии Ростовской области за период с 2013 по 2021 гг. представлена на диаграмме (рисунок 1).

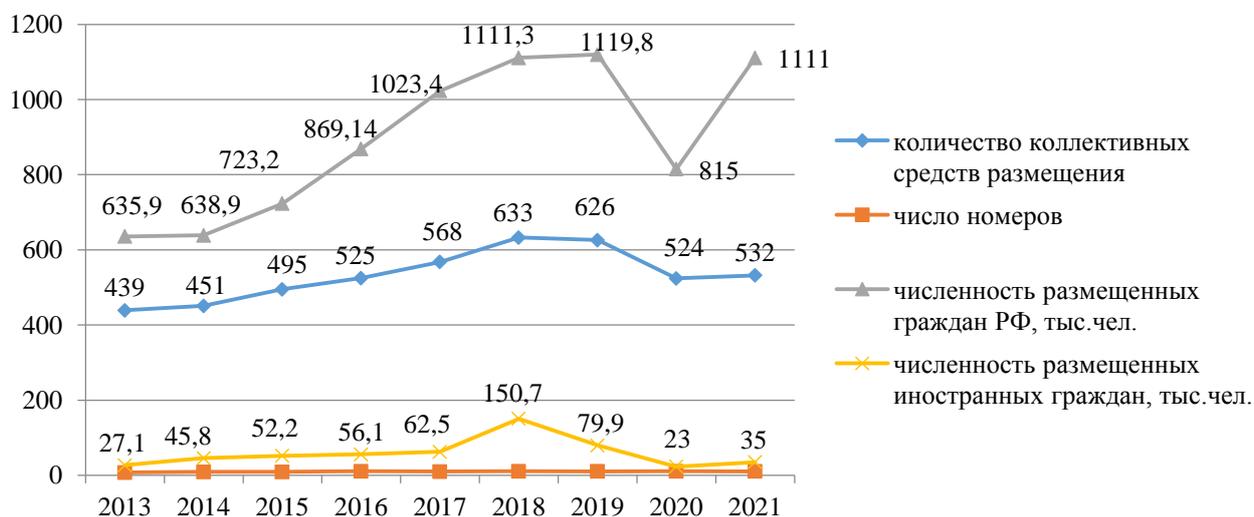


Рисунок 1. Динамика основных показателей развития гостиничной индустрии Ростовской области за период с 2013 по 2021 гг. [5]

В Ростовской области в 2021 году зафиксировано увеличение численности размещенных граждан РФ в коллективных средствах размещения, практически на 36%. Данный показатель достиг уровня 2017 года. Показатель «Количество

размещенных иностранных граждан» в 2021 году увеличился до уровня 35 тыс. человек или на 50 % в сравнении с 2020 годом и достиг 2013 года.

Самыми высокими показателями развития гостиничной и туристической индустрии в Ростовской области является 2018 год, что связано с проведением Чемпионата мира по футболу, открытием нового аэропорта «Платов», строительством нового стадиона «Ростов-Арена», расширением и обновлением гостиничных предприятий на базе требований FIFA, т.е. стимулятором роста выступил спортивный туризм.

Сущность понятия «Спортивный туризм» формируется по таким направлениям, как:

во-первых, спортивный туризм относят к городскому туризму [3];

во-вторых – относят к событийному туризму, включающий в себя все виды массовых спортивных мероприятий и спортивных соревнований разных уровней [2];

в-третьих, спортивный туризм выделяется как самостоятельное направление туризма и в зависимости от цели путешествия подразделяется на две разновидности: активный и пассивный;

в-четвертых – спортивный туризм как вид спорта, так в России он распространен в 74 субъектах государства, где Федерацией спортивного туризма России представлено 59 аккредитованных региональных спортивных федераций или отделений, среди которых и Ростовская область.

Ростовская область обладает сильной базой для развития спортивного туризма, так на официальном портале Правительства Ростовской области размещена информация о работе на территории области более 10,5 тысяч спортивных объектов различных форм собственности. Только в г. Ростове-на-Дону есть более 200 спортзалов, 8 стадионов, 15 бассейнов, около 600 других спортивных сооружений, работают 60 федераций различных видов спорта, 35 спортивных школ, 15 спортивных клубов, легкоатлетический манеж, велотрек, ипподром, гребной канал «Дон». Уровень единовременной пропускной способности спортивных сооружений с 2013 года увеличился на 24,5% и составляет 57,2% [4].

К популярным объектам спортивного туризма Ростовской области относятся гольф-клубы, стадионы и комплексы, теннисные корты, аэро- и конные клубы, которые и в настоящее время пользуются спросом у туристов (таблица 2).

Таблица 2. Объекты спортивного туризма в Ростовской области

Вид туризма	Объект	Адрес
Активный (основной мотивацией туриста является возможность занятия)	Гольф & Кантри клуб «Дон» спортивный объект для приобретения игрового опыта мирового класса	Аксайский район, ст. Старочеркасская сайт: http://www.dongolf.ru
	Гольф Сити Клуб -расположен в историческом центре Ростова-на-Дону в просторном	Ростов-на-Дону, улица Максима Горького, 151 сайт: http://www.golfrostov.ru

любим видом спорта)	помещении бывшей табачной фабрики	
	Теннисный корт «Tennispark»	Ростов-на-Дону, ул. Левобережная, 69 Сайт: www.tennispark.ru
	Теннисный центр Дворца Физической Культуры	г. Ростов-на-Дону, бул. Комарова, 1/1 (Северный жилой массив). Сайт: http://odfkr.ru/
	Теннис центр «Гедон»	г. Ростов-на-Дону, ул. Евдокимова, 180/1 (Северный жилой массив, рядом с гостиницей «Аврора») сайт: http://www.tennis-gedon.ru/
	Пейнтбольный клуб «Дельта-Форс»	1 полигон (г. Ростов пос. Темерницкий), 2 полигон (г. Ростов пос. Темерницкий). Сайт: www.paintball-rostov.ru
	Клуб «Pistollero»	Ростов-на-Дону, Нахичевань, Буйнакская улица, 32 сайт: www.pistollero.ru
	Пейнтбольный клуб «Адреналин»	г.Волгодонск, ул. Отдыха, 65 сайт: http://paintball.volgodonsk.org/
	Пейнтбол «61 Легион»	Ростов-на-Дону, ул. Подъездная, 55. Сайт: www.61legion.ru
	Аэроклуб «Азов»	Азов, ул. Заводская, 2. сайт: http://xn----7sbhb5a5aacjemm3i.xn--p1ai/
	Аэроклуб "Доступное небо"	Аксайский район, ст. Ольгинская, 10-й переулок, 1а Сайт: http://dnebo.ru/
	Аэроклуб «Skydive»	Ростовская область, г. Азов, ул. Заводская, 1, дрозона "Алмаз". Сайт: www.skydive-rostov.ru
	Картодром «Лемар» – длина трассы – 1208 метров; ширина трассы 8-10 метров	Азовский район, поселок Овощной, ул. Озерная, 1 Сайт: https://lemar.su/
	Конный клуб «Золотая лошадь»	Неклиновский район, Мариупольское шоссе, 54 Г Сайт: https://kskgoldenhorse.ru/
	Конно-спортивный клуб «Сармат»	Ростовская область, пос. Городище, ул. Геологическая, 55а
	Загородный конный клуб «Покровские зори»	Неклиновский район, с. Покровское, Джереганова балка Сайт: https://vk.com/pokrovskie_zori
	Конный клуб «Horse Travel»	Ростов-на-Дону, р-н Военвед, ост. "Рынок", Соловьиная роща. Сайт: vk.com/clubhorsetravel
	Конный клуб «Алан»	Ростов-на-Дону, ул. Чемордачка, 61 Сайт: vk.com/club21120441
	Федерация воздухоплавания	г. Ростов-на-Дону, ул. Пушкинская, 192 сайт: http://balloningrostov.ru/
	База отдыха «Венеция»	Ростовская область, г. Каменск-Шахтинский, ул. Береговая 11. Сайт: venicekamensk.ru
	Спортивный комплекс «Ромашка»	Ростовская область, Неклиновский район, пос. Золотая Коса, ул. Ломоносова, 20. Сайт: www.sokromashka.ru
Яхт-клуб «Аврал»	Ростов-на-Дону, Железнодорожный нижний проезд, 107 Сайт: www.yachtclubrostov.ru	
Дайвинг центр «Аква-Дон»	Ростов-на-Дону, ул. Красноармейская, 101 Сайт: www.aquadon.ru	
Сплав на плоту по Дону	г. Ростов-на-Дону, 3-я Линия, 7/51 Сайт: www.donplot.ru	
Пассивный (цель путешествия)	Аквапарк «H2O»	Ростов-на-Дону, пр. М. Нагибина, 34 Сайт: www.h2opark.ru
	Веревочный парк «Гамми»	Ростов-на-Дону, пл. Театральная, 3А

состоит в посещении спортивных соревнований в качестве зрителя)		Сайт: vk.com/gammy_park
	Веревочный парк «Джунгли»	Ростов-на-Дону, Парк «Сказка», парк им.Островского, ТЦ «Горизонт» (галерея Ашан, выход с касс) Сайт: vk.com/verpark
	Канатный парк «Monkey's Park»	Ростов-на-Дону, бул. Комарова, 23 (Аквапарк Осьминожек); пл. Театральная, 1 (Парк Революции) Сайт: www.monkeyspark.ru
	стадион СКА	г. Ростов-на-Дону, ул. Фурмановская, 150 сайт: www.ska-rostov.ru/club/stadium
	Спортивный клуб «Олимпик»	г. Ростов-на-Дону, ул. 1-й Конной Армии, 4 Б (парк им. Н. Островского)
	Ледовый каток «Осьминожек»	Ростов-на-Дону, ул. бул. Комарова, 23 (Северный жилой массив, аквапарк «Осьминожек») сайт: http://akpark.ru/
	Ледовый каток Дворца Спорта	г. Ростов-на-Дону, пер. Халтуринский, 103 (центр города) сайт: www.sportdon.ru

На развитие спортивной инфраструктуры Ростовской области инвестировано в период 2013-2020 г.г. более 9,6 млрд. рублей бюджетных средств, в 2021 – 2022 годах привлечено более 5,8 млрд рублей, а в 2023 – 2025 годах планируется привлечь более 13,4 млрд рублей. Так в 2020 году за счет бюджетных средств:

- завершено строительство физкультурно-оздоровительного комплекса (г. Константиновск);
- проведен капитальный ремонт стадиона «Авангард» (г. Таганрог);
- возведено 27 площадок для проведения тестирования населения к спорту;
- завершено проектирование центра спортивной подготовки по тяжелой атлетике им. В.И. Алексеева (г. Шахты);
- завершено строительство футбольного манежа (г. Ростов-на-Дону);
- проводится строительство специализированных трасс для дисциплин велосипедного спорта ВМХ (велосипедный мотокросс) и маунтинбайк;
- установлен скалодромный комплекс на территории стадиона «Олимп» (г. Ростов-на-Дону);
- проведен капитальный ремонт дворца спорта (г. Белая Калитва).
- В Областном законе Ростовской области от 21.12.2020 № 418-ЗС «Об областном бюджете на 2021 год и плановый период 2022 и 2023 годов» [1] предусмотрены объемы и направления финансовых средств для реализации задач, изложенных в проекте перечня поручений и рекомендаций Правительства Ростовской области:
 - разработка проектной документации на объект «Капитальный ремонт спортивного зала «Геркулес» по адресу: г. Ростов-на-Дону, просп. Шолохова, 29»,
 - приобретение оборудования на спортивные площадки для проведения тестирования населения в соответствии со Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» [4].

Также в 2022-2024 году планируется начать строительство дворца спорта на территории стадиона «Труд», открытие тренировочной базы ФК «Ростов», строительство спортивного комплекса с ледовым дворцом на 4,5 тыс. зрительных мест и 50-метровым бассейном.

Таким образом, спортивный туризм на современном этапе в Ростовской области развивается по двум направлениям: активный и пассивный, которые представлены широким ассортиментом спортивных туров и наличием масштабной материальной базы. Ростовская область, несмотря на пандемию, на все ограничения и финансовые потери, вошла в десятку регионов, которые обладают высоким потенциалом для проведения местных, всероссийских и международных спортивных соревнований: яхтенные регаты, скалолазание, спортивное ориентирование, авторалли, автокроссы, мотокроссы, соревнования по большому теннису.

Результаты проведенного анализа дают возможность утверждать, что спортивный туризм в Ростовской области развивается довольно нарастающими темпами. Регион становится не только общественно-политическим и экономическим центром Южного Федерального Округа, но и дестинацией развития спортивного туризма для популяризации спорта среди молодежи. Открывает новые возможности для привлечения финансовых средств на развитие не только города Ростов-га-Дону, но и всей области.

Список литературы

1. Областной закон Ростовской области от 21.12.2020 № 418-ЗС «Об областном бюджете на 2021 год и плановый период 2022 и 2023 годов».
2. Дурович, А. П. Организация туризма. Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2012. – 320 с.
3. Оголихина, С. А. Спортивный туризм: новые подходы к определению сущности // Молодёжь и наука: Сборник материалов VIII Всероссийской научно-технической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, посвященной 155-летию со дня рождения К. Э. Циолковского [Электронный ресурс]. – Красноярск: Сибирский федеральный ун-т, 2012. – Режим доступа: <http://conf.sfu-kras.ru/sites/mn2012/section22.html>.
4. О развитии инфраструктуры для занятий физической культурой и спортом в Ростовской области [Электронный ресурс] / Официальный портал Правительства Ростовской области // Режим доступа: <https://www.donland.ru/report-speech/204/> (дата обращения: 25.10.2022).
5. Туризм [Электронный ресурс] // «Федеральная служба государственной статистики». – Режим доступа: URL: <https://rosstat.gov.ru/statistics/turizm> (дата обращения: 26.10.2022).
6. Турпоток в Ростовскую область в 2020 году составил 1,5 млн. человек [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://tourism.interfax.ru/ru/news/articles/76437/> (дата обращения: 25.10.2022).

ANALYSIS OF THE ROSTOV REGION AS A SPORTS TOURISM DESTINATION

S. Kozyakova

*State Educational Institution of the Luhansk People's Republic
«Vladimir Dahl Lugansk State University»*

Abstract. Tourism is a developing area that affects the economy and society in different ways, not only in a particular region, but also in the country as a whole. This article analyzes the main indicators of the tourism industry in the Rostov region. Sports tourism is singled out as a complex and multifaceted type of tourism, which has a number of distinctive features, due to which the dynamics of its development in the Rostov region is formed.

Keywords: sports tourism, tourism, active and passive tourism, analysis, dynamics, growth rate.

КОММЕРЦИАЛИЗАЦИЯ СОВРЕМЕННЫХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

Д.Э. Кондратов, И.Т. Сумина

Чайковская государственная академия физической культуры и спорта

Аннотация. Рассмотрен процесс коммерциализации современных Олимпийских игр, выделены исторические факты, подтверждающие необходимость коммерциализации. Для определения обоснованности коммерциализации проведен анализ Олимпийской хартии. В результате анализа выявлено, что коммерциализация не противоречит принципам Олимпийского движения и позволяет обеспечить организацию Олимпийских игр на высоком уровне.

Ключевые слова: Олимпийские игры, коммерциализация, современные Олимпийские игры, история коммерциализации Олимпийских игр, реклама.

На сегодняшний день существует множество споров вокруг темы излишней или неуместной коммерциализации Олимпийских Игр. По этой причине было проведено исследование, которое позволило разобраться в том, чем же на самом деле является коммерциализация, а также что именно она приносит в современные Олимпийские Игры.

Цель исследования – выявить влияние коммерциализации на современные Олимпийские игры.

Задачи исследования:

1. Изучить историю коммерциализации современных Олимпийских игр.
2. Обосновать необходимость коммерциализации в процессе организации современных Олимпийских игр.
3. Установить противоречия между коммерциализацией и Олимпийскими ценностями.

Методы исследования: ретроспективный анализ и обобщение данных научно-методической литературы и документальных источников.

Результаты исследования.

Современные олимпийские игры берут свое начало в 1896 году, инициатором возрождения Олимпийских игр стал Барон Пьер де Кубертен. На сегодняшний день Олимпийские игры представляют собой спортивное

мероприятие, масштабы которого поражают с каждым разом все больше. Игры стали такими благодаря телетрансляциям, развитию спортивной науки, которая помогает спортсменам быть все сильнее, быстрее и выносливей. Но одной из самых ярких причин стремительного улучшения качества проведения Олимпийских Игр, как мероприятия является коммерциализация.

В научной литературе представлено понятие коммерциализация, однако определение дано в юридических и зарубежных экономических изданиях (таблица 1).

Таблица 1. Определения понятия «коммерциализация»

Источник (автор)	Определение
Cambridge international dictionary of English (Издательство: Cambridge university press)	Организация чего – либо таким образом, чтобы получать прибыль
Энциклопедия права (Тарановский, Ф.В.)	Ведение коммерческих, рыночных отношений, переход на коммерческую, торговую основу
Юридическая энциклопедия (Под общей ред. Б.Н. Топорнина)	Подчинение деятельности целям извлечения прибыли; расширение количества коммерческих организаций; на этом этапе управляющие государственным предприятием несут ответственность за финансовые результаты деятельности предприятия

Изучив представленные определения понятия, авторами, было принято решение придерживаться следующего определения: «Коммерциализация олимпийских игр – это экономический процесс, оказывающий воздействие на олимпийские игры, путем внедрения рыночных отношений и ведения предпринимательской деятельности с целью получения денежной прибыли».

Уже в 1896 году, самые первые Олимпийские игры после их возрождения, имели недостаточное финансирование. Восстановлению легендарного стадиона Панатинаикос способствовал греческий меценат Георг Аверофф, а сувенирная продукция с символикой Олимпийских игр была разработана благодаря господдержке [3].

Следующие Олимпийские игры в Париже, Сент-Луисе и Лондоне были схожи с Олимпийскими играми в Афинах с точки зрения коммерческой деятельности I Олимпиады в Греции. Коммерческие компании все более охотно внедрялись в организацию и проведение Олимпийских игр. В 1912 году на Играх в Стокгольме продавались права на коммерческое использование фотографий спортсменов и соревнований. В 1920 году на Играх в Бельгии и в 1924 году во Франции была широко распространена реклама спортивной продукции и услуг [7].

Здесь можно подчеркнуть, что менее чем за тридцать лет организаторы олимпийских игр, не только возродили самые масштабные спортивные соревнования в мире, но и преобразовали их. Современные Олимпийские игры представляют собой синергию соревнований, для выявления сильнейших

спортсменов в своем виде спорта, которое несет в себе мирные отношения среди всех людей, а также крупнейшее спортивное коммерческое мероприятие.

Представим хронологию изменений Олимпийских игр ввиду коммерциализации с различных позиций.

Во-первых, изменения выявлены из-за внедрения всемирно известных брендов и инновационных методов вещания Олимпийских игр в мир спорта.

Первооткрывателями спонсорства современных Олимпийских игр стала такая известная компания, как «Eastman Kodak». Компания, производящая фотопленки и фотоаппараты, на которые и были запечатлены Олимпийские игры в период с 1896 по 2008 года. В 1928 году на Олимпийских играх в Амстердаме было заключено соглашение с, тогда еще набирающей популярность компанией, Coca-Cola. Производитель освежающих напитков за свой счет, отстроил полноценный городок для отдыха на территории проведения Олимпийских игр. Официальные спонсоры и официальные поставщики – впервые эти термины были введены в 1960 году на Олимпийских играх в Риме. Статус «Официальный» тогда получили лишь 46 компаний. Для сравнения, Олимпийские игры 2018 в Пхенчхане поддерживали более ста официальных спонсоров, поставщиков, партнеров, а также телевещателей. Олимпийские игры 1972 года в Германии – пример образцово-показательной организационной деятельности. Именно в Мюнхене появилось первое лицензионное агентство Interlicense. Талисманы и официальные эмблемы сборных и самих Олимпийских игр – еще одна новинка, введенная МОК. В 1998 году интернет стал набирать популярность по всему миру, как следствие, официальный сайт Олимпийских игр 1998 года в Японии приобрел серьезную популярность, зафиксировав к концу Игр более 646 млн. обращений [9].

Во-вторых, изменения происходили после подсчета доходов и убытков после проведения Игр. Благодаря опыту организации и проведения десяти Олимпийских Игр, МОК удалось окупить Олимпиаду 1932 года в Лос-Анджелесе [7]. Игры на территории США впервые доказали, что современные Олимпийские игры могут стать спортивным мероприятием, приносящим доход. Также для дополнительного извлечения прибыли домики Олимпийской деревни Лос-Анджелеса были проданы на аукционе. Уже в 1948 году, чтобы посмотреть Лондонские Олимпийские игры по телевизору, телекомпаниям нужно было заплатить за телетрансляции крупнейшего спортивного мероприятия. В 1984 году Питер Юберрот, человек, благодаря которому мир увидел самые коммерчески успешные, на тот момент, Олимпийские Игры в истории. 223 млн. долларов прибыли – главная заслуга Президента Оргкомитета и автора концепции, изменившей Олимпийские игры: «Спонсорскую поддержку Игр нужно рассматривать не как пожертвования, выделяемые «от щедрот» по остаточному принципу, а как серьезные вложения, способные приносить ощутимую финансовую отдачу, для дальнейшего развития проведения Олимпийских игр» [6]. Контракт с компанией «ABC» на 200 млн. долларов, а также еще 446 контрактов, создали комфортные условия для проведения Игр. Того же нельзя сказать об Олимпийских играх в Канаде в 1976 году. Игры в Монреале бойкотировали многие страны, в том числе 28

африканских по политическим причинам. Итогом Игр стал рекордный убыток от проведения – более 1 млрд. долларов. Убытки удалось погасить полностью лишь в 2006 году.

В-третьих, значительную роль в изменениях организации и проведения Олимпийских игр сыграл Хуан Антонио Самаранч – человек, возродивший начинавшее угасать олимпийское движение, занимавший пост президента МОК (1980–2009 гг.). Он разработал свою концепцию деятельности МОК, куда входило больше коммерческих задач, а также сотрудничество с профессиональными спортивными хоккейными баскетбольными, футбольными, теннисными лигами, путем привлечения, именно, профессиональных спортсменов к участию в Олимпийских играх. В последствии действия Самаранча привели к повышению интереса со стороны зрителей и увеличению денежной прибыли для Международного Олимпийского Комитета.

В-четвертых, коммерциализация повлекла за собой изменения в графике проведения Игр. Основные источники прибыли для МОК – телеведущие из США, им в свою очередь, было обременительно выплачивать средства, как за летние, так и за зимние Олимпийские игры сразу в один год. В связи с этим, в 1992 году МОК принял решение проводить летние и зимние Олимпийские игры с разницей в два года. Данное решение устраивало и зрителей, и спонсоров, и организаторов крупнейших спортивных соревнований [4].

В-пятых, были определены организационные проблемы, в результате внедрения коммерциализации. В 1996 году в Атланте организация Игр в Атланте подверглась серьёзной критике: проблемы с организацией дорожного движения, некомпетентность волонтеров, сбои в работе информационных систем и чрезмерная коммерциализация. Пресса, зрители, которые находились на территории проведения и сами спортсмены, ссылаясь, также, на теракт в Олимпийском парке, говорили о том, что Игры были подготовлены непрофессионально [2].

В-шестых, выявлено влияние проведения Олимпийских игр на инфраструктуру. В ходе исследования были рассмотрены три города с разными моделями управления и финансирования.

1. 2014 год известен ажиотажем в России вокруг подготовки и проведения Олимпийских Игр в Сочи. Приняв на себя ответственность проведения Зимних Олимпийских игр, организаторам было необходимо взять на себя непростые задачи. Модернизация инфраструктуры города, аэропортов, железнодорожных вокзалов, аэропортов, гостиниц, магистралей. Вышеперечисленные факторы поспособствовали экономическому подъему и улучшению макроэкономических показателей Краснодарского края. Незадолго до начала Олимпиады, Краснодарский край становится одним из ведущих регионов по социально – экономическому показателю. В 2012 государство активно инвестировало денежные средства в инфраструктуру Краснодарского края. Как следствие, средства, вложенные в развитие этого региона, почти в два раза превышали средний по России показатель: 150 млрд. руб. и 87 млрд. руб. соответственно [5]. Зимние Олимпийские Игры в Сочи ознаменовали новый

этап развития для Краснодарского Края. Регион стал более привлекательным для жителей, инвесторов и, конечно, туристов. В результате воплощения крупнейших спортивных объектов Сочи и весь Краснодарский край на сегодняшний день являются достаточно притягательным для квалифицированных специалистов.

2. Кризис в Греции из-за Олимпиады 2004 года в Афинах. Дорогостоящая организация и проведение Олимпийских Игр – одни из определяющих факторов дестабилизации госбюджета Греции [10]. Модернизация транспортной системы, обновленный метрополитен, а также, построенный в преддверии Олимпийских игр, аэропорт не помешали началу масштабного кризиса в стране [11].

3. Лос-Анджелес – независимая от Государства организация Олимпийских игр. Оргкомитет Олимпийских Игр в США сделал ставку на частный бизнес. Огромное количество спонсоров и проданные права на телетрансляции обеспечили высочайшую организацию и проведение Игр [2].

Из всего вышесказанного можно заключить, что современные Олимпийские игры – это самое масштабное культурно-массовое спортивное событие, восхищающее миллиарды людей на протяжении более чем ста лет. Страна-хозяйка Олимпийских игр имеет отличную возможность улучшить свои имидж на международной арене. Малый и средний бизнес, крупные компании и спонсоры, участвующие в организации и реализации Игр имеют огромное количество клиентов, которые доверяют им, а партнерство с МОК на Олимпийских играх – это отличная возможность упрочить свои позиции на рынке и привлечь новых потенциальных потребителей.

Последняя задача данного исследования – установить противоречия между коммерциализацией и Олимпийскими ценностями. Благодаря правилу №48 (ранее №49) Олимпийской хартии – «Освещение Олимпийских игр средствами массовой информации», удалось систематизировать процесс заключения телевизионных контрактов, которые с 1958 г. передаются в МОК.

В конце 2019 г. спортсмены настояли на пересмотре статьи №40.3, тем самым они получили разрешение на использование своего имени в спортивных выступлениях в рекламных целях в период проведения Олимпийских игр [8].

Олимпийские игры эволюционируют. Кубертен задумывал их, как мероприятие для спортсменов любителей, которое несет в себе гуманистические ценности, без цели извлечения денежной прибыли. Сегодня – это крупнейшее спортивное мероприятие, в котором учувствуют профессиональные спортсмены. Крупные мировые бренды и компании являются основным рычагом воздействия на МОК в части организации и проведения игр.

Можно сделать вывод, что коммерциализация не противоречит Олимпийским ценностям, так как она неразрывно связана с Олимпийской хартией и зарегистрирована в ней. Важно понимать, что денежные вложения в организацию Олимпийских игр необходимы для того, чтобы каждый раз уровень организации повышался, а зрители и, в первую очередь, спортсмены чувствовали себя комфортно и показывали свои лучшие результаты.

Список литературы

1. Атланта 1996 [Электронный ресурс]. // URL: <http://olimp-history.ru/node/354> – (дата обращения: 27.09.2022).
2. Багатырова, А.Б. Туркина, Е.В. Финансовые и социально-экономические аспекты проведения Олимпийских игр 1 Самарский областной институт повышения квалификации и переподготовки работников образования, Самара, Россия ФГОБУ ВО «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации» [Электронный ресурс] – // «Cyberleninka» – научная электронная библиотека. – URL: [//cyberleninka.ru/article/n/finansovye-i-sotsialno-ekonomicheskie-aspekty-provedeniya-olimpiyskih-igr/viewer](http://cyberleninka.ru/article/n/finansovye-i-sotsialno-ekonomicheskie-aspekty-provedeniya-olimpiyskih-igr/viewer) – (дата обращения: 01.10.2022).
3. Базунов, Б. А. Спорт XX век. Хроника отечественного и мирового спорта. М.: Советский спорт. – 2001. – 375 с. – ISBN: 5-85009-701-5
4. Галкин, В. В. Экономика и управление физической культурой и спортом: учеб. пособие для вузов / В. В. Галкин. – Ростов на Дону: Феникс, 2006 (Самара: Самарский Дом печати). 440 с. – ISBN 5-222-07908-2
5. Молчанова, Н. В. Влияние Олимпийских Игр 2014 года на туристическое развитие регионов России. [Электронный ресурс] / Н.В. Молчанова. – // Инновации. Менеджмент. Маркетинг. Туризм. – Сочинский государственный университет (Сочи). № 2. 2014. С. 30-33. URL: [://elibrary.ru/download/elibrary_21760430_71797768.pdf](http://elibrary.ru/download/elibrary_21760430_71797768.pdf) – (дата обращения: 26.09.2022).
6. Нуреев, Р. М. Экономика Олимпийских игр: монография / Р. М. Нуреев, Е. В. Маркин. – Москва: Юрическое издательство «Норма». – 2018. – 144 с. – ISBN 978-5-91768-542-7.
7. Нуреев, Р. М., Маркин Е. В. Эти разные Олимпийские игры [Электронный ресурс] / Р.М. Нуриев, Е.В. Маркин. – //Пространство экономики. – 2009. – №3. – «Cyberleninka» – научная электронная библиотека. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/eti-raznye-olimpiyskie-igry> – (дата обращения 28.09.2022)
8. Олимпийская хартия [Электронный ресурс] – // URL: [://nos.by/upload/New%20Folder/charter-26.06.2019-rus.pdf](http://nos.by/upload/New%20Folder/charter-26.06.2019-rus.pdf) – (дата обращения: 30.09.2022).
9. Официальный сайт Международного Олимпийского комитета [Электронный ресурс] – URL: <https://olympics.com> – (дата обращения: 16.10.2022)
10. Ходов, Л. Г. Греческая экономика после олимпийских игр // Российский внешнеэкономический вестник. 2006. №8. «Cyberleninka» – научная электронная библиотека. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/grecheskaya-ekonomika-posle-olimpiyskih-igr> – (дата обращения: 02.10.2022).
11. Штейнбах, В.Л. Век олимпийский / В.Л. Штейнбах. – М.: Терра-спорт: Олимпия press. 2002. 340 с.

COMMERCIALIZATION OF THE MODERN OLYMPIC GAMES

D. Kondratov, I. Sumina

FSBEI HE «Tchaikovsky State Physical Education and Sport Academy»

Abstract. The process of commercialization of the modern Olympic Games is considered, historical facts confirming the need for commercialization are highlighted. To determine the validity of commercialization, an analysis of the Olympic Charter was carried out. The analysis revealed that commercialization does not contradict the principles of the Olympic Movement and makes it possible to ensure the organization of the Olympic Games at a high level.

Keywords: Olympic Games, commercialization, modern Olympic Games, history of commercialization of the Olympic Games, commercial.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗЕ ПОЯСНИЧНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА У ЛИЦ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

А.Ю. Корнейчук, Е.В. Дворянинова

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. В статье представлены данные о средствах восстановления лиц среднего возраста, имеющих остеохондроз поясничного отдела позвоночника

Ключевые слова: остеохондроз, программа реабилитации, восстановление

Актуальность. По статистике ВОЗ: 80% человек имеет различные нарушения двух систем – опорной и двигательной. То есть у основной части населения диагностируются те или иные патологии позвоночника и суставов.

Боли в спине чувствуют многие люди в разные жизненные периоды. Когда терапия этих болей принесла благополучный исход, большинство больных возвращается к обычному течению жизни и продолжает свою профессиональную деятельность. У части заболевание приобретает хроническую форму, приводящую к снижению работоспособности, а у некоторых и вовсе к ее прекращению [1].

Глобальная распространенность болезненных ощущений в спине – это бич нашего века. И, пожалуй, одна из самых частых причин ощущения болезненности в области спины является остеохондроз.

При заболевании остеохондроз страдают межпозвоночные хрящи и диски. В них нарушается обмен веществ. Это становится причиной развития изменений в костной и мышечной системах позвоночника. Но не только этим опасен остеохондроз. Дистрофические изменения в позвоночнике могут повлечь за собой патологические изменения во внутренних органах, поскольку доказана взаимосвязь здоровья позвоночника с внутренними органами человека [3].

Наряду с остеохондрозом поясничного отдела у лиц среднего возраста так же часто встречается остеохондроз шейного отдела позвоночника. Эту

проблему Е.В. Дворянинова подробно изучила в своём автореферате, посвящённого восстановлению двигательной функции при остеохондрозе шейного отдела позвоночника.

Постоянно изменяющиеся социально-экономические условия жизни нашего общества требуют по-новому взглянуть на проблему восстановления физиологических функций человека [2].

Цель исследования: Изучить эффективности разработанной программы физической реабилитации при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника у лиц среднего возраста. Для успешного достижения цели были поставлены следующие задачи: 1. Изучить функциональные состояние позвоночника у лиц среднего возраста с остеохондрозом поясничного отдела.

2. Разработать, апробировать и внедрить программу физической реабилитации, направленную на восстановление двигательной функции позвоночника у лиц среднего возраста с остеохондрозом поясничного отдела.

3. Изучить динамику показателей функционального состояния позвоночника у лиц среднего возраста с остеохондрозом поясничного отдела под воздействие программы физической реабилитации

Методика и организация исследования. Исследование имело три этапа. Согласно цели каждого этапа решались поставленные задачи. На первом этапе были сформулированы, обоснованы цель и задачи исследования, проведены анализ и обработка данных научно-методической литературы. А также проводилось изучение исходного уровня функционального состояния поясничного отдела позвоночника у лиц среднего возраста.

На втором этапе была разработана и апробирована программа физической реабилитации, направленная на восстановление двигательной функции при остеохондрозе поясничного отдела у лиц среднего возраста.

На третьем этапе проводилась обработка и оценка динамики прироста показателей, которые дают представление о степени восстановления двигательной функции при остеохондрозе поясничного отдела. В процессе работы были подобраны различные методы исследования, которые позволили оценить эффективность экспериментальной программы физической реабилитации. В процессе исследования использовались функционально-двигательные тесты, позволяющие определить гибкость позвоночника (в крестцово-поясничном, грудном, шейных отделах) и тонус мышц туловища (мышц живота, спины, икроножных мышц и мышц бедер).

Педагогическое исследование проводилось на базе ООО «Хэлс Фит Плюс» в г. Минске, в течении восьми месяцев. Под наблюдением находилось шестнадцать мужчин среднего возраста, умеющих остеохондроз поясничного отдела позвоночника. Для проведения исследования люди были разделены на две группы: экспериментальную и контрольную. По восемь человек находилось в каждой группе.

У данных групп занятие длилось час, проводилось три раза в неделю в тренажерном зале.

Для экспериментальной группы проводились: упражнения, направленные на развитие силовых способностей; упражнения, развивающие гибкость; упражнения на увеличение подвижности в грудном отделе позвоночника; упражнения для улучшения подвижности в тазобедренных суставах; дополнительные занятия по миофасциальному релизу.

Для контрольной группы проводились: специальные упражнения; упражнения на растягивание; упражнения на силу; дополнительные занятия два раза в неделю – специальные упражнения.

Занятие делилось на три части. 1.Подготовительная часть занимала 10-15 минут. Цель – подготовить организм занимающихся к эффективному выполнению задач в основной части занятия. Подготовительная часть содержала в себе: ходьбу на беговой дорожке; суставную разминку; общеразвивающие упражнения.

2. Основная часть занимала 35 – 40 минут. Цель – неродственное восстановление двигательной функции. Применялись специальные упражнения, упражнения на силу определённых мышц.

3. Заключительная часть имела продолжительность 5-10 минут. Цель – снижение уровня функционирования систем организма до близкого к среднему. Заключительная часть содержала: упражнений на растягивание и упражнений на подвижность определённых суставов.

В дополнительных занятиях использовались следующие средства: упражнения направленные на увеличение подвижности в грудном отделе и тазобедренных суставах, а также применялись упражнения с использованием роллов для миофасциального релиза.

Контрольная группа занималась по программе, предложенной ООО «Хэлс Фит Плюс».

Результаты исследования и их обсуждение.

Результаты педагогического эксперимента представлены в таблице 1.3.

Таблица 1. Результаты тестирования

Показатель, Градусы	Результаты		t-крит. Стьюдента	P
	Контрольная группа	Экспериментальная группа		
	М	М		
1.Гониометрия «стоя»	α -3,6 β - 6,2 γ - 5,2	α -5,4 β - 8,4 γ – 7,2	5,3 5,9 6,5	<0,05
2.Гониометрия «наклон вперед»	α -43,8 β - 70 γ - 115,5	α -53,4 β - 85 γ -123,6	5,5 4,3 4,1	<0,05
3.Гониометрия «наклон назад»	α -6,4 β - 12,2 γ -19,4	α -4,2 β - 25,4 γ -30	11 8,7 9,1	<0,05

4. Гониометрия «наклон в стороны»	14	21,2	8,4	<0,05
5. Тест подвижности позвоночника	20,8	16,8	9,1	<0,05
6. Тест подвижности	48,6	55	16	<0,05
7. Тест асимметрии	22,4	17,2	7,9	<0,05

В процессе анализа данных были выявлены достоверные различия ($p < 0,05$) между участниками экспериментальной и контрольной групп после реализации программы физической реабилитации. Проанализировав данные, можно увидеть, что результаты тестирования у участников экспериментальной группы на контрольном этапе эксперимента существенно улучшились по всем показателям, что свидетельствует об эффективности разработанной программы физической реабилитации.

Заключение. В ходе педагогического эксперимента, который проводился на базе ООО «Хэлс Фит Плюс» удалось получить положительные результаты у экспериментальной группы, это говорит о том, что созданная программа физической реабилитации достаточно эффективна. Применяя средства и формы, которые были включены в программу физической реабилитации, мы получили положительную динамику результатов.

Гониометрия показала, что степень функциональных нарушений у испытуемых изменилась со значительной до умеренной степени: улучшились результаты тестирования подвижности позвоночника ($p < 0,05$), уменьшилась асимметрия ($p < 0,05$); результаты гониометрии «стоя», «наклон вперед», «наклон назад», «наклон в стороны» показали достоверные изменения ($p < 0,05$). Тестирование гибкости позвоночника также выявило улучшение среднего показателя.

Таким образом, результаты, которые нам удалось получить в ходе исследования свидетельствуют о эффективности разработанной программы физической реабилитации на восстановление двигательной функции при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника у лиц среднего возраста.

Список литературы

1. Бурчинский, С.Г. Принципы и средства фармакологической коррекции болевых синдромов в неврологии Текст. / С.Г. Бурчинский // Клинический обзор, инст. геронтологии АМН Украины. Киев, 2004. С. 2-4.
2. Дворянинова, Е.В. Теоретико-методические аспекты восстановления двигательной функции шейного отдела позвоночника средствами физической реабилитации у лиц зрелого возраста: автореф. дис. ...канд пед. наук: 10.09.10 / Е.В. Дворянинова, БГУФК. 2010. 151 с.
3. Елифанов, В.А. Восстановительная медицина: учебник / В. А. Елифанов. – М.: ГЭОТАР Медиа, 2012. 304 с.

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS OF RESTORING MOTOR FUNCTION IN OSTEOCHONDROSIS OF THE LUMBAR SPINE IN MIDDLE-AGED PEOPLE

A. Korneichuk, E. Dvoryanin

Belarusian State University of Physical Education

Abstract. The article presents data on the means of restoring middle-aged people with osteochondrosis of the lumbar spine.

Keywords: osteochondrosis, rehabilitation program, recovery.

ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ, УЧЕБНОЙ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС СПО

Т.В. Крепс

*Кубанский государственный университет физической культуры,
спорта и туризма*

Аннотация. В статье рассмотрено планирование занятий и видов практики с применением современных образовательных технологий в соответствии с ФГОС среднего профессионального образования по специальности 43.02.10 Туризм. Проводится анализ структуры учебного плана и форм обучения в гуманитарном колледже, а также практика организации научно-исследовательских работ по специальности 43.02.10 Туризм.

Ключевые слова: среднее профессиональное образование, гуманитарный колледж, обучающиеся, образовательные технологии, планирование занятий.

Система среднего профессионального образования характеризуется вариативностью, краткосрочностью и мобильностью обучения [4], доминированием дисциплин профессионального цикла, МДК и ПМ [1], интеграцией практики в процессе общенаучной, общепрофессиональной и специальной подготовки [3], а также внедрением передовых педагогических технологий [2].

Использование современных образовательных технологий подразумевает оптимизацию сроков обучения, в результате которой происходит усвоение обучающимися знаний, формирование у них умений и навыков.

Структура учебного плана в соответствии с ФГОС СПО:

- общеобразовательные дисциплины на 1 курсе;
- общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл;
- математический и общий естественно-научный цикл;
- общепрофессиональные дисциплины;
- профессиональные модули.

Выбор форм обучения в Гуманитарном колледже Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (КГУФКСТ) по специальности 43.02.10 Туризм определяется учебно-программной документацией, в которую входят учебные планы, рабочие программы по учебным дисциплинам, профессиональным модулям,

календарно-тематические планы. В колледже применяются следующие типы учебных занятий:

- лекция для сообщения новых знаний;
- комбинированное занятие;
- занятие по формированию умения и навыков;
- занятие по проверки знаний, умений и навыков.

Для первичного освоения изучения нового раздела учебного материала проводится лекция сообщения новых знаний. Наиболее эффективные методы работы – беседы, объяснения, работа с литературой и т.д. После приветствия, преподаватель должен создать психологический настрой обучающихся, подчеркнув теоретическую и практическую значимость новой изучаемой темы – это мотивация учебной деятельности. Познавательное содержание материала позволяет обозначить задачи, которые будут решены, также сообщается план изложения, закрепления и повторения материала, его связь с пройденными темами, смежными дисциплинами.

Комбинированное занятие предназначено для выработки умения самостоятельно применять новые знания на практике.

Занятие по формированию умения и навыков связано с выбором практической части в виде элементов деловой игры, решения ситуационных задач, мини-проектов, кейсов, погружения в квазипрофессиональную детальность, проведения экскурсий на производство.

Занятие по проверке знаний, умений и навыков направлено на актуализацию знаний через решение ситуационных задач, опрос, тестовые задания. Показатели и критерии оценок должны быть сформулированы, и обучающиеся должны их знать.

Практика, как вид внеурочной работы, предусмотренный профессиональной образовательной программой [2, с. 213], бывает учебная, профессиональная и преддипломная.

Учебная практика (ознакомительная) проводится с целью ознакомить обучающегося с обязанностями специалиста на туристском предприятии. Это возможность увидеть трудовые процессы, профильную специфику и другие практические моменты работы в турфирме или гостиничном комплексе. На учебной практике обучающийся плотно сотрудничает с куратором, но больше всего актуальной информации дадут работники места практики (менеджеры по туризму и администраторы).

Производственная практика соответствует профилю специальности 43.02.10 Туризм. Студент воспринимается уже как рабочая единица, ему дают поручения. Исследования, сделанные в туристской форме или гостинице, являются частью научно-исследовательской работы, используются в курсовых работах, статьях, также как база для выпускной квалификационной работы. Цель производственной практики – реализовать профессиональные навыки, решать реальные производственные задачи, приобрести рабочий опыт, и, возможно, первую запись в трудовой книжке специалиста по туризму.

Преддипломная практика – это подготовительный этап выпускной квалификационной работы.

Примерный план занятия по учебной и производственной практике специальности 43.02.10 Туризм:

- 1) тема программы (подтема);
- 2) учебно-воспитательные задачи;
- 3) объекты учебных работ (или отрабатываемые приемы), на которых будет проводиться обучение, материально-техническое и дидактическое обеспечение;
- 4) вводный инструктаж;
- 5) определение последовательности и содержания этапов текущего инструктажа при работе;
- 6) заключительный инструктаж.

Обучающиеся должны четко представлять себе, для чего и с какой целью изучается на туристском предприятии данный материал, технология. Для этого обучающиеся самостоятельно выдвигают программу поиска знаний, что является высшим уровнем проблемного обучения.

Планирование занятий и практики в соответствии с ФГОС невозможно без цифровых инструментов. Постановочная часть осуществляется за счет ресурсов интернета. При этом необходима тьюторская поддержка – кураторство на туристском предприятии. Коммуникативная часть может осуществляться за счет онлайн платформ и мессенджеров.

Презентационная часть осуществляется за счет:

- графических, фото и видео редакторов;
- программ для создания анимированных моделей;
- геоинформационных систем и т.д.

Практика организации научно-исследовательских работ в Гуманитарном колледже КГУФКСТ по специальности 43.02.10 Туризм включает практические работы по дисциплинам и профессиональным модулям (ПМ), учебную и производственную практику по ПМ, подготовку курсовых и дипломных работ.

Таким образом, с учетом применения различных форм обучения, технологий дистанционного и электронного обучения, в Гуманитарном колледже КГУФКСТ проводится преподавание общеобразовательных учебных дисциплин и профессиональных модулей, учебной и производственной практики на основе профессиональной направленности программ среднего профессионального образования. Это позволяет оптимизировать сроки освоения учебного материала, формировать умения и навыки с учетом получаемой специальности 43.02.10 Туризм. В Гуманитарном колледже ведется разработка и внедрение методик преподавания с учетом интенсивного обучения, обновление содержания общеобразовательных учебных дисциплин с учетом прикладных модулей по профессиональной направленности специальностей, внедрение в педагогическую практику эффективных образовательных технологий, в том числе технологий дистанционного и электронного обучения, организуется взаимодействие с предприятиями в сфере туризма по трудоустройству выпускников, проводится повышение

квалификации педагогов, направленное на подготовку к работе с новыми методиками преподавания.

Список литературы

1. Казакова Т.И., Орлова А.И., Толстова Е.Г. Рейтинговая система как интегральная оценка уровня освоения МДК профессиональных модулей обучающимися СПО// Наука и образование в XXI веке: сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции: в 17 частях. 2014. С. 40-42.

2. Ледовская О.В. Развитие инновационной деятельности в системе среднего профессионального образования // Профессионализм и гражданственность – важнейшие приоритеты российского образования XXI века. Педагогические чтения, посвященные 425-летию со дня рождения Яна Амоса Коменского. Сборник статей. 2017. С. 212-214.

3. Печенкина Т.И., Петров Е.В. Совершенствование системы социально-профессиональной адаптации студентов в системе среднего профессионального образования // Теоретические и практические аспекты психологии и педагогики: коллективная монография. Уфа, 2017. С. 86-128.

4. Козулина Н.С., Шмелева Ж.Н. Основы использования технологии совместной работы в учебном процессе в системе среднего профессионального образования // Азимут научных исследований: Педагогика и психология. 2020. Том 9. № 3 (32). С. 149-153.

PLANNING OF CLASSES, TRAINING AND INDUSTRIAL PRACTICE IN ACCORDANCE WITH THE FEDERAL STATE EDUCATIONAL STANDARD OF SECONDARY VOCATIONAL EDUCATION

T. Kreps

Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism

Abstract. The article considers the planning of classes, types of practice with the use of modern educational technologies in accordance with the Federal State Educational Standard of Secondary Vocational Education for the specialty 43.02.10 Tourism. The analysis of the structure of the curriculum and forms of education in the humanities college, as well as the practice of organizing research works, is carried out.

Keywords: secondary vocational education, humanitarian college, students, educational technologies, class planning.

ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СПОРТИВНОМ СЕКТОРЕ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ

И.О. Крук, А.В. Старостина

Вологодский государственный университет

Аннотация. В статье анализируется общая экономическая ситуация в сфере спорта в Российской Федерации. В статье выделены ключевые проблемы, их описание, оценка критичности для дальнейшего успешного развития спортивного сектора и возможные пути

их решения. Также рассматривается влияние данных проблем на существующее развитие спортивного сектора. По результатам исследования, выделены следующие значимые экономические проблемы: отсутствие должного финансирования и достаточного количества спортивного инвентаря в учреждениях физической культуры, а также проблема кадров и квалификации работников сферы спорта.

Ключевые слова: спортивный сектор, экономика, физическое воспитание, проблемы, решение.

Развитие спорта, как важной составляющей общественной жизни, является одной из приоритетных задач Российского государства. Развитие спортивного сектора способствует улучшению здоровья населения, продлению долголетия людей, организации досуговой деятельности и профилактике асоциального поведения людей, вовлечение инвалидов и детей-сирот в социальную и физическую адаптации через физическую культуру [1].

Во второй статье Федерального закона «О физической культуре и спорте в РФ» физическая культура определяется как одна из важнейших составляющих социальной инфраструктуры. Таким образом, она является такой же важной, как другие отрасли и уходит со второго плана хозяйства и уже способна самостоятельно определять новые и важные формы общественной жизни. Физическая культура и спорт становятся средством обеспечения и формирования общности людей, адекватных своей истории и культуре, реализует функцию развития способностей человека, оказывая существенное влияние на ощущение общности народа. Именно по этим причинам, данная сфера является действительно важной для развития.

Однако и в этом направлении существует ряд проблем, с которыми сталкивается государства при попытках ее развития. Особенно важными являются проблемы в экономической сфере, требующие решения.

Проблемами в экономической сфере физической культуры и спорта можно назвать:

1) Неравенство в финансах. Это является серьезной угрозой некоторых видов спорта. Неравенство в финансировании различных видах спорта способствует понижению его качества, в связи с чем уменьшается и количество болельщиков, которые заинтересованы в данном спорте, а также уменьшается количество потенциальных спортсменов, которые могли бы стать частью определенного вида спорта. В связи с этим, погибает перспективность данного вида спорта и данный спорт может больше не рассматриваться, как необходимый. В связи с чем, могут закрываться дополнительные секции, люди могут терять работу и так далее, что негативно сказывается на общей экономической ситуации в сфере спорта [2].

В таком случае необходимо контролировать процесс финансирования всех возможных спортивных направлений, чтобы не допустить ухудшение материального положения одного из них, а в дальнейшем это не привело к полному исчезновению направления.

2) На данный момент количество людей, занимающихся спортом, сильно взаимосвязано с количеством спортивных сооружений. Необходимо увеличить

общее количество данных сооружений. Не все категории лиц имеют возможность заниматься спортом и посещать спортивные секции, и организация малобюджетных спортивных сооружений в шаговой доступности также является важной задачей и может помочь решить данную проблему [4]. К сожалению, в России большинство спортивных учреждений не пользуются большой рентабельностью. Необходимо помочь строительству спортивных учреждений по всем необходимым правилам и нормам, где будет комфортно заниматься спортом всем желающим. При близкой доступности к дому, невысокой цене, посещаемость таких мест будет возрастать, а значит, и окупаемость наступит раньше.

Это будет толчком для того, чтобы построить как можно большее количество разнообразных спортивных учреждений, так как в их создании будут видны перспективы. Такие учреждения будут приносить прибыль, а лица, которые

3) Одним из приоритетных направлений задач для правительства является развитие качественной современной материально-технической базы в образовательных учреждениях. Физическая культура является обязательным предметом во всех учебных заведениях. Так, как это является обязательной частью программы, то нужно вкладывать необходимые ресурсы для обеспечения проведения данных занятий. При нужной материальной базе у учащихся повышается желание заниматься спортом, что в дальнейшем может привести к профессиональной деятельности в этой сфере [3].

Материальная база необходимо не только для улучшения комфорта обучающихся, но и для большего разнообразия деятельности на занятиях. Если у учреждения есть и разные мячи, и канаты, и конусы и другой спортивный инвентарь – учащиеся с большей долей вероятности смогут попробовать себя в различных сферах и найти ту, которая им интересна. В дальнейшем, это может означать, что у учащихся повышен интерес к спорту, к занятиям физической культурой и возможно в дальнейшем кто-то захочет связать свою жизнь с этим видом спорта. Это напрямую показывает, что материальная база в школах способствует дальнейшему развитию спортивного сектора в стране – появляется больше кадров для дальнейшей работы, интерес к спорту повышается в связи с чем и его финансирование.

Университетский спорт должен быть не только важной частью системы образования и пропаганды здорового образа жизни, но и значительным шагом в подготовке спортивного резерва. Исходя из этого, правительству необходимо уделять особое внимание развитию университетского спорта и спонсирование учреждений всей необходимой материальной базой для занятий, ведь система студенческих соревнований может также способствовать решению как задач подготовки резерва, так и развития массового спорта [2].

4) Мотивация людей – это еще одна проблема спортивной экономики. Повышение мотивации к занятиям спорта и к самореализации в спортивной сфере являются важной задачей для укрепления спортивного сектора. Как уже было упомянуто выше, важным аспектом улучшения экономической ситуации

в сфере спорта является подготовка новых кадров, повышение интереса к занятиям спортом среди жителей. По определенным оценкам, интерес к спорту в России растет, но медленно и пассивно: «Только один человек из двадцати действительно занимается любимым видом спорта в России. Это означает, что людям нравится говорить о спорте, читать газеты о спорте, смотреть спортивные передачи, но это не то же самое, что заниматься физическими упражнениями лично или заниматься спортом.» Перед правительством стоит основная задача в том, чтобы изменить такое отношение людей к спорту, через поощрение активного участия в занятиях спортом, спортивных секциях, соревнованиях, а также благодаря пропаганде здорового образа жизни.

5) Проблема кадров. Подготовка кадров для спортивной сферы в учреждениях среднего и высшего профессионального образования велась длительное время и до недавнего времени преимущественно в рамках одной специальности – «Физическая культура и спорт». Такая ситуация ограничивала подготовку кадровых ресурсов для оздоровительных и других направлений работы в отрасли. В данной отрасли, учащиеся могут работать в спортивных и тренажерных залах, в спортивных клиниках и клиниках реабилитации, в пансионатах и спортивных гостиницах, а также в учреждениях общего или дополнительного образования. Таким образом, сфера спорта и физической культуры является перспективной для профессиональной деятельности, в связи с разнообразием возможностей. К сожалению, не все учащиеся имеют представление о возможной профессиональной деятельности в качестве деятеля физической культуры. Данная проблема может быть решена, если в учебных заведениях будут вестись разговоры и диалоги в рамках занятий физической культурой о дальнейших вариантах своего развития в данной сфере.

В последние годы положение значительно изменилось в связи с тем, что учреждения высшего профессионального образования приступили к подготовке кадров по различным специальностям. Также важным аспектом является необходимость повышения оплаты труда деятелей сферы физической культуры.

Проведя анализ, можно прийти к следующим выводам: одним из путей решения экономической проблемы может стать создание централизованной системы контроля за состоянием, использованием и загруженностью спортивных сооружений независимо от ведомственной принадлежности. Необходимо следить за тем, чтобы в каждом районе было спортивное учреждение, которое подходит по всем стандартам. Также необходимо организовать целевое финансирование для устранения недостатков спортивных сооружений, а также для улучшения материальной базы для занятий физической культуры в образовательных учреждениях. Необходима организация эффективного использования уже существующих ресурсов. Открытие новых направлений подготовки кадров также станет шагом на пути к улучшению ситуации в спортивном секторе. Так станет больше квалифицированных специалистов, готовых обучать других. Предполагается, что это финансирование будет более эффективным.

Список литературы

1. Алексеев С.В., М.Я. Виленский, Р.Г. Гостев, С.Р. Гостева, А.В. Лотоненко, С.И. Филимонова. Физическая культура и спорт в образовательном пространстве России. Монография. – М.: ООО НИЦ «Еврошкола», Воронеж.: ООО «Издательство РИТМ», 2017. С. 332-365.
2. Бауэр, В. Г. Социальная значимость физкультуры и спорта в современных условиях развития России // Теория и практика физ. культуры. 2001, № 1, С. 50-56
3. Старостина А.В. Формирование культуры здоровья учащихся / А.В. Старостина. Развитие и распространение лучшего опыта в сфере формирования цифровых навыков в образовательной организации: материалы Всерос. науч.-метод. конф. с международным участием / редкол.: Л.А. Иванова, Н.В. Ефимова. – Чебоксары: ИД «Среда», 2019. 372 с. С. 213 – 217.
4. Старостина А.В., Старостина Ю.М. Проблемы организации занятий физической культурой со студентами с ограниченными возможностями здоровья / Инновационные виды двигательной активности для лиц с ОВЗ и инвалидностью: сборник научно-практических статей // Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Вологодский государственный университет. – Вологда: ВоГУ, 2021. С. 76-81.

ECONOMIC PROBLEMS IN THE SPORTS SECTOR AND WAYS TO SOLVE THEM

*I. Kruk, A. Starostina
Vologda State University*

Abstract. The article analyzes the general economic situation in the field of sports in the Russian Federation. The article highlights the key problems, their description, assessment of criticality for the further successful development of the sports sector and possible ways to solve them. The impact of these problems on the existing development of the sports sector is also considered. According to the results of the study, the following significant economic problems have been identified: the lack of adequate funding and a sufficient amount of sports equipment in physical education institutions, as well as the problem of personnel and qualifications of sports workers.

Keywords: sports sector, economy, physical education, problems, solutions.

ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ 6-7 ЛЕТ

М.М. Кузёмко, П.Г. Сыманович

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. Современный футбол предъявляет высокие требования к спортивному мастерству футболистов. Особую роль в процессе становления спортивно-технического мастерства футболистов занимает техническая подготовка. Современные системы контроля и анализа определенных технических элементов свидетельствует о том, что одним из приоритетных направлений спортивной тренировки футболиста является его техническая подготовка. Как показывает практика современного футбола и научные изыскания, переход футболистов высокой квалификации в «элитные» спортсмены возможен только при наличии

у них должной базы технической подготовки на предыдущих этапах спортивной подготовки и, в частности, на этапе начальной подготовки.

Ключевые слова: футбол, футболисты 6-7 лет, техническая подготовка, техническая подготовленность, технические умения.

Техническая подготовка футболистов 6-7 лет заключается в способности координировать собственные действия относительно положения мяча, футбольного поля, партнеров по команде и соперников. Техническую подготовку необходимо рассматривать и развивать по двум направлениям: техническому мышлению и техническим умениям обращения с мячом.

Формирование технической подготовки обусловлено спецификой возраста футболистов, который охватывает период жизни до 7 лет. Этот период характеризуется интенсивным ростом и развитием важнейших систем организма, закладывается база всестороннего развития физических, умственных и морально-волевых способностей.

Первым и самым важным средством формирования технической подготовки футболиста 6-7 лет является свободная двигательная деятельность. С данного элемента целесообразно начинать спортивную тренировку футболистов, с последующим введением футбольных мячей в занятие. Количество разнообразных движений, которым владеет футболист, позволит более эффективно усваивать технические приемы в будущем [1].

У футболистов 6-7 лет процесс воспитания физических и технических способностей не должен быть специально направленным на формирование каждых из них. Средства спортивной тренировки у футболистов на данном этапе стоит подбирать таким образом, чтобы обеспечивать и регулировать комплексное воспитание всех физических способностей.

Важной составляющей технической подготовки является степень развития морально-волевых качеств футболистов. К ним относятся: сила воли; честность по отношению к товарищам по команде, тренеру и родителям; смелость; решительность, усердность, настойчивость. Обучение техническим элементам является наиболее сложным у футболистов, поскольку требует огромных временных и психологических затрат. При развитии технической подготовки преобладающую часть тренировки должна занимать работа с попеременным напряжением и расслаблением мышц, так как такой режим в меньшей мере способствует утомлению ребенка [2].

Для правильного формирования технической подготовки футболистов 6-7 лет тренировочные занятия на вводном этапе должны иметь в содержании следующие элементы: ловля мяча при помощи кистей рук; ведение мяча ногами; подбрасывание мяча и удар по нему ногой до момента соприкосновения с полом; ведение мяча одной рукой по полу на ходу. Основной этап тренировки содержит подвижные игры. Целесообразнее применять следующие: подвижные игры, направленные на развитие силовых и координационных способностей; подвижные игры с ходьбой, бегом, прыжками, ловлей, передачей, перекачиванием мяча; подвижные игры, тренирующие психофизические нагрузки; подвижные игры, активизирующие мышление,

память и внимание; подвижные игры, формирующие общение и взаимоотношения с партнерами по команде.

Эффективным средством развития технической подготовки футболистов 6-7 лет является обучение новым разнообразным движениям с постепенным увеличением координационной нагрузки. При выполнении нового упражнения дети пополняют свой двигательный опыт, а также развивают способность образовывать и выполнять новые формы координации движений. Запас двигательных навыков, которые футболисты получают на этапе предварительной подготовки, является фундаментом развития координационных способностей, а также развития технических умений.

Для игровых видов спорта важнейшее значение имеет способность футболиста перестраивать двигательную деятельность в условиях внезапно меняющейся обстановки. Средствами воспитания такой способности являются вариативные упражнения с нестрогой регламентацией [3].

Установлено, что в формировании технической подготовки футболистов 6-7 лет особое место занимает игровой метод. Его преимущество заключается в том, что упражнения, выполняемые в таком методе направлены на формирование физической, технической и тактической подготовки, то есть, являются средством комплексного развития футболистов.

Игровой метод с дополнительными заданиями позволяет активизировать мыслительный процесс футболистов, формировать технико-тактические умения, развивать память и внимание, повышать эмоциональный фон. Дополнительные задания направлены на всестороннее развитие футболиста и заставляет его действовать в рамках ограниченного времени и пространства, в определенных условиях и т.д. Например, во время игры в футбол забитый мяч ведущей ногой приносит команде 1 гол, не ведущей ногой – 2 гола.

Игровой метод без дополнительных заданий характерен самостоятельностью футболистом решения возникающих задач, которые носят циклический характер. Это позволяет регулировать собственные действия, опираясь на текущий анализ сложившейся ситуации [4].

Сравнительный анализ развития технической подготовленности у футболистов 6-7 лет отображен в таблице 1.

Таблица 1. Техническая подготовленность футболистов 6-7 лет

Критерии технической подготовленности	Результаты тестов	Результаты тестов месячного цикла с использованием игрового метода
Ведение мяча поочередно ведущей и не ведущей ногой, 20 метров, с.	31	27
Количество касаний ведущей и не ведущей ногой, 60 с.	54	63
Точность ударов по воротам по неподвижному мячу	7,7	8,9
Прием и обработка мяча, количество действий	2,64	2,12

Для замера ведения мяча ведущей и не ведущей ногой взята дистанция в 20 метров без препятствий (без использования дриблинга). В упражнении задействованы обе ноги, работающие поочередно. Задача футболиста проталкивать мяч носком ступни вперед, на расстояние не более 30 сантиметров, совершая как можно большее количество касаний по мячу.

Количество касаний ведущей и не ведущей ногой осуществляется стоя в статичном положении. Нога меняется при помощи перепрыгивания, задача футболиста состоит в точном и быстром касании с последующей сменой ноги. Упражнение требует от футболиста физической и психоэмоциональной выносливости. Для контроля точности допускается формирование «круга» из фишек вокруг мяча диаметром не более 50 см.

Точность ударов по воротам по неподвижному мячу зависит от нескольких критериев: разбег, положение опорной ноги, техника выполнения выбранного вида удара, положение тела во время удара. В данном тесте футболисты самостоятельно выбирали вид удара, у каждого испытуемого 10 ударов. Условия эксперимента: детские футбольные ворота (183x96x130), расстояние до ворот – 5 метров [5].

Прием и обработка мяча измеряется в количестве действий, необходимых футболисту для того, чтобы обеспечить полный контроль над мячом. Для выявления количества действий существует 2 способа. Первый способ заключается в приеме передачи от товарища по команде или тренера, второй – мяч подбрасывается на высоту двух метров, после чего футболист обрабатывает мяч, не позволяя ему коснуться пола до начала обработки.

После проведения тестирования в течение месяца тренировки проводились с упором на игровой метод, с дополнительными заданиями. Сложность эксперимента подтверждается тем фактом, что для футболистов 6-7 лет повышаемая сложность выполняемых упражнений и тестов влечет падение интереса к футбольным тренировкам. Поэтому при выборе дополнительных заданий стоит учитывать сложность, суть задания и индивидуальные особенности каждого футболиста.

Стоит отметить, что данное исследование проводилось в два этапа, которые заняли один месяц. Более целесообразно отслеживать динамику развития юных футболистов по тестам 2 раза в год и, следовательно, проводить тренировки в полугодичном цикле. Однако, для выявления начальной эффективности возможно проведение тестов после первого месяца. Первый этап представляет собой текущее тестирование футболистов с целью выявления уровня технической подготовленности. Вторым этапом наступает после определенного количества тренировочных занятий или циклов, после чего испытуемые проходят повторное тестирование.

Результаты тестирования позволяют сделать выводы о том, что тренировки с упором на игровой метод позволяют качественно повысить результаты в каждом выбранном техническом параметре подготовленности. Ведение мяча улучшилось в среднем на 4 секунды, количество касаний в среднем увеличилось на 9 пунктов, точность ударов повысилась на 12%, на

прием и обработку мяча количество действий сократилось практически до двух касаний. В связи с этим целесообразно предлагать футболистам более широкий спектр упражнений, что позволит более точно и эффективно выстраивать развитие технических умений футболистов. Также с помощью данных по итогам тестирования становится возможным обеспечение реализации индивидуального подхода.

Игровой метод в совокупности с методом сопряженной тренировки позволяет установить акцент на развитии координации, эффективной отработке технических приемов, точности ударов по воротам, а также на моделировании игровых ситуаций [6].

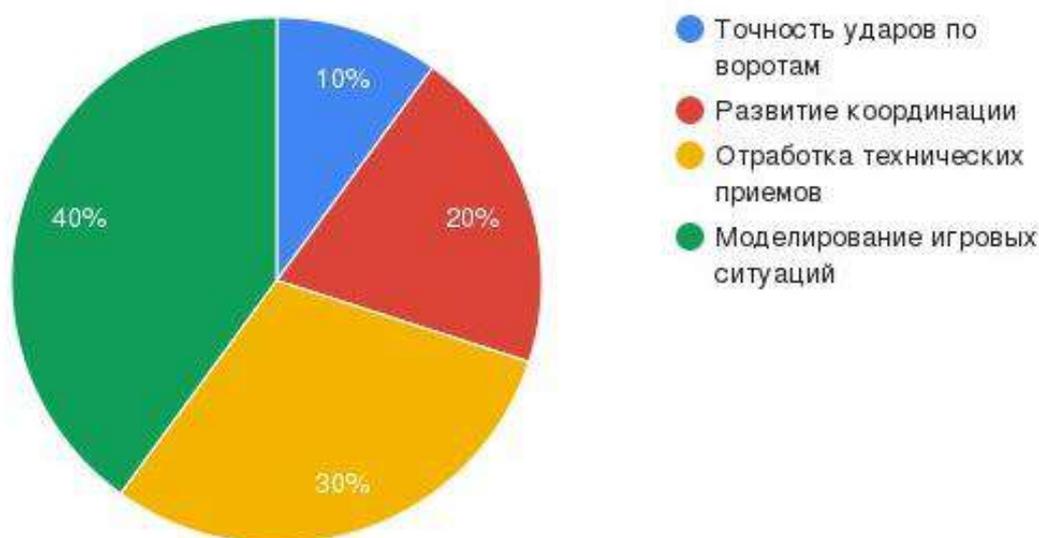


Рис. 1. Распределение времени на тренировочном занятии

Самый эффективный способ обучения и развития детей – игра. Поэтому большая часть упражнений на занятии должна проходить в формате игры или моделирования игровых ситуаций (40%) с определенными правилами, целью и задачами. Типичной ошибкой при проведении тренировочных занятий со стороны тренера является многократное повторение одинаковых упражнений, что способствует повышенному утомлению и падению внимания и интереса к упражнению со стороны ребёнка.

Отработка технических приемов структурно входит в предыдущий раздел, в ходе которого происходит формирование технических умений у футболистов. Однако моделирование игровых ситуаций может быть адаптировано в большей степени под формирование тактических или физических качеств. Поэтому рекомендуется выполнять отдельные упражнения, направленные конкретно на формирование технических умений футболистов (ведение мяча ведущей и не ведущей ногой, ведение мяча с препятствиями и т.д.).

Развитие координации у футболистов осуществляется как во время моделирования игровых ситуаций, так и отработки технических приемов. В

ходе проведения эксперимента было установлено, что дети не проявляют высокий интерес к упражнениям, направленным на развитие координационных способностей. Поэтому часть упражнений рекомендуется выполнять во время разминки и заминки с целью предотвращения утомления и потери концентрации у футболистов. Основную часть упражнений для развития координационных способностей целесообразно выполнять в виде соревнований и различных игр («метеоритный дождь», «очисти свой двор» и т.д.) [7].

Как видно из приведенного рисунка 1, ряд тренеров по материалам анкетирования уделяют незначительное количество тренировочного времени (10%) для развития такого важного для футболиста качества, как координационные способности, и в частности, точности ударов по воротам. Мы считаем, что развитию данного качества следует уделять более значительную часть тренировочного занятия. На этапе предварительной подготовки дети стремятся к забитым голам, точность имеет решающий фактор, поэтому следует развивать как процессуальную, так и финальную точность.

Таким образом, в результате исследования было определено, что развитие параметров технической подготовленности должно осуществляться интегрально. При таком подходе при выполнении упражнений футболист формирует умения сразу в нескольких видах подготовки. Поэтому программа тренировочного занятия должна в большей степени состоять из комплексных упражнений.

Список литературы

1. Арестов, Ю.М. Подготовка футболистов высших разрядов / Ю.М. Арестов // Учебн. пос. для слушателей ВШТ. Москва, 2010. 234 с.
2. Гриндлер, К. Техническая и тактическая подготовка футболистов / К. Гриндлер // Учебн. пос. – М.: ФиС, 2009. 314 с.
3. Казаков, П.Н. Футбол / П.Н. Казаков // Учебник для физ. ин-тов. М.: ФиС, 2010. 412 с.
4. Лобановский, В.В. Управление тренировочным процессом футболистов // В.В. Лобановский. Киев. 2009. – 199 с.
5. Лясовский, К.П. Техника ударов / К.П. Лясовский // М.: ФиС, 2010. 412 с.
6. Полишкис, М.С. Программа и методические рекомендации для учебно-тренировочной работы в спортивных школах / М.С. Полишкис // М.: ФиС, 2006. 265 с.
7. Пшибильски, В. Повышение уровня технического мастерства и развитие тактического мышления у игроков / В. Пшибильски // М.: ФиС, 2010. 258 с.

FEATURES OF TECHNICAL TRAINING OF 6-7 YEARS FOOTBALL PLAYERS

M. Kuzemko, P. Symanovic

Belarusian State University of Physical Education

Abstract. Modern football places high demands on the sportsmanship of football players. A special role in the process of formation of sports and technical skills of football players is occupied

by technical training. Modern systems of control and analysis of certain technical elements indicate that one of the priority areas of a football player's sports training is his technical training. As the practice of modern football and scientific research shows, the transition of highly qualified football players to "elite" athletes is possible only if they have a proper technical base at the previous stages of sports training and, in particular, at the stage of initial training.

Keywords: football, football players aged 6-7, technical training, technical readiness, technical skills.

ПОДХОДЫ К ПРОГНОЗИРОВАНИЮ МИРОВЫХ РЕКОРДОВ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТА

О.А. Кузина, В.Г. Кузьмин

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Статья посвящена исследованию основных и наиболее известных подходов к прогнозированию мировых рекордов в различных видах спорта, характеристике данных подходов.

Ключевые слова: спорт, прогнозирование, рекорд, вид, прогноз.

Актуальность темы обусловлена первостепенно важной ролью исследования способов прогнозирования, посредством которых можно осуществить логически и (или) расчетно обоснованный прогноз достижения определенных спортивных результатов. При этом, для различных видов спорта характерно использование различных подходов к прогнозированию. Прогноз является важным индикатором эффективного управления физической культурой и спортом. Данное обстоятельство обусловлено тем, что обладая знаниями о спортивных достижениях в будущем, можно влиять на их изменение в целях улучшения и демонстрации более высоких результатов мировых рекордов в различных видах спорта.

В настоящее время принято выделять следующие наиболее востребованные подходы к прогнозированию мировых рекордов в различных видах спорта.

Во-первых, это динамический (трендовый) подход. В рамках данного подхода обширно используется в спорте метод экстраполяции. В рамках указанного метода делается прогноз-тренд (строится трендовая линия), прогноз результатов будущих достижений, на основании сложившейся динамики достигнутых показателей прошлых лет (например, прогнозирование мировых рекордов в спортивной борьбе [1, с. 37]).

Во-вторых, факторный подход. Подход предполагает учет самых различных детерминант при формировании планируемых достижений. Действительно, мировые рекорды в различных видах спорта зависят от самых разнообразных факторов, в числе которых политические, экономические, экологические, технологические, социальные и многие другие детерминанты. От всего этого зависит физическая, психологическая подготовка спортсменов,

особенности организации и проведения соревнований, допуски спортсменов к фиксации мировых рекордов и так далее. Особенно популярны в рамках данного подхода такие методы прогнозирования, как например:

- регрессионный анализ, предполагающий установление зависимости одних факторов от других и на основании изменения данных факторов в будущем строится прогноз (например, метод используется в спортивном плавании [2, с. 102]);

- корреляционный анализ, согласно которому происходит определение влияния одних детерминант в спорте на другие, определяются более тесная взаимосвязь между факторами, чем при регрессии, и на основании этого строятся прогнозы (метод используется в беге, спортивной борьбе, плавании и других видах спорта [3, с. 50]);

- моделирование, согласно которому осуществляется моделирование изменения спортивных достижений будущего под влиянием различных детерминант (например, в зимних видах спорта [4, с. 52]).

- и другие методы прогнозирования (например, математико-статистический анализ и пр.).

В-третьих, логический подход, когда прогнозы строятся на основании логических предположений, методов аналогии, интуитивного предвидения, сюда же входит экспертный метод прогнозирования (например, в шахматных играх [5, с. 104]).

В-четвертых, стохастический подход, согласно которому прогнозы осуществляются без привязки к каким-либо факторам. Стохастические методы предполагают построение прогнозов, например, на основании данных о рейтингах, о занятых местах, о количестве занимаемых призовых мест (метод используется, например, в беге [6, с. 64]).

В-пятых, цифровой подход, в рамках которого прогнозирование мировых рекордов в различных видах спорта осуществляется с помощью специально разработанных компьютерных программ. Современные информационные технологии и компьютерные программы способны учесть множество самых различных детерминант для построения прогнозов рекордов, причем используя при построении одного прогноза сразу и метод экстраполяции, и регрессию, и корреляцию, и метод экспертных оценок. Например, современные программные решения AI (ассоциативные правила, деревья решений, алгоритмы регрессии, нейронные сети, векторные машины поддержки, байесовские сети и т. д.) используются во многих видах спорта для решения проблем сегментации, диагностики и прогнозирования спортивных достижений [7, с. 1].

Таким образом, исследование подходов к прогнозированию мировых рекордов в различных видах спорта позволяет сделать вывод о том, что на сегодняшний день принято выделять следующие наиболее востребованные и распространенные подходы: динамический/трендовый подход (построение прогнозов на основании сложившейся динамики показателей прошлых лет); факторный подход (прогноз строится на основании взаимосвязи изменения

факторов); логический подход (прогноз строится на основании мнений аналитиков, экспертов, но использоваться могут и опросы граждан и самих спортсменов); стохастический подход (прогноз строится без учета факторов); цифровой подход (в прогнозе используются компьютерные программы и методы искусственного интеллекта).

Список литературы

1. Рафаенков А.В. Методика совершенствования спортивной подготовки квалификационных борцов греко-римского стиля на основе экстраполяции двигательных действий / А.В. Рафаенков, А.Н. Илькин, Е.Е. Панова // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2021. № 3. С. 33-43.

2. Барабанов Н.А. Проблемы прогнозирования мировых рекордов на примере спортивного плавания / Н.А. Барабанов, Ю.В. Жмарева // Роль инноваций в трансформации и устойчивом развитии современной науки. 2021. С. 101-104.

3. Дмитриев А.И. Математика и спорт: корреляционный анализ как средство прогнозирования рекордов / А.И. Дмитриев, М.С. Дмитриева, А.С. Рубцов // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. 2019. № 2. С. 49-53.

4. Ермаков А.В. Прогнозирование с использованием методов математического моделирования в спорте высших достижений на примере зимних видов спорта / А.В. Ермаков, П.Е. Мякинченко // Теория и практика физической культуры. 2021. № 2. С. 52-54.

5. Киселев С.В. Интуитивные и рациональные механизмы принятия управленческих решений в администрировании, научной деятельности, шахматной игре (в дискурсе экспертных оценок) / С.В. Киселев // Социум и власть. 2016. № 4. С. 101-107.

6. Корольков А.Н. Модели прогноза рекордных результатов в мужском марафоне / А.Н. Корольков, Г.Н. Германов, С.А. Бурава // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2016. № 12. С. 63-70.

7. Бурева В.К. Применение методов искусственного интеллекта в спорте / В.К. Бурева, Е.И. Стоянов // Актуальные вопросы технических наук. 2015. С. 1-12.

APPROACHES TO FORECASTING WORLD RECORDS IN VARIOUS SPORTS

O. Kuzina, V. Kuzmin

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract: the article is devoted to the study of the main and most well-known approaches to forecasting world records in various sports, the characteristics of these approaches.

Keywords: sport, forecasting, record, view, forecast

ИСТОРИЧЕСКОЕ ФЕХТОВАНИЕ: СПОРТИВНЫЙ И ОЛИМПИЙСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ

Н.А. Кузнецов

Кемеровский государственный университет

Аннотация: в статье рассмотрены роль и значение исторического фехтования в международной и отечественной системе спорта и физической культуре. Дана характеристика его разновидностям, родственным видам спорта, рассмотрен их статус с позиции нормативных актов. Исходя из данных историческое фехтование рассмотрено, не только заслуживающий признания отдельный вида спорта, но и как дисциплина с олимпийским потенциалом.

Ключевые слова: историческое фехтование, фехтование, виды спорта, олимпийский потенциал, ИСБ, СМБ, НЕМА.

Благодаря эволюции мирового спорта появились и расширились многие виды спорта, которых сегодня числится более 200. Все они отличаются друг от друга предметом соревнований, составом действий, методами борьбы и правилами их проведения. Некоторые стали общепризнаны и хорошо известны, самые распространенные стоят в ряду Олимпийских игр, пока другие остаются менее известными и борются за звание спорта. Среди них есть уникальная, активно складывающаяся сфера деятельности – историческое фехтование.

Историческое фехтование (далее – ИФ) – это фехтование на имеющем аналоги в прошлом холодном оружии. В нем используются аналогичные по весу и габаритам, но незаточенные копии холодного оружия. Техники фехтования наиболее близки к историческим. Слишком травматичные приемы, как правило исключаются. Историческое фехтование включает в себя как дуэльные, так и командные сражения. Недавно были разработаны определенные правила и стандарты для турниров по историческому фехтованию.

Поклонники ИФ ставят перед собой не только цели воссоздания исторического облика, присущего определенным эпохам, воссоздания аутентичного оружия и униформы, но и психофизического и духовного развития на основе изучения приемов фехтования из исторических источников и их освоения во время регулярных тренировок и тренировочных матчей, достижения высоких результатов и наград на мероприятиях и турнирах.

ИФ можно считать увлечением или особым навыком. Однако, несмотря на все вышесказанное, историческое фехтование до сих пор нельзя считать полноценной спортивной дисциплиной, поэтому, квалификации тренеров и достижения спортсменов на соревнованиях не признаются сообществом. Официально ИФ – это просто хобби, имеющее значительный спортивный элемент, радует тенденция к признанию ИФ как вида спорта (с включением в соответствующие документы).

ИФ подразумевает различные направления и связанные с ним виды спорта, как признанные, так и стремящиеся к признанию. Наиболее яркие среди

них: исторический средневековый бой, современный мечевой бой и НЕМА (Исторические европейские боевые искусства).

Исторический средневековый бой (ИСБ, НМВ) – это полностью контактный бой на незаточенном стальном оружии. Бойцы одеты в полный комплект доспехов, которые, как и вооружение, воссозданы по историческим образцам. Удары можно наносить в любую часть тела (с учетом ограничений), допускаются ударные и борцовские приемы. Исторический средневековый бой характеризуется повышенной травматичностью и акцентом не только на технику владения оружием и своим телом, но и на конструктивное совершенство экипировки и зрелищность. Так, например, есть номинации "5 на 5", "21 на 21" или "бугурт" – массовая битва нескольких команд. Экипировка бойцов часто разнится и плохо регламентирована правилами турнира, даже историчность экипировки часто отходит на второй план в пользу эффективности в бою. И несмотря на то, что многие ИСБ-сообщества называют его "новым, развивающимся видом спорта", он не включен в реестр.

Современный мечевой бой (СМБ, НМВ Soft) – вид единоборства, представляющий собой дуэль или групповой бой участников с использованием безопасных имитаторов средневекового холодного оружия – "спортивного меча" и "спортивного щита" из мягких полимерных материалов. СМБ зародился в России как общественное движение любителей имитационного фехтования. Федерация малого и среднего бизнеса России была создана в 2011 году и с 2018 года является членом РСБИ и СННВС. СМБ не является общепризнанным видом спорта, но он остается признанным национальным видом боевых искусств. Участники боя имеют одинаковую мягкую экипировку, находятся в равных условиях, за все время существования SMB не было зарегистрировано ни одного случая травматизма. Кроме того, регламентируется порядок проведения соревнований, гендерные и возрастные категории, тип снаряжения (мечи, щиты, баклеры, шашки, шлемы, защитная форма и т.д.).

НЕМА (Historical European Martial Arts – "Исторические европейские боевые искусства") – так называют традицию фехтования 16-18 веков, возрожденную в современном мире на базе исторических источников. Чаше можно услышать такие названия: "историческое фехтование" или "дуэльное фехтование", но оба они отражают лишь часть сути. НЕМА сочетает в себе историчность, спортивный элемент и морально-волевую подготовку, делает акцент на технике владения оружием и телом. Кроме того, стиль ведения боя максимально аутентичен и близок к истории, поскольку для изучения приемов фехтования используются средневековые рукописи. Регулируется несколько видов фехтования НЕМА, наиболее распространенными являются фехтование на полутораручных мечах, испанское фехтование (рапира и кинжал) и фехтование на саблях. Защитное снаряжение бойцов, хотя и далеко от исторических аналогов, столь же стандартизировано, как и оружие, что позволяет участникам поединка быть на равных. НЕМА характеризуется пониженным травматизмом и повышенной спортивностью соревнований, несмотря на это, исторические военные искусства являются признанными как

вид спорта только в некоторых европейских странах, во Всероссийский реестр видов спорта не включены.

Порядок признания отдельных видов спорта регулируется приказами Министерства спорта РФ (№ 739 "Об утверждении порядка признания видов спорта, спортивных дисциплин и включения их во Всероссийский реестр видов спорта и порядка его ведения"). Этот документ предъявляет к видам спорта ряд требований.

НЭМА отличается от уже признанных видов спорта. Например, по сравнению со спортивным фехтованием, оно оперирует совершенно иными видами оружия. Техники спортивного фехтования были значительно изменены и далеки от исторических аналогов, что также отличает их от техник фехтования НЭМА. Существует такое понятие, как сценическое или театральное фехтование, однако, в отличие от НЭМА, его целью является не соревнование в технике владения историческим оружием, а эффектная демонстрация его. Исключает проявление жестокости, неуважения, нетерпимости и дискриминации, способствует формированию и развитию моральных и морально-этических качеств: от участника дуэли требуются не только физическая подготовка и специальные навыки, но и скорость реакции, спортивный и боевой дух, а также способность к умственной координации. Историческое фехтование способствует достижению спортивных результатов на регулярных всероссийских и международных турнирах, таких как "Времена и эпохи" и "Чемпионат мира по средневековым боям". Спортсмены находятся в равных и безопасных условиях.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что в целом НЭМА соответствует названию вида спорта, но по определенным причинам до сих пор им не признана.

Отметим, что НЭМА обладает не только спортивным, но и олимпийским потенциалом. Мы знаем несколько олимпийских дисциплин, которые имеют историческую основу и имитируют применение оружия, имеющего аналоги в прошлом (например, спортивное фехтование, стрельба из лука, метание копья). Во Всероссийский спортивный реестр включено много молодых и развивающихся видов спорта (например, компьютерный спорт, страйкбол, пейнтбол и др.), мы надеемся, что историческое фехтование в любом его проявлении займет свое место не только среди признанных видов спорта, но и среди олимпийских дисциплин.

Список литературы

1. Кондратьев В. А., Антонович А. А. Историческое фехтование / М.: Центрполитграф. 2000.
2. Мишенев С. В. Историческое фехтование / На пути к вершине. СПб: АТОН. 1999.
3. Кондратьев В. Боевое историческое фехтование / М: Фаир-пресс. 2004.

HISTORICAL FENCING: SPORTS AND OLYMPIC POTENTIAL.

N. Kuznetsov

Kemerovo State University

Abstract: the article examines the role and significance of historical fencing in the international and domestic system of sports and physical culture. The characteristic of its varieties related to sports is given, their status is considered from the position of normative acts. Based on the data, historical fencing is considered not only as a separate sport deserving recognition, but also as a discipline with Olympic potential.

Keywords: historical fencing, fencing, sports, Olympic potential, HMB, HMB Soft, HEMA.

КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА, КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У ПЛОВЦОВ

О.М. Кузьмина

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В приведённой статье будут рассмотрена физическая подготовка пловцов, основные критерии тренировок и эффективные упражнения для развития физических навыков пловцов.

Ключевые слова: скоростно-силовые навыки, круговая тренировка, развитие, повышение, комплексы.

В последнее время большое внимание уделяется использованию круговых тренировок в различных видах спорта. Изучая развитие физических характеристик независимо от возраста и антропологических данных, можно создать специфическую среду, в которой будут закладываться основы спортивной конкуренции и формироваться основные двигательные навыки.

Чтобы стать профессиональным пловцом, необходимо быть сильным, ловким, быстрым, гибким и поэтому постоянно совершенствовать эти качества. Многие методы поддержания и развития используются в процессе развития общих и физических навыков. В то же время концентрированное развитие специальных физических навыков для полноценного развития отдельных технико-тактических навыков не создает необходимых условий для совершенствования психомоторных навыков, являющихся основой развития быстроты и силовых навыков в конкретной двигательной деятельности[2].

Плавание по-прежнему занимает особое место в мире спорта, стремительное развитие современного спортивного мастерства, усиление конкуренции на мировой спортивной арене и упадок спорта в России ставят перед спортсменами очень серьезные проблемы.

В плавании очень ярко выражена тесная связь между спортивной работоспособностью и комплексным развитием физических качеств спортсмена – силы и скорости. На дистанции все физические характеристики проявляются

одновременно, поэтому основным условием получения высоких результатов на этом пути всегда будет высокий уровень подготовленности [1].

Особо важной проблемой современной теории и методики круговой тренировки является совершенствование структуры тренировочного процесса. Эта задача заключается в решении большого количества тематик, связанных с распределением тренировочных нагрузок во времени, нахождением оптимальных соотношений между объемами нагрузки разной интенсивности и т. д. Достижение максимальных результатов и рост спортивного мастерства в олимпийском виде спорта в большинстве случаев зависит от степени развития основных физиологических моментов спортсменов.

Подбор тренировочных средств и методов, соответствующих уровню подготовки спортсменов, рациональное построение рабочего цикла, знание особенностей и закономерностей, имеют существенное значение в технической подготовке пловцов. Она направлена на воспитание физических качеств спортсменов и состоит из общих и специальных базовых элементов атлетов, проходящей как в процессе тренировочных занятий, так и самих соревнований. Существенное влияние оказывают силовые показатели на индивидуальный разбор и построение плавательных аспектов [2].

Много складывается мнений, что именно обозначают такие понятия как «физическое качество» и «физические способности». И в общей оценке данного термина считается, что под физическими двигательными качествами воспринимаются отдельные стороны двигательных возможностей человека, под физическими двигательными способностями – индивидуальные физические особенности, которые определяют уровень двигательных возможностей человека.

Проявление скоростно-силовых способностей может зависеть от разных факторов, процедура отражения которых в отдельной части меняется в зависимости от точных динамических усилий и условий их воспроизведения, типов силовых способностей, возрастных, половых и индивидуальных особенностей человека [2].

Среди них выделяют:

- 1) мышечную структуру;
- 2) нервные рецепторы;
- 3) психоэмоциональные;
- 4) биомеханические;
- 5) внутренние химические связи;
- 6) общие физиологические воздействия.

Центральные функции в мышечной отрасли:

- Сократительные свойства мышц в зависимости от соотношения быстрых (белых) и медленных (красных) мышечных волокон;
- Активность ферментов для наращивания мышечной массы;
- Анаэробное питание в полную силу не препятствует работе мышц тела;
- Нормальный диаметр и общая мышечная масса;
- Качество всех мышечных компонентов.

Рассмотрим составную схему классификации и тип мышечной активности. Существует два типа человеческих ресурсов:

1. Фактически отображаемая мощность максимальна при статике и медленной работе организма.

2. Соединения с другими функциями:

- силовая скорость, ярко проявляющаяся при быстром увеличении характера нагрузки в первом и последнем элементе; при быстром переходе из более медленного состояния в более развитое.

- силовая ловкость, весьма полно может проявляться, где характеристика режимного процесса мышечного корсета в быстрых отрезках видоизменяется в случаях внезапных ограничений, преобладающих в процессе спортивной деятельности;

- силовая выносливость, имеет свое отражение для вращательной, ациклической деятельности и статическим изменениям [1].

Скорость и сила измеряются неограниченным напряжением мышц, которое быстро возникает во время упражнений и предъявляет значительные, но неоптимальные требования. Они появляются при двигательной активности, требующей мышц и быстроты движений. Следует отметить, что важен вес поднимаемого спортсменом веса (например, классический стиль), более важна силовая составляющая, а по мере уменьшения веса более важной становится скоростная составляющая.

Для пловцов, участвующих в групповых тренировках, все более популярными становятся «сухие» тренировки в условиях ограниченной спортивной работоспособности. Следует отметить, что небольшие помещения и отсутствие необходимого оборудования вынуждают тренера внедрять новые формы обучения. О круговом методе тренировок по разным направлениям, который прост в применении и требует мало времени, с каждым днем говорят все больше и больше.

Концепция «орбитального обучения» является результатом совершенно иного способа обучения. В основном организация спортсменов для занятий спортом строится на круговых тренировках, в малой группе по порядку. При выполнении упражнений обратите внимание на правильное сочетание процедур. Цель упражнения имеет свою цель. Поэтому круговая тренировка – это организационно-методический способ выполнения упражнений, ориентированный в основном на всестороннее развитие двигательных навыков. Одной из особенностей этой формы обучения является четкое распределение нагрузки и одновременно ее четкая индивидуализация [2].

В общеподготовительный курс входит комплекс из 8-10 относительно простых упражнений круговой тренировки. Проработка таких группы мышц: руки, ноги, спина, пресс. Простота использования позволяет повторять их снова и снова. При выполнении упражнений с разной скоростью можно обнаружить признаки моторного развития по различным внешним признакам. Редкое сочетание ациклического голодания с побочными эффектами, вызванными искусственным телом [1].

В тренировочных циклах программа разбивается на три этапа: разминочный, основной и заключительный.

В разминочный этап входят те упражнения, которые способствуют прогреву организма и разминки частей тела, во избежание травм и правильной укрепительной системы.

Прогревательный комплекс упражнений (руки):

- 1) Отжимания (обычные, широкие, узкие, алмазные).
 - с собственным весом;
 - с утяжелителем;
 - с эспандером.
- 2) Подтягивания (широкие, под углом, на одной руке).
 - с собственным весом;
 - с утяжелителем.
- 3) Махи и повороты плечевого пояса.
- 4) Растяжка локтевых суставов.

Ноги:

- 1) Глубокие приседания.
 - с собственным весом;
 - с утяжелителем.
- 2) Выпады и прыжки
 - с собственным весом;
 - с утяжелителем.
- 3) Растяжка коленных суставов.
- 4) Махи ногами.

Корпус:

- 1) Пресс с различной модификацией.
- 2) Бёрпи.
- 3) Планка и мост.

В основном этапе подготовки уже происходит полноценная работа с помощью метода круговой тренировки. В комплекс для подготовки или просто развития специальных навыков могут входить следующие станции:

- Скручивание с блинами;
- Выталкивание штанги;
- Упражнения на бицепс;
- Работа в паре с фитболом;
- Динамические сеты
- Становая тяга
- Небольшие элементы борцовских приёмов
- Толкание фитбола одной рукой
- Упражнение с кувалдой.

В заключительную часть входят заминочные и расслабляющие упражнения, в основном это такие занятия, как:

- растяжка;
- самомассаж;
- заминочный бег или ходьба;

- вис на турнике.

При занятиях круговых тренингов имеется хорошая возможность воспитание инициативных навыков, самостоятельность и индивидуального подхода к тренировкам. В дополнение ко всему могут быть применены педагогические приемы:

как обоюдный надзор за правильностью постановки технических элементов;

подбор оптимальных временных и количественных отрезков;

самостоятельная подготовка станции круговой тренировки и уборка мест занятий после выполнения упражнения;

взаимопомощь[3].

Все это способствует воспитанию у атлета сознательного и активного отношения к круговой тренировке и повышению ее эффективности.

Главные функции при проведении круговой тренировки являются:

отсутствие временных потерь;

снабжение нормативных системных подходов упражнений;

понимание и принятие допустимых нагрузок во время тренировочного процесса.

Список литературы

1. Стеклов, А.Б. О построении движений [Текст] / А.Б. Стеклов. – М.: Владос, 2018. 258 с.

2. Базаров, С.И. Методика развития скоростных и силовых способностей пловцов на основе моделирования условий их соревновательной деятельности: [Текст] / С.И. Базаров. – Волгоград: Новая волна, 2019. 141 с.

3. Крупнов, Ю.Д. Теория и методика применения круговых тренировок: Учебник. В 2-х томах, Т. 2. [Текст] / Ю.Д. Крупнов. – Киев: Олимпийская литература, 2019. 392 с.

CIRCULAR TRAINING AS A MEANS OF IMPROVING THE SPEED-STRENGTH QUALITIES OF SWIMMERS

O. Kuzmina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. This article will consider the main stages of training swimmers and exercises for the development of physical skills of swimmers.

Keywords: speed-strength skills, circuit training, development, improvement, complexes.

ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ИНДУСТРИЮ ТУРИЗМА

Т.А. Куликова

Луганский государственный университет имени Владимира Даля

Аннотация: В данной работе рассматривается влияние цифровых технологий на индустрию туризма. Даны определения понятий информационной технологии, цифрового маркетинга и путешествия. В ходе исследования было выявлено нынешнее положение

цифровых технологий в туристской индустрии и их влияние на отрасль. В тексте статьи приведены примеры ведения цифрового маркетинга в туризме. Автор приходит к выводу, что информационные и телекоммуникационные технологии стимулировали появление и применение совершенно новых электронных маркетинговых путей продвижения и продаж. На сегодняшний день их можно рассматривать в виде основы создания турпродукта с использованием информационных технологий.

Ключевые слова: информационные технологии, цифровой маркетинг, путешествие, туристская индустрия, социальные сети.

На сегодняшний день туризм – это глобальный компьютерный бизнес, в который входят крупные авиакомпании, сети отелей и туристические корпорации по всему миру. Современный турпродукт стал более ориентированным на потребителя и обрел новые качества: гибкость, индивидуальность, доступность.

Информационная технология – это концентрированное выражение научных знаний, информации и практического опыта, представленное в виде проекта, позволяющего рационально организовать тот или иной относительно часто повторяющийся информационный процесс.

Многочисленные достижения в области цифровых технологий заняли устойчивые позиции в туристской индустрии, тем самым в корне изменив процесс формирования, продвижения и непосредственной реализации туристских услуг. Распространение сети Интернет, появление единых систем бронирования и взаиморасчетов, мультимедийных каталогов туристских услуг и прочих достижений в области цифровых технологий повели за собой положительные изменения в индустрии туризма. Качество предоставляемых услуг значительно улучшилось, себестоимость турпродуктов снизилась, а также сократились затраты туристов на самостоятельный поиск и приобретение необходимого паркета услуг.

Конечно, все это значительно упростило работу туроператорам и туристическим агентам. Тем не менее, сегодняшняя практика показывает, что современный турист, в силу экономии времени, предпочитает самостоятельно подобрать себе необходимые услуги через интернет. В мире информационных технологий абсолютно каждый человек может зайти в центр бронирования авиабилетов, открыть каталог номерного фонда отеля или забронировать столик в ресторане онлайн. Однако туристу все еще нужно найти точку соприкосновения с туроператором. И в данном случае лучшим помощником для него станет сайт, где его будет ожидать чат-бот или подключенный сотрудник, который сможет ответить на все возникающие вопросы онлайн.

Международная система бронирования Booking.com (больше не доступна в РФ) провела исследование, в ходе которого выяснилось, что треть аудитории путешественников по всему миру заинтересована в помощи искусственного интеллекта в планировании их поездок. Половине всех респондентов оказалось совершенно все равно, кем будет оказана консультация: реальным сотрудником или чат-ботом. Но стоит согласиться, что на каких бы выгодных и комфортных условиях вы не предлагали бы свои услуги, это не будет иметь значения, если

спрос на ваши услуги невелик. Цифровое продвижение и маркетинг играет огромную роль в индустрии туризма, поскольку конечный потребитель услуги может оказаться за множество километров от маршрута своего путешествия.

Путешествие – это довольно сложный процесс, состоящий из пяти стадий. Потенциальный турист может проникнуться и начать мечтать о путешествии после рассказа знакомого, просмотра фильма, прочтения книги или увиденной публикации в социальной сети. Далее человек проявляет интерес и начинает искать больше информации, читать отзывы, смотреть обзоры, обращаться за консультацией к турагенту. Затем он может купить путевку онлайн, отправиться в путешествие, рассказать о своих впечатлениях в интернете и оставить отзыв на одном из туристических порталов или форумов. Таким образом, турист проходит все пять этапов путешествия: вдохновение, планирование, бронирование, путешествие (приобретение впечатлений) и этап после путешествия (публикация впечатлений).

Цифровой маркетинг является эффективным способом привлечения потребителя еще и потому, что реальные и «живые» публикации в Интернете более привлекательны для пользователей и не похожи на рекламу. Продвижение становится незаметным, тем более выстраивать доверительные отношения с потенциальным клиентом проще всего через социальные сети. Чаще всего в соцсетях мы подписываемся на друзей и знакомых, на людей, которых уважаем и чьему выбору мы доверяем. Если пользователь публикует информацию о поездке, мы больше верим его впечатлениям и эмоциям, чем проплаченному контенту бренда.

Туристические компании должны использовать социальные сети для укрепления доверия и общения с потенциальными потребителями. Привлекательный и захватывающий контент в виде фотографий и видео вдохновляет туристов на путешествие и в то же время мотивирует их делиться своими впечатлениями, распространять информацию о самой поездке и агенте среди своих подписчиков.

Очень важным является продвижение целого региона или страны, а не просто услуги, продукта или отдельной компании. Самое основное в таком продвижении – создание позитивного впечатления о стране. На постоянной основе нужно продвигать преимущества путешествия и отдыха в этой стране, акцентировать внимание потребителя на том, что страна обладает всеми ресурсами и особенностями, которые он хочет увидеть, прожить и прочувствовать.

Согласно информации, предоставленной представителями организаций по управлению направлениями и маркетинговых организаций на конференции OTM Digital Days 2018, Израиль тратит 25% рекламного бюджета на цифровое продвижение. Представительство национального продвижения Германии в России приняло решение направить 90% маркетингового бюджета на цифровое продвижение в 2020 году и объясняет это более высокой эффективностью онлайн-продвижения.

Например, Исландия начала активно продвигать себя в социальных сетях благодаря маркетинговой кампании Inspired by Iceland, в рамках которой стране удалось создать виртуальное общественное движение. Согласно проведенному исследованию, 90% людей, посетивших Исландию, были готовы поделиться своей историей. В рамках кампании люди со всего мира начали публиковать свои рассказы в таких социальных сетях, как Facebook, Twitter и видеосервис Vimeo. По некоторым данным, в течение недели в социальных сетях появилось около 1,5 млн. публикаций об этой кампании. Каждый посетитель стал послом бренда страны, и даже президент Исландии принял участие в этой акции. После этого успеха Исландия запустила еще несколько кампаний в социальных сетях, таких как Iceland Academy – кампания по повышению осведомленности об ответственном туризме, и Ask Gudmundur, которая повысила вовлеченность социальных сетей и помогла туристам спланировать свою поездку или получить ответы на различные вопросы.

Туристические организации в основном производят информационные услуги, и вся отрасль насыщена информацией. Поэтому использование компьютерных технологий становится неотъемлемым условием повышения конкурентоспособности каждого туристического предприятия.

Список литературы

1. Грабауров В.А. Информационные технологии для менеджеров. – М.: Финансы и статистика, 2009. С.58-60.
2. Гуляев В.Г. Новые информационные технологии в туризме. – М.: "Издательство ПРИОР", 2009. 144 с.
3. Как цифровые технологии влияют на развитие туризма? URL: <https://the-steppe.com/gorod/kak-cifrovye-tehnologii-vliayut-na-razvitie-turizma> (дата обращения: 16.11.2022)
4. Цифровая трансформация в туризме. URL: <https://vc.ru/search/v2/content/relevant?query=Цифровая%20трансформация%20в%20туризме> (дата обращения: 17.11.2022)

DIGITAL TECHNOLOGIES AND THEIR IMPACT ON THE TOURISM INDUSTRY

T. Kulikova

Vladimir Dahl Lugansk State University

Abstract: This paper examines the impact of digital technology on the tourism industry. The definitions of the concepts of information technology, digital marketing and travel are given. The current position of digital technology in the tourism industry and its impact on the industry were identified. Examples of digital marketing in tourism are given in the text of the article. The author concludes that information and telecommunication technologies have stimulated the emergence and application of completely new electronic marketing ways of promotion and sales. To date, they can be considered as the basis for creating a tourist product using information technology.

Keywords: *information technology, digital marketing, travel, tourism industry, social networks.*

АНАЛИЗ ЗАРУБЕЖНОГО ОПЫТА ПО ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНОГО КЛУБА ЛЮБИТЕЛЕЙ ПО БАДМИНТОНУ

К.Э. Кульчицкая, Е.Н. Летягина

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В данной статье проведен анализ зарубежного опыта по организации спортивного клуба любителей по бадминтону, а также сформированы рекомендации, которые направлены на то, чтобы упрощать организацию бадминтонного клуба, а также максимально заинтересовать население для занятий бадминтоном, ориентировать их на полное погружение в данный спорт и дать возможность заниматься всем любителям вида спорта бадминтон на равной основе.

Ключевые слова: бадминтонный клуб, бадминтон, организация спортивного клуба, любительский спорт.

Организация спортивного клуба любителей по бадминтону может показаться сложным процессом, но несмотря на то, что необходимо приложить для этого некоторые усилия, открытие бадминтонного клуба может стать одним из самых важных и полезных событий для любителя такого вида спорта, как бадминтон [1].

Бадминтонные клубы для любителей чаще всего создаются как некоммерческие ассоциации, тем не менее, есть и другие варианты, которые следует учитывать, и, в конце концов, это во многом зависит от того, в какой стране предполагается открыть спортивный клуб для любителей по бадминтону [2].

Рассмотрим, каким образом можно организовать бадминтонный клуб в США, Великобритании, Австралии, Индии и на Филиппинах.

- В США клуб по бадминтону для любителей может быть некорпоративной ассоциацией, общественным любительским спортивным клубом или зарегистрированной благотворительной организацией. Большинство клубов в США не зарегистрированы. Это означает, что люди со схожими интересами объединяются в клуб.

Если же организатор намерен с самого начала зарегистрировать свой клуб как корпорацию, то он будет регистрировать свой спортивный клуб для любителей как некоммерческую корпорацию. Для этого необходимо выбрать несколько учредителей (около трех), которые будут директорами клуба. Затем следует выбрать название Клуба, которое не используется ни одной другой корпорацией. А также, обязательно, необходимо сформировать клубные правила и положения (подзаконные акты).

После чего, организатору необходимо составить учредительные документы, которые будут подписаны директорами клуба, на основании чего выдается устав корпорации с государственной печатью, если заявка на организацию спортивного клуба будет одобрена. После этого следует подать налоговое освобождение по налоговому коду 501 (c) (4) в IRS. Это избавит бадминтонный клуб от необходимости платить налоги с членских взносов, которые он получает.

- В Великобритании, при открытии бадминтонного клуба для любителей есть возможность сделать его зарегистрированным или нет. Некорпоративный клуб не должен быть зарегистрирован в правительстве, и клуб действует в соответствии с установленными правилами и положениями. И если же организатор решает зарегистрировать свой клуб в соответствии с законом, то придется его зарегистрировать в Регистрационной палате в соответствии с Законом о компаниях 2006 года.

Требования для регистрации включают в себя заявление на регистрацию компании (форма IN01) и плату, учредительный договор, устав (если только принимается типовый устав полностью) и дополнительную информацию, если это будет необходимо. Также, как и в США, необходимо выбрать уникальное имя для своего бадминтонного клуба, которого нет в реестре.

- Австралийские спортивные клубы для любителей должны быть зарегистрированы и лицензированы как некоммерческие членские организации. И они должны оказывать услуги людям для популяризации бадминтона. Вся прибыль, полученная клубом, должна возвращаться на услуги, предоставляемые клубом, и не должна распределяться между членами.

Организатору необходимо пройти проверку соответствия некоммерческим организациям, чтобы узнать законы, применимые именно к вашему клубу для их соблюдения. Законы обычно различаются от штата к штату, но следующие требования обычно одинаковы [4]:

- Наличие комитета, который управляет ассоциацией.
- Наличие государственного служащего.
- Действуем по всем нормам законодательства.
- Наличие зарегистрированного офиса в государстве регистрации.
- Проведение годового общего собрания один раз в год.
- Подача годового отчета каждый год.
- Ведение надлежащего бухгалтерского учета.
- Ведение протоколов всех комитетов и общих собраний.
- Наличие реестров членов и всех членов комитета.
- Наличие общей печати.

Важно не забывать, что есть возможность подать заявление на освобождение от подоходного налога, чтобы избежать уплаты налогов на взносы, полученные от участников.

- В Индии нет специального закона, регулирующего создание спортивного клуба. Именно характер структуры организованного клуба будет определять, нужно ли регистрировать спортивный клуб или нет. После выбора вида спорта для своего клуба в Индии нужно выбрать место. Место должно быть легко доступным для любителей. Кроме того, место должно быть одобрено муниципалитетом района.

Клубы в Индии могут быть членскими или частными клубами. Членский клуб не ориентирован на прибыль, в то время как частный клуб ориентирован на прибыль. Кроме того, все члены членского клуба являются акционерами. Для частных клубов имущество принадлежит физическому лицу или фирме.

Однако членам разрешается использовать собственность после выполнения определенных условий, таких как оплата членского взноса.

Спортивные клубы в Индии могут быть зарегистрированы как публичная компания, компания с одним лицом, частная компания, общество, товарищество, товарищество с ограниченной ответственностью и т. д., что регулируется Законом о компаниях 2013 г. и Законом о партнерстве 1932 г., а также Закон о регистрации обществ 1860 г.

Требования к регистрации каждой модели бизнеса немного отличаются. При организации клуба придется придумать устав клуба, а также сформировать правила и положения.

- На Филиппинах можно зарегистрировать свой спортивный клуб или нет. Если организатор решит зарегистрироваться, то он будет управлять своим клубом в соответствии с созданными правилами и положениями. И если организатор выбирает путь через регистрацию спортивного клуба, то придется все делать очень тщательно и правильно, иначе велика вероятность получить неудовлетворительные учредительные документы.

Для регистрации бадминтонного клуба на Филиппинах, придется зарегистрировать его как некоммерческую организацию. Для этого понадобятся пять членов спортивного клуба любителей в качестве учредителей. Важно учесть, что большинство учредителей должны проживать на Филиппинах. Затем организатор получает полный адрес регистрации, необходимые документы, а также их идентификационный номер налогоплательщика (ИНН).

Затем также необходимо проверить наличие названия вашего клуба в SEC, это займет не более двух дней. И следует сформировать устав, ряд правил и положения и ряд других документов.

Следует помнить, что зарегистрированные клубы на Филиппинах освобождены от налогов на их доход. Важно, чтобы вы получили разрешение на ведение бизнеса в органах местного самоуправления по месту нахождения клуба. Это простой процесс, который обычно включает в себя утверждение вашего помещения.

В данной статье был проанализирован зарубежный опыт открытия спортивных клубов для любителей по бадминтону. На основании полученных данных были разработаны основные на наш взгляд рекомендации по организации спортивного клуба любителей по бадминтону.

Для начала, чтобы открыть бадминтонный клуб, необходимо определиться будете вы регистрировать его в соответствующих органах власти или нет. Наиболее распространенный способ – зарегистрировать его как некоммерческую ассоциацию, общественным любительским спортивным клубом или зарегистрированной благотворительной организацией [2].

Несмотря на этот важный пункт, большинство клубов не зарегистрированы. Это означает, что люди со схожими интересами объединяются в клуб, т.к. конкретных законов, применимых к некорпоративным клубам, не существует. И одним из многих преимуществ

некорпоративности является гибкость. Все, что нужно – это указать место, время и привлечь участников, в данном случае любителей бадминтона [3].

Тем не менее, не стоит забывать о том, что любой спортивный клуб действует в соответствии с установленными правилами и положениями. Поэтому необходимо сами создать хотя бы минимальный список правил, а также положение, например, которое будет регламентировать любительские турниры в данном клубе.

Для того, чтобы найти членов бадминтонного клуба необходимо [3]:

- Провести день открытых дверей.
- Создать страницу в социальной сети (или в нескольких).
- Рекламирывать свой клуб в школах, университетах или фитнес-залах.
- По возможности создать свой веб-сайт, на котором можно будет узнать информацию о клубе, возможность зарегистрироваться на первое занятие и дать обратную связь.

Для организации бадминтонного клуба, следует убедиться, что есть необходимое оборудование для игры. Иногда часть оборудования может быть доступна в спортивном зале, который используется для аренды. К необходимому оборудованию относятся: ракетки для бадминтона (для тренера и 1-2 на всякий случай), коробки с воланами (пластиковыми или перьевыми), бадминтонная сетка и палки для ее поддержания [1].

Список литературы

1. Бадминтон в системе физического воспитания.: учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений / составители: П. Ю. Брель, В. В. Шохирев, И. И. Изотова. ГБОУ ВПО ИГМУ Минздрава России, кафедра физического воспитания – Иркутск. 2016. – 109с.

2. Смирнов, И. Ф. Предпринимательство в профессиональном спорте: учебное пособие / И.Ф. Смирнов. – Москва: ИНФРА-М, 2019. – 219 с.

3. Современный менеджмент в игровых видах спорта: Материалы совместной конференции кафедры «Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина» и кафедры «Теории и методики футбола» ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ» 15 ноября 2017 г. – Москва: Научный консультант, 2017. – 250 с. – ISBN 978-5-6040393-1-1. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1024159> (дата обращения: 30.11.2020).

4. Litvin A.V., Kazakov A.N., L. Esipovich, Theory and practice of physical culture, 1, 40 (2017)

ANALYSIS OF FOREIGN EXPERIENCE IN ORGANIZING A SPORTS CLUB FOR BADMINTON AMATEURS

K. Kulchitskaya, E. Letiagina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. This article analyzes foreign experience in organizing a badminton amateur sports club, and also formulates recommendations that are aimed at simplifying the organization of a badminton club, as well as maximizing the interest of the population in badminton, orienting them

to complete immersion in this sport and giving the opportunity to engage in all lovers of the sport of badminton on an equal basis.

Keywords: badminton club, badminton, sports club organization, amateur sports.

СТРАТЕГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ УПРАВЛЕНИЯ СОВРЕМЕННЫМИ СПОРТИВНЫМИ ОРГАНИЗАЦИЯМИ

К.В. Купряшкина

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Настоящая статья посвящена исследованию основного содержания стратегического управления современными спортивными организациями. Процессы, происходящие в современном обществе, требуют от всех организаций особого подхода к организации управленческой деятельности. И если раньше у субъектов управления всегда имелись возможности качественно подходить к организации процесса стратегического планирования в организациях, то в настоящее время в условиях турбулентной, высокоподвижной внешней среды, важно уметь выстраивать процессы стратегических изменений в организациях. Для этого требуются новые компетенции для руководителей, применение новых методов стратегического анализа и нового взгляда на процессы реализации стратегий.

Ключевые слова: стратегия, стратегический менеджмент, спортивная организация, миссия, стратегическая цель, видение, стратегический анализ

Для любой организации важно понимание и видение своего будущего. Процессы, происходящие в современном обществе, требуют от всех организаций особого подхода к организации управленческой деятельности, который бы учитывал как ключевые изменения во внешней среде, так и основополагающие внутренние возможности конкретной организации. Считается, что именно стратегический менеджмент помогает организациям выстроить особую систему управления, позволяющую определить ее текущее состояние и построить детальный план по достижению желаемых результатов в будущем.

В этом отношении, чаще всего современные авторы определяют стратегический менеджмент как:

– *особую деятельность*, «в основании которой лежит долгосрочное планирование с учетом всех изменений внешней среды и задач, стоящих перед спортивной организацией» [2];

– *особый уровень управления* – высший уровень управления или уровень top management, который выделяется в связи с особым вертикальным разделением труда и обладающий особым объемом полномочий [1];

– *специфический управленческий процесс*, «посредством которого устанавливаются долгосрочные направления развития организации, ее специфические цели, развивают стратегии их достижения в свете всех

возможных внутренних и внешних обстоятельств и принимают к исполнению выбранный план действий» [8].

В исследованиях по стратегическому менеджменту указывается, что по своему содержанию эта деятельность организации позволяет ответить на три ключевых вопроса:

- где организация находится в настоящее время (для этого используется комплексный стратегический анализ);
- куда она хочет двигаться и развиваться (тут реализуется стратегическое планирование, в результате которого организация определяет для себя стратегические ориентиры и цели);
- и, наконец, каким образом организация этого может достичь (в данном отношении рассматривается вид и содержание стратегии, конкретные мероприятия, возможные проекты).

Определение содержания, специфики и методологии стратегического менеджмента происходило во второй половине 20 века, под влиянием уже ставшими классическим работами Шендела, Хаттена, Томпсона и Стрикленда, Минцберга, Ансоффа и т.п. [8] Именно в это время были определены ключевые этапы разработки стратегий, важные особенности по разработке ее основных составляющих, формировалась методология стратегического анализа и аккумулировались успешные практики и кейсы известных компаний по внедрению стратегий и ключевых результатов после их реализации [4].

Понимая общее содержание деятельности по стратегическому управлению, важным является применение данных аспектов в практике работы современных спортивных организаций. В настоящее время для таких организаций все более остро стоит вопрос стабильного развития и финансового благополучия. Беря на себя ответственность не только за реализацию собственных целей развития, но и за гораздо более широкий круг партнеров, спортсменов, сотрудников, зрителей и болельщиков важно выстраивать управленческую систему и организационную структуру, ориентируясь на достижение долгосрочных целей. Именно с этих позиций важно говорить о грамотном стратегическом менеджменте и планировании деятельности спортивных организаций, что представляет собой одну из основных функций управления. Ключевым результатом стратегического менеджмента в спортивных организациях должно стать обоснование выбора целей долгосрочного развития и разработка стратегического плана, обеспечивающего их достижение [10].

Развитие сферы профессионального спорта сегодня не только стратегически важная задача для государства, но и практически ориентированная деятельность субъектов управления спортивными организациями. В этом смысле важен учет динамики внешней окружающей организацию среды, изучение и анализ факторов и элементов, составляющих внутреннюю среду организации, гармонизацию их взаимодействия за счет грамотно выстроенного процесса управления [5].

И если раньше у субъектов управления всегда имелись возможности качественно подходить к организации процесса стратегического планирования в организациях, то в настоящее время в условиях турбулентной, высокоподвижной внешней среды, важно очень оперативно уметь выстраивать процессы стратегических изменений в организациях. Для этого требуются новые компетенции для руководителей, применение новых методов стратегического анализа и нового взгляда на процессы реализации стратегий [3].

В сфере реализации стратегических изменений в спортивных организациях важно обратить внимание на процессы повышения заинтересованности и лояльности зрителей и болельщиков того или иного вида спорта, создавать конкурентоспособный продукт или услуги, инициировать возможно инновационные составляющие оказываемых услуг или производимых товаров, активно работать со СМИ и заинтересованными группами лиц, населением, молодежью, формирование бренда организации и т.п. [9]. Также в рассматриваемой сфере требуется внимание «к вопросам использования интеллектуального капитала, «неотражение» нематериальной компоненты (таких как, бренд, деловая и спортивная репутация, известность и т.п.) при учете активов спортивной организации и при разработке управленческих решений» [6], к содержанию подготовки управленческих кадров для спортивных организаций [3], к практической реализации процессов стратегического планирования в конкретной спортивной организации [5].

Таким образом, для преодоления ключевых проблем, для повышения эффективности функционирования современных спортивных организаций важно определять ключевые векторы развития на ближайшие годы, использовать современные методы и технологии стратегического планирования, развивать соответствующие компетенции у руководителей спортивных организаций, что позволит скоординировать реализацию ключевых целей и задач объекта, а также интересы ее членов, основных заинтересованных лиц на фоне экономических, социальных и политических противоречий в нашей стране.

Список литературы

1. Гапонова, О. С. Менеджмент: учебник / О. С. Гапонова, Л. С. Данилова, Ю. Ю. Чилипенко. М.: РИОР: ИНФРА-М, 2019. 480 с.
2. Егоршин, А. П. Стратегический менеджмент: учебник для вузов / А. П. Егоршин. 2-е изд., доп. и перераб. Нижний Новгород: НИЭМ, 2019. 592 с.
3. Проблемы и инновации спортивного менеджмента, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма: материалы IV Всероссийской научно-практической конференции (Казань, 7-8 июня 2018 г.) / под общ. ред. Г.Н. Голубевой. Казань: Поволжская ГАФКСиТ, 2018. 440 с
4. Рожкова Е.В., Сазанова А.А. Стратегический менеджмент: становление и развитие // Актуальные вопросы управления. 2016. №5. С. 201-203.

5. Рудакова О.Ю., Кошман Л.А. Разработка инновационной стратегии спортивной организации // Экономика. Профессия. Бизнес. 2019. №1. С. 39-47.

6. Солнцев И.В. Нематериальные активы спортивного клуба: структура и особенности оценки // Вестник финансового университета. 2015. №1. С. 112-117.

7. Спортивный менеджмент: актуальные проблемы, практический опыт и перспективы: сб. науч. ст. / ред. колл.: Е.Н. Летягина, Ю.В. Трифонов, В.Г. Кузьмин, О.Ю. Ангелова, Н.Г. Титова, И.А. Сорокин. Н. Новгород: Нижегородский госуниверситет, 2020. 173 с

8. Томпсон, Артур А. Стратегический менеджмент: Концепции и ситуации для анализа / А. А. Томпсон-мл., А. Дж. Стрикленд III ; [Пер. с англ. А. Р. Ганиевой и др.]. 12. изд. М.: Вильямс, 2003. 924 с.

9. Хворостяная А. С., Равилов Р. Х. Особенности стратегирования предприятий индустрии спорта // Стратегирование: теория и практика. 2022. Т. 2. № 3. С. 405–420.

10. Юсупова Э. Р. Оценка эффективности стратегии инновационного развития предприятия // Креативная экономика. 2015. Т. 9. № 2. С. 217-224.

STRATEGIC ASPECTS OF MANAGEMENT OF MODERN SPORTS ORGANIZATIONS

К. Kupryashkina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. This article is devoted to the study of the main content of strategic management of modern sports organizations. The processes taking place in modern society require from all organizations a special approach to the organization of management activities. And if earlier management entities always had the opportunity to qualitatively approach the organization of the strategic planning process in organizations, now in a turbulent, highly mobile external environment, it is important to be able to build processes of strategic changes in organizations. This requires new competencies for managers, the use of new methods of strategic analysis and a new look at the processes of strategy implementation.

Keywords: strategy, strategic management, sports organization, mission, strategic goal, vision, strategic analysis.

ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

А.Н. Кутасин

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В статье определены основные сложности организации учебных занятий по физической культуре и спорту. Автор обозначил важность повышения двигательной активности молодого поколения и конкретизировал проблемы, с которыми сталкиваются образовательные организации и преподаватели кафедр физического воспитания.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, учебные занятия, физическое воспитание, здоровый образ жизни, двигательная активность, молодежь.

Физическая активность является ключевым фактором для здоровья как взрослого, так и молодого поколения. Повышение качества и продолжительности жизни населения возможно за счет повышения двигательной активности и внедрения принципов здорового образа жизни [6]. Занятия физической культурой и спортом в образовательных организациях позволяет привить молодому поколению культуру физического самовоспитания. При этом важно обеспечить качество проведения учебных занятий [1, 8, 15].

К основным проблемам, влияющим на организацию занятий по физической культуре и спорту, относят:

1. Постепенное ухудшение состояния здоровья обучающихся. Рост хронических заболеваний в молодежной среде. В таблице 1 представлены данные Росстата о динамике заболеваний молодежи.

Таблица 1. Заболеваемость детей в возрасте 15 – 17 лет по основным классам, группам и отдельным болезням, тыс. чел.

Болезни	2015	2018	2019	2020
Все болезни	5 492,9	5 737,3	5 859,5	5 441,8
из них:				
инфекционные и паразитарные болезни	140,5	144,2	141,8	115,8
новообразования	20,0	22,2	23,8	20,7
болезни крови, кроветворных органов и отдельные нарушения, вовлекающие иммунный механизм	36,3	36,6	35,9	30,5
болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ	113,6	117,6	131,1	104,5
болезни нервной системы	157,4	159,5	165,7	141,3
болезни глаза и его придаточного аппарата	255,3	264,8	267,9	210,9
болезни уха и сосцевидного отростка	146,0	151,8	150,7	131,1
болезни системы кровообращения	65,6	65,7	70,0	56,5
болезни органов дыхания	2 691,0	2 946,6	2 987,2	2 977,0
болезни органов пищеварения	292,5	265,3	271,5	223,9
болезни кожи и подкожной клетчатки	322,6	293,4	299,9	257,6
болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани	235,4	237,1	243,9	191,5
болезни мочеполовой системы	236,1	229,2	240,6	204,0
врожденные аномалии, деформации и хромосомные нарушения	13,0	12,5	12,0	8,9
травмы, отравления и другие последствия воздействия внешних причин	692,6	735,6	764,3	622,3

2. Низкая мотивация выполнения самостоятельной работы по физической культуре и спорту [2, 4, 6, 12, 13].

3. Низкая двигательная активность молодежи, невыполнение ежедневной зарядки, процедур закаливания [17].

4. Учебные занятия по физической культуре и спорту часто сводятся к активному времяпрепровождению, форме досуга и развлечению, не формируется система физического самовоспитания студентов [10].

5. Низкое качество материально-технической базы для занятий физической культурой и спортом в образовательных учреждениях, нехватка спортивных площадей и спортивного инвентаря [7, 14].

6. Финансирование проведения занятий по физической культуре и спорту в вузах по остаточному принципу.

7. Существенное снижение качества обучения физической культуре и спорту с целью экономии расходов учебного заведения при частичной или полной замене очных учебных занятий дистанционными [5, 9, 11, 16]. Отсутствие контроля выполнения упражнений приводит к росту количества травм при онлайн занятиях (табл. 2).

Таблица 2. Травмы у детей и подростков в возрасте 0 – 17 лет, тыс. чел.

Вид травмы	2018 г.	2019 г.	2020 г.
Всего	3 483,4	3 563,9	3 045,7
из них:			
травмы головы	554,9	566,6	481,3
травмы шеи	58,1	61,3	50,2
травмы грудной клетки	105,4	108,0	91,0
травмы живота, нижней части спины, поясничного отдела позвоночника и таза	103,4	105,4	88,1
травмы плечевого пояса и плеча	205,5	199,0	182,0
травмы локтя и предплечья	421,1	427,8	395,7
травмы запястья и кисти	674,4	704,7	584,5
травмы области тазобедренного сустава и бедра	82,5	80,8	68,9
травмы колена и голени	369,4	376,6	324,8
травмы области голеностопного сустава и стопы	675,4	702,5	589,7
травмы, захватывающие несколько областей тела	24,8	24,1	21,2
травмы неуточненной части туловища, конечности или области тела	54,0	45,6	35,3
последствия проникновения инородного тела через естественные отверстия	39,8	40,6	36,4
другие и неуточненные эффекты воздействия внешних причин	18,8	21,7	14,7
последствия травм, отравлений и других последствий внешних причин	8,6	12,1	11,4

Недостатком занятий спортом, прежде всего, в дистанционном формате при отсутствии преподавателя, является повышенный риск травм. Эти травмы могут иметь серьезные последствия для здоровья студентов, поскольку они могут привести к снижению физической работоспособности, вынужденному пропуску учебных занятий и возможным финансовым потерям при получении медицинского лечения на платной основе.

8. Невыполнение требований научно-методического совета и учебных программ по дисциплине, когда образовательные организации засчитывают занятия в фитнес-клубах в качестве учебных занятий по физической культуре и спорту.

Таким образом, выявленные проблемы оказывают существенное влияние на физическое развитие молодого поколения.

Список литературы

1. Бахарев Ю.А., Иванов Н.В., Кузьмин В.Г., Орлова Е.А. Профессионализм руководителя физкультурно-спортивной организации// Теория и практика физической культуры. 2022. № 8. С. 106-107.

2. Бахарев Ю.А., Лобанов А.С. Формирование профессиональной мотивации будущих бакалавров по адаптивной физической культуре в процессе обучения в вузе// В сборнике: Антропные образовательные технологии в сфере физической культуры. сборник статей по материалам IV Всероссийской научно-практической конференции: в 2-х томах. Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина. 2018. С. 63-69.

3. Бондарев В.Г., Панчук Н.С., Цыплакова Е.П. Проблемы организации образовательного процесса по физической культуре и спорту будущих сотрудников системы правосудия// Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 1 (167). С. 43-46.

4. Демченская Л.Г., Шелиспанская Э.В., Орехов А.И., Шестакова Т.А. Организация самостоятельной работы по физической культуре с использованием информационных технологий// International Independent Scientific Journal. 2019. № 10-1 (10). С. 29-32.

5. Запрометова С.А., Пренас Н.Н. Особенности проведения занятий по физической культуре со студентами в период самоизоляции (или дистанционного обучения)// Научные известия. 2022. № 27. С. 99-101.

6. Климова Е.В., Мухаметова О.В. Роль элективных курсов по физической культуре в формировании мотивации студентов к физкультурно-спортивной активности// Вестник Сибирского государственного университета путей сообщения: Гуманитарные исследования. 2020. № 2 (8). С. 55-60.

7. Красногорцева Н.А., Ходосова Д.А. Проблемы преподавания физической культуры в вузе// Общество. 2022. № 1-2 (24). С. 30-35.

8. Кузьмин В.Г., Гутко А.В., Мухина М.Ю. Факультету физической культуры и спорта Нижегородского государственного университета им. Н.И.

Лобачевского (национального исследовательского университета) -10 лет// Теория и практика физической культуры. 2011. № 10. С. 3-7.

9. Летьягина Е.Н., Колодеев Е.П. Проблемы организации и проведения онлайн занятий по физической культуре и спорту в образовательных организациях// Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 2 (192). С. 151-156.

10. Летьягина Е.Н., Кутасин А.Н., Сударикова И.А. О негативных последствиях организации учебного процесса в условиях пандемии COVID-19// Современные проблемы науки и образования. 2021. № 3. С. 39.

11. Летьягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта// Москва, 2022.

12. Листкова М.Л. Самостоятельные занятия студентов физической культурой в структуре физического воспитания вуза// Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2019. Т. 14. № 4. С. 80-85.

13. Литвинова О.Ю., Хрущ О.И. Проблема организации самостоятельных занятий физической культурой// Вестник научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых. 2022. № 2. С. 44-51.

14. Овсянникова И.Н., Томилин К.Г., Васильковская Ю.А., Лактионова Э.Г., Малыгина Л.В. "Игровой метод" на занятиях элективных дисциплин по физической культуре и спорту// Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 11 (189). С. 378-384.

15. Овчинников А.Н., Кузьмин В.Г., Орлова Е.А. Развитие научно-исследовательской деятельности в условиях спортивной образовательной среды современного вуза// Теория и практика физической культуры. 2021. № 9. С. 100-101.

16. Слепцова М.В., Слепцова Н.А. Физическая культура в e-learning// Физическое воспитание и студенческий спорт. 2022. Т. 1. № 2. С. 189-198.

17. Сорокин И.А., Летьягина Е.Н. Здоровьесберегающие технологии в физической культуре и спорте// В сборнике: Олимпизм: истоки, традиции и современность. Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очной научно-практической конференции. Редколлегия: Г.В. Бугаев [и др.]. 2018. С. 284-288.

PROBLEMS OF ORGANIZATION OF TRAINING SESSIONS IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

A. Kutasin

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article defines the main difficulties of organizing training sessions in physical culture and sports. The author outlined the importance of increasing the motor activity of the younger generation and specified the problems faced by educational organizations and teachers of physical education departments.

Keywords: physical culture, sports, training, physical education, healthy lifestyle, motor activity, youth

ДИФФЕРЕНЦИРОВКА НОРМАТИВОВ В РАЗНЫХ ВИДАХ СПОРТА

В.Э. Куцера, А.Н. Малинин

*Российский государственный аграрный университет –
МСХА имени К.А.Тимирязева*

Аннотация: в данной статье рассматривается различие между сдачей нормативов для разных групп лиц в зависимости от вида спорта, которым они занимаются. Их необходимость для фиксирования личностного уровня физического развития.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, нормативы, вид спорта, сдача нормативов.

Введение. В наше время каждая сфера жизни включает физическую культуру, которая является материальной и духовной ценностью социума в целом.

Важность физической культуры в ВУЗ-ах является движением, потому что длительные занятия в учебных аудиториях заведения, при которых студенты проводят сидя влияет на их здоровье не в лучшем плане и итогом является достаточно быстрая усталость, которая в свою очередь может быть причиной проблем с сердцем, сосудами, костями и т.д. Каждый же студент выбирает свой вид спорта, которым он хочет заниматься и в нем предназначены свои методы оценки уровня его развития, то есть нормативы, которые должны быть правильно подобраны во избежание ошибок слежки.

Актуальность: В настоящее время общая физическая подготовка входит в программу физического воспитания студентов, оценивается по ГОСТу в соответствии с принятыми государством требованиями, которая в будущем готовит перспективных молодых специалистов.

Цели, задачи: Правильный подбор нормативов в разных видах спорта для повышения эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья

Научная новизна заключается в том, что по всей стране в различных учебных заведениях есть методы оценки определенной группы мышц и организма в целом при помощи нормативов. Каждый студент основной группы здоровья выбирает свое спортивное увлечение, либо же ходит на обычные пары. Люди с проблемами со здоровьем присоединяются к специально медицинской группе и занимаются по упрощенной программе.

Студентам основных занятий предоставляются для сдачи 3 вида: упражнения на пресс с подниманием туловища, прыжки на скакалке и поднимание ног, первое из которых подтягивает мышцы живота, обогащает органы брюшной полости кислородом, снижает риск язв и прочих заболеваний ЖКТ, второе помогает сжиганию жировой ткани ног, амортизации костей, развитию тонуса мышц берцовых костей, выносливости и улучшению осанки. Третье же, в свою очередь, увеличивает силу и рельеф мышц спины, плеч, пресса.

У тех же баскетболистов оценка включает в себя различные нормативы с мячом. Например, ведение с обводкой, штрафные броски, броски в стену и со средней дистанции, позволяющие спортсмену в тренировках развивать координацию, навык «владения мячом» и рассчитывать силу броска с определенного расстояния.

В боксе, ссылаясь на источник «Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта бокс, используются такие нормативы, как метания мяча, отжимания, произведение определенного количества ударов по боксерскому мешку, дающие развитие 2 и 3 главным мышцам плеча, также лопаточным мышцам, применяются также упражнения поднятия туловища из положения лежа-развитие пресса.

В бадминтоне оцениваются различные виды подач (высокая/короткая), ударов (укороченный/высокий), смэш, а также приемы подач и смешанная в передней, средней и задней долях поля. Также применяются прыжки боком через гимнастическую скамейку для улучшения мышц ног, координации и выносливости.

Перечисленные выше нормативы по видам спорта являются специализированными. Помимо них еще есть общие -беговые. Челночный бег, прыжки в высоту и длину, бег на большие и короткие дистанции.

Вывод: основываясь на вышеперечисленной информации, я могу сделать вывод о том, что специализированные для конкретного вида спорта нормативы полностью отображают необходимость их сдачи, взяв во внимание усиленную тренировку определенных групп мышц в связи с особенностями данного вида спортивной деятельности. Они помогают оценить степени развития человека в ней и отследить динамику этих улучшений или ухудшений и выявить причину для дальнейших правок.

Список литературы

- 1) И.С. Барчуков. Физическая культура. Методики практического обучения. Учебник-М:КноРус, 2014 – 304 с.
- 2) Л.И. Лубышева. Социология физической культуры и спорта. М.: Академия, 2010. 272 с.

DIFFERENTIATION OF STANDARTS IN DIFFERENT SPORTS

V. Kucero, A. Malinin

*Russian State Agrarian University – Moscow Agricultural Academy
named after K.A. Timiryazev*

Abstract. In this article there is going to be discussed the difference between the delivery of standarts for different groups of people due to their kind of sport, what they are keening on. Their necessity for fixation of the personal level of physical development.

Keywords: PE, sport, standarts, kind of sport, delivery of standarts.

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СПОРТА В РЕГИОНАХ РОССИИ

А.С. Кучина, С.Ю. Иванова

Кемеровский государственный университет

Аннотация. В ходе данной работы был проведён анализ уровня доступности занятий спортом детям дошкольного возраста, а также школьников в регионах России. На основе полученных данных, были проанализированы и изложены основные проблемы с которыми сталкиваются родители при желании отдать ребёнка в профессиональный спорт. А также, опираясь на опыт регионов с высоким уровнем развития спортивного движения, были сформулированы возможные пути решения проблем.

Ключевые слова: профессиональный спорт, детский спорт, спорт в регионах, проблемы спорта.

Введение. Цель данной работы состоит в изучении проблем подготовки спортсменов высокого уровня в регионах России, а также поиск путей решения этих проблем.

Прежде чем говорить о проблемах и тенденциях развития профессионального спорта, стоит разобраться, что же подразумевается под этим понятием. Согласно законодательству РФ «профессиональный спорт – это часть спорта, направленная на организацию и проведение спортивных соревнований, за участие в которых и подготовку к которым в качестве своей основной деятельности спортсмены получают вознаграждение от организаторов таких соревнований и (или) заработную плату...»[1].

Исходя из этого определения, мы можем говорить, что профессиональные спортсмены – это люди, для которых занятие спортом является профессией и основным способом заработка. Однако, для того, чтобы начать выступать на крупных соревнованиях и получать оплату за свой труд, ребёнку и его родителям предстоит пройти немало трудностей на пути к успеху. Все профессиональные спортсмены начинают заниматься в раннем детстве, и их родители вкладывают огромные средства в развитие спортивных талантов своих детей.

Отсюда и вытекает первая проблема – отсутствие спонсирования молодых спортсменов. Пока ребёнок не добьётся определённых успехов, материальных возможностей может не хватить на покупку необходимого инвентаря и оплаты поездок на сборы, а ведь не во всех городах России есть возможность бесплатно посещать тренировки, что также создаёт барьеры для входа молодых спортсменов в профессиональную деятельность.

Одним из путей решения данной проблемы будет поиск спонсоров. В крупных городах налажен контакт спортивных организаций и предпринимателей, они работают в тандеме и получают взаимную выгоду. Однако, в отдалении от самых крупных городов нашей огромной страны даже и не мечтают о возможности получить спонсорскую поддержку до момента посещения всероссийских соревнований, а желательны победы в них. При

наличии определённой поддержки спонсоров со стороны государства, ситуация бы изменилась в лучшую сторону [2].

К сожалению, это не единственная проблема, если вопрос с финансами в каждой конкретной семье, где подрастает молодой спортсмен разная, то факт наличия или же отсутствия мест для тренировок остаётся открытым. В качестве примера приведу свой регион – Кузбасс. За последние несколько лет в столице Кузбасса – городе Кемерово построили несколько больших спортивных объектов, среди которых Ледовый Дворец «Кузбасс», один из самых крупных сооружений с крытым льдом за Уралом. И это могло бы стать толчком к развитию фигурного катания и хоккея в регионе, если бы у нас был сильный тренерский штаб.

Это также является довольно серьёзной проблемой, ведь в частных, платных заведениях оплата труда тренеров значительно отличается от заработной платы в спортивных секциях, спонсированных государством. Такое положение вещей не мотивирует молодых тренеров, а устаревшие устои и методики тренеров более старшего поколения не вызывают доверия родителей [3].

В ходе данного исследования был создан опрос в социальных сетях в региональных сообществах, в результате проведения данного опроса были выявлены основные пять причин, по которым родители не хотят, чтобы их ребёнок занимался спортом на профессиональном уровне.

Итак, 15% респондентов считают, что детей слишком рано начинают готовить, как взрослых спортсменов, уже с 5-6 лет. Лидирует риск получения травм, 40 % опрошенных боятся за здоровье их детей. Всего 7% опасаются применения различных препаратов в ходе тренировочного процесса. 20% родителей опасаются некомпетентных тренеров. 18% не хочет, чтобы их ребёнок в совсем ещё молодом возрасте вышел на так называемую пенсию, ведь во многих видах спорта век спортсмена не долгов.

В современных реалиях ещё одним сдерживающим фактором являются антироссийские санкции, под которые попали многие виды спорта. Наши спортсмены не могут соревноваться на мировой арене, а без международных соревнований пропадает стимул расти и совершенствоваться в своей профессиональной деятельности.

Подводя итог всему вышесказанному, мы можем предложить некоторые действия, направленные на решение данных проблем, а также мероприятия, которые в целом окажут благоприятное воздействие на развитие спорта в нашей стране, в том числе в отдалённых её уголках:

1. Уделить особое внимание на условия для занятий по месту жительства и в сельской местности, по возможности создать эти условия.

2. Повысить эффективность использования объектов спорта, как действующих, так и вновь построенных.

3. Пересмотреть подходы к решению вопросов дефицита, квалифицированных тренерских и руководящих кадров в сфере физической культуры и спорта. Организовать проведение обучающих семинаров для

специалистов, занятых в деятельности, обеспечивающей занятия физической культурой и спортом.

4. Детально рассмотреть вопрос о социальном обеспечении спортсменов высокого класса на всех уровнях, включая адресную социальную помощь молодым тренерам и спортсменам.

Список литературы

1. О физической культуре и спорте Российской Федерации: федеральный закон от 04.12.2007 № 329 – ФЗ (в ред. от 01.06.2022)»» // Собрание законодательства РФ. 2008. №22. Ст. 2571.

2. Кузин, В. В. Экономика физической культуры и спорта / В. В. Кузин // Учебное пособие, – М.: СпортАкадемПресс, – 2002, – С. 45-48.

3. Степанова, О. Н. Маркетинг в сфере физической культуры и спорта / О.Н. Степановна // – 3-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, – 2012, – С. 25-27

PROBLEMS AND PROSPECTS OF PROFESSIONAL SPORTS DEVELOPMENT IN THE REGIONS OF RUSSIA

*A. Kuchina, S. Ivanova
Kemerovo State Institute*

Abstract. In the course of this work, an analysis of the level of accessibility of sports to preschool children, as well as schoolchildren in the regions of Russia, was carried out. Based on the data obtained, the main problems faced by parents when they want to send their child to professional sports were analyzed and outlined. And also, based on the experience of regions with a high level of development of sports movement, possible ways of solving problems were formulated.

Keywords: professional sports, children's sports, sports in the regions, problems of sports.

ПРОБЛЕМАТИКА ВЫСОКОЙ ЗАГРУЖЕННОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ КОМПЛЕКСОВ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА

А.Е. Левачев, Е.Н. Летягина

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В данной статье рассматривается проблема высокого спроса на услуги типовых физкультурно-оздоровительных комплексов, расположенных в городе Нижнем Новгороде, а также предлагаются пути решения сложившихся проблем по данной тематике.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительный комплекс, спортивная организация, спортивная школа, муниципальное и государственное задание.

Основы стратегии и тактики управления спортивными организациями на территории Российской Федерации являются одними из приоритетных направлений в изучении спортивного менеджмента. В первую очередь это связано с развитием национального проекта «Демография», федерального

проекта «Спорт – норма жизни», а также региональных спортивных проектов, созданных и существующих с целью увеличения численности разных категорий населения, занимающихся физической культурой и спортом. При этом одна из основных ролей по обеспечению материально-технической, кадровой и административной базой возложена на спортивные объекты и спортивные организации субъектов и муниципальных образований Российской Федерации. Так же помимо задач развития массового спорта, перед спортивными объектами и организациями стоит задача по реализации программ спортивной подготовки, т.е. обеспечению сборных команд страны по олимпийским и неолимпийским видам спорта спортсменами высокого класса.

На сегодняшний день, согласно реестру аккредитованных объектов спорта Министерства спорта Российской Федерации, в России находится 6 372 объекта спорта. И практически все они функционируют для достижения вышеуказанных задач.

Что касается города Нижнего Новгорода, то на сегодняшний день намечается тенденция увеличения количества спортивных объектов, что обусловлено модой на здоровый образ жизни, повышением уровня самосознания граждан, а также государственной и муниципальной политикой, направленной на развитие и поощрение детского, подросткового и взрослого спорта [1].

В 2022 году в восьми районах города Нижнего Новгорода существует четыре физкультурно-оздоровительных комплекса, находящихся как в муниципальной собственности и ведении департамента физической культуры и спорта, так и в государственной собственности в ведении Министерства спорта Нижегородской области:

1) Автозаводский район – Муниципальное бюджетное учреждение «Спортивная школа «Дворец спорта «Северная звезда» (МБУ «СШ «ДС «Северная звезда»),

2) Ленинский район – Муниципальное бюджетное учреждение «Дворец спорта «Заречье» (МБУ СШ «ДС «Заречье»),

3) Московский район – Муниципальное автономное учреждение «Спортивная школа «Дворец спорта «Юность» (МАУ «СШ «ДС «Юность»),

4) Приокский район – Муниципальное бюджетное учреждение «Спортивная школа «Радий» (МБУ «СШ «Радий»)

5) Канавинский район – Государственное бюджетное учреждение Нижегородской области физкультурно-оздоровительный комплекс «Мещерский» (ГБУ НО ФОК «Мещерский»).

Все вышеуказанные физкультурно-спортивные организации имеют типовую форму:

1. Универсальный зал – 1830,00 кв.м
2. Тренажерный зал (кардио) – 144,62 кв.м
3. Тренажерный зал (силовой) – 127,1 кв.м
4. Зал художественной гимнастики – 142,63 кв.м
5. Зал борьбы и бокса – 639,5 кв.м.

6. Теннисный зал – 95,1 кв.м

7. Бассейны, общая площадь (для спортивного плавания с переменной конфигурацией) – 909,8 кв.м

8. Ледовая арена – 2490,1 кв.м

Общая площадь спортивных площадок – 6378,85 кв.м(2)

Занимаются данный физкультурно-спортивные организации, в своем преимуществе, схожим родом деятельности, а именно предоставлением услуг в соответствии с муниципальным или государственным заданием, посредством реализации программ спортивной подготовки по различным видам спорта, организацией работы по предоставлению физкультурно-спортивных и оздоровительных услуг различным слоям населения, ну и конечно по возможности предоставлением тренировочных и других площадей на возмездной основе, в свободное от основной деятельности время.

Соответственно, так как все пять вышеуказанных спортивных организаций реализуют свою основную деятельность за счет муниципальных и(или) государственных средств, подавляющее большинство этих услуг являются бесплатными для населения, что делает данные физкультурно-спортивные организации достаточно привлекательными для различных групп граждан, и конечно собирают большое количество желающих воспользоваться этими услугами на безвозмездной основе.

На основе анализа документации физкультурно-спортивных организаций (отчетов по реализации муниципальных и государственных заданий, данных о посещаемости) в соответствии с постановлением администрации города Нижнего Новгорода от 4 апреля 2016 года № 799 «Об утверждении Порядка обеспечения доступности занятий физической культурой и спортом отдельных категорий граждан на безвозмездной основе на спортивных сооружениях, находящихся в муниципальной собственности города Нижнего Новгорода» определена динамика наполняемости спортивных школ и физкультурно-оздоровительных комплексов Нижнего Новгорода.

Таблица 1. Динамика наполняемости спортивных залов муниципальных спортивных школ и физкультурно-спортивных организаций Нижнего Новгорода, чел.

Наименование спортивной организации	Количество видов спорта	2019 год	2020 год	2021 год	Средняя наполняемость
МБУ «СШ «ДС «Северная звезда»	13	2498	2410	2428	2 445
МБУ СШ «ДС «Заречье»	10	2 442	2255	2240	2 312
МАУ «СШ «ДС «Юность»	15	2219	2170	2129	2 173
МБУ «СШ «Радий»	11	2342	2355	2340	2 346
ГБУ НО ФОК «Мещерский»	9	3057	3057	3057	3 057

На территории города Нижнего Новгорода располагается 5 центров тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», 4 из которых находятся в вышеуказанных физкультурно-оздоровительных организациях, что в комплексе с активной государственной и муниципальной пропагандой по развитию данного направления деятельности, несет дополнительную нагрузку на организации.

Для определения уровня загруженности физкультурно-спортивных организаций необходимо учесть данные переписи населения на территории города Нижнего Новгорода. По данным Росстата за 2020-2021 года в Нижнем Новгороде проживает 1 234 000 человек, из них в Автозаводском районе – 296500 человек; в Канавинском районе – 155 247 чел, в Ленинском районе – 140177 чел., в Московском районе – 123435 чел., в Нижегородском районе – 130900 чел.; в Приокском районе – 92326 чел.; в Советском районе – 148707 чел.; в Сормовском районе – 164944 чел. [3].

Так как исследуемые физкультурно-спортивные организации находятся только в пяти из восьми районов, для определения степени нагрузки на вышеуказанные спортивные организации необходимо объединить население нескольких районов по территориальному признаку:

- 1.Сормовский и Московский район
- 2.Советский, Нижегородский и Приокский район
- 3.Канавинский район
- 4.Автозаводский район
- 5.Ленинский район

Таким образом, можно определить нагрузку на каждый физкультурно-оздоровительный комплекс (табл. 2).

Таблица 2. Нагрузка физкультурно-спортивных организаций

Название спортивной организации	Автозаводский район (296 500)	Ленинский район (140 177)	Сормовский, Московский районы (313 651)	Советский, Нижегородский, Приокский районы (371 933)	Канавинский район (155 247)
МБУ «СШ «ДС «Северная звезда» (2 445)	121 чел. на место				
МБУ СШ «ДС «Заречье» (2 312)		61 чел. на место			
МАУ «СШ «ДС «Юность» (2 173)			144 чел. на место		
МБУ «СШ «Радий» (2 346)				158 чел. на место	
ГБУ НО ФОК «Мещерский» (3 057)					51 чел. на место

Таким образом, самую высокую потенциальную нагрузку несет на себе МБУ «СШ «Радий» и МАУ «СШ «ДС «Юность». Затем по уровню нагрузки следуют МБУ «СШ «ДС «Северная звезда», МБУ СШ «ДС «Заречье» и ГБУ НО ФОК «Мещерский».

Даже учитывая погрешность в расчетах, связанную с возрастом потенциальных пользователей услуг, использование жителями города Нижнего Новгорода коммерческих физкультурно-спортивных организаций и т.д., нагрузка на физкультурно-оздоровительные комплексы города остается очень высокой.

Существует ряд мер, которые смогут, не затрагивая высоких финансовых вложений, смогут улучшить ситуацию в данном направлении:

1. Программа по интегрированию спортивной подготовки и работы по организации физкультурно-оздоровительной деятельности среди различных групп населения, в спортивные залы общеобразовательных школ физкультурно-спортивным организациям.

2. Возведение дополнительных тренировочных площадей, индивидуально, в соответствии с требованиями и видами спорта каждого физкультурно-оздоровительного комплекса.

3. Развитие программы по установке физкультурно-оздоровительных комплексов открытого типа.

4. Программа по взаимодействию бюджетной и коммерческой сферы в отрасли физической культуры и спорта.

5. Перераспределение бюджета на строительство физкультурно-строительных комплексов в городе Нижний Новгород, вместо отдаленных районов Нижегородской области.

Список литературы

1. Управление развитием спортивных организаций как предпринимательски-ориентированных структур: автореферат дис. кандидата экономических наук: 08.00.05 / Остроухов Сергей Алексеевич; [Место защиты: Рос. эконом. ун-т им. Г.В. Плеханова]. Москва, 2017.

2. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации: www.minsport.gov.ru

3. Кориков А. М., Павлов С. Н. Теория систем и системный анализ. – М.: ИНФРА-М, 2019. С. 192.

THE PROBLEM OF HIGH WORKLOAD OF SPORTS AND RECREATION COMPLEXES IN THE CITY OF NIZHNY NOVGOROD

A. Levachev, E. Letiagina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. This article deals with the problem of high demand for the services of typical sports and recreation complexes located in the city of Nizhny Novgorod, as well as ways to solve the existing problems on this topic.

Keywords: sports and recreation complex, sports organization, sports school, municipal and state task.

О СОВРЕМЕННЫХ ТРЕНДАХ И ИННОВАЦИЯХ В СПОРТЕ

Е.Н. Летьгина, К.Р. Богачева

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В статье рассмотрены основные тренды и тенденции в области использования инновационных технологий в спорте. Современные технологии способствуют повышению качества спортивной аналитики, улучшению физических показателей спортсменов, организации учебно-тренировочных занятий на более высоком уровне, гарантируют рост популяризации спорта среди массовой аудитории.

Ключевые слова: физическая культура, инновации, спорт, инновационные технологии, физические показатели.

Вопросам инновационного развития РФ уделяется большое внимание в последние годы [7, 10, 11]. Инновационные технологии проникают во все виды деятельности, не является исключением сфера физической культуры и спорта. Спортивная индустрия является одной из самых быстрорастущих областей и, по прогнозам аналитиков, достигнет 599,9 млрд. долларов к 2025 году и 826,0 млрд долларов к 2030 году. По мере роста отрасли развиваются спортивные исследования и инновационные технологии. Причем в развитии технологий в последние годы произошел сдвиг парадигмы [9].

В научной литературе выделяют следующие современные тенденции в спорте [1, 3, 13, 14]:

1. Внедрение нетрадиционных видов спорта с использованием виртуальной и дополненной реальности. Ограничения, связанные с короновирусной инфекцией ускорили рост виртуальных видов спорта и игр и набрали популярность [2]. Наиболее популярные виды спорта в виртуальной реальности – это гонки, езда на велосипеде, теннис, гольф и т.д.

2. Рост популярности киберспорта. Спортивный рынок киберспорта оценивался в 2017 году в объеме 694,2 млн долларов.

3. Внедрение датчиков и технологий аналитики спортивных данных. Использование датчиков позволяет получить полезную информацию как для зрителей, так и для спортсменов. Данные, полученные с датчиков, играют важную роль в аналитике, привлечении болельщиков и т.д. Данные, полученные от датчиков, можно использовать для отслеживания состояния здоровья игроков.

4. Использование искусственного интеллекта в спорте. Методы искусственного интеллекта помогают разработать стратегию, используются при обучении, создании рекламы и меняют способы восприятия спортивного контента аудиторией.

5. Технология блокчейн в спортивной индустрии. Технология блокчейн позволяет осуществлять быстрые безопасные расчеты при приобретении контента и инвестировании в спортивные клубы или спортсменов, а также повышать вовлеченность болельщиков, и в то же время извлекать из этого денежную выгоду.

6. Инновации при создании и продвижении спортивного контента. Популярность телевидения снижается в последние годы и на смену ему приходят онлайн-платформ для потокового вещания, называемые OTT.

7. Улучшение физической формы и спортивных достижений спортсменов.

Примером внедрения современных инновационных технологий в спорте служит пример анализа спортивных результатов. После соревнований тренеры по игровым видам спорта разбирают со своими спортсменами ошибки во время игры на прошедших матчах и проводят тренировки с расчетом на исключение ошибок в будущем. Данный пример показывает, что современные технологии способствуют улучшению тактики игры, увеличению физических показателей спортсменов.

Основными показателями инновационности являются научная новизна и ее воспроизводство на практике. В настоящее время в сфере физической культуры накоплено множество современных образовательных технологий, используемых в учебно-тренировочных процессах и образовательной деятельности [4, 6, 8, 12, 15].

Инновации означают создание более эффективных процессов, продуктов и идей. А также включают воплощение идей в действия, которые повысят эффективность деятельности спортивной организации, что приведет к экономии средств, либо обеспечат увеличение ценности услуг, за которые потребители будут платить больше.

Чтобы удовлетворить спрос как спортсменов, так и болельщиков, спортивные технологии стремительно развиваются и разрушают существующие бизнес-модели спортивного бизнеса. Технический прогресс влияет на то, как тренируются спортсмены, как управляются спортивные объекты и как спортивные команды взаимодействуют с аудиторией. К наиболее популярным инновациям и тенденциям в спорте относят анализ производительности с помощью искусственного интеллекта и больших данных, такие технологии, как Интернет вещей (IoT), анализ настроений толпы и «умные» решения, обеспечивающие современное использование стадионов, киберспорт и кибербезопасность. Кроме того, инновации с эффектом погружения в реальность, такие как дополненная и виртуальная реальность (AR/VR) и голограммы способствуют вовлечению болельщиков и фанатов.

Список литературы

1. Абраменко А.В., Лазаренко А.О. Спортивные инновации// Цифровая наука. 2020. № 6. С. 178-183.

2. Ангелова О.Ю., Лetyгина Е.Н., Лычагина Е.Д. Современные инновационные и цифровые технологии в рекреации и спорте// В сборнике: Современные проблемы физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Материалы XVIII Международной научно-практической конференции. 2019. С. 344-349.

3. Бобровский Е.А. Виды инноваций в спорте и их применение// Региональный вестник. 2019. № 4 (19). С. 15-17.

4. Гитман Е.К., Лизунова Л.Р., Гущина Л.А. Мультидисциплинарный кейс в профессиональной подготовке студентов вуза// Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Проблемы языкознания и педагогики. 2022. № 1. С. 86-96.
5. Гущина Л.А. Модель системы формирования инновационной компетенции у студентов технических вузов // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2016. № 2. С. 28-33.
6. Ермолаев А. П., Усманова Д. Р. Инновационные технологии в сфере преподавания физической культуры и спорта // Всероссийский педагогический форум. Сборник статей II Всероссийской научно-методической конференции. Петрозаводск: Международный центр научного партнерства «Новая Наука». 2020. С. 136-143.
7. Летягина Е.Н., Бодрикова О.А., Перцева Л.Н. О прогнозировании функционирования отраслей, предприятий, комплексов// Российское предпринимательство. 2011. № 11-1. С. 70-75.
8. Летягина Е.Н., Колодеев Е.П. Проблемы организации и проведения онлайн занятий по физической культуре и спорту в образовательных организациях// Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 2 (192). С. 151-156.
9. Летягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.
10. Летягина Е.Н., Тихомиров А.В. Современные подходы к управлению организациями// Russian Economic Bulletin. 2020. Т. 3. № 3. С. 236-241.
11. Любушин Н.П., Летягина Е.Н., Перова В.И. Исследование инновационного развития региональной экономики как императива устойчивого социально-экономического роста России с применением нейросетевого моделирования// Экономический анализ: теория и практика. 2021. Т. 20. № 8 (515). С. 1394-1414.
12. Никифоров С.В., Слободчикова Т.А., Хаченкова К.Ю. Профессионально важные физические качества для сотрудника полиции // Обзор педагогических исследований. 2022. Т. 4. № 6. С. 110-113.
13. Осокин Н.А. Особенности типологии инноваций в профессиональном спорте// Инновации. 2020. № 3 (257). С. 95-104.
14. Солнцев И.В. Применение инновационных цифровых продуктов в индустрии спорта// Стратегические решения и риск-менеджмент. 2021. Т. 12. № 2. С. 184-189.
15. Хаченкова К.Ю., Никифоров С.В. Причины и профилактика травматизма на занятиях по физической подготовке // Наука-2020. 2021. №8 (53). С. 88-92.

MODERN TRENDS AND INNOVATIONS IN SPORTS

E. Letiagina, K. Bogacheva

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. Much attention has been paid to the issues of innovative development of the Russian Federation in recent years. Innovative technologies penetrate into all types of activities, the sphere of physical culture and sports is no exception. The article discusses the main trends and trends in the use of innovative technologies in sports. Modern technologies contribute to improving the quality of sports analytics, improving the physical performance of athletes, organizing training sessions at a higher level, and guarantee the growth of sports popularization among the mass audience.

Keywords: physical culture, sports, innovative technologies, physical indicators.

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ НА ИНДЕКС ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Е.Н. Летягина, В.И. Перова

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В статье предложен анализ физической активности населения и его влияние на индекс человеческого развития. Обоснована значимость физической культуры и спорта в накоплении человеческого капитала. Результаты имеют практическую значимость для корректировки управленческих решений с целью увеличения качества человеческого капитала.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, человеческий капитал, индекс человеческого развития, активное долголетие, физическая активность.

Человеческий капитал является одним из стержневых внутренних источников инновационного потенциала социально-экономического развития России [4, 7, 8, 9]. Весомость человеческого капитала напрямую связана с качеством жизни населения страны и их активным долголетием. В Российской Федерации уделяется большое внимание развитию человеческого капитала. Согласно Указу Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», одной из национальных целей развития Российской Федерации на период до 2030 года является сохранение населения, здоровье и благополучие людей [6, 13, 14]. На достижение этой национальной цели устремлена и «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года», утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р [12]. Приоритетные направления, обозначенные в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года (далее Стратегии 2030), включают в себя и профессиональный, и любительский спорт.

Количественной характеристикой качества жизни граждан в международной статистике часто выступает индекс человеческого развития

(ИЧР или HDI), применяемый в разных регионах и странах [3, 5]. Он представляет собой комплексный показатель, включающий средние значения: а) продолжительности здоровой жизни; б) образованности; в) достойного уровня жизни населения [3].

Индекс человеческого развития равен среднему геометрическому индексов ожидаемой продолжительности жизни (LEI), образования (EI) и дохода (PI):

$$HDI = \sqrt[3]{LEI \cdot EI \cdot PI}.$$

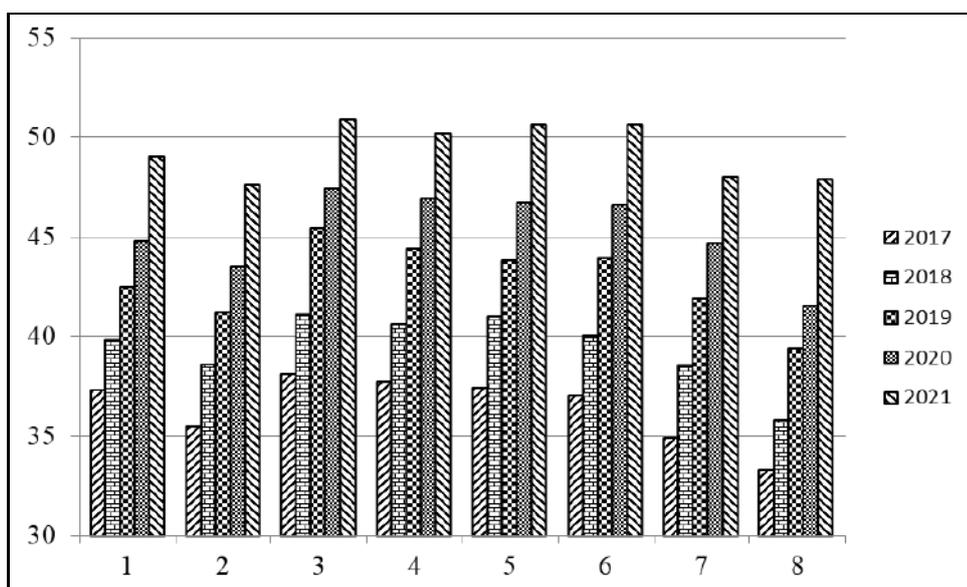
Страны и регионы, которые занимают более высокие позиции по ИЧР, имеют более высокую продолжительность жизни, более высокий уровень образования и более высокий валовой национальный (региональный) доход на душу населения по сравнению со странами и регионами с более низким значением ИЧР. Большинство развитых стран имеют значение индекса человеческого развития более 0,8. Индекс человеческого развития в наименее развитых странах и регионах находится на уровне ниже 0,55.

ИЧР является достаточно информативным показателем развития человеческого капитала. Однако следует отметить, что индекс человеческого развития не учитывает, например, такие факторы как неравномерность в распределении доходов, уровень безопасности населения и др. Для целей настоящего анализа указанные недостатки можно считать незначительными.

ИЧР был создан с целью придания большей значимости роли населения в обеспечении инновационного развития экономики государств и национальной безопасности [1, 11, 15]. При анализе качества жизни людей к важной характеристике относится индикатор долголетия граждан, аттестующий их здоровье и являющийся составной частью ИЧР, который аффилирован с показателями развития сферы физической культуры и спорта. На рис. 1 приведена динамика количества населения в возрасте 3–79 лет, занимающегося физической культурой и спортом в 2017–2021 гг. в масштабе федеральных округов Российской Федерации.

Данные, показанные на рис. 1, констатируют, что в рассматриваемом периоде во всех федеральных округах РФ наблюдается рост количества граждан в возрасте 3–79 лет, занимающихся физической культурой и спортом. При этом в половине федеральных округов (Южный федеральный округ, Северо-Кавказский федеральный округ, Приволжский федеральный округ, Уральский федеральный округ), это количество в 2021 г. превысило 50%.

Следует заметить, что выполняемые физические упражнения и физические нагрузки не только поддерживают здоровье и долголетие людей, но и способствуют совершенствованию умственной готовности к обучению и профессиональной деятельности [2], увеличивая качество человеческого капитала.



Источник: Построено авторами по данным Министерства спорта Российской Федерации [10].

Рис. 1. Численность населения РФ в возрасте 3–79 лет, занимающегося физической культурой и спортом в федеральных округах России в 2017–2021 гг., %:

- 1 – Центральный федеральный округ, 2 – Северо-Западный федеральный округ,
- 3 – Южный федеральный округ, 4 – Северо-Кавказский федеральный округ,
- 5 – Приволжский федеральный округ, 6 – Уральский федеральный округ,
- 7 – Сибирский федеральный округ, 8 – Дальневосточный федеральный округ

Список литературы

1. Бухвальд Е.М. Институты развития и национальная безопасность Российской Федерации // Развитие и безопасность. 2021. № 1 (9). С. 16–28. URL: http://doi.org/10.46960/2713-2633_2021_1_16
2. Горбунов С.А., Дубровский А.В. Роль физической культуры в совершенствовании умственной готовности к обучению и профессиональной деятельности // Теория и практика физической культуры. 2002. № 12. С. 13–15.
3. Ионцев В.А. и др. Введение в демографию: учеб. пособие / под ред. В.А. Ионцева, А.А. Саградова. М.: Изд-во МГУ, ТЭИС, 2003. 636 с.
4. Кузнецов Ю.А. Человеческий капитал, производительность труда и экономический рост // Экономический анализ: теория и практика. 2012. № 43. С. 2–14. URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/chelovecheskiy-kapital-proizvoditelnost-truda-ieconomicheskij-rost-okonchanie-sleduet>.
5. Летягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта// Москва, изд-во ТРИУМФ. 2022. 294 с.
6. Летягина Е.Н., Колодеев Е.П. Проблемы организации и проведения онлайн занятий по физической культуре и спорту в образовательных организациях // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. № 2 (192). 2021. С. 151-156.
7. Летягина Е.Н., Перова В.И., Перова Н.А. Исследование развития человеческого капитала средствами физической культуры и спорта как детерминанта экономической безопасности Российской Федерации // В сборнике: Экономическая безопасность России: проблемы и

перспективы. Материалы IX Международной научно-практической конференции ученых, специалистов, преподавателей вузов, аспирантов, студентов. Нижний Новгород, 2021. С. 131–138.

8. Летягина Е.Н., Перова В.И., Кутасин А.Н. Инновационный подход к исследованию развития человеческого капитала средствами физической культуры и спорта с использованием научного инструментария нейронных сетей // Креативная экономика. 2020. Том 14. № 8. DOI: 10.18334/ce.14.8.110698.

9. Летягина Е.Н., Тихомиров А.В. Современные подходы к управлению организациями// Russian Economic Bulletin. 2020. Т. 3. № 3. С. 236-241.

10. Министерство спорта Российской Федерации. URL: <http://www.minsport.gov.ru> (дата обращения: 21.10.2022)

11. Перова В.И., Перова Н.А. Нейросетевое моделирование динамики развития физической культуры и спорта в регионах России как фактора социально-экономического роста страны // Национальные интересы: приоритеты и безопасность. 2018. Т. 14. № 11. С. 2064–2082. URL: <https://doi.org/10.24891/ni.14.11.2064>.

12. Распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года». URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74866492/> (дата обращения 21.10.2022).

13. Сорокин И.А., Летягина Е.Н. Здоровьесберегающие технологии в физической культуре и спорте// В сборнике: Олимпизм: истоки, традиции и современность. Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очной научно-практической конференции. Редколлегия: Г.В. Бугаев [и др.]. 2018. С. 284-288.

14. Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. N 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года». URL: <https://rg.ru/2020/07/22/ukaz-dok.html> (дата обращения 21.10.2022).

15. Letiagina E., Perova V., Orlova E. Neural network analysis of the development of physical education and sports in Russia as an economic factor of country security. Proceedings of the 4th International Conference on Innovations in Sports, Tourism and Instructional Science (ICISTIS 2019). Atlantis Press, 2019, no. 11, pp. 174–179. DOI: <https://doi.org/10.2991/icistis-19.2019.37>.

ANALYSIS OF THE IMPACT OF PHYSICAL ACTIVITY OF THE POPULATION ON THE HUMAN DEVELOPMENT INDEX

E. Letiagina, V. Perova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article offers an analysis of the physical activity of the population and its impact on the human development index. The importance of physical culture and sports in the accumulation of human capital is substantiated. The results are of practical importance for adjusting management decisions in order to increase the quality of human capital.

Keywords: *physical culture, sports, human capital, human development index, active longevity, physical activity.*

АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ФЕДЕРАЛЬНЫХ ОКРУГАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Е.Н. Летягина, В.И. Перова

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Проведен анализ развития физической культуры и спорта в масштабе федеральных округов Российской Федерации. Рассмотрены динамика инфраструктуры физической культуры и спорта, кадровый потенциал и финансирование сферы физической культуры и спорта. Выполненный анализ развития сферы физической культуры и спорта может оказать помощь в разработке управленческих решений по выстраиванию стратегий её развития, которые соразмерны современным задачам и вызовам внешних условий.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, спортивные сооружения, спортивная политика, финансирование, тренер, спортсмен.

Социально-экономическое развитие государства представляет собой сложнейшую системную задачу, решение которой должно учитывать развитие всех отраслей народного хозяйства, повышение благосостояния и качества жизни населения, рост продолжительности жизни и др. [3, 9, 10] При этом все системные элементы должны быть сбалансированы. Не является исключением сфера физической культуры и спорта.

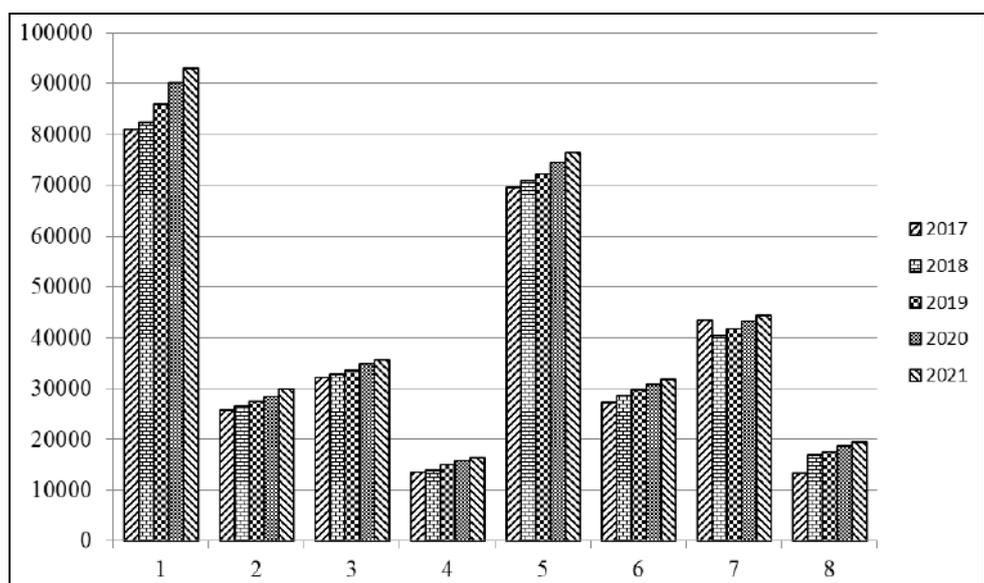
Физическая активность населения позволяет поддерживать здоровье и долголетие людей и способствует совершенствованию умственной и профессиональной деятельности [1, 13].

Результаты, представленные на рис. 1, демонстрируют динамику спортивных сооружений в РФ за 2017–2021 гг.

Из результатов рис. 1 следует, что имеет место увеличение числа спортивных сооружений во всех федеральных округах России. Это способствует более эффективному использованию инфраструктуры сферы физической культуры и спорта для занятий населения физической культурой и спортом и, тем самым, содействует реализации национальной цели сохранения населения, здоровья и благополучия людей [2, 5].

Отметим, что кроме роста количества спортивных сооружений существенное значение имеет кадровая политика в области физической культуры и спорта, а также подготовка разрядников, являющихся резервом для спорта высших достижений [4, 6].

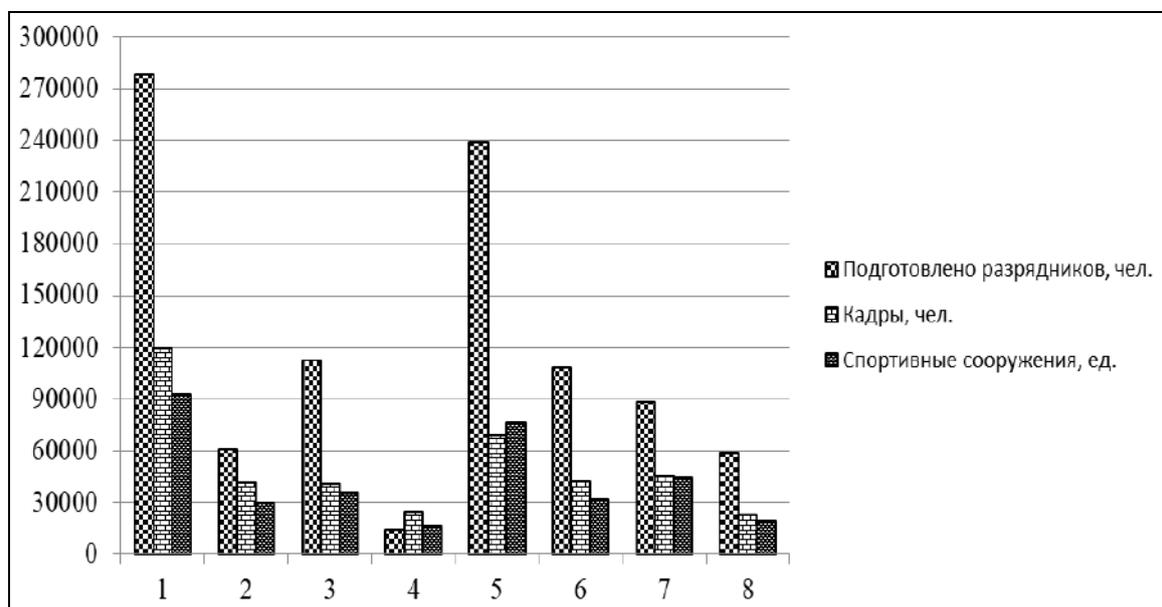
Рис. 2 иллюстрирует состояние этих составляющих в 2021 г.



Источник: Построено авторами по данным Министерства спорта Российской Федерации [11].

Рис. 1. Динамика количества спортивных сооружений в федеральных округах Российской Федерации в 2017–2021 гг., %:

- 1 – Центральный федеральный округ, 2 – Северо-Западный федеральный округ, 3 – Южный федеральный округ, 4 – Северо-Кавказский федеральный округ, 5 – Приволжский федеральный округ, 6 – Уральский федеральный округ, 7 – Сибирский федеральный округ, 8 – Дальневосточный федеральный округ



Источник: Построено авторами по данным Министерства спорта Российской Федерации [11].

Рис. 2. Подготовлено разрядников, численность кадров и спортивных сооружений в федеральных округах Российской Федерации в 2021 г.:

- 1 – Центральный федеральный округ, 2 – Северо-Западный федеральный округ, 3 – Южный федеральный округ, 4 – Северо-Кавказский федеральный округ, 5 – Приволжский федеральный округ, 6 – Уральский федеральный округ, 7 – Сибирский федеральный округ, 8 – Дальневосточный федеральный округ

Данные на рис. 2 говорят о том, что в 2021 г. максимальное число кадрового состава и спортивных сооружений сосредоточено в Центральном федеральном округе. Наименьшее число кадров находится в Дальневосточном федеральном округе, а количество спортивных сооружений – в Северо-Кавказском федеральном округе.

Фундаментальную значимость для развития сферы физической культуры и спорта имеет финансирование [12]. При этом наряду с бюджетным финансированием большое влияние оказывают частные инвестиции в строительство спортивных сооружений, физическую культуру и спорт, в техническую и профессиональную подготовку в спортивной области [7, 8]. В табл. 1 представлено финансирование физической культуры и спорта в разрезе федеральных округов РФ за 2021 г.

Таблица 1. Финансирование физической культуры и спорта по федеральным округам Российской Федерации в 2021 г.

Федеральный округ	Всего израсходовано на физическую культуру и спорт, тыс. руб.	Финансирование физической культуры и спорта: внебюджетные средства, тыс. руб.	Финансирование физической культуры и спорта: внебюджетные средства, %
Центральный федеральный округ	141153794,9	8368426,8	5,9
Северо-Западный федеральный округ	70393198,5	8710610,7	12,4
Южный федеральный округ	48764999,7	13545219,0	27,8
Северо-Кавказский федеральный округ	42477802,1	1831541,4	4,3
Приволжский федеральный округ	77951790,2	11405985,8	14,6
Уральский федеральный округ	68537419,7	11310519,4	16,5
Сибирский федеральный округ	55334539,4	6155384,7	11,1
Дальневосточный федеральный округ	37719848,2	5034690,6	13,3

Источник: Построено авторами по данным Министерства спорта Российской Федерации [11].

Данные в табл. 1 свидетельствуют, что лидером по финансированию физической культуры и спорта в 2021 г. является Центральный федеральный округ, а аутсайдером – Дальневосточный федеральный округ. Из результатов, приведенных в табл. 1, также видно, что в федеральных округах России имеет место значительная вариация (в 7,39 раз) внебюджетного инвестирования в сферу физической культуры и спорта. Наибольший вклад внебюджетных инвестиций наблюдается в Южном федеральном округе, а наименьший – в

Северо-Кавказском федеральном округе. В целях повышения качества человеческого капитала эти результаты указывают на необходимость гармонизации стратегий государства и бизнеса в области развития физической культуры и спорта.

Таким образом, проведенный анализ развития физической культуры и спорта позволяет обозначить стратегические направления регулирования управленческих решений по генерированию стратегий развития физической культуры и спорта, адекватных современным задачам и вызовам внешних обстоятельств.

Список литературы

1. Горбунов С.А., Дубровский А.В. Роль физической культуры в совершенствовании умственной готовности к обучению и профессиональной деятельности // Теория и практика физической культуры. 2002. № 12. С. 13–15.

2. Кузнецов Ю.А., Перова В.И., Ласточкина Е.И. Нейросетевой анализ динамики инвестиций в основной капитал регионов Российской Федерации // Региональная экономика: теория и практика. 2017. Т. 15. № 7 (442). С. 1327-1343.

3. Летьягина Е.Н., Бодрикова О.А., Перцева Л.Н. О прогнозировании функционирования отраслей, предприятий, комплексов // Российское предпринимательство. 2011. № 11-1. С. 70-75.

4. Летьягина Е.Н., Колодеев Е.П. Проблемы организации и проведения онлайн занятий по физической культуре и спорту в образовательных организациях // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. № 2 (192). 2021. С. 151-156.

5. Летьягина Е.Н., Орлова Е.А. О состоянии и развитии объектов спорта в России и Нижегородской области // Экономика и предпринимательство. 2018. № 9 (98). С. 372-376.

6. Летьягина Е.Н., Перова В.И., Перова Н.А. Исследование развития человеческого капитала средствами физической культуры и спорта как детерминанта экономической безопасности Российской Федерации // В сборнике: Экономическая безопасность России: проблемы и перспективы. Материалы IX Международной научно-практической конференции ученых, специалистов, преподавателей вузов, аспирантов, студентов. Нижний Новгород, 2021. С. 131–138.

7. Летьягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта // Москва, изд-во ТРИУМФ. 2022. 294 с.

8. Летьягина Е.Н., Перова В.И., Кутасин А.Н. Инновационный подход к исследованию развития человеческого капитала средствами физической культуры и спорта с использованием научного инструментария нейронных сетей // Креативная экономика. 2020. Том 14. № 8. DOI: 10.18334/ce.14.8.110698.

9. Летьягина Е.Н., Тихомиров А.В. Современные подходы к управлению организациями // Russian Economic Bulletin. 2020. Т. 3. № 3. С. 236-241.

10. Любушин Н.П., Летягина Е.Н., Перова В.И. Исследование инновационного развития региональной экономики как императива устойчивого социально-экономического роста России с применением нейросетевого моделирования// Экономический анализ: теория и практика. 2021. Т. 20. № 8 (515). С. 1394-1414.

11. Министерство спорта Российской Федерации. URL: <http://www.minsport.gov.ru> (дата обращения: 21.10.2022)

12. Перова В.И., Перова Н.А. Нейросетевое моделирование динамики развития физической культуры и спорта в регионах России как фактора социально-экономического роста страны // Национальные интересы: приоритеты и безопасность. 2018. Т. 14. № 11. С. 2064–2082. URL: <https://doi.org/10.24891/ni.14.11.2064>.

13. Сорокин И.А., Летягина Е.Н. Здоровьесберегающие технологии в физической культуре и спорте// В сборнике: Олимпизм: истоки, традиции и современность. Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очной научно-практической конференции. Редколлегия: Г.В. Бугаев [и др.]. 2018. С. 284-288.

ANALYSIS OF THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE FEDERAL DISTRICTS OF RUSSIA

E. Letiagina, V. Perova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The analysis of the development of physical culture and sports on the scale of the federal districts of the Russian Federation is carried out. The dynamics of the infrastructure of physical culture and sports, human resources and financing of the sphere of physical culture and sports are considered. The analysis of the development of the sphere of physical culture and sports can help in the development of management solutions for building strategies for its development, which are commensurate with modern tasks and challenges of external conditions.

Keywords: physical culture, sports, sports facilities, sports policy, financing, coach, athlete.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ. ЦИФРОВОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Ф.С. Летяев, Е.В. Красильникова

*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт Кемеровского
государственного университета*

Аннотация. Данная статья посвящена актуальной проблеме современных образовательных технологий, в частности цифровым технологиям в образовании. В ней рассматриваются такие понятия как цифровое образование, дистанционное образование, производится анализ перехода в пространство цифрового образования

Ключевые слова: высшее образование; цифровые технологии; физическая культура, цифровое образование; дистанционное образование.

Рассмотрение каждого явления должно начинаться с определения его понятийной части. Это необходимо, потому как каждая сфера знаний имеет собственный набор специальных терминов. Так, термин позволит обособить конкретное явление, отделить его от схожих. В современный обиход крепко встроились слова: «удаленный»; «дистанционный»; «цифровой», но лица, использующие их, зачастую не видят между ними разницы. Таким образом, целью данной работы является описание цифрового образования как современной тенденции развития образовательной среды.

И так, говоря о терминологии, необходимо определить, что есть цифровое образование и чем оно отличается от дистанционного. Понятие цифровых технологий прочно укоренилось в России с конца 90-х годов прошлого столетия, под ними понимается предоставление сигналов дискретными полосами, т.е. прерывистое предоставление сигналов. К числу цифровых технологий можно отнести современные фотоаппараты, телевизоры, телефоны и компьютеры и пр. Как отмечают авторы М.Е Вайндорф-Сысоева и М.Л. Субочева [1] в своей работе, единого понятия цифрового образования не существует, однако они приводят изыскания разных авторов, из которых можно вывести определение: цифровое образование – современная, развивающаяся форма образовательной деятельности, дополняющая или, в иных случаях, полностью заменяющая традиционное образование, использующая цифровые технологии в своей основе. Как отмечают Г.А. Бондарева и Н.П. Петрова в своей работе [2], к числу цифровых средств, используемых в образовании, могут относиться: персональные цифровые устройства (мобильные телефоны, планшеты), цифровые презентации, видеоматериалы, электронные базы данных, форумы, социальные сети и пр.

Сегодня дистанционное образование способно полностью заменить традиционное: на базе дистанционного образования предлагают прохождение курсов дополнительного образования, школьной программы и даже программ высших учебных заведений. Авторы Е.С Палат, М.Ю. Бухаркина и М.В. Моисеева в своем труде, посвященном дистанционному образованию предлагают такое определение дистанционного образования: «дистанционное образование – форма обучения, при которой взаимодействие учителя и учащихся между собой осуществляется на расстоянии и отражает все присущие учебному процессу компоненты (цели, содержание, методы, организационные формы, средства обучения), реализуемые специфичными средствами интернет-технологий или иными средствами, предусматривающими интерактивность» [3]. Из данного определения можно выделить два ключевых признака: во-первых, дистанционное образование осуществляется на расстоянии, во-вторых оно реализуется благодаря цифровым технологиям, обеспечивающим интерактивность (в данном случае интернет-технологии). На основании вышеизложенного целесообразно соотносить цифровое и дистанционное образование как общее и частное.

Новая коронавирусная инфекция «сovid-19» предоставила возможность дальнейшего развития цифрового образования, в частности, для дистанционного. Так, ученики и студенты в качестве меры, препятствующей дальнейшему распространению инфекции были переведены в онлайн-классы, действовавшие по принципу коллективного видеозвонка в учебные часы и на основе принципа взаимодействия с обучающими электронными цифровыми ресурсами, предоставлявшими доступ к обучающим материалам и, одновременно, являвшимися платформой для оценки успеваемости во внеурочные часы. Учебная дисциплина, которая, казалось бы, не может быть перенесена в онлайн-формат была успешно переведена в таковой – физическая культура.

Изучение физической культуры в формате дистанционного образования разделилось на два этапа: теоретический и практический. Теоретический состоял из рассмотрения определенного упражнения: общей информации об упражнении и его влиянии на тело, а так же технике выполнения рассматриваемого упражнения. Практический же этап был посвящен непосредственной реализации упражнений и фиксации их на цифровые средства видеосъемки.

Преподаватель в данном формате задавал необходимый к освоению комплекс упражнений, отвечал на возникающие у обучающихся вопросы, и контролировал правильное и своевременное изучение заданного комплекса. Как отмечалось выше, для взаимодействия между преподавателем и обучающимся использовались электронные цифровые ресурсы, на которых преподаватель, со своей стороны, размещал задание и условия сдачи, а обучающиеся могли выкладывать материалы видеосъемки в качестве доказательства выполненного задания.

Однако приведенные выше цифровые средства не являлись исчерпывающими. Коммуникация преподаватель-обучающийся постепенно стала выходить за рамки официальных средств: известные мессенджеры и социальные сети стали еще одной платформой для новой образовательной среды. В отличие от видеозвонков и электронных цифровых ресурсов, социальные сети давали возможность оперативной связи с преподавателем для решения возникших вопросов.

Цифровое образование сегодня – это широко исследуемое явление, обладающее собственным определением, позволяющим обособить его. Дистанционное же образование в рамках данной работы предлагается рассматривать как частное проявление цифрового. В условиях распространения новой инфекции, современной образовательной системе пришлось интегрировать новые формы в образовательную деятельность – дистанционное образование в частности, его главной особенностью является возможность начать или продолжить учебный процесс на расстоянии, путем применения цифровых технологий.

Список литературы

1. Бондарева Г.А., Петрова Н.П. Цифровизация и цифровые технологии в образовании // Мир науки, культуры, образования. 2019. № 5. С. 1-3.
2. Вайндорф-Сысоева М.Е., Субочева М.Л. «Цифровое образование» как системообразующая категория.: подходы к определению // Вестник Московского государственного областного университета. 2018. № 3. С. 1-12.
3. Палат Е.С., Бухаркина М.Ю., Моисеева М.В. Теория и практика дистанционного обучения: учеб.пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. Москва: Академия. 2004. 434 с.

MODERN EDUCATIONAL TECHNOLOGIES.DIGITAL PHYSICAL CULTURE EDUCATION

F. Letyaev, E. Krasilnikova

Humanitarian-Pedagogical institute of Kemerovo state university

Abstract. This article presents a relevant problem of modern educational technologies particularly a problem of digital educational technologies. The author analyzes such concepts as digital education, distance education, considers the transition to the space of digital education

Keywords: higher education; digital technologies; physical culture; digital education; remote education.

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ СПОРТИВНОГО КЛУБА

Д.М. Лобанов, Т.П. Логинова

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Статья посвящена выявлению проблем работы спортивного клуба «ФизКульт» и разработке мероприятий по повышению эффективности его работы.

Ключевые слова: спорт, спортивный клуб, фитнес-клуб, фитнес-индустрия, управление, организация работы, оказание услуг, инновации в спортивной сфере.

Актуальность работы обусловлена тем, что рынок фитнес-услуг быстро развивается. Индустрия тренажерного зала, здоровья и фитнеса действительно является очень крупной отраслью, которая процветает во всех частях мира, особенно в развитых странах. Также отрасль фитнес-индустрии развивается в России, особенно в крупных городах.

Уже не новость, что множество людей осознают, почему им нужно записываться в фитнес-центр или, по крайней мере, оставаться в форме. Теперь они лучше осведомлены о неизмеримых преимуществах, которые они могут получить, записавшись в тренажерный зал и фитнес-центр. Для широкой публики очевидно, что они могут оставаться здоровыми, улучшать свой образ жизни и жить дольше, если будут регулярно заниматься спортом, плюс они

могут достичь этого с меньшим стрессом, если купят членство в любом тренажерном зале и фитнес-центре, который находится рядом с ними.

Для того чтобы не дать конкурентам выиграть в этой борьбе, предприятия должны иметь не только тактику, но и стратегию, которая опирается на четкое понимание данного рынка и оценку позиции предприятия на рынке. Именно разработка мероприятий по совершенствованию организации работы спортивных клубов ведет к долгосрочному повышению уровня результативности деятельности фирмы над уровнем конкурентов [5, с. 357].

Научная проблема исследования выражается в следующих факторах:

- в последние 10 лет резко возросло количество различных фитнес-клубов, центров, тренажерных залов, что сильно повлияло на конкуренцию. Каждый спортивный объект различными способами привлекает клиентов, что только усиливает давление на бизнес.

- в настоящее время существуют проблемы с финансами, что сильно сказывается на сервисе. В фитнес-клубах, прежде всего, сокращают «дополнительные» расходы: перестают предоставлять клиентам полотенца, стаканчики для воды в кулере (или кулер как таковой), пренебрегают плановым ремонтом в душевых и раздевалках. В результате, снижается клиентская база.

- сокращение количества клиентов и продаж абонементов. С объявлением СВО (специальная военная операция) фитнес-клубы столкнулись с серьёзным оттоком клиентов.

- остается актуальной проблема по поставке зарубежного фитнес-оборудования. Логистический кризис затронул и фитнес-индустрию, в связи с чем доставка спортивного оборудования затруднена, многие страны совсем отказываются от поставок, а на российском рынке мало аналогов.

Таким образом, выявленные проблемы говорят о необходимости разработки путей совершенствования спортивных фитнес-клубов.

Оздоровительные и фитнес-клубы характеризуются обширными программами и возможностями, а также их склонностью к развитию и обслуживанию своих сообществ.

В дополнение к традиционным фитнес-предложениям, таким как кардиотренажеры и силовые тренажеры, клубы здоровья также предлагают групповые занятия фитнесом, спортивные программы, персональные тренировки, бассейны, кафе, спа-салоны, уход за детьми и многое другое, чтобы полностью обеспечить здоровье и хорошее самочувствие для всех.

В отличие от фитнес-центров или тренажерных залов, клубы обеспечивают комплексный подход к здоровью и благополучию для участников всех возрастов и интересов. В то время как фитнес-индустрия представляет собой бесчисленное множество видов бизнеса и объектов, одним из самых популярных является клуб здоровья и фитнеса.

Объектом исследования является ООО «Нижегородская Фитнес Группа», фитнес-клуб «ФизКульт» в городе Нижний Новгород. Сеть фитнес-клубов «ФизКульт» является федеральным брендом.

Для выявления сильных и слабых сторон фитнес-клуба «ФизКульт» проведем SWOT-анализ (табл. 1).

Таблица 1. SWOT-анализ для фитнес-клуба «ФизКульт»

	<p>Возможности (О)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Расширение ассортимента предоставляемых услуг - Возможность найма квалифицированных сотрудников - Открытие новых фитнес-клубов 	<p>Угрозы(Т)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Конкуренция со стороны других федеральных сетей - Снижение платежеспособности населения - Ужесточение требования к санитарной обработке в связи с Covid-19
<p>Сильные стороны (S)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Известность на рынке фитнес-услуг г. Нижний Новгород - Современное оборудование - Высокое качество обслуживания при небольшой цене - Постоянная клиентская база 	<p>поле «SO» (сила и возможности)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Максимально использовать развитие отрасли, привлекать новых клиентов - Поиск новых мест для открытия фитнес-клуба - Расширение сферы доставки товаров 	<p>поле «ST» (сила и угрозы)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Удержание конкурентных позиций за счет акций на услуги; - Сотрудничество с корпоративными клиентами (предложение корпоративных карт)
<p>Слабые стороны (W)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Недостаток инновационных тренировок и программ - Отсутствие дополнительных фитнес-услуг - Невысокая рекламная компания в сравнении с конкурентом 	<p>поле «WO» (слабость и возможности)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Применение инноваций (новых видов тренировок) - Предложение дополнительных услуг - Расширение рекламной деятельности 	<p>поле «WT» (слабость и угрозы)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Активная деятельность конкурентов может негативно сказаться на прибыли - Понижение дохода у целевой аудитории, как следствие снижение выручки

Сильные стороны фитнес-клуба «ФизКульт»: известность на рынке фитнес-услуг г. Нижний Новгород, современное оборудование, высокое качество обслуживания при небольшой цене, постоянная клиентская база.

По результатам SWOT-анализа отмечены слабые стороны фитнес-клуба:

1. Недостатком в ассортиментной матрице фитнес-клуба «ФизКульт» является отсутствие новых видов тренировок (тренировки на TRX-петлях, EXOS-тренировки, сайкл тренировки).

2. Клиентам не предлагаются дополнительные услуги в виде фитнес-тестирования или консультаций по питанию.

3. В сравнении с конкурентом в фитнес-клубе «ФизКульт» менее развиты социальные сети и реклама в Интернете.

4. В сравнении с конкурентом в фитнес-клубе «ФизКульт» ниже оценен профессионализм тренеров, что можно развить повышением квалификации тренеров.

Выявленные проблемы требуют разработки мероприятий по улучшению конкурентоспособности фитнес-клуба «ФизКульт».

Руководители фитнес-центров несут ответственность за каждый аспект повседневного управления центрами, посвященными физической подготовке. В их функции входит не только привлечение новых клиентов, но удержание уже существующих.

Тенденции в фитнесе всегда будут развиваться по мере изменения поведения потребителей. Несмотря на то, что фитнес-индустрия сталкивается с препятствиями, существуют также возможности и пространство для инноваций.

Эффективная стратегия фитнес-маркетинга – это та, которая поможет фитнес-клубу:

- повысить осведомленность;
- завоевать постоянных посетителей;
- выделить свой бренд среди конкурентов;
- держать аудиторию в курсе;
- продвижение новых программ и пакетов.

В фитнес-клубе «ФизКульт» можно рекомендовать следующие пути совершенствования деятельности клуба:

1. В системе продвижения и рекламы. Целью всех усилий по продажам и маркетингу является увеличение доходов за счет сохранения, привлечения новых клиентов.

Наиболее эффективным для фитнес-клуба «ФизКульт» является цифровой маркетинг. Маркетинговая кампания тренажерного зала в социальных сетях существует с тех пор, как платформы социальных сетей стали повсеместно использоваться, поскольку они имеют дополнительные преимущества. Наиболее популярные мероприятия:

- Видеоконтент позволяет потенциальным клиентам увидеть, как проходят тренировки в тренажерном зале, на спортивных тренажерах клуба и как весело проводят время клиенты. Например, Instagram (запрещенная в РФ социальная сеть) или Вконтакте являются отличной стратегией фитнес-маркетинга для продвижения видеоконтента спортзала. Это может помочь, когда люди выполняют поиск по местоположению и/или хэштегам, чтобы найти планы тренировок, занятия или личных тренеров в своем районе.

- Иногда лучшими в рекламе фитнес-клуба могут быть постоянные клиенты клуба «ФизКульт». Можно создать реферальную программу в спортзал, чтобы они приглашали свою семью и друзей. Когда постоянные клиенты приводят друга или члена семьи в фитнес-клуб, и этот новый потенциальный клиент становится участником, можно вознаграждать их обоих, чтобы они оба с большей вероятностью продолжали привлекать людей.

2. В системе обслуживания клиентов:

- найм на работу сервис-менеджеров, которые будут активно опрашивать клиентов о качестве обслуживания, а также помогут ответить на все вопросы клиентов;

- осуществление регулярного технического обслуживания (капитальный и косметический ремонт, замена изношенного оборудования, закупка нового современного тренажерного оснащения) [1, с. 20].

Также в фитнес-клубе «ФизКульт» следует применять программу «Тайный гость», что позволит контролировать качество оказываемых услуг. Проверки по методике Mystery Guest (Тайный гость) давно распространены во многих отраслях бизнеса.

В задачи тайного гостя, осуществляющего разовую проверку, входит обращение в фитнес клуб и отработка одного или нескольких сценариев. Например, он может отрабатывать сценарии при регистрации, при покупке клубной карты, обратившись за консультацией и своими вопросами провоцируя сотрудников заведения на грубые ответы. Реакция сотрудников фитнес-центра при этом оценивается. При этом тайный гость, общаясь с посетителями выясняет сильные и слабые стороны заведения, получает мнение посетителей о клубе, что позволит руководителям провести грамотную оптимизацию работы фитнес-клуба.

3. В системе подготовки специалистов в сфере фитнес индустрии:

Например, тренеры и инструкторы «ФизКульт» должны обучаться новому направлению – нутрициологии. Нутрициология – эта наука изучает продукты питания, их состав и действие на организм человека. С ее помощью можно сохранить здоровье, позаботиться о профилактике ожирения и других проблем. Нутрициолог – это помогающий специалист в области питания. Обладает знаниями о функциональных, метаболических, гигиенических и клинических аспектах взаимодействия питательных веществ и их влиянии на организм.

4. В системе расширения предоставляемых услуг:

- введение новой тренировки на TRX-петлях. TRX крепится к любой поверхности с помощью металлического крюка и карабина. В итоге получается функциональный снаряд для занятий с собственным весом тела. TRX тренировка – это настоящая революция в мире фитнеса. Благодаря нестабильности, которую они создают во время выполнения упражнений, твое тело накачивается быстрее, а сила и выносливость увеличиваются в геометрической прогрессии.

- введение новой тренировки – сайкл. Сайкл (Cycle) – это высокоэффективная, интервальная, чаще всего групповая тренировка, проводимая на тренажере под названием спинбайк. Cycle тренировка – это групповое занятие на велотренажерах под руководством квалифицированного инструктора.

- введение бесплатных тренировок с персональным тренером. Часто посетителю фитнес-клуба достаточно одного личного визита, чтобы убедиться, что это конкретное место соответствует его потребностям. Вот почему предложение бесплатной пробной версии является хорошей идеей – многим людям абсолютно необходимо окунуться в атмосферу этого места и протестировать оборудование, прежде чем платить за долгосрочное членство.

Экономический эффект от повышения эффективности деятельности фитнес-клуба заключается в получении дополнительной прибыли:

- при привлечении новых клиентов;
- при оказании новых услуг для постоянных клиентов [2, с. 56].

Социальная эффективность может быть выражена в повышении степени удовлетворённости клиентов фитнес-клуба «ФизКульт».

На наш взгляд, в будущем тема здоровья и фитнеса не выйдет из моды в ближайшее время, а число людей, посещающих тренажерные залы и фитнес-центры, будет продолжать расти, и это, конечно, будет приносить больше денег для владельцев тренажерных залов и фитнес-центров. Борьба за клиента будет постоянно вестись среди фитнес-центров, поэтому всегда необходимо разрабатывать различные пути привлечения посетителей.

Список литературы

1. Белькова А.Е., Кергенцев Д.В. Составление ценностного предложения для регионального фитнес-клуба на основе анализа целевой аудитории и конкурентов // Практический маркетинг. – 2021. – № 1. – С. 20-23.

2. Кариаули А.С. Измерительные механизмы эффективности деятельности физкультурно-спортивной организации // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2021. – № 3. – С. 55-57.

3. Мяконьков В. Б. Спортивный маркетинг: учебник для вузов / В.Б. Мяконьков, Т. В. Копылова, Н. М. Егорова; под общей редакцией В.Б. Мяконькова. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 284 с.

4. Розенгарт К.К. Совершенствование кадровой политики в фитнес-центре // Human Progress. – 2020. – Т. 6. – № 2. – С. 6.

5. Соломахина Т.Р. Мероприятия и способы по выявлению эффективности функционирования коммерческой фитнес-организации // Азимут научных исследований: экономика и управление. – 2020. – № 4 (33). – С. 357-360.

6. Тонковидова А.В., Найденко Е.А. Интернет-реклама фитнес-клуба // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – 2020. – № 1. – С. 151-153.

WAYS TO IMPROVE THE ORGANIZATION OF THE WORK OF THE SPORTS CLUB

D. Lobanov, T. Loginova

Lobachevsky National Research Nizhny Novgorod State University

Abstract. The article is devoted to the identification of problems of the work of the sports club "FizKult" and the development of measures to improve the efficiency of its work.

Keywords: sport, sports club, fitness club, fitness industry, management, organization of work, provision of services, innovations in the sports field.

ФИТНЕС ТУРИЗМ КАК ОДИН ИЗ ВИДОВ ИННОВАЦИИ В СФЕРЕ ТУРИЗМА

А.С. Луганская

Луганский государственный университет имени Владимира Даля

Аннотация. В данной работе рассматриваются перспективы развития фитнес туризма в Луганской Народной Республике. Даны определения понятий спортивного туризма и фитнес туризма и представлены их особенности. Проанализированы факторы и особенности развития фитнес туризма в Луганской Народной Республике. Исследованием определено, что в регионе, не развит исследуемый вид туризма, но значительные перспективы его развития, имеются. В Республике есть все необходимые условия для развития фитнес туризма, а именно: достаточное количество санаториев, баз отдыха, историко- культурных достопримечательностей и природных ресурсов, которые можно включить в фитнес-туры. Автор приходит к выводу, что при создании положительных условий, государственной и муниципальной поддержки, а также, и достаточном финансировании, у данного вида туризма есть все шансы улучшить ситуацию на туристском рынке Луганской Народной Республики.

Ключевые слова: туристская индустрия, фитнес туризм, фитнес, спортивный туризм.

Туризм является одним из отраслей экономики и поэтому его нужно постоянно развивать, чтобы он соответствовал запросам общества и рынка. В настоящее время существует достаточно большое количество разновидностей туризма. Многие туроператоры вкладывают деньги для разработки и развития новых инновационных продуктов и услуг. Среди потребителей все больше возрастает интерес к здоровому образу жизни и поддержанию физической формы. Таким образом, на мировом рынке появился фитнес-туризм, задачей которого является привлечение людей и их заинтересованность в данном виде туризма. В данной статье даётся определение понятия «фитнес-туризм», исследование его особенностей и разновидностей, представлен процесс создания фитнес-тура.

Сфера туризма является одной из самых важных составляющих сферы услуг. «Индустрия туризма – это сфера производственных и непроизводственных видов деятельности, направленных на создание товаров и услуг для путешествующих» [2]. Спортивные услуги можно считать одними из важнейших услуг в туристической отрасли. Развитие фитнес-туризма, как одного из разновидностей спортивного туризма в Луганской Народной Республике является особенно перспективным направлением.

В Российской Федерации данный вид туризма реализован и уже на протяжении нескольких лет пользуется успехом в туристской индустрии. В Луганской Народной Республике пока еще не организуются такие виды туров, но в ближайшей перспективе вполне реально это сделать.

Луганский край имеет особенности географического положения и рельефа, благоприятные климат, богатство историко-культурного и туристско-рекреационного потенциалов, археологические и другие объекты, которые

поражают своей красотой, удивляют научной ценностью и помогают узнать историю нашего края. Луганская Народная Республика имеет все возможности для развития молодежного, спортивно-оздоровительного, познавательного, экологического и других видов туризма.

Таким образом, можно с уверенностью сказать, что Луганская Народная Республика очень перспективная в плане ведения туристической деятельности и обладает огромным потенциалом для дальнейшего развития туризма.

Так как на основании Федерального конституционного закона о принятии в Российскую Федерацию Луганской Народной Республики и образовании в составе Российской Федерации нового субъекта – Луганской Народной Республики [3], спортивный и фитнес туризм будут развиваться в нашем регионе с большой скоростью.

Рассмотрим, что же такое фитнес туризм, его плюсы и минусы, а также его перспективы развития:

Фитнес туризм является одним из разновидностей спортивного туризма и появился благодаря развитию здорового образа жизни и пробуждения интереса к спорту у большинства людей. Фитнес-туры могут подойти для ниже упомянутых потребителей:

1. Тем, кто не хотят в связи с путешествием пропустить тренировки и потерять физическую форму, благодаря набранным нескольким лишним килограммам.

2. Тем, кто хочет избавиться от лишнего веса, но в домашних условия сделать этого не может или не хочет делать это в одиночестве.

Для участия набирается группа от 10 человек. Больше всего данные туры подходят для молодежи от 18 до 35 лет, но можно делать группы для более взрослой аудитории туристов. Участники находятся под постоянным наблюдением у опытных специалистов и тренеров, которые находятся с ними во время тура.

В программу тура входит фитнес-программа, которая была разработана профессиональными тренерами, и непосредственно тренировки с опытными инструкторами, путешествие и даже соревнования. По желанию в такой тур можно включить экскурсионно-познавательную программу по историко-культурным местам данной местности, в нашем случае в Луганской области.

Для разработки фитнес-тура объединяются фитнес-клуб и туристическое предприятие.

На данный момент в Луганской Народной Республике насчитывают более 300 фитнес-клубов, адреса и телефоны, которые указаны на сайтах городов.

Главным в организации фитнес тура является, непосредственно, создание условий сервиса, который может удовлетворить даже самого взыскательного и требовательного туриста [1].

Таким образом, условия для развития фитнес-туризма в Луганской Народной Республике, безусловно, есть. Помимо большого спроса на данный вид туризма, в республике есть все необходимые условия для этого: достаточное количество санаториев, баз отдыха, культурно-исторических

достопримечательностей и природных ресурсов, которые можно включить в фитнес-туры.

Таким образом, можно с уверенностью сказать, что Луганская Народная Республика очень перспективная в плане ведения туристической деятельности и обладает огромным потенциалом для дальнейшего развития фитнес-туризма. Поэтому туризм, направленный на поддержание идеальной фигуры и оздоровление, безусловно, актуален.

Список литературы

1. Игнатъева И.Ф. Сервис в туризме. Практикум. – СПб.: Изд-во ГУАП, 2016. 92 с.

2. Игнатъева И.Ф. Многомерность туризма: философский, экономический, политический аспекты // Вестник Санкт-Петербургского университета. Философия и конфликтология. 2017. Т. 33. № 3. С. 307-315.

3. Федеральный конституционный закон от 04.10.2022 № 6-ФКЗ "О принятии в Российскую Федерацию Луганской Народной Республики и образовании в составе Российской Федерации нового субъекта – Луганской Народной Республики"

URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202210050006> (дата обращения: 15.11.2022)

4. Что такое фитнес-тур? URL: <http://protrip.ru/chto-takoe-fitness-tur/> (дата обращения: 17.11.2022)

FITNESS TOURISM AS A TYPE OF TOURISM INNOVATION

A. Luganskaya

*State Educational Institution of Higher Education of the Luhansk People's Republic
"Vladimir Dahl Lugansk State University"*

Abstract: This paper discusses the prospects for the development of fitness tourism in the Luhansk People's Republic. Definitions of the concepts of sports tourism and fitness tourism are given and their features are presented. The factors and features of the development of fitness tourism in the Luhansk People's Republic were analyzed. The study determined that the region does not develop the type of tourism under study, but there are significant prospects for its development. The Republic has all the necessary conditions for the development of fitness tourism, namely: a sufficient number of sanatoriums, recreation centers, historical and cultural attractions and natural resources that can be included in fitness tours. The author comes to the conclusion that when creating positive conditions, state and municipal support, as well as sufficient financing, this type of tourism has every chance to improve the situation in the tourist market of the Luhansk People's Republic.

Keywords: tourism industry, fitness tourism, fitness, sports tourism.

КИБЕРСПОРТ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЛЮДЕЙ

Л.Р. Мавляутдинов, А.Б. Хабибуллин

Казанский государственный энергетический университет

Аннотация. Киберспорт – командное или персональное состязание на основе компьютерных игр. В России признан официальным видом спорта. В данной статье представлен анализ статей, сделанных исследователями, по данной дисциплине.

Ключевые слова: физическая культура, анкетирование, геймер, видеоигры.

В современном обществе ни одна сфера деятельности не обходится без компьютерных технологий. Не удивительно, что компьютерные технологии стали использовать не только для решения задач, но и для развлечения. Таким образом, первое киберспортивное соревнование было зафиксировано 19 октября 1972 года. Это произошло в исследовательской лаборатории искусственного интеллекта Стэнфордского университета. Игра называлась «Spacewar!». На сегодняшний день дисциплина включает в себя более 25 различных игр [1].

Результаты исследования и их обсуждение. С 2018 года в развлекательной нише Российских масс-медиа прочно занимает свое место компьютерный спорт. Гигантская аудитория по всему миру, безграничная известность среди молодежи, зрелищность и огромные призовые фонды на различных турнирах делают соревнования по киберспорту востребованными среди СМИ. Более того, этот вид спорта смог преодолеть любительский барьер классификации и признается официальным видом спорта на территории множества стран, таких как США, Финляндия, Казахстан, Россия, Франция и многих других [2].

Накрохин В.В. из Сибирского федерального университета, в своем исследовании «О необходимости развития киберспорта в вузах» считает, что этот спорт появился из-за потребности человечества в соперничестве, где мир делится на чужих и своих. Но так как применение силы к кому-то, в большинстве случаев, не поощряется обществом, наилучшей альтернативой явилась Олимпийская этика, подразумевающая честность, уважение к сопернику. Виртуальный спорт демонстрирует себя, с данной точки зрения, с наилучшей стороны [3].

48% всех учащихся города Чита, как указывает исследование Иванова Ю.Ю. и Евдокимовой Т.Ю., старших преподавателей Забайкальского государственного университета, позитивно относятся к компьютерному спорту и считают, что занятие киберспортом и получение профессии в этой области является достаточно многообещающим течением развития. 20% людей проявили нейтральное расположение и только слышали, что подобный спорт существует, хотя абсолютно без понятия, как он устроен. 17% респондентов считают, что виртуальный спорт является лишь развлечением или даже времяпрепровождением с разрушительным эффектом. 15% респондентов утверждают, что не знают, что такое киберспорт. Таким

образом, можно сделать вывод, что большинство студентов поддерживают спорт и видят в нем потенциал, а вторая по величине доля респондентов нейтральна к киберспорту. Фактором этого может быть слабая компетенция в этой области. 18% опрошенных молодых людей заявили, что они негативно относятся к виртуальным видам спорта и компьютерным играм, что не характерно для этой возрастной группы. По мнению исследователей, на их мнение влияет плохое освещение в средствах массовой информации, в которых виртуальные игры часто обвиняют в негативном воздействии на человека и объявляют их одним из факторов риска катастрофы с участием молодежи. И небольшая часть респондентов не знает, что такое киберспорт. Это показывает, что, несмотря на постоянный рост, он по-прежнему не рекламируется и не освещается, как другие классические виды спорта [4].

А.А. Макаров, Д.В. Смит и О.Н. Гураль, в своем исследовании «Влияние физических упражнений различной направленности на моторную асимметрию юношей-киберспортсменов 16–18 лет», сделали эксперимент, состоящий из 3 этапов: 1 – тестирование, 2 – физические тренировки, 3 – повторное тестирование. Результатами исследования стали закономерности в улучшении показателей в тестировании всех участников эксперимента, не зависимо от жанра компьютерных игр, интересующих их [5].

В исследовании И.С. Злобина приводится пример стратегического развития киберспорта в России путем создания любительских лиг, функциональных стратегий с компаниями. Данный пример развития наиболее вероятен в ближайшее время, так как компьютерный спорт всё время привлекает к себе новых людей [6].

Заключение. Виртуальный спорт, как и следует из его названия, не нацелен на физические упражнения, поэтому необходимо рассмотреть ряд профилактических мероприятий во избежание негативных последствий увлечения компьютерным спортом.

Список литературы

1. Рейтинг киберспортивных дисциплин на основе призовых фондов и числа зрителей на трансляциях в 2020 году. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://dtf.ru/esport/655158-top-25-kibersportivnyh-disciplin-v-2020-godu> (Дата обращения: 18.03.2022)

2. Мальцева И.А. Популяризация киберспорта как спортивной дисциплины: медийный аспект. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/populyarizatsiya-kibersporta-kak-sportivnoy-distipliny-mediynuy-aspekt/viewer> (Дата обращения: 26.03.2022)

3. Накрохин В.В. О необходимости развития киберспорта в ВУЗах. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-neobhodimosti-razvitiya-kibersporta-v-vuzah/viewer> (Дата обращения: 18.02.2022)

4. Иванов Ю.Ю., Евдокимова Т.Ю. Отношение студенческой молодежи к явлению киберспорта. [Электронный ресурс] // Режим доступа:

<https://cyberleninka.ru/article/n/otnoshenie-studencheskoy-molodezhi-k-yavleniyu-kibersporta/viewer> (Дата обращения: 18.03.2022)

5. Макаров А.А., Смит Д.В., Гураль О.Н. Влияние физических упражнений различной направленности на моторную асимметрию юношей-киберспортсменов 16–18 лет. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-fizicheskikh-uprazhneniy-razlichnoy-napravlennosti-na-motornuyu-asimetriyu-yunoshey-kibersportsmenov-16-18-let/viewer> (Дата обращения: 26.03.2022)

6. Злобин И.С. Стратегии развития киберспорта в России. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/strategii-razvitiya-kibersporta-v-rossii/viewer> (Дата обращения: 26.03.2022)

CYBERSPORTS AND ITS IMPACT ON PEOPLE'S HEALTH

L. Mavlyautdinov, A. Khabibullin

Kazan State Power Engineering University

Abstract. Cybersports is a team or personal competition based on computer games. It is recognized as an official sport in Russia. This article presents an analysis of articles made by researchers on this discipline.

Keywords: physical education, questionnaire, gamer, video games.

ТЕРМОБЕЛЬЕ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ: ФУНКЦИИ, СВОЙСТВА, ПРЕИМУЩЕСТВА И НЕДОСТАТКИ

А.Ю. Магала

Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина

Аннотация. В данной статье представлена информация об одном из дополнений к зимнему виду спорта – термобелье. Рассмотрены положительные и отрицательные стороны его функционала.

Ключевые слова: термобелье, туризм, физические упражнения, зимний спорт, структура, комфорт.

Когда мы задумываемся о необходимой одежде при наступлении зимы, термобелье может быть не на первом месте. Тем не менее, этот предмет одежды является достойным дополнением к нашему гардеробу.

Термобелье – это функциональное нижнее белье, основным назначением которого является терморегуляция, то есть поддержание оптимальной температуры организма человека в различных условиях окружающей среды. А если элементарнее это одежда, которая греет, согревая снаружи. Оно удерживает тепло человеческого тела. Это базовый слой, который отводит влагу и сохраняет тело сухим. Таким образом, вы можете контролировать теплоотдачу.

Какие же функции и свойства термобелья? Термобелье имеет плотный и плотный трикотаж – это помогает сохранить тепло тела, это и есть главная цель. В условиях холода организм будет пытаться регулировать температуру, и в результате будет выделяться пот. Когда человек носит обычную теплую одежду, влага не испаряется должным образом. В результате соприкосновения влаги с холодом тело теряет тепло, человек чувствует дискомфорт и замерзает.

Некоторые типы термобелья предназначены для борьбы с запахами. Многие типы имеют влагоотводящее качество, которое удерживает пот на коже. Некоторые бренды изготавливаются из специальных материалов, таких как синтетические или шерстяные ткани, которые изолируют и повышают уровень воздухопроницаемости одежды.

Прогрессивные технологии позволили разработать определённый метод изготовления пряжи из синтетического материала с трудоёмкой структурой: между волокнами нитей располагается воздух. Тело человека нагревает этот воздух до подходящей температуры, которая долгое время сохраняется неизменной. Эта же структура позволяет выводить избытки влаги. За счёт перепада давления тёплый воздух выталкивает влагу из термобелья. При выполнении физических упражнений и при изобильном потоотделении следует выбирать более толстый материал, состоящий из нескольких слоев, так как излишки влаги будут собираться во внешнем защитном слое, который охраняет тело от воздействия внешней среды[2].

Лучший материал для термобелья – это тот, который подходит для конкретной деятельности и погодных условий. Синтетическое – многие варианты термобелья на рынке изготавливаются из синтетических тканей, обычно в них смешивается разное процентное содержание полиэстера с другими материалами, такими как нейлон, эластан. Для эффективного отвода влаги рекомендуется покупать термобелье из шерсти или синтетического материала. Хлопок менее эффективен.

Преимущество синтетических тканей в том, что они дешевые и очень просты в уходе, но у них есть и некоторые недостатки, в основном тот факт, что они быстро приобретают неприятный запах и поэтому нуждаются в частой стирке. Шерстяное – шерсть мериноса часто считается лучшим материалом для теплового базового слоя. Изготовленное из натурального материала, оно сохраняет тепло, отводит излишнюю влагу и не создает лишнего объема под одеждой. Это хороший выбор для большинства видов активного отдыха, и оно выпускается в различных цветах, что делает его чрезвычайно универсальным. Однако не все выбирают комплект на основе шерсти, так как не всем нравится ощущение шерсти на коже. Некоторые люди могут чувствовать дискомфорт, а у некоторых могут быть аллергические реакции. Это относится, в частности, к физической активности. Смешанное – сочетает в себе лучшие качества вышеуказанных видов. Внутреннее тепло и качество белья сохраняется должным образом[3].

Так для лыжного спорта нужна одежда с повышенной износостойкостью и утеплением в области паха. Так же термобелье должно быть длинное. Ведь

идеально подходит для тех, кто ненавидит мерзнуть во время катания на лыжах. День на склонах иногда может длиться несколько часов, и так долго находиться на снегу слишком холодно. Важно чтобы белье имело облегающую посадку, которая не задирается и не собирается под лыжными штанами – еще одна отличная особенность для очень активных лыжников. Так же важна исключительная воздухопроницаемость, чтобы не перегреться, благодаря сетчатой вентиляции в области промежности. Часто при выборе термобелья для лыжников можно заметить ребристые колена, это нужно, чтобы увеличить прочность, если вы сильно упадете. И не маловажным критерием будет вес ткани. Нужно чтобы оно было легким, ведь снаряжение тяжелое, и важен комфорт [4].

Для туризма так же выбирают термобелье из шерсти. Шерсть мериносо является золотым стандартом длинных тканей для нижнего белья, потому что она очень теплая, но также обладает естественными свойствами пота и уменьшения запаха. Так же будет сохраняться тепло при не очень больших нагрузках и не переохладитесь во время резкого подъема. Это означает, что не придется стирать так часто, как варианты из не мериносовой шерсти, что очень удобно для туристов и любителей активного отдыха. Нижнее белье также имеет плоские швы, которые повышают комфорт, предотвращая натирание во время движения. Облегающий крой позволяет легко накладывать слои, хотя базовые слои (особенно рубашку), безусловно, можно носить отдельно

При многодневном горном походе или длительном походе в холодное время года, приходится долго ходить с рюкзаком, без возможности сделать перерыв. Нижнее белье может сыграть с вами злую шутку. Из-за того, что в горах довольно влажно, ваша одежда будет промокать не изнутри, а снаружи. Без возможности высушить его, кожа всегда будет влажной. Так что в этом случае следует обратить внимание на все снаряжение и научиться правильно сочетать его друг с другом, чтобы не потеть [1].

Современное термобелье изготавливается в основном из синтетических материалов или из шерсти мериносо. Каждый вид обладает своими достоинствами и недостатками.

К минусам шерсти относится: высокая стоимость, длительное время для высыхания. А к плюсам: экологичность, мягкость, легкость, не поддается загрязнению, отличные влаговыводящие свойства, эластичность.

К недостаткам синтетического белья относят риск потери цвета со временем, сохранение всех запахов из-за ненатуральности материала и соответственно необходимость в частой стирке. К достоинствам: износостойкость, простота ухода, компактность, легкость, удобство в ношении.

К плюсам смешанного типа относятся хорошо стирается, носится достаточно долго, отлично удерживает тепло. Из минусов можно отметить возможность промокания в дождливую погоду.

Выбирая термобелье необходимо знать с какой верхней одеждой оно будет использоваться. Лучший способ узнать, что подходит лучше всего, попробовать как искусственные, так и натуральные ткани, а затем остановиться

на одном типе. Ведь не громоздкое, эффективное и универсальное термобелье согреет и незаметно спрячется под одеждой, чтобы можно было чувствовать себя защищенным и красивым даже в самые холодные дни.

Список литературы

1. Букина, Ю.А. Современные материалы для производства спортивной одежды и термобелья / Ю.А. Букина, Е.А. Сергеева // Вестник Казанского технологического университета. – 2013. – №9. – с. 112-114.
2. Воронина В.Т. Тенденции развития лыжного спорта в России // Карельский научный журнал. 2018. Т. 7. № 1 (22). С. 203-206.
3. Матюхина В. Е. Оздоровительный туризм / В. Е. Матюхина // Сборник конференций НИЦ Социосфера. – 2012. -№ 18. -С. 41-45.
4. Метелева О.В. Новая технология повышения защитных свойств одежды для туризма и активного отдыха / О.В. Метелева, Е.П. Покровская // Сервис в России и за рубежом. – 2013. -№1 (39). -С.86-96.

THERMAL UNDERWEAR FOR SPORTS: FUNCTIONS, PROPERTIES, ADVANTAGES AND DISADVANTAGES

A. Magala

Kuban State Agrarian University named after I.T. Trubilina.

Abstract. This article provides information about one of the additions to the winter sport – thermal underwear. About the positive and negative sides of the functionality.

Keywords: thermal underwear, tourism, physical exercises, winter sports, structure, comfort.

МОТИВАЦИЯ ДЕТЕЙ 7-9 ЛЕТ К ЗАНЯТИЯМ СОВРЕМЕННЫМИ ТАНЦАМИ

К.О. Малина

Мурманский арктический государственный университет

Аннотация. Представленное исследование выявляет возможность повышения мотивации детей 7-9 лет к физкультурно-оздоровительной деятельности посредством занятий современными танцами. При изучении данного вопроса использовались такие методы, как теоретический анализ и синтез научно-методической литературы, раскрывающей сущность образовательного процесса учреждений дополнительного образования в сфере современного танца. На основе проведенного анализа и анкетирования детей 7-9 лет, занимающихся современными танцами сделан вывод о возможности повышения мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности посредством занятий современными танцами.

Ключевые слова: мотивация, дети, современный танец, музыка, педагог.

Для развития у детей положительного отношения к активному и здоровому образу жизни, необходимо, направить их деятельность на формирование положительных эмоций и развитие мотивации. В современном

танце дети удовлетворяют свои потребности в движении и соприкасаются с музыкой. Почти для каждого ребенка музыка – это ассоциация радости и беззаботности, именно поэтому дети с восторгом танцуют в кафе, на фестивалях и концертах. Следовательно, не перестает быть важен вопрос по формированию у детей устойчивой мотивации к занятиям современными танцами [4]. Современный танец – это обилие направлений, стилей и разновидностей. Мотивировать к занятиям современными танцами необходимо как можно раньше, еще в начальной школе, потому что в это время формируются первоначальные представления о значении двигательной активности. Кроме того, правильно организованные занятия в начальной школе позволяют организму накапливать силы и обеспечивают не только полноценное телосложение, но и разностороннее развитие личности в будущем [5].

Актуальность темы во многом обусловлена тем, что занятия танцами являются не только средством укрепления здоровья человека (психологического и физического), но и развивают музыкальность, творческие способности. На самом деле, многие исследования, проведенные психологами и педагогами, показали, что дети, занимающиеся танцами, достигают более высоких академических успехов, чем их сверстники, а также превосходят их в общем развитии [2]. Таким образом, современный танец как средство внешней и внутренней гармонизации личности рассмотрен в работах таких ученых как В.Б. Карпенко, А.А. Антроповой, К.В. Нестеровой, развитие коммуникативных навыков, творческих способностей и образной выразительности детей младшего школьного возраста на занятиях современным танцем освящается в трудах Т.В. Никуловой, Е.В. Тихоновой и К.Е. Халтуриной. Не остаются в стороне педагогические условия по реализации формирования межличностных отношений посредством современного танца и вопросы воспитания ценностных и нравственных ориентиров в современном танце. Изучению этого вопроса посвящены работы Д.В. Авдеевой, И. В. Жуковой, А. Ю. Романова и Е. В. Сальниковой.

Научная новизна представленного исследования заключается в комплексном подходе к развитию личности, ее мотивации и способности, состоящей в гармоничном сочетании психофизического состояния детей 7-9 и их двигательной активности. Практическая значимость работы связана с обобщением изученной и полученной информации по теме исследования и возможностью эффективного использования выводов и рекомендаций в практике работы над мотивацией детей.

Мотивация – побуждение к действию, процесс, управляющий поведением человека, задающий его направленность, организацию, активность и устойчивость, иными словами, это способность человека деятельно удовлетворять свои потребности [6].

Цель исследования – выявить возможность повышения мотивации детей 7-9 лет к физкультурно-оздоровительной деятельности (далее ФОД) посредством занятий современными танцами.

На первом этапе исследования проводилось анкетирование детей 7-9 лет по методикам Н.Г. Лускановой и Т.Д. Дубовицкой на выявление школьной заинтересованности и отношения к ФОД у занимающихся по направлению современный танец в танцевальной школе «Пластика» города Мурманска.

С помощью опросника выявления школьного интереса, автором которого является Н.Г. Лусканова, мы выяснили позицию и интерес детей к ФОД, а также эмоциональную реакцию на учебно-тренировочные занятия. Большинство исследуемых детей находятся на втором уровне (79%), что означает хорошую заинтересованность (от 20 до 24 баллов). Подобные показатели имеют большинство танцоров 7-9 лет, успешно справляющихся с предложенной деятельностью. В рисунках на школьную тему они изображают учебные ситуации, а при ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жестких требований и норм. Подобный уровень мотивации показывает среднюю норму детей 7-9 лет к занятиям современными танцами.

Опрос по методике «Отношение к физкультурно-оздоровительной деятельности» Т.Д. Дубовицкой показал, что 30 % занимающихся современным танцем имеют высокий уровень сформированности внутреннего интереса к ФОД, 50% – средний и 20% – низкий.

На втором этапе исследования мы выявляли отношение детей 7-9 лет к использованию музыкального сопровождения на занятиях современными танцами, как одного из факторов мотивации. Музыка – это вид искусства, в котором определенным образом организованные музыкальные звуки используются для создания некоторого сочетания формы, гармонии, мелодии, ритма или иного выразительного содержания [1]. Из положительных эффектов воздействия ее на детей можно выделить улучшение памяти и формирование речи, поскольку в результате использования музыкального сопровождения на занятиях современным танцем мелодия и текст запоминаются на уровне подсознания, а пение любимых песен формирует артикуляцию. Также музыкальная терапия выступает как способ управления эмоциональным состоянием детей, способствуя развитию творческих способностей. В результате прослушивания музыки дети учатся интерпретировать и понимать ее, а значит, в процесс активно включается воображение [7].

По результатам анкетирования детей 7-9 лет, которые занимаются современными танцами, 90 % из них считают, что занятия без музыки скучны. Это свидетельствует, что большинство детей положительно относятся к воспроизведению музыки на занятиях современными танцами.

На третьем этапе исследования мы выясняли отношение родителей детей 7-9 лет к занятиям современными танцами. На вопрос: «Хотели бы вы, чтобы ваши дети занимались танцами в течении всей жизни?» 72% опрошенных родителей однозначно ответили положительно.

В заключении хочется отметить, что для детей 7-9 лет педагог современных танцев для занимающихся является кумиром. Высокие требования предъявляются не только к уровню его профессиональной компетентности, но и к самой его личности, которая имеет немаловажное

значение в мотивации учащихся к занятиям современными танцами [3]. Так, 78% исследуемых детей ответили, что занимаются современными танцами ориентируясь на своего педагога.

Поведение тренера и его профессиональная деятельность выступает важнейшим фактором формирования устойчивой мотивации к обучению детей. Когда тренер пользуется глубоким уважением, слушает и прислушивается к воспитанникам, то они выполняют его указания, подражая ему. Тренер несет ответственность не только за физическую подготовленность своих учеников, но и за их нравственное поведение, отношение к миру и к людям. В связи с этим сам тренер должен быть носителем культуры здоровья и потому вести здоровый образ жизни, заниматься спортом, быть энергичным, подтянутым, позитивным, само дисциплинированным. Чтобы быть примером для своих учеников он должен постоянно повышать свое мастерство.

Таким образом, развитие мотивации детей 7-9 лет к занятиям современными танцами зависит от таких факторов, как положительное отношение к физической культуре, принятие и соблюдение здорового образа жизни, стремление к достижению высоких результатов. Только хороший наставник способствует выполнению всех этих факторов. Он не только будет формировать у занимающихся сознательное отношение к занятиям, но и вовремя разглядит их талант, направит, даст установки на совершенствование, самовоспитание и саморазвитие, поддержит уверенность детей в своих силах.

Современный танец – это способ эстетического воспитания с широкими возможностями. Танцы решают задачи разностороннего обучения детей и позволяют осуществлять физическое развитие, что актуально для современного подрастающего поколения. Работа с моторикой в процессе обучения связана с активным развитием многих физиологических функций человеческого организма. Понимание физических возможностей своего тела является основным правилом на пути к повышению уровня уверенности в себе.

Мотивация к занятиям современным танцем – важный аспект, который во многом не уступает по значимости самому процессу танца. Она отражает интерес к обучению, осознанное и активное отношение к нему и выступает важным фактором успешного освоения программы учебно-тренировочных занятий. Мотивация необходима для регулярных и длительных занятий [6], что позволяет маленьким танцорам поддерживать желание заниматься, формируя потребность в двигательной активности.

Основные мотивы занятия танцами юных танцоров, которые обращают на себя внимание при повышении мотивирования – это радость от процесса обучения, прирост мастерства и стремление к освоению новыми навыками и умениями, приятное чувство азарта, вызванное соревновательной деятельностью, а также обретение новых друзей.

Проведенный анализ и выводы статьи могут быть использованы в научной и педагогической деятельности при рассмотрении вопросов регулирования учебно-тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования.

Список литературы

1. Арановский М.Г. Концепция Б.В. Асафьева // Искусство музыки: теория и история. 2012. № 6. С. 61-85.
2. Варга Т.Л. Саввиди И.Я. Образовательная программа школы студии «Фуате» [Электронный ресурс] / Томск, ДТДиМ, 2009. URL : <https://prodod.moscow/archives/13022>. (дата обращения: 27.09.2022).
3. Матушкина М.В. Особенности современного танца // Современные научные исследования и инновации. 2011. № 2(2). С. 18.
4. Перелыгина М.В., Коваленко В.И. Развитие мотивационных качеств детей младшего школьного возраста с помощью современного танца // Культурно-образовательная среда: современные тенденции и перспективы исследований : сборник материалов Международной II научно-практической конференции, Белгород, 22 мая 2020 года. Белгород: Белгородский государственный институт искусств и культуры, 2020. С. 159-163.
5. Чернова О.А., Чуракова А.В., Сунагатова Л.В. Повышение интереса у обучающихся 3-х классов к физкультурно-оздоровительной деятельности // Международный научно-исследовательский журнал. 2019. № 11-2(89). С. 85-90.
6. Чуракова А.В., Киевская О.Г. Изучение мотивации к занятиям физической культурой у студентов с ограниченными возможностями здоровья // Актуальные проблемы естествознания, физической культуры и безопасности жизнедеятельности : материалы научно-практических конференций студентов факультета естествознания, физической культуры и безопасности жизнедеятельности МАГУ, 2018-2019 гг., Мурманск, 01 января 2018 года – 31 2019 года. Мурманск: Мурманский арктический государственный университет, 2020. С. 111-115.
7. Modern technologies in system of additional and professional education: Materials of the II International scientific conference, Prague, 02-03 мая 2014 года. Prague: Vědecko vydavatelské centrum«Sociosféra-CZ», 2014. 194 p.

MOTIVATION OF CHILDREN 7-9 YEARS OLD TO MODERN DANCE CLASSES

K. Malina

Murmansk Arctic State University

Abstract. The presented research reveals the possibility of increasing the motivation of children 7-9 years old to physical culture and recreational activities through modern dance classes. When studying this issue, such methods as theoretical analysis and synthesis of scientific and methodological literature were used, revealing the essence of the educational process of institutions of additional education in the field of modern dance. Based on the analysis and questionnaire of 7-9-year-old children engaged in modern dance, it is concluded that it is possible to increase motivation for physical culture and recreational activities through modern dance classes.

Keywords: motivation, children, modern dance, music, teacher.

РОЛЬ РАЗВИТИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Т.В. Малова

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В данной статье наглядно показано, как за 7,5 лет развивался детский нижегородский баскетбол, на что и на кого это повлияло, и каким образом. Приведена и разобрана статистика за этот период, на основе которой и сделаны выводы о том, что Нижегородская область – перспективный регион, чтобы начать строить спортивную карьеру.

Ключевые слова: спортивная подготовка, баскетбол, карьера, статистика.

Спортивная подготовка – многогранный и длительный процесс, предполагающий использование средств, знаний и способов направленного воздействия на спортсмена для повышения его готовности к достижениям в определенном виде спорта. Важные составляющие спортивной подготовки любого спортсмена – это система соревнований, система тренировок и система факторов, повышающих эффективность их функционирования. Каждый из этапов этого педагогического процесса необходимо тщательно продумать и проработать тренерскому составу перед его реализацией. Все потому, что все составляющие спортивной подготовленности взаимосвязаны. И без хорошей физической формы на одних только тактических навыках не добиться успеха

Насколько же важна именно соревновательная составляющая подготовки?

Содействуя развитию физической подготовленности, совершенствованию психических и двигательных функций, росту спортивного мастерства, нравственному воспитанию спортсмена, соревнования содействуют всестороннему и гармоничному воспитанию личности спортсмена. Стимулируя активность занятий спортом, направленность к высшим достижениям, соревнования являются способом воздействия общества на формирование человека. Они дают спортсмену стимул становиться лучше, как морально, так и физически.

На конкретном примере покажу, как один турнир на 6 команд определил судьбу многих детей в Нижегородской области.

В 2015 году в Нижний Новгород был приглашён тренер из Сербии – Марко Нестерович, который, оценив работу детских тренеров, разработал для них программы подготовки по каждому возрасту. Тогда же он сказал: «Невозможно только тренировать детей, нужно давать им возможность играть друг с другом, чувствовать атмосферу соревнований. Именно поэтому мы решили собрать команды 2005-2006 годов рождения и создать «Поколение НН»»[1].

И так весной 2015 состоялся первый турнир, где между собой играли 6 команд из 3 городов Нижегородской области. В сентябре того же года начался первый сезон этого большого турнира, где играли уже 8 команд из 4 городов. В

сезоне 21-22 уже приняли участие 140 команд по 9 возрастным дивизионам из 19 городов региона (рисунок 1 и 2)[2].

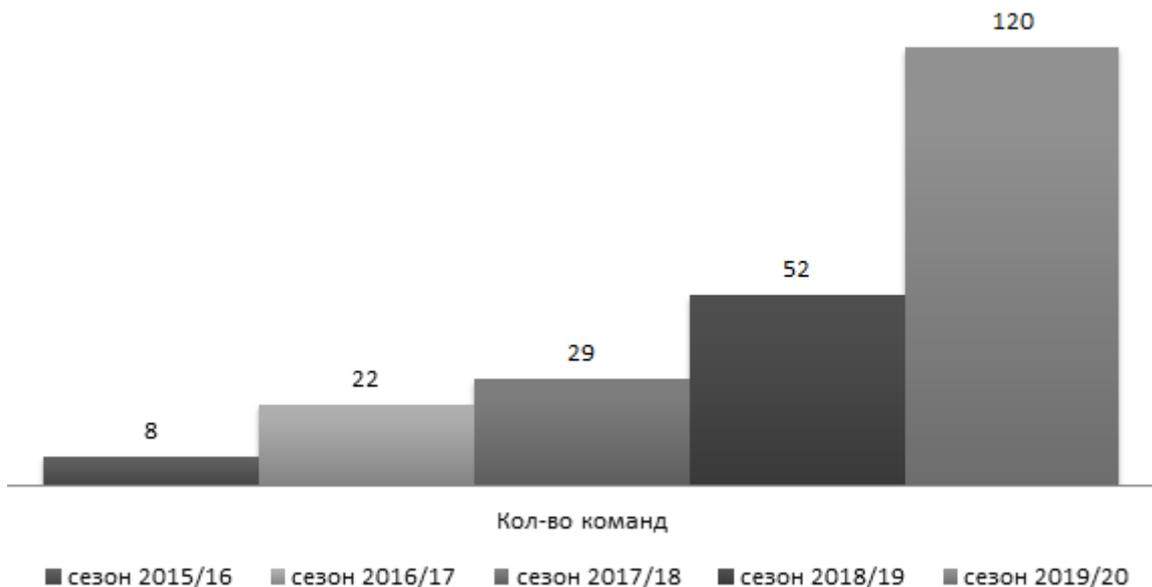


Рис 1. Количество команд

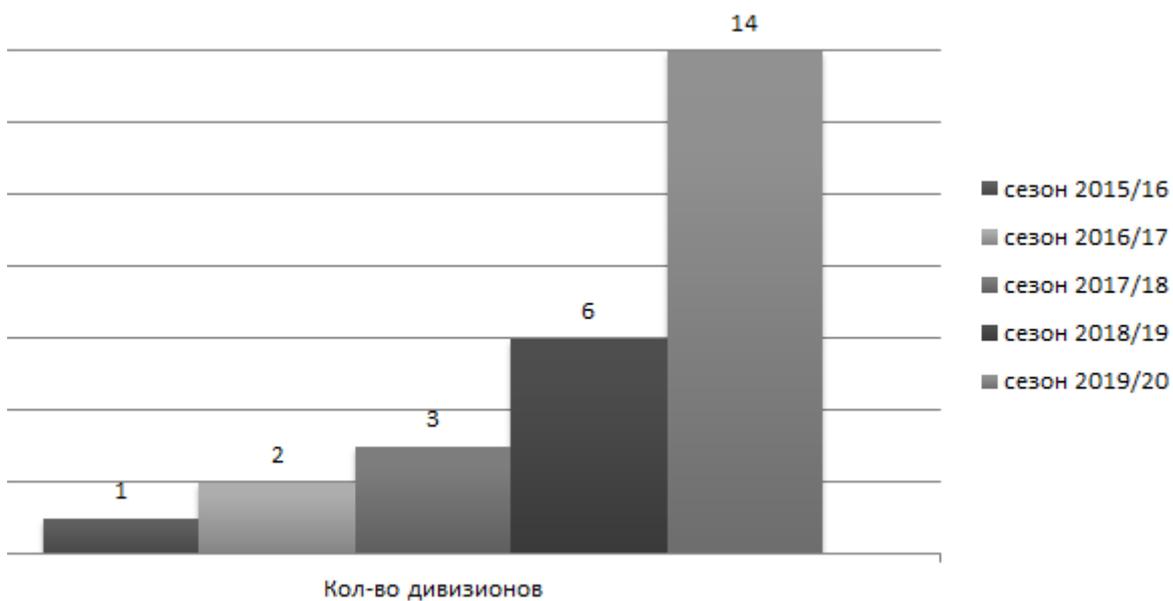


Рис. 2. Количество дивизионов

Стоит отметить, что количество сборных команд, выступающих на Первенстве России, также увеличилось за 7 лет с 7 до 12 (Рисунок 3)[2].

Кол-во команд-участниц от НО на ПР

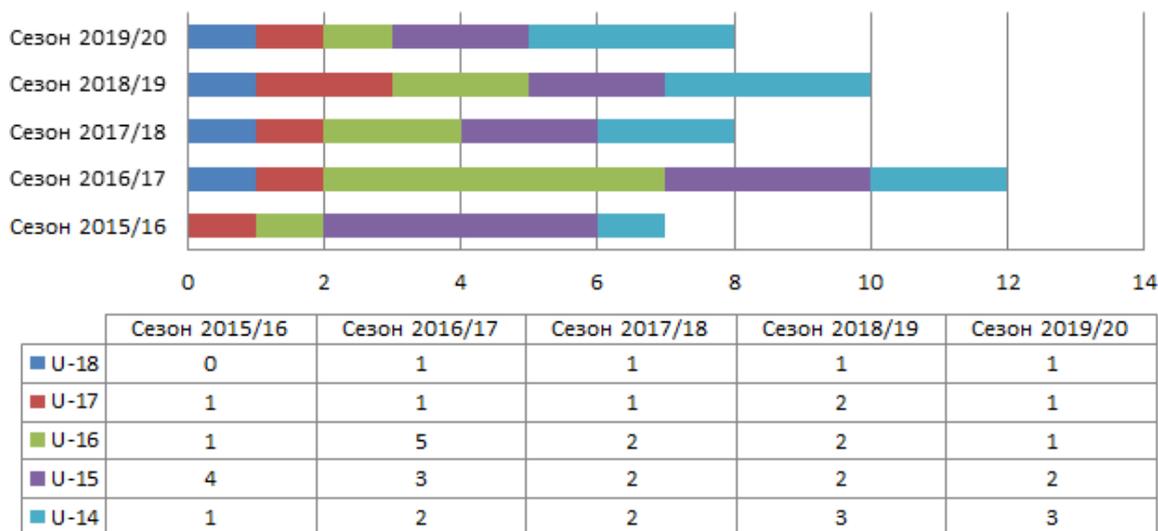


Рис. 3. Количество команд Нижегородской области на Первенстве России

Но на этом возможности не заканчиваются. Перспективные игроки, которые из года в год участвуют в «Поколении НН», могут попасть в систему БК «Пари Нижний Новгород» и выступать в ДЮБЛ. Далее могут и подписать контракт с основной командой, как это, например, сделали Александр Чадов и Георгий Жбанов.

Те же возможности есть и у наставников команд. Тренеры, показывающие хорошие результаты и постоянно обучающиеся, могут пройти путь от занятий в обычном ФОКе до тренировок игроков БК «Пари Нижний Новгород». Живой пример – Сергей Сиднев, который начинал свой тренерский путь в ФОКе «Мещерский», а в прошлом сезоне был ассистентом тренера мужской сборной России по баскетболу Зорана Лукича.

То есть получается, что у детей с 9-10 лет уже готова структура для их карьеры, которую они могут построить, отыграв во всех возрастных дивизионах, Первенстве России, ДЮБЛ и основе. Естественно, до подписания контракта с клубом доходят лишь единицы, но поучаствовать в соревнованиях чуть ниже уровнем удаётся достаточно многим. Но, чтобы принять участие, необходимо иметь спортивную подготовку достаточного уровня. Считаю, что такие перспективы в игре как раз и мотивируют детей тренироваться, иметь хорошую физическую форму и мастерство. Таким образом, в Нижегородской области созданы прекрасные условия для формирования сильной спортивной подготовки баскетболистов и развития их карьеры.

Список литературы

1. Мазина А. В. Марко Нестерович: глобальная цель проекта – заразить детей баскетболом!: [Электронный ресурс] Нижний Новгород. 2015. URL: <http://www.old.nn-basket.ru/news/2564/>
2. Сайт проекта «Поколение НН». [Электронный ресурс]. URL: <https://www.nngeneration.ru>

THE ROLE OF THE DEVELOPMENT OF COMPETITIONS IN THE SPORTS TRAINING OF BASKETBALL PLAYERS IN THE NIZHNY NOVGOROD REGION

T. Malova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. This article clearly shows how Nizhny Novgorod children's basketball has developed over 7.5 years, what and who it has affected, and how. The statistics for this period are given and analyzed, on the basis of which it was concluded that the Nizhny Novgorod region is a promising region to start building a sports career.

Key words: sports training, basketball, career, statistics.

СТЕПЕНЬ МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

А.А. Малуева, И.П. Шлее

Кемеровский государственный университет

Аннотация. В этой статье проанализированы основные степени и главные компоненты мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре; вопросы, которые связаны с уровнем занятий физкультурной деятельностью, стремлением заниматься спортом, а также варианты разрешения этих вопросов в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, студент, мотивация, мотивационно-ценностное отношение, физическая активность.

Качественное образование в области физической культуры на сегодняшний день во многом зависит от степени активной деятельности студентов. Из-за того, что у студентов снизилась инициатива заниматься физической культурой и вести здоровый образ жизни, появилась потребность выделить и классифицировать степени мотивационно-ценностного отношения, с помощью которых в дальнейшем будут определены нужные способы, средства, методы педагогического влияния.

Многогранное интеллектуальное совершенствование не имеет место быть без активной физической деятельности и спортивной культуры.

Конечно, физическая культура играет очень важную в текущее время во всех учебных заведениях. Физическая культура представляет собой значимый элемент в формировании настоящего компетентного профессионала, специалиста в своем деле. К сожалению, степень тяги к занятию физической культурой у обучающихся уменьшается с каждым годом, что негативно отражается на здоровье, физическом и эмоциональном состоянии молодежи [1].

Подход обучающихся к физкультуре, равно как принцип, создается мотивацией, а также сферой заинтересованности, то что обуславливается под воздействием социума, а также семьи [2]. Малая физкультурная динамичность

учащихся – итог неверной выработанной системы привычек, чему виной служит атмосфера в университете, семье, а также в мире.

Сформировать у студентов положительное мнение в отношении физической культуры – это непросто, так как это довольно длительный, тяжелый, а также крайне спорный процесс [3]. Одно условие из нескольких эффективных, что занимает значимое место в формировании мотивационно-ценностного взаимоотношения к физической культуре, считается, безусловно, физиологическое воспитание – основной компонент обучения гармоничной и целостной личности.

Занятие физической культурой или спортом отлично помогает справиться с плохим настроением, улучшить здоровье, так как именно эта деятельность является одной из главных форм осознанной деятельности, при которой улучшаются различные качества индивида: психические, физические, нравственные и социальные.

Что же значит понятие «мотивационно-ценностные степени»? Для того чтобы детальнее проанализировать данный вопрос, необходимо определиться методами анализа информации, а также отметить основные мысли.

Мотивационно-ценностный уровень – проекция экспансивного отношения студентов к физической культуре и спорту, сформированная потребность в них, система умений, интересов, доводов и взглядов, познавательная и практическая деятельность заинтересованной в здоровом образе жизни и физическом совершенствовании личности по освоению ценностей физической культуры и спорта.

Структурными элементами мотивационно-ценностного отношения считают:

- познавательный, определяющий наличие багажа знаний, умений в сфере физической культуры, желание к их получению, расширению, а также углублению;

- эмоциональный, устанавливающий присутствие, а также уровень проявления позитивных эмоций (чувств) по отношению к физической работе присутствие упражнениях физической культурой, а также спортом;

- поведенческий, регулирующий мотивацию персоны обучаемого в осмысленное преодоление проблем; уровень роли учащихся в спортивных событиях; характер, а также размер применяемых средств, форм и методов, а кроме того размер произведенных навыков в физкультурной деятельности.

Исследование, а также обобщение научной литературы дали возможность отметить 4 категории учащихся вместе с разной степенью ценностных ориентаций.

1 категория: значительное стремление к непостоянству, гибкость правил по отношению к общественным общепризнанным меркам, а также условиям, халатность; самонадеянность, высокомерие; активность.

2 категория: невысокая восприимчивость к неудачам; уступчивы,

корректны, а также покорны; практичны, а еще добросовестны, осмотрительны к деталям; подвластны, нацелены на общественное одобрение, безынициативны.

3 категория: наиболее восприимчивые; очень мотивированы к тренировочной работе; некоммуникабельны, враждебны; решительны к предложениям, а также в действии; понимают общепризнанные мерки, а также законы, действия; аккуратны в собственных действиях; обладают большой креативной возможностью, различаются значительной напряженностью, возбудимостью, беспокойством.

4 категория: активные, а также трудоспособные, восприимчивые к неудачам; коммуникабельные, доброжелательные, открытые, дружелюбные; наивные, могут соглашаться с обществом; практичны, а также добросовестны; размеренны, рассудительны.

Описанные выше степени мотивационно-ценностного отношения к физической культуре устанавливают формы, методы, а также средства преподавательского воздействия с целью увеличения спортивной активности учащихся высших учебных учреждений.

Список литературы

1. Афанасенко, Е. С. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре у студентов специальной медицинской группы: канд. пед. наук / Е. С. Афанасенко. М., 2006. 142 с.

2. Попов, В. С. Физическая культура и спорт как факторы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи: дис. ... канд. социол. наук / В.С.Попов. Новочеркасск, 2004. 145 с.

3. Хусаинов, Б. А. Прогностические аспекты повышения у студентов мотивационно-ценностного отношения к физической культуре / Б. А. Хусаинов // Молодой ученый. 2013. № 1. С. 378–381.

DEGREE OF MOTIVATIONAL-VALUE ATTITUDE OF STUDENTS TO PHYSICAL CULTURE IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

A. Malueva, I. Schlee
Kemerovo State University

Abstract. This article analyzes the main degrees and main components of students' motivational-value attitude to physical culture; issues that are related to the level of physical education, the desire to play sports, as well as options for resolving these issues in higher education institutions.

Keywords: physical culture, sport, student, motivation, motivational-value attitude, physical activity.

ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ БЫСТРОТЫ НА СИЛУ УДАРА В ТХЭКВОНДО НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ

Д.В. Малышкин, В.В. Зибзеев

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Чайковская государственная академия физической культуры и спорта

Аннотация. В статье представлены результаты анализа влияния уровня развития быстроты на силу удара тхэквондистов начального этапа подготовки, анализ проводился вследствие полученных результатов в ходе педагогического эксперимента среди спортсменов начального этапа подготовки. Педагогический эксперимент включал в себя анализ литературы, педагогическое тестирование и анализ результатов. Анализ результатов показал достоверное превосходство экспериментальной группы над контрольной в силе прямого удара рукой, кругового удара ногой и кругового удара ногой с разворота. Статья может быть полезна в качестве методического материала в разработке спортивных программ начального этапа подготовки разных ударных видах единоборств.

Ключевые слова: тхэквондо, быстрота, сила удара, начальный этап, спортивная подготовка.

Введение. На начальном этапе подготовки в тхэквондо в первую очередь отводится внимание обучению и освоению базовой техники. Физическая подготовленность на данном этапе в основном направлена на развитие координации и гибкости, в соответствии с возрастным сенситивным периодом развития. Но при освоении техники и развитии точности ударов предусмотренными программами спортивной подготовки на начальном этапе подготовки в тхэквондо, спортсмены начального этапа подготовки, в условиях не совершенной мышечной системы и малой массы тела не могут наносить достаточно сильные удары, но исходя из 2 закона силы, что гласит – ускорение умноженное на массу равняется (приложенная) сила [2].

Следовательно, существенную мышечную массу юные спортсмены не могут набрать в связи с физиологией юного организма, но возможность максимально развить быстроту ударов для увеличения наносимой силы ударов руками или ногами в тхэквондо спортсменами начального этапа подготовки остаётся возможным [3].

В связи с этим, появляется проблема развития силы ударов на начальном этапе подготовки в тхэквондо по имеющимся программам спортивной подготовки. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта тхэквондо рекомендует производить гармоничное развитие физических качеств, но касаясь силы, при усреднённом развитии всех физических качеств юного спортсмена средней массы, к примеру 30-35 килограмм, достоверно не увеличит показатели силы наносимых ударов руками или ногами, естественно без достоверных изменений в увеличении массы тела тхэквондистов.

Данная проблема определяет актуальность исследования в определении существенного или несущественного влияния развития уровня быстроты

ударов на силу ударов руками и ногами в тхэквондо у спортсменов на начальном этапе спортивной подготовки.

Цель исследования: внедрить в программу спортивной подготовки тхэквондо на начальном этапе средства тренировки, направленные на развитие быстроты с изменением средств тренировки специальной физической подготовки и доказать влияние уровня развития быстроты на силу удара у тхэквондистов начального этапа подготовки.

Гипотеза: мы предполагаем, что применение спринтерских упражнений из лёгкой атлетики и увеличение средств тренировки тхэквондо, направленные на развитие быстроты одиночных технических действий и частоты выполнения специальных двигательных действий, увеличит силу удара юных спортсменов без учёта увеличения массы тела спортсменов.

Методы и организация исследования.

По результатам литературного анализа, нами была разработана программа тренировки с внедрением в тренировочный процесс тхэквондистов начального этапа подготовки спринтерских упражнений из лёгкой атлетики и специальных упражнений на развитие быстроты ударов руками и ногами из ударных видов единоборств.

Составленная нами программа состояла из 2-х этапов:

- 1) развитие скорости одиночных движений и частоты движений;
- 2) развитие частоты движений с сохранением техники выполняемого действия.

На первом этапе в процессе специальной физической подготовки применялись спринтерские беговые упражнения на коротких дистанциях и специальные ударные упражнения из тхэквондо, которые применяли по ударным целям лапам или боксёрским мешкам, перечисленные упражнения использовались по методу повтора, с интервалом отдыха до полного восстановления, чтобы кондиции детского организма были готовы для развития скорости и частоты движений во время упражнений, также в качестве стимула к максимальному развитию быстроты 1 раз в неделю применяли соревновательный метод, устраивая состязания по скоростным упражнениям как по специальным ударным, так и беговым[4].

Второй этап программы был направлен на сохранении техники выполнения двигательного действия в условиях максимальной частоты и скорости движений. В тренировочном процессе применялись ударные упражнения не только по целям, но и по воздуху стоя на опоре. С целью развития частоты движений выполнялись ударные действия с установкой на максимально быстрое выполнение за указанный промежуток времени, от 5 до 15 сек. Также одной из главных задач было развитие техники выполнения ударов с разворотом для увеличения скорости, вращения и нанесения ударов с разворотом. На данном этапе программы применялись метод повтора при выполнении специальных ударных упражнений на частоту и соревновательный метод при работе в парах на скорость выполнения одиночных ударов ногами с разворотом и без разворота [1]. Для развития техники при быстром выполнении

действий изначально инструктор совершал показ в медленном и быстром исполнении, затем тхэквондистам давались упражнения на выполнение атакующих действий в замедленном варианте выполнения с установкой на внимание к технике выполнения, после 10 повторений атакующего действия, давалась команда на максимально быстрое выполнение тренируемого технического действия.

Педагогический эксперимент, длительностью 7 месяцев, с апреля 2022 г. по октябрь 2022 г. проводился на базе федерации тхэквондо ИТФ Нижегородской области, г. Выкса. Для эксперимента были отобраны 20 спортсменов второго года обучения начального этапа спортивной подготовки, мальчики 8-9 лет с весовой категорией 30-35 кг, вес спортсменов контролировался в данном диапазоне в течение всего эксперимента с весовыми пробами 1 раз в месяц. Спортсмены были разделены на контрольную и экспериментальную группы по 10 человек и уравновешены по уровню физического развития. Контрольная группа занималась по стандартной программе спортивной подготовки тхэквондо, для спортсменов экспериментальной группы в программу спортивной подготовки были внедрены спринтерские упражнения из лёгкой атлетики, специальная физическая подготовка была ориентировочно направлена на развитие скорости одиночного движения и частоты движений, техническая подготовка была направлена на сохранение технического выполнения при максимальной скорости частоты движений.

Педагогическое тестирование проводилось в начале и в конце эксперимента.

Тестирование быстроты в тхэквондо включало в себя:

- 1) частота прямого удара задней руки за 10 сек времени (кол-во ударов);
- 2) частота кругового удара ногой за 10 сек времени (кол-во ударов);
- 3) скорость кругового удара ногой с разворотом на 180° (сек).

Удары наносились по целям. Для более точного измерения попаданий ударов использовалась замедленная видео съёмка.

В тестирование силы удара входили следующие испытания:

- 1) сила прямого удара задней руки (кг);
- 2) сила кругового удара задней ноги (кг);
- 3) сила кругового удара ногой с разворотом на 180° (кг).

Тестирование на развитие силы проходило с использованием силомера, сила ударов фиксировалась в килограммах.

Анализ результатов осуществлялся по t-критерию Стьюдента в программе Excel.

Результаты исследования и их обсуждение.

Вступительные испытания, которые проходили в начале эксперимента показали, что результаты тестов на быстроту в тхэквондо и силу удара не имеют достоверных различий между показателями обеих групп, при $p > 0,05$. Полученные результаты свидетельствуют о том, что среднегрупповые

показатели в обеих группах имеют примерно равные значения в тесте на быстроту в тхэквондо и силу удара.

Результаты тестирования в конце эксперимента, показали значительный прирост показателей у экспериментальной группы в тестах на быстроту в тхэквондо и силу удара. Показатели контрольной группы достоверно увеличились в двух показателях из шести в тесте на быстроту в тхэквондо в скорости кругового удара ногой с разворотом на 180° и в тесте на силу кругового удара ногой с разворотом на 180°, что указывает на увеличение силы удара, при приросте скорости вращения и выноса ноги в ударе с разворотом.

Таблица 1. Изменение показателей тестирования быстроты в тхэквондо в контрольной и экспериментальной группах в ходе исследования

№	Тесты	Гр.	Результаты эксперимента		
			В начале	В конце	Результативность
1.	<i>Частота прямого удара задней руки за 10 сек времени (кол-во ударов)</i>	КГ	20,8±0,1	21,25±0,05	≈ + 2,2%
		ЭГ	20,9±0,1	26,98±0,02	≈ + 29,1%
2.	<i>Частота кругового удара ногой за 10 сек времени (кол-во ударов)</i>	КГ	14,5±0,5	14,9±0,1	≈ + 2,6%
		ЭГ	14,2±0,3	18,35±0,15	≈ + 29,2%
3.	<i>Скорость кругового удара ногой с разворотом на 180° (сек)</i>	КГ	1,28±0,02	1,25±0,5	≈ + 2,4%
		ЭГ	1,3±0,05	0,9±0,1	≈ + 31%

Полученные результаты быстроты в тхэквондо в конце исследования доказывают, что экспериментальная группа достоверно превзошла контрольную, при $p < 0,05$:

1) в тестировании частоты прямого удара задней руки за 10 сек времени результативность увеличилась на 29,1%;

2) в тестировании частоты кругового удара ногой за 10 сек времени результаты повысились на 29,2%;

3) в тестировании скорости кругового удара ногой с разворотом на 180° возросла на 31%.

Таблица 2. Изменение показателей тестирования силы удара в контрольной и экспериментальной группах в ходе исследования

№	Тесты	Группы	Результаты эксперимента		
			В начале	В конце	Результативность
1.	<i>Сила прямого удара задней руки (кг)</i>	КГ	101±1	105±2	≈ + 4%
		ЭГ	98±2	127±3	≈ + 29,6%
2.	<i>Сила кругового удара задней ноги (кг)</i>	КГ	134,5±3	140±2	≈ + 3,7%
		ЭГ	132±2	166±4	≈ + 25%
3.	<i>Сила кругового удара ногой с разворотом на 180° (кг)</i>	КГ	155±5	160±3	≈ + 3,2
		ЭГ	150±2	185±5	≈ + 23%

По полученным результатам тестирования силы удара в конце исследования экспериментальная группа достоверно превзошла контрольную по всем показателям, при $p < 0,05$.

1) в тестировании частоты прямого удара задней руки за 10 сек времени результативность увеличилась на 29,6%;

2) в тестировании частоты кругового удара ногой за 10 сек времени результаты повысились на 25%;

3) в тестировании скорости кругового удара ногой с разворотом на 180° возросла на 23%.

По проведённому анализу результатов показатели в силе ударов экспериментальной группы возросли по всем трём показателям, следовательно, считаем, что выдвинутая нами гипотеза была доказана в ходе эксперимента.

Заключение.

Нами была составлена программа тренировки, направленная на развитие быстроты с целью развития силы удара у спортсменов начального этапа подготовки, которая была апробирована на практике. Эффективность разработанной программы подтверждается достоверным превосходством экспериментальной группы над контрольной в тестировании быстроты в тхэквондо по всем трём показателям. Итоговые результаты прироста силы удара экспериментальной группы значительно превзошли результаты контрольной группы по всем тестам, различия достоверны по всем показателям, при $p < 0,05$.

Следовательно, поставленная цель эксперимента доказана, т.к. по результатам итогового тестирования при сравнительном анализе показателей быстроты в тхэквондо и силе удара, при увеличении показателей быстроты в тхэквондо как в экспериментальной, так и в контрольной группах наблюдается положительное увеличение показатели силы удара, это доказывают полученные результаты в конце эксперимента в тестировании силы прямого удара задней руки, кругового удара ноги и кругового удара ногой с разворотом на 180°.

Список литературы

1. Бахарев, Ю.А. Развитие быстроты двигательных реакций у спортсменов учебно-тренировочного этапа подготовки в тхэквондо / Ю.А. Бахарев, и др. // Ученые записки университета Лесгафта. 2019. №8 (174).

2. Симаков, А.М. Актуальные вопросы подготовки в тхэквондо на начальном этапе учебно-тренировочного процесса / А.М. Симаков, и др. // Ученые записки университета Лесгафта. 2014. №1 (107).

3. Филатова, В.Ю. Анализ силы удара руками в кикбоксинге / В.Ю. Филатова, Н.А. Самоловов // Вестник НВГУ. 2016. №1.

4. Щапов, В.М. Методика развития скорости удара руками в кикбоксинге // Вестник спортивной науки. 2021. №1.

"THE INFLUENCE OF THE LEVEL OF SPEED DEVELOPMENT ON THE IMPACT FORCE IN TAEKWONDO AT THE INITIAL STAGE OF PREPARATION"

D. Malyshkin, V. Zebzeev

Tchaikovsky State Academy of Physical Culture and Sports

Abstract. The article presents the results of the analysis of the influence of the level of speed development on the impact force of taekwondo athletes of the initial stage of training, the analysis was carried out as a result of the results obtained during a pedagogical experiment among athletes of the initial stage of training. The pedagogical experiment included literature analysis, pedagogical testing and analysis of the results. The analysis of the results showed a significant superiority of the experimental group over the control group in the strength of a direct hand strike, a circular kick and a circular kick from a U-turn. The article can be useful as a methodological material in the development of sports programs of the initial stage of preparation of various shock types of martial arts.

Keywords: taekwondo, speed, impact force, initial stage, sports training.

ДИСТАНЦИОННЫЕ ИНТЕНСИВЫ КАК НОВЫЙ ФОРМАТ ОБУЧЕНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ РЕАЛИЯХ

Е.А. Мамаева

Вятский государственный университет

Аннотация. В статье рассматривается проблема совершенствования преподавания сквозных технологий. Обновленный Федеральный государственный стандарт среднего общего образования предусматривает изменения в подготовке обучающихся и оснащении образовательных учреждений высокотехнологичным оборудованием. Но в большинстве случаев возникает проблема цифрового неравенства, так как не в каждой школе есть кадры, готовые к работе с новым содержанием образования и оборудованием. Автором анализируется вариант решения данной проблемы с помощью дистанционного обучения школьников в каникулярное время. Автором дается описание формата пятидневных онлайн интенсивов по сквозным промышленным технологиям. На примере образовательных интенсивов, проводимых АНО "Корпоративная Академия Росатома", показаны цифровые инструменты и их применение для решения разнообразных задач образовательного процесса дистанционного обучения. Опыт проведенных интенсивов показал эффективность данного формата.

Ключевые слова: онлайн интенсивы; ФГОС; цифровое неравенство; цифровые технологии; промышленный дизайн

Обновление требований Федерального государственного стандарта среднего общего образования предусматривает модернизацию и оснащение школ современным технологическим оборудованием (3D-принтерами, робототехническими наборами, оборудованием для работы в виртуальной реальности). Изменения затронули и предмет «Технология», в рамках которого будет происходить обучение школьников работе с новыми технологиями. Новая концепция данного предмета предусматривает формирование технологических компетенций в различных направлениях. Освоение современных технологий позволит продвинуться в развитии сквозных технологий в Российской Федерации.

Но не каждое образовательное учреждение может обеспечить качественное преподавание сквозных технологий. И если обучающиеся городских образовательных организаций могут изучать заинтересовавшие их технологии в учреждениях дополнительного образования или Кванториумах, то в сельских школах такая возможность отсутствует.

Данное обстоятельство является основным препятствием для внедрения современных технологий в образовательный процесс и дальнейшее развитие обучающихся. Преодолеть сложившуюся ситуацию «цифрового неравенства», которое определяется как различия в доступе к цифровым устройствам и Интернету или в грамотности и навыках их использования и является главным препятствием для внедрения учебных инноваций в образовательных организациях, возможно с использованием дистанционных интенсивов [1].

Дистанционные образовательные интенсивы позволяют обучать всех желающих: как из городских, так и сельских школ различным цифровым компетенциям. Тем самым возможно решение целого спектра проблем, начиная от нехватки квалифицированных педагогических кадров до недостаточного уровня развития материально-технической оснащённости.

Использование дистанционных образовательных технологий ставит перед инженерным образованием два вопроса. Жизненно важный для инженера (и для любой практико-ориентированной профессии) вопрос: «Можно ли получить практический лабораторный опыт в онлайн-режиме или вообще необходим практический опыт?» Второй вопрос: «Как аккредитующие организации оценивают онлайн-программу, чтобы определить, приобрел ли выпускник знания и навыки, достаточные для начала профессиональной практики на начальном уровне?» [2]

Рассмотрим опыт обучения школьников на интенсивах от корпорации Росатом. АНО "Корпоративная Академия Росатома" в каникулярное время организует проведение онлайн-интенсивов для школьников от 11 до 17 лет. В течение 5 дней обучающиеся знакомятся с основными понятиями изучаемой компетенции, решают практические задания от наставников и выполняют итоговые задания. На данный момент в списке 16 компетенций, среди которых промышленный дизайн, инженерный дизайн CAD, 3D-моделирование, Web-разработка, мобильная робототехника и беспилотные летательные аппараты. В условиях онлайн-интенсива любой школьник может попробовать освоить ту профессию, которая вызывает у него интерес. Обучающиеся не ограничены в своем выборе: они могут выбирать разные компетенции, а могут совершенствоваться в одной, продвигаясь от начального до продвинутого уровня.

Сами занятия проходят по утрам с 10 до 12 часов, где в режиме видеоконференцсвязи наставник рассказывает новую тему и происходит совместное обсуждение и решение разнообразных задач. На данном этапе используется комбинация цифровых сервисов. Наставники используют Telegram для ответов на вопросы слушателей после занятия, рассылки ссылок с необходимыми материалами для обучающихся, напоминании сроков сдачи

домашних и итоговой работ. Для проведения вебинаров использовался сервис Pruffme, но ввиду трудоемкого создания ссылок и настройки параметров перешли на более простой Yandex.Телемост. Система позволяет организовывать онлайн-встречи любой продолжительности и записывать их не только организаторам, но и каждому участнику отдельно. Для Доступа к чату потребуется ввести номер телефона или войти с аккаунтом Яндекс. В данном сервисе есть возможность прикреплять файлы в чат и демонстрировать свой экран по очереди, не нарушая работу других посетителей вебинара. Для сохранения всех материалов по проведенным занятиям использовались облачные технологии. Обучающимся давалась ссылка на материалы занятия и заготовки для практических работ. Тем самым даже при пропуске занятия, обучающийся мог просмотреть весь пропущенный материал или повторно посмотреть непонятый с первого раза. К сожалению, в данной системе для проведения вебинаров отсутствует возможность проведения опросов и работы на онлайн-доске, но это можно решить в отдельных сервисах.

Перейдем к рассмотрению компетенции по промышленному дизайну. Как и для любой компетенции, для обучающихся был создан бриф (Рис.1).

Краткое описание компетенции включает в себя определение основных понятий, продолжительность и карту обучения по дням. Каждый день представлен как совокупность практических и самостоятельных заданий по различным тематикам курса. В конце можно ознакомиться со знаниями и умениями, полученными в результате освоения курса.

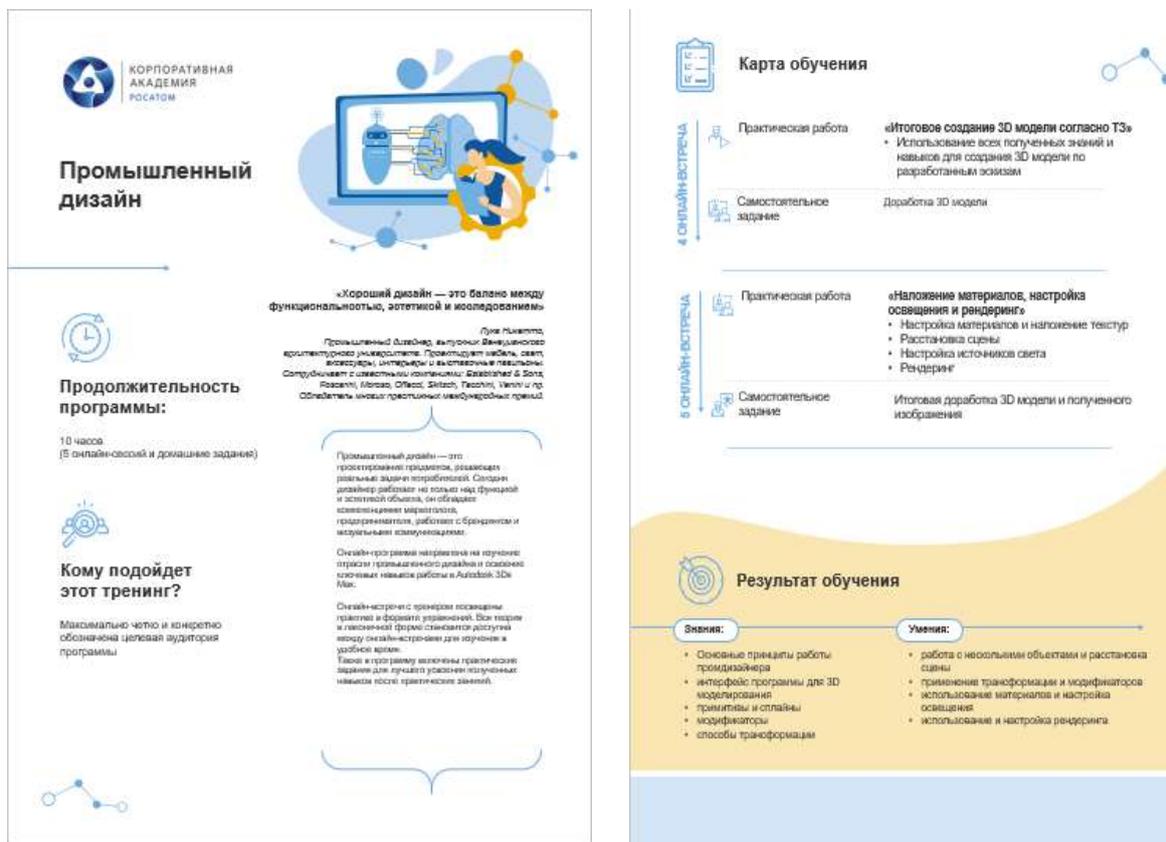


Рис. 1. Часть брифа компетенции “Промышленный дизайн”

Перед началом обучения каждый школьник получил рекомендации по установке программного обеспечения и заранее подготовил свой компьютер к освоению программного продукта. В процессе занятий обучающиеся повторяют основные приемы работы за наставником и выполняют творческие задания. В качестве итогового задания обучающиеся создают 3D-модель объекта будущего.

По итогам выполнения работы при успешном выполнении заданий школьники получают Паспорт компетенций Росатома, где подробно расписаны группы навыков и баллы за них. Для компетенции промышленный дизайн оцениваются умения использования примитивов, модификаторов, сплайнов, правильные настройки материалов и освещения.

Опыт проведения нескольких онлайн интенсивов показывает, что школьники успешно усваивают новые знания и умения в таком формате. Как правило более 75% обучающихся выполняют итоговое задание и получают за него более 60 баллов из 100. В каждом потоке есть отдельные обучающиеся, которые набирают максимальные баллы в паспорте компетенции, что свидетельствует об эффективности выбранных методик обучения и позволяет решить вопрос «цифрового равенства».

Список литературы

1. Peterson George D., Feisel Lyle D. e-Learning: The Challenge for Engineering Education. – 2004. URL: https://www.researchgate.net/publication/254591832_e-Learning_The_Challenge_for_Engineering_Education/ (дата обращения: 01.10.2022).
2. Driving K–12 Innovation / HURDLES and ACCELERATORS 2021. – 2021. – URL: <https://www.cosn.org/k12innovation/hurdles-accelerators> (дата обращения: 01.10.2022).

ONLINE INTENSIVES AS A NEW LEARNING FORMAT IN MODERN REALITIES

E. Mamaeva

Vyatka State University

Abstract. The article deals with the problem of improving the teaching of end-to-end technologies. The updated Federal State Standard of Secondary General Education provides changes in the preparation of students and equipping educational institutions with high-tech equipment. But in most cases, the problem of digital inequality arises, since not every school has personnel ready to work with the new content of education and equipment. The author analyzes a variant of solving this problem with the help of distance learning for schoolchildren during the holidays. The author describes the format of five-day online intensives on end-to-end industrial technologies. On the example of educational intensives conducted by the ANO "Rosatom Corporate Academy", digital tools and their application for solving various problems of the educational process of distance learning are shown. The experience of the conducted intensives showed the effectiveness of this format.

Keywords: online intensives; FSES; digital divide; digital technologies; Industrial Design

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ PR-ТЕХНОЛОГИЙ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ

Р.Ю. Мамбетов, И.В. Лущик

Волгоградская государственная академия физической культуры

Аннотация: изучение и выявление особенностей PR-обеспечения спортивных соревнований по фигурному катанию.

Ключевые слова: PR-технологии, фигурное катание, соревнования, Чемпионат России, СМИ, реклама, исследование, анализ.

Введение

Актуальность исследования: в настоящее время наблюдается резкое повышение роли информационных процессов в обществе и создание глобального информационного пространства. Из систематизации конкретных форм, методов, способов и процедур, с помощью которых налаживаются контакты с общественностью, возник институт public relations (PR). Public relations – управление совокупностью коммуникативных процессов между организацией и обществом, между человеком и обществом с целью достижения взаимопонимания и доверия. Без PR невозможно вести управление, бизнес. PR необходим и в сфере физической культуры и спорта. PR в области спорта имеет большое значение не только для повышения эффективности деятельности спортивных клубов и отдельных спортсменов, но и для общества в целом, способствуя пропаганде здорового образа жизни.

Цель исследования: изучение и выявление особенностей PR-обеспечения спортивных соревнований по фигурному катанию на примере Чемпионата России по фигурному катанию – 2019 и 2022 годов.

Объектом исследования являются организация и проведение соревнования по фигурному катанию.

Предметом исследования является PR-обеспечение спортивных соревнований по фигурному катанию – 2019 и 2022 годов.

Метод исследования: анализ материалов, представленных в открытых информационных источниках.

Результаты исследования

Фигурное катание – один из самых популярных видов спорта в России. Многие спортсмены фигуристы всё чаще становятся известны широкой публике, и не всегда этому способствуют спортивные достижения. Алина Загитова – обладательница всех титулов в фигурном катании, с декабря 2019 года не принимает участие в спортивных соревнованиях, однако объем текущей информации о ней в СМИ сравнительно больше, чем в период её спортивной карьеры. PR-технологии акцентируют внимание целевой аудитории на стиле жизни Алины Загитовой.

Рост популярности фигурного катания в России обуславливает значительное увеличение количества способов и методов PR-обеспечения спортсменов. Рассмотрим причины и характер изменений PR-технологии в фигурном катании на примере Чемпионатов России – 2019 и 2022 годов.

Чемпионат России 2019 года. Соревнования проходили в постолимпийский сезон – 2018/2019 гг. Олимпийская чемпионка Алина Загитова была фаворитом этого чемпионата и особого интереса со стороны прессы к остальным участникам не наблюдалось. Однако всё изменилось, когда 14-летняя Анна Щербакова заняла первое место и стала чемпионкой страны, исполнив при этом прыжковый набор, сложность которого высока даже для мужчин-одиночников.

При организации и проведении соревнований были использованы следующие PR-средства: специальные рекламные нашивки с именами спонсоров соревнований на одежде спортсменов, электронная реклама.

Чемпионат России 2022 года. Соревнования проходили в олимпийский сезон – 2021/2022 гг. Рост популярности фигурного катания привел к увеличению численности фаворитов Чемпионата страны. В женском одиночном катании на победу претендовали сразу 6 спортсменок. Организаторы Чемпионата использовали широкий спектр PR-средств различного характера:

- информационные – пресс-конференции со спортсменами перед и после соревнований, интервью главному телеканалу страны, анонсы новых программ и т.д.

- рекламные – спортсменов стали приглашать для рекламных интеграций известных брендов одежды, косметики и т.п.; специальные рекламные нашивки с именами спонсоров соревнований на одежде спортсменов; электронная реклама.

- социальные – культурно-массовые мероприятия (различные ледовые шоу) и т.д.

Были использованы PR-средства, которые неблагоприятно отражаются на репутации спортсмена и его представителей, например, скандалы в спорте. Яркой иллюстрацией является допинг скандал, связанный с российской фигуристкой Камиллой Валиевой в период Зимних Олимпийских игр 2022 года в Пекине.

В ходе самих соревнований фигуристка не имела возможности вступить в правовые разбирательства, в связи с подготовкой к стартам высокого уровня. Наблюдался мощный прессинг со стороны иностранной прессы: интервью с некорректными вопросами в период контрольных прокатов, попытки преследования. Позиционирование Камиллы в качестве всеобщего врага стало целью экспертов из Америки, Канады и Великобритании. Следствием данных действий явилось неудачное выступление фигуристки в произвольной программе.

«Чёрный пиар», как метод PR-средств оказывает негативное влияние как на психическое, эмоциональное и физическое состояние спортсмена, так и на репутацию спортсмена и его тренерского штаба.

Заключение

PR-технологии, применяемые в спорте, стимулируют его разносторонне развитие: у спортсменов появляется множество способов самореализации не

только в спортивной деятельности, но и в жизни. При этом существует угроза негативного влияния на его репутацию и риск потери возможности дальнейшего участия в соревнованиях.

Список литературы

1. SMM и SEO-технологии: учебное пособие / Ю. П. Беленькая, А. Ю. Бережнов, А. С. Новикова, П. И. Срыбная. Ставрополь: СКФУ, 2017. 62 с.
2. Гогоадзе М. Г., Сорокина Е.В., Черкасова Е.А. Основы PR-технологий: учебное пособие. Санкт-Петербург: БГТУ "Военмех" им. Д.Ф. Устинова, 2021. 222 с.
3. Кондакова Ю.В. PR-технологии. Арт-пиар: учебное пособие. Екатеринбург: УрГАХУ, 2016. 96 с.
4. Крайнов Г. Н. Технология подготовки и реализации кампании по рекламе и PR: учебное пособие для вузов. Изд. 3-е, стер. Санкт-Петербург: Лань, 2022. 372 с.
5. Филатова О. Г. Технологии и методы PR-продвижения информационных ресурсов. Вводный курс: учебное пособие. Санкт-Петербург: НИУ ИТМО, 2012. 73 с.

USE OF PR-TECHNOLOGIES IN FIGURE SKATE

R. Mambetov, I. Lushchik

Volgograd Physical Education Academy

Abstract. Study and identification of the features of PR-support of sports competitions in figure skating.

Keywords: PR technologies, figure skating, competitions, Russian Championship, mass media, advertising, research, analysis.

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В АЗЕРБАЙДЖАНЕ И НЕОБХОДИМОСТЬ ОЦЕНКИ ОСНОВНЫХ ПЕРСПЕКТИВНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Г.В. Мамедов

Азербайджанский Университет Кооперации

Аннотация. В конце 19 века и начале 20 века в Азербайджане были проведены работы по реконструкции зданий караван-сараяв с целью создания комфортных условий в караван-сараях, создания условий для их использования в качестве гостиниц. После вхождения Азербайджана в состав Российской империи туристско-экскурсионное дело получило дальнейшее развитие. Древняя история нашей страны, археологические, лечебные факторы, села, природные условия и санатории с целью обследования и лечения, лечебные, рельефные условия, благоприятные возможности создают условия для развития спортивного и других направлений туризма.

Ключевые слова: реализация, экономика, развития, туризм, международной, отношения, почетные.

Одним из распространенных и массовых видов активного отдыха является туризм. Азербайджан занял 39-е место среди 148 стран в списке конкурентоспособности туризма. Туризм сформировался как отдельная отрасль экономики, и в 2010-2016 годах Азербайджан вошел в число 10 быстро развивающихся стран в этой сфере. В последние годы у людей увеличилась гиподинамия, психологическое и эмоциональное напряжение на работе и в семье. Солнце, вода и воздух являются важными факторами для нашего здоровья. Для сохранения и укрепления своего здоровья и восстановления психологических ресурсов общества мы прибегаем к сельскому, лечебному, спортивному и другим видам туризма.

Если мы посмотрим на историю развития туризма в Азербайджане, то увидим, что ученые и путешественники, такие как Плиний, Пултаркс, Геродот, Птолемей и Страбон, ездили в нашу страну с коммерческими, религиозными, политическими и исследовательскими целями. В то время Азербайджан был страной, известной как важная остановка на Великом шелковом пути. Тебриз, Марага, Ардебиль, Гянджа, Нахчыван, Ордубад и Шеки стали центрами международной торговли.

В более поздние времена расположение в центре сухопутных и морских путей из России в Иран и Индию свидетельствует о том, что Баку играл большую роль в торговых отношениях между Западом и Востоком в середине XIV века. Волго-Каспийский морской путь, который вел из Белого моря в Каспийское через реку Волгу, а затем в Иран и Индию, привел к строительству караван-сарая в Баку. Историки и путешественники, побывавшие в это время в Азербайджане, упоминали об этом в своих путевых заметках.

В конце 19 века и начале 20 века в Азербайджане были проведены работы по реконструкции зданий караван-сарая с целью создания комфортных условий в караван-сараях, создания условий для их использования в качестве гостиниц. После вхождения Азербайджана в состав Российской империи туристско-экскурсионное дело получило дальнейшее развитие. В частности, в 1908 году в Баку был открыт один из филиалов Крымско-Кавказского горного клуба, тогда же, в начале 20 века, развитию туризма стали уделять внимание научные и любительские общества.

С конца 19 века в стране было создано Пролетарское туристское общество. Главной целью этого общества было внедрить туризм, превратить его в массовое движение и использовать как средство повышения политического и культурного уровня. С 1936 упразднено общество пролетарского туризма и экскурсий. С 1940 года в туризме стали применяться почетные звания, за особые заслуги туристы награждались знаком туриста СССР. В годы Второй мировой войны, а также в СССР туристическая деятельность в Азербайджане была прекращена, но в послевоенные годы стал развиваться спортивный, самостоятельный, семейный и детский туризм. В республику, достигшую наивысшего уровня развития в 1987 г., приехало около

50 000 туристов из зарубежных стран и 250 000 туристов из различных регионов СССР.

По мере увеличения потока туристов началось строительство новых туристических гостиниц на 300 мест каждая в городах Лянкяран и Мингячевир, 200 мест в городе Шуша, и в то же время были начаты работы по реконструкции туристической гостиницы «Карабах» в городе Баку.

События, произошедшие в Нагорно-Карабахской автономной области и вокруг нее в 1988 году, значительно сократили поток отечественных и иностранных туристов в Азербайджан. В результате событий 10 туристических баз были под оккупацией, а на других размещены вынужденные переселенцы. В 1991 году Департамент иностранного туризма был упразднен, а на его месте был создан Совет по иностранному туризму при Кабинете Министров Азербайджана.

Наконец, 27 июля 1999 года Гейдар Алиев подписал указ о введении в действие закона о туризме в Азербайджанской Республике, и в Милли Меджлисе был принят закон о туризме. 25 сентября 2001 года Азербайджанская Республика стала членом туристической организации на Генеральной Ассамблее Всемирной Туристской Организации в Сеуле, столице Республики Южная Корея. В том же году он подготовил специальный компакт-диск «Добро пожаловать в Азербайджан» и представил его Генеральной Ассамблее. В следующем году была организована Международная туристическая выставка. В целях развития туризма в стране и эффективного использования туристических ресурсов указом Ильхама Алиева в 2002 году была утверждена Государственная программа развития туризма на 2002-2005 годы. В апреле 2009 года в Спортивно-концертном комплексе имени Гейдара Алиева в Баку состоялась 8-я Международная туристическая выставка. В выставке приняли участие 78 туристических организаций из 20 стран мира.

В то же время Азербайджан имеет широкие туристические возможности. Политика укрепления экономики и ликвидации зависимости от нефти сулит широкие перспективы в туризме. Древняя история нашей страны, археологические, лечебные факторы, села, природные условия и санатории с целью обследования и лечения, лечебные, рельефные условия, благоприятные возможности создают условия для развития спортивного и других направлений туризма.

Вместе с тем, в связи с увеличением потока туристов более 250 туристических компаний, охватывающих различные регионы страны, эксплуатируют в нашей республике около 600 гостиниц для приема иностранных туристов и оказания туристических услуг местному населению. Four Seasons Hotel Baku, Nayat Regency, JW Marriott Absheron Baku Hotel, Jumeirah Bilgah Beach Hotel, Bulvar Hotel, Hilton Baku, Kempinski Hotel Badamdar, Intourist, Fairmont и другие – одни из самых известных сетевых отелей нашей столицы. Среди крупных гостиниц, зон отдыха, развлекательных и спортивных центров, действующих в регионах Азербайджана, гостиничная сеть «Кавказ», парк развлечений «Габаланд» в Габале, комплекс зимнего

туризма «Туфандаг», туристический центр «Шахдаг» в Гусарском районе, как для занятий спортом, так и для приема туристов можно указать более 15 олимпийских спортивных комплексов с соответствующей инфраструктурой и другие.

После 30 лет тоски по Родине, начавшейся 27 сентября и закончившейся 8 ноября благодаря нашей храброй армии, шехидов и ветеранов, на освобожденных землях идут работы по реконструкции и реставрации и их проводит наш главнокомандующий Ильхам Алиев. Реставрируются некоторые наши памятники культуры, мавзолей и бюст Вагифа, мечеть Верхняя Говхарага, источник Натаван, Шущинская крепость, Агдамская мечеть и другие историко-культурные объекты. Эти процессы создают здесь благоприятные условия для развития туризма. Создание гостиниц «Карабах» и «Хариббулбюль» в Шууше, культурной столице Азербайджана, способствует развитию рекреационного туризма, восстановлению исторических памятников, повторному использованию природных компонентов заповедников Карагёль и Баситчай, сельскому туризму, восстановлению мечетей, религиозный туризм, экскурсии и приключенческий туризм. Раньше действовали санатории «Истису» в Кельбаджаре и санатории «Готурсу» в Зангилане. Эти ресурсы играют большую роль не только в развитии Карабаха, но и в повышении туристического потенциала нашей страны. К факторам, способствующим развитию туризма в этом регионе, относятся следующие факторы: регион имеет действительно привлекательную и увлекательную природу, большой интерес к региону на местном и международном уровне, развитие туризма и полная реализация туристского потенциал области являются одними из приоритетов государства. После того, как все эти процессы будут завершены, Азербайджан может иметь превосходящее положение в сфере туризма с некоторыми странами Западной Европы.

Кроме того, особое внимание в регионе уделяется спортивному туризму. В целом одним из видов туризма, имеющим потенциал развития в нашей стране, является спортивный туризм. Поддержка развития спортивного туризма также была отражена в «Стратегической дорожной карте развития индустрии специализированного туризма в Азербайджанской Республике» указом Президента Азербайджанской Республики от 6 декабря 2016 года. Наша страна имеет смешанный структуру рельефа, поэтому катание на лыжах в горных районах, верховая езда в равнинных районах, катание на лодках в районах, близких к морю, велогонки в центральных городах и регионах повышают туристические перспективы. В последнее время проводимые в нашей стране Формула-1 и Игры исламской солидарности увеличивают поток туристов в страну.

В поселке Суговушан Тертерского района Азербайджанской федерацией гребли на каноэ и гребле были проведены учебно-тренировочные сборы. Это первая спортивная встреча, проводимая в Карабахе. Основной целью проводимой работы по развитию этого вида спорта в нашей стране является расширение географии занятий греблей и повышение интереса к этому виду

спорта среди молодежи. Существует 3 основных вида гребли – академическая, байдарочная и каноэ. В академической гребле спортсмены соревновались на 1-, 2-, 4- и 8-местных лодках. В ближайшие годы планируется развитие других видов спорта. Увидеть Карабах таким мечтает каждый азербайджанец, и мы желаем успехов всем, кто борется за осуществление этой мечты.

Список литературы

1. Саядов О.С. Азербайджан в системе международных отношений Советского государства в 1971-1985 годах (отношения со странами Азии, Африки и Латинской Америки). Автореф. дисс... канд. ист. наук. Баку, 1992, 26 с.
2. Саядов С.А. Азербайджан: международные связи и взаимопонимание (Вклад Советского Азербайджана в осуществлении мирной программы КПСС). Баку: Азернешр, 1991, 221 с.
3. Саядов Э.С. Азербайджанская культура в системе международных духовных отношений (1980-1990 гг.). Автореф. дис... канд. ист. наук. Баку, 2005, 29 с.
4. Семейный бизнес в развитии туризма // Панорама Азербайджана, 2003, июль-август, с. 10-11.
5. Шлевков А.У. Азербайджанского туризма большое будущее. Это – крупнейший в мире источник доходов // Панорама Азербайджана, 2003, июль-август, с. 4-6.
6. Aaron C.T. Smith and Bob Stewart, (2015), “Introduction to Spor Marketing”, Second edition, Routledge, Taylor & Francis Group, London and New York.
7. Stephen D. Ross, (2001): Developing Sports Tourism, An eGuide for Destination Marketers and Sports Events Planners, National Laboratory for Tourism and eCommerce, University of Illinois at Urbana-Champaign, July 2001.
8. Tom Hinch and James Higham. “Sport Tourism Development”. Second edition. Channel view publications, 2011, 250 pages.

THE HISTORY OF TOURISM DEVELOPMENT IN AZERBAIJAN AND THE NEED TO EVALUATE THE MAIN FACEBOOK OPPORTUNITIES

G.V. Mammadov

Azerbaijan University of Cooperation

Abstract. At the end of the 19th century and at the begining of the 20th century in order to dispose of the compositions of the Azerbaijani caravanserai, reconstruction works were carried out in the buildings of the caravanserai, making it possible for them to be used as hotels. After Azerbaijan became part of the Russian Empire, the tourism-excursion business has developed further. The presence of a senator in natural conditions for the purpose of our countrys historical-archaeological and natural factors higher tourism provides favorable opportunities for the development of other tourism areas.

Keywords: implementation, economics, development, tourism, international, relations, honorable

ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ ВОГУ В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ

М.А. Мамчур, А.В. Старостина

Вологодский государственный университет

Аннотация. Здоровье человека зависит от его образа жизни, питания, уровня физической активности, занятий утренней зарядкой, закаливанием и отказа от вредных привычек. Важная составляющая здоровья студентов – их двигательная активность. Низкий уровень двигательной активности студентов может привести к ухудшению здоровья, снижению работоспособности, быстрому утомлению, появлению лишнего веса, отдышке и появлению ряда заболеваний. Авторы исследовали уровень двигательной активности студентов в настоящее время.

Ключевые слова: здоровье, студент, двигательная активность.

Двигательная активность в последние годы постепенно теряет свою актуальность. В современном обществе наблюдается такая тенденция, как ухудшения здоровья. Одной из основных причин такой ситуации является недостаток физической активности, которая очень нужна для человека. Несмотря на то, что современные виды двигательной активности очень разнообразны, студенты предпочитают компьютерные игры, развлечения в интернете и вредные привычки, нежели занятие спортом.

Мы живём в индустриальном обществе. В связи с этим почти каждый человек использует общественный транспорт или личное средство передвижения (автомобиль, самокат, велосипед, мотоцикл, метро, трамвай). Многие люди отдают своё предпочтение средствам передвижения, нежели пройти пешком. Это связано с тем, что им не хочется затрачивать много времени на дорогу или не хочется идти пешком в плохую погоду, то есть нет желания заняться двигательной активностью.

С развитием техники и общества появляются профессии, в которых двигательная активность сводится к минимуму. Например, судья, юрист, мастер по маникюру, водитель-дальнобойщик, специалист по it-технологиям и т.д. Примерное суточное время работы составляет около 8 часов в положении сидя. Также для получения образования студенты вынуждены проводить в сидячем положении по 4-5 часов в среднем каждый день и после занятий выполнять домашнее задание, которое тоже студенты делают без движений. То есть, обучающиеся проводят по 6-8 часов в сутки в сидячем положении.

Маленький уровень двигательной активности может привести к нарушению осанки и развитию таких болезней, как искривление позвоночника, остеохондроз, сколиоз и смещению позвонков. На боли в спине жалуется большинство офисных работников. Множество заболеваний, о которых может идти речь в данной ситуации в России объединили под словом «остеохондроз». Боли в спине нередко появляются в результате мышечных спазмов. Люди тратят много времени и денежных средств для искоренения боли от сидячей работы. Они понимают, что эти проблемы решаются с помощью выполнения

физических упражнений, но студентам, офисным работникам и другим людям с малоподвижными профессиями, в которых двигательная активность весьма ограничена, просто не хочется прерываться на небольшую разминку [3].

Гиподинамия- это длительное ограничение двигательной активности, приводящее к разрушению организма на генетическом уровне и приводящее к ранней нетрудоспособности.

Серди факторов ЗОЖ двигательная активность является ведущей. Это связано с тем, что в процессе двигательной эволюции совершенствовались механизмы адаптации человека в направлении их оптимизации и универсализации при эксплуатации двигательной активности. Именно поэтому двигательная активность является важной для здоровья человека [7].

Поэтому необходимо периодически делать физические упражнения. Они помогают снять напряжение, привести мышцы в тонус и поддерживать свою физическую форму. Всё-таки есть студенты, которые ходят в спортивные секции, в фитнес-залы и участвуют в различных спортивных соревнованиях и занимают призовые места. Но как показывает практика процент физически активных людей слишком мал, что удручает [2].

Двигательная активность очень полезна для здоровья человека. Это понимают все люди, но не у многих хватает силы воли и желания для занятий физической культурой и спортом. Почему же студенты физически неактивны? В первую очередь, это связано с утомлением на учёбе после долгой работы головного мозга и появления усталости, от которой хочется спать. Второй причиной выступает элементарная лень, самый распространённый фактор. Студенты не хотят прилагать усилия, не могут заставить себя делать физические упражнения, потому что заботу о своем здоровье они откладывают на потом или вовсе относятся к своему здоровью легкомысленно до того момента, пока что-нибудь не заболит. Физическая культура играет значительную роль в учебной деятельности, так как работа студентов связана со значительным напряжением внимания, зрения, интенсивной интеллектуальной деятельностью и малой подвижностью [6].

Занятия физической культурой снимают утомление нервной системы, и всего организма, повышают работоспособность, способствуют укреплению здоровья, поднимают настроение. Как правило, занятия физкультурой у студента проходят в форме активного отдыха. Недостаточный отдых ведет к развитию утомления, а длительное отсутствие полноценного отдыха ведет уже к переутомлению, что снижает силы организма, и может способствовать возникновению различных заболеваний, снижению иммунитета или потере трудоспособности. Рациональный режим труда и отдыха позволяет сохранить работоспособность [1].

Гимнастика, физические упражнения и ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь. Главные компоненты здоровья – это физическая активность человека, здоровое питание и хороший сон [4].

Цель: определить уровень двигательной активности в жизнедеятельности современных студентов.

Задачи:

- раскрыть сущностные характеристики понятия «двигательная активность»;
- провести анкетирование студентов ВоГУ для выявления уровня двигательной активности;
- проанализировать результаты анкетирования, сделать выводы.

Объект исследования: студенты ВоГУ.

Предмет исследования: двигательная активность студентов в настоящее время. Методы: анализ данных; анкетирование; математическая обработка данных; наблюдение.

Двигательная активность – это все движения, производимые человеком в процессе жизнедеятельности. Это эффективное средство сохранения и укрепления здоровья, профилактики заболеваний. Виды двигательной активности оказывают благотворное воздействие на все системы организма, улучшая мышечный тонус, настроение и состояние кожи. Для здоровья телу нужно движение и напряжение. Регулярные и своевременные, даже небольшие, нагрузки могут существенно улучшить общее состояние здоровья, поднять иммунитет. Стоит заметить, что у животных двигательная активность является основной функцией мышечной системы. Для человека это важная биологическая потребность в жизни [3].

Двигательная активность человека может быть трех видов: регламентированная; частично-регламентируемая; не регламентированная. Последний вид физической активности означает самопроизвольные двигательные акты, которые не имеют никакого смысла. Он свойственен маленьким детям, потому что их организм «просит» физической нагрузки. Частично-регламентированная активность совершается с определённым намерением, но конечной целью является не сама нагрузка, а процесс. Это может быть утренняя гимнастика, йога, подвижные игры, танцы. Регламентированная деятельность – это специально подобранные нагрузки. Например, тренировки с фитнес-тренером [5].

Виды двигательной активности могут классифицироваться по некоторым признакам. Они имеют количественные и качественные характеристики. Количественные характеристики учитывают пространственно-временные показатели. Это число движений, их объём и количество повторений. Данные характеристики направлены на показ функциональных изменений. К таким показателям относятся энергетические затраты, которые несёт организм при выполнении упражнений, например, пауэрлифтинг [1].

Нагрузка делится по интенсивности. Всего выделяют три степени интенсивности: лёгкую, умеренную и высокую. Лёгкая нагрузка. К такой физической активности можно отнести нетяжёлые домашние дела (стирку и глажку белья, приготовление пищи, уборку, готовка еды и т. д.). Умеренная физическая активность. К такой нагрузке можно отнести более активную домашнюю работу (мытьё полов, работа с пылесосом, ремонт помещений).

Также сюда относится ходьба, бег трусцой, катание на коньках и т. д. Высокая нагрузка включает в себя следующие виды двигательной активности: прыжки, занятия на велотренажерах, бег, упражнения с нагрузкой на сердце, работа с гантелями и жим штанги [1] .

В исследовании приняли участие студенты ВоГУ 3 курсов – 156 человек. На вопросы анкеты о закаливании, занятиями спортом и ходьбой пешком 65% респондентов ответили, что они выполняют данные упражнения, но имеют вредные привычки. Таким образом, эта группа имеет низкую двигательную активность.

А вот следующие респонденты ответили, что они ходят пешком до места учёбы и обратно, в свободное время занимаются спортом, но курят и употребляют алкоголь. Лишь 10% респондентов имеют уровень нормальной двигательной активности.

Следующая группа из 20% студентов имеет уровень хорошей двигательной активности. Респонденты занимаются закаливанием, выполняют зарядку по утрам и соблюдают режим питания, но имеют зависимость от вредных привычек.

И только 5% респондентов имеют отличный уровень двигательной активности. Данные студенты передвигаются пешком, занимаются спортом, закаливаются, выполняют зарядку, соблюдают режим дня и питания и не имеют вредных привычек (Рис.1).

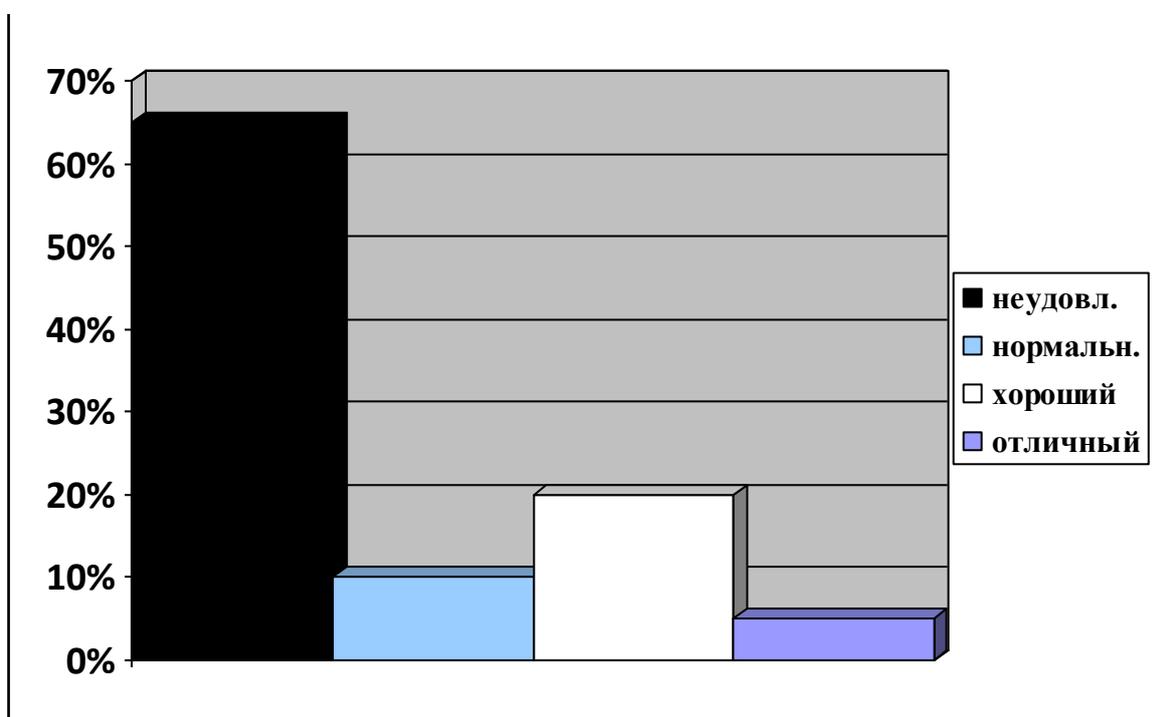


Рис. 1. Оценка двигательной активности студентов 3 курса

По данным анкеты 39,6% студентов занимаются спортом. Кто-то выполняет упражнения самостоятельно, кто-то занимается с тренером, а кто-то занимается спортом на профессиональном уровне, 25,8% студентов не

занимаются спортом и 34,5% студентов занимались спортом на 1 курсе, в настоящее время нет.

Таким образом, двигательная активность среди студентов ВоГУ очень низка по следующим причинам. Студенты не хотят заниматься спортом, потому что устают на учёбе. Многие из них после учебных занятий идут на работу. Поэтому они не занимаются закаливанием, нарушают режим дня, не соблюдают рацион питания и имеют зависимость от вредных привычек, как показывают их ответы по анкетированию.

Для того, чтобы предотвратить риск болезней, связанных с сидячим образом жизни, необходимо заниматься физической культурой и спортом. Для тех, кому не хочется ходить в зал, необходимо вести ЗОЖ, соблюдать режим дня и питания, предпочитать передвигаться пешком, а не на транспорте. Но всё-таки есть студенты, которые заботятся о своём здоровье, но их очень мало.

Из-за неправильного образа жизни увеличивается статистика заболеваний: малоподвижность, большой объем умственной работы, нехватка времени для занятий спортом, нервное расстройство, не полноценный сон и плохое питание. В нашем институте существует расписание разнообразных занятий по видам спорта, проводится множество спортивных секций, соревнований. Каждый желающий может выбрать подходящий для себя вид спорта, будь то баскетбол, футбол или плавание.

Один из способов укрепить свое здоровье – это ходьба и физические упражнения в удобное для студента время суток. Людям, ведущим малоподвижный образ жизни очень полезно ежедневно уделять более часа для прогулки на свежем воздухе, а это как раз в большинстве случаев время пути из общежития в институт. Чтобы не причинять своему здоровью вреда, нужно следить за ним, начиная с детства.

Список литературы

1. Лубышева Л.И. К концепции физкультурного воспитания студентов // Теор. и практ. физ. культ. 2005, С.15.
2. Компаниченко В.Н. Самоорганизация личности – путь к расцвету человечества, Хабаровск, 2006. 51 с.
3. Спортивная медицина: Учеб. для ин-тов физ. культ. / Под ред. В.Л. Карпмана. – М.: Физкультура и спорт, 1987. с.123-130.
4. Старостина А.В. Повышение двигательной активности обучающихся с ОВЗ / А. В. Старостина // Среднее профессиональное и высшее образование в сфере физической культуры и спорта: современное состояние и перспективы развития: Материалы Всероссийской науч.-практ. конф. – г. Челябинск: ФГБОУ ВО «Уральская Академия», 2022. С. 106-109.
5. Старостина А.В., Старостина Ю.М. Физическая активность студентов на занятиях по фитнесу / А.В. Старостина, Ю.М. Старостина // Молодежь и наука : мат-лы международной науч.-практ. конф. старшеклассников, студентов и аспирантов; Мин-во науки и высш. образования РФ, ФГАОУ ВО Нижнетагил. технол. ин-т (фил.). – Нижний Тагил: НТИ (филиал) УрФУ, 2020. С. 577-580.

6. Физическая культура: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2009. с. 96-100.

7. Калашников, Д.Г. Теория и методика фитнес-тренировки. Учебник персонального тренера. / Д.Г. Калашников, В.И. Тхоревский. – М.: Издательство ООО «Фронтэра», 2003. 183 с.

MOTOR ACTIVITY OF STUDENTS OF VSU AT THE PRESENT TIME

M.A. Mamchur, A.V. Starostina

Vologda State University

Abstract. A person's health depends on his lifestyle, nutrition, level of physical activity, morning exercises, hardening and giving up bad habits. An important component of students' health is their motor activity. A low level of motor activity of students can lead to deterioration of health, decreased performance, rapid fatigue, the appearance of excess weight, shortness of breath and the appearance of a number of diseases.

Keywords: health, student, motor activity.

ВЛИЯНИЕ МОДЕЛИ НАЧАЛЬНОЙ ШАХМАТНОЙ ПОДГОТОВКИ С ПРИМЕНЕНИЕМ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ НА УСПЕВАЕМОСТЬ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

П.Н. Мартынов

Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого

Аннотация. В статье представлены результаты исследования влияния начальной шахматной подготовки с применением индивидуальных заданий на академическую успеваемость студентов. В исследовании приняли участие студенты СПбПУ Петра Великого. Успеваемость оценивалась по среднему баллу экзаменационных сессий за период шахматной подготовки. По результатам исследования сделан вывод о повышении успеваемости студентов, обучающихся с применением индивидуальных заданий и перспективности внедрения данной модели в вузах.

Ключевые слова: академическая успеваемость, модель начальной шахматной подготовки, индивидуальные задания, средний балл

Введение. Совершенствование качества высшего образования является первостепенной задачей современных университетов. Решение этой задачи требует от участников образовательного процесса внедрение инновационных, нестандартных моделей обучения, направленных на повышение академической успеваемости студентов. Повышение академической успеваемости студентов считается одной из основных целей планирования и развития высшего образования. Успеваемость студента является, с одной стороны, основным показателем усвоения знаний, навыков по предмету и, с другой стороны одним из главных критериев образовательной деятельности ВУЗа. Высокая успеваемость студентов делает ВУЗ востребованным и конкурентноспособным. Занятия шахматами способствуют улучшению результатов успеваемости.

Преподавателю шахмат необходимо выбрать наиболее эффективную методику преподавания.

Методы и организация исследования. В научной литературе представлено значительное количество работ, доказывающих положительное влияние игры в шахматы на развитие интеллектуальных способностей студентов: сообразительности, памяти, логического мышления, эрудиции [1,2]. Прямым следствием развития когнитивных способностей благодаря шахматам является повышение успеваемости студентов, обучающихся игре. Кроме того, В работах В.А. Полоудина доказано, что обучение младших школьников игре в шахматы с применением компьютерных технологий способствует повышению успеваемости [3]. Таким образом, шахматы могут способствовать прогрессу в обучении даже с юного возраста. Однако, вопрос выбора наиболее эффективной модели обучения шахматам в высшей школе как фактора повышения академической успеваемости студентов остается малоизученным. [4,5]

Разработанная автором статьи модель начальной подготовки шахматистов студентов ВУЗа направлена на повышение успеваемости студентов и развитие индивидуальных способностей.

Цель нашего исследования- изучить влияние модели начальной шахматной подготовки студентов вузов с применением индивидуальных заданий на успеваемость студентов. В ходе исследования была выдвинута гипотеза о том, что внедрение в вузах модели начальной подготовки шахматистов с применением индивидуальных заданий будет способствовать повышению успеваемости студентов. Для достижения цели нами был проведен педагогический эксперимент на базе Института физической культуры, спорта и туризма Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого. В эксперименте приняли участие студенты 1–2 курсов, избравшие направление «шахматы» по предмету «Физическая культура» в 2021/22 учебном году. Студенты были разделены на две однородные по составу группы: экспериментальную и контрольную по 24 человека в каждой. Начальная подготовка проводилась с использованием двух разных моделей. Одна из применяемых моделей соответствовала стандартным методикам с применением унифицированных заданий для контрольной группы студентов, а вторая – модель с применением индивидуальных заданий для экспериментальной группы студентов.

За время проведения эксперимента студенты опытных групп сдали две экзаменационные сессии. В качестве показателя академической успеваемости нами использован средний балл, рассчитанный как отношение суммы всех оценок за сессию к количеству сданных предметов. Средние баллы группировались по интервалам: 3–3,5; 3,6–4,0; 4,1–4,5; 4,6–5,0.

Результаты и их обсуждение. Для наглядности результаты расчета средних баллов студентов контрольной и экспериментальной групп представлены в виде диаграмм на рис.1,2.

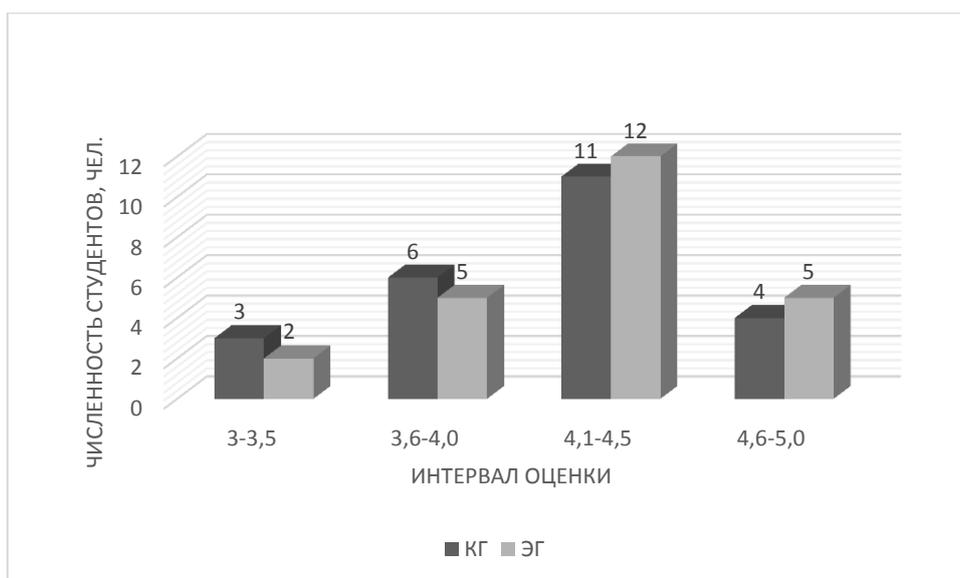


Рис.1. Средний балл студентов опытных групп за зимнюю сессию 2021–2022 учебного года.

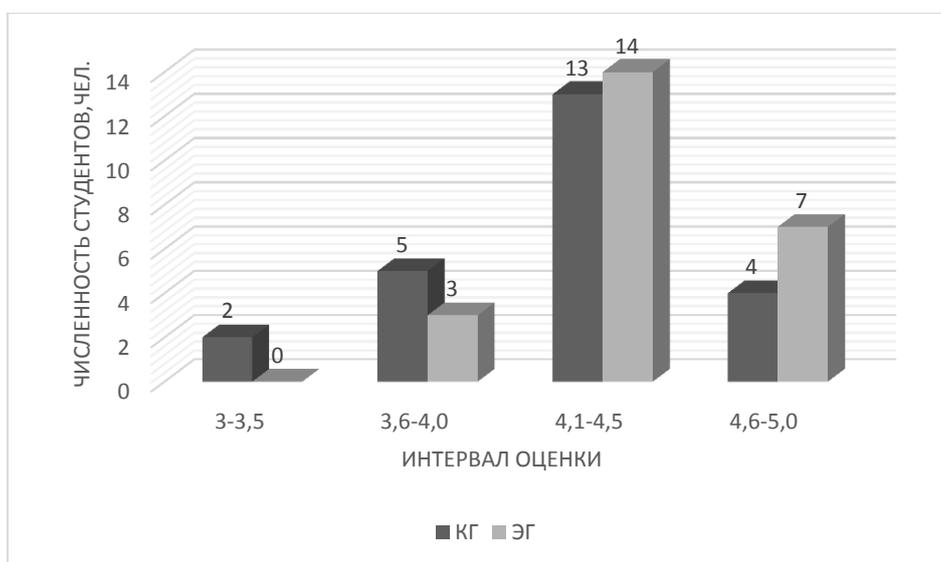


Рис.2. Средний балл студентов опытных групп за весеннюю сессию 2021–2022 учебного года.

На рисунках 1,2 видно, что результаты экзаменационных сессий студентов экспериментальной группы (ЭГ) выше результатов контрольной (КГ) группы. Количество студентов, имеющих средний балл выше 4,0 составил в зимнюю сессию 17 человек (или 71%), в весеннюю – 21 человек (или 87%). В контрольной группе эти показатели равны 15 (или 63%) и 17 (или 71%) человек соответственно.

В таблице представлена динамика успеваемости контрольной и экспериментальной групп в 2021–2022 учебном году.

Таблица. Динамика успеваемости студентов контрольной и экспериментальной групп в 2021–22 году

Интервал оценки	КГ			ЭГ		
	1 сессия, Количество студентов	2 сессия, Количество студентов	рост	1 сессия, Количество студентов	2 сессия, Количество студентов	рост
3,0-3,5	12%	8%	-4%	8%	-	-8%
3,6-4,0	25%	21%	-4%	21%	13%	-8%
4,1-4,5	46%	54%	+8%	50%	58%	+8%
4,6-5,0	17%	17%	0%	21%	29%	+8%

Анализ данных таблицы показывает положительную динамику успеваемости студентов опытных групп: уменьшение количества студентов со средним баллом в интервалах 3,0–3,5 и 3,6–4,0, увеличение количества студентов со средним баллом 4,1–4,5, количество студентов со средним баллом в интервале 4,1–4,5 увеличилось на 8%. Необходимо отметить, что показатели студентов экспериментальной группы значительно выше показателей контрольной группы. Весеннюю сессию все участники экспериментальной группы сдали со средним баллом выше 3,5, существенно снизилось количество студентов со средним баллом 3,6–4,0 (на 8%) и увеличилось количество студентов со средним баллом в интервале 4,6–5,0 (на 8%).

Выводы. Полученные результаты эксперимента показывают, что успеваемость студентов экспериментальной группы в период начальной шахматной подготовки с применением индивидуальных заданий выше, чем у студентов контрольной группы, обучающейся по традиционной методике со стандартными заданиями. Таким образом, выдвинутая в ходе исследования гипотеза находит экспериментальное подтверждение. Модель начальной шахматной подготовки студентов вузов с применением индивидуальных заданий способствует повышению успеваемости студентов по предметам профессиональной подготовки и может быть рекомендована к внедрению в образовательный процесс высших учебных заведений.

Список литературы

1. Михайлова И. В., Бакулина Е. Д. Цифровая трансформация шахматного образования // Теория и практика физической культуры. – 2021.- №8.-С.107-109
2. Алифиров, А.И., Зарывкина, А.В. Развитие интеллектуальных способностей студентов посредством игры в шахматы [Электронный ресурс]/Алифиров А.И.,Зарывкина А.В.//Физическая культура.Спорт. Двигательная рекреация – 2016.- Т.1-№1.- С.46-50- Режим доступа:
<https://cyberleninka.ru/search?q=развитие%20интеллектуальных%20способностей%20студентов%20посредством%20игры%20в%20шахматы&page=1> (свободный)
3. Полоудин В.А. Обучение игре в шахматы с применением компьютерных технологий как комплексное средство повышения интеллектуальных и игровых способностей младших школьников //автор. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Виталий Александрович Полоудин – М., 2007. – 192 с.

4. Шмарихина, Е.С. Исследования факторов успеваемости обучающихся [Электронный ресурс]/Шмарихина Е.С.//Вестник НГУЭУ-2018.-№3.- С.130-143- Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-faktorov-uspevaemosti-obuchayuschih-sya/viewer> (свободный)

5. Исаева, Е.Р., Тюсова О.В. и др. Поиск прогностических критериев академической успеваемости студентов [Электронный ресурс]/Исаева Е.Р., Тюсова О.В. и др.//Университетское управление: практика и анализ – 2017.- Т.21.- №2.- С.164-175 – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/poisk-prognosticheskikh-kriteriev-akademicheskoy-uspevaemosti-studentov/viewer> (свободный).

6. Колесникова, Е.И. Академическая успеваемость студентов технического вуза с различным типом мышления [Электронный ресурс]/Колесникова Е.И.// Вестник Самарской гуманитарной академии – 2014. – №2(16) – С. 18-32 – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/akademicheskaya-uspevaemost-studentov-tehnicheskogo-vuza-s-razlichnym-stilem-myshleniya-1/viewer> (свободный).

THE INFLUENCE OF THE MODEL OF INITIAL CHESS TRAINING WITH THE USE OF INDIVIDUAL TASKS ON THE PERFORMANCE OF UNIVERSITY STUDENTS

P. Martynov

St. Petersburg Polytechnic University of Peter the Great

Abstract. The article presents the results of a study of the influence of initial chess training with the use of individual tasks on the academic performance of students. The study involved students of SPbPU Peter the Great. Progress was assessed by the average score of examination sessions for the period of chess training. Based on the results of the study, a conclusion was made about the increase in the performance of students studying with the use of individual tasks and the prospects for introducing this model in universities.

Keywords: academic progress, model of initial chess training, individual tasks, average score

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ-АККОРДЕОНИСТОВ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В КОНТЕКСТЕ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ЭСТРАДНОГО ИСПОЛНИТЕЛЬСТВА

К.В. Масленикова

Крымский университет культуры, искусств и туризма

Аннотация. Статья посвящена проблеме психологических особенностей учащихся-аккордеонистов младшего школьного возраста. Выявляется взаимосвязь возрастных особенностей детей и специфики формирования у них основ эстрадного исполнительства. Исследование данных аспектов обучения учащихся-аккордеонистов способствует оптимизации образовательного процесса в детской музыкальной школе в соответствии с современными образовательными требованиями.

Ключевые слова: эстрадное исполнительство, возрастные особенности учащихся, учащиеся-аккордеонисты, младший школьный возраст, обучение, музыкальное образование.

Начальный этап обучения аккордеонистов основам эстрадного исполнительства отличается определённой спецификой, во многом обусловленной психологическими особенностями учащихся-аккордеонистов, которые необходимо учитывать при организации учебного процесса. Эта проблема в последнее время отличается возрастающей актуальностью в связи с тем, что музыкальное образование становится одним из приоритетных направлений в развитии культуры и воспитании подрастающего поколения.

В теории и практике музыкального образования вопросами возрастной психологии и обучения детей младшего школьного возраста занимались Л.С. Выготский, В.Н. Дружинин, Н.С. Ефимова, Э.Г. Каишаури, Д.К. Кирнарская, И.Ю. Кулагина, В.С. Мухина, А.В. Петровский, Б.М. Теплов, Д.Б. Эльконин, проблемами обучения игре на аккордеоне – Ю.Т. Акимов, Р.Н. Бажилин, А.П. Басурманов, Г.И. Бойцова, В.В. Бычков, М.А. Двилянский, А.С. Илюхин, Н.А. Кравцов, П.П. Лондонов, В.В. Лушников, А.М. Мирек, Е.В. Показанник. Специфику эстрадного исполнительства в музыкальном искусстве исследовали Д.А. Браславский, Т.А. Васильева, С.А. Воскресенский, Ю.А. Дмитриев, А.В. Долоза, В.Д. Иванов, С.С. Клитин, Л.М. Кадцын, В.Г. Кузнецов, Е.Л. Рыбакова.

Цель данной статьи – выявить возрастные особенности учащихся-аккордеонистов младшего школьного возраста и определить их влияние на специфику начального этапа обучения в контексте формирования основ эстрадного исполнительства.

В современной педагогике закрепилось мнение, что для достижения успеха в образовательной деятельности учащимся необходимо обладать готовностью и способностью к обучению. Во многом эта готовность определяется возрастными, психофизиологическими особенностями детей. В каждом возрасте ребёнок обладает комплексом личностных качеств и психологических характеристик, которые определяют приоритетные виды его деятельности, особенности психического, социального, интеллектуального развития и целесообразные методы обучения. Понимание педагогом этих возрастных особенностей обуславливает продуктивность развития ребенка, формирования основ эстрадного исполнительства, развития музыкальных способностей, артистизма.

Большую часть начинающих музыкантов-аккордеонистов, которые обучаются в детских музыкальных школах, составляют дети младшего школьного возраста. В современной психолого-педагогической литературе и педагогической практике данная возрастная группа определяется рамками от 6-7 до 10-11 лет (по Д.Б. Эльконину). Развитие ребёнка в этот период характеризуется бурным физическим и психическим развитием – увеличением роста, веса, выносливости, совершенствованием мозга и нервной системы, развитием умственной деятельности и познавательных потребностей, доминированием любознательности и эмоциональности восприятия, постепенным развитием волевых качеств и способности к словесно-логическому мышлению.

Большое влияние оказывает на начинающих аккордеонистов непосредственное знакомство с эстрадным исполнительством, которое предполагает, возможность «заглянуть» за кулисы сцены, увидеть весь процесс организации и проведения концертного мероприятия, принять участие в его подготовке.

У детей младшего школьного возраста преобладает непроизвольное внимание, отличающееся неустойчивым характером, поэтому начинающие аккордеонисты могут сосредоточенно заниматься одним делом около десяти минут, далее концентрация внимания снижается. Однако внимание и память в своем развитии активизируются, когда ребёнок воспринимает «внешне яркие и эмоционально впечатляющие события, описания, рассказы» [4, с. 89]. Соответственно, в процессе работы с детьми младшего школьного возраста следует придерживаться дозированной по времени нагрузки, чередовать виды деятельности, использовать метод аналогий, ассоциации, эмоционально окрашенные образы и т.д.

Соответственно, в процессе работы с детьми младшего школьного возраста следует придерживаться дозированной по времени нагрузки, регулярно чередовать виды деятельности, привлекать разнообразные аналогии, эмоционально окрашенные образы и т.д. Реализовать данные принципы в полной мере помогает эстрадное исполнительство. Как правило, для этого отбираются наиболее яркие, обладающие программными названиями и интересным сюжетом произведения. Позволить учащемуся успешно выступить с таким произведением – это значит дать ему возможность почувствовать себя настоящим эстрадным артистом, активизировать свою память и внимание, нацелить все свои способности и силы на достижение успеха. В свою очередь, успех является особым эмоционально-психологическим «вознаграждением» за проделанный труд и мотивацией к дальнейшей музыкальной деятельности.

Дети младшего школьного возраста по природе своей любознательны, и учебная работа с ними часто опирается на интерес к знанию вообще, к процессу познания нового. А.В. Петровский рекомендует поддерживать и развивать интуитивное принятие ребёнком ценности знания, в том числе «путём демонстрации неожиданных, заманчивых и интересных проявлений самого учебного процесса» [4, с. 72]. Следовательно, активное использование на уроках специальности различных музыкально-изобразительных возможностей аккордеона, специфических приемов исполнения (глиссандо, вибрато, шумовых эффектов меха), элементов артистичности исполнения, способствующих яркости, зрелищности исполнения, в полной мере раскрывают познавательный и творческий потенциал ученика. Эстрадное исполнительство, которое само по себе нацелено на зрелищность и яркий сценический эффект, несёт в себе заряд положительных эмоций, активизирует интерес начинающих аккордеонистов к занятиям. Кроме того, это способствует знакомству юных музыкантов с основными технико-конструктивными особенностями аккордеона в контексте проявления его музыкально-изобразительных и эстрадно-исполнительских возможностей, что значительно

расширяет творческий потенциал учащихся и оптимизирует процесс обучения игре на аккордеоне.

Развитие воображения в младшем школьном возрасте происходит по двум направлениям: активное использование воссоздающего (репродуктивного) воображения и формирование творческого (продуктивного) воображения. Основным методом развития воображения в процессе музыкального образования является импровизация. Б.В. Асафьев писал об этом так «с детьми необходимо начинать импровизировать, как только у них «накопится определённое количество слуховых впечатлений» [1, с. 92]. Эстрадное музыкальное искусство, одним из важнейших художественных принципов которого является творческая импровизация, открывает перед учащимися самые широкие возможности в этой области. Получение опыта творческой и концертной деятельности в процессе эстрадного исполнительства соответствует необходимости введения начинающих музыкантов уже на начальном этапе обучения в область интеллектуального поиска и творческих решений, что активизирует развитие репродуктивного и творческого воображения. На первых уроках по специальности ребенок учится извлекать на аккордеоне лишь отдельные, почти не связанные между собой звуки, сочетание которых по мере их освоения составляет музыкальный материал для довольно простых и мало интересных в содержательном плане упражнений. Однако эту устаревшую традицию вполне можно скорректировать с помощью творческого подхода, ассоциаций с пространственными и наглядными образами, с привлечения самого ученика к процессу «сочинения» упражнения. В своих работах Е.М. Тимакин отмечает, что подлинный интерес «возникает не к любому произвольному сочетанию звуков, а только к цельной и ясной мелодии (песенке, мотиву), вызывающей у ребёнка либо эмоциональное переживание, либо образное представление, создающее то или иное настроение» [5, с. 5]. На основе подобных мотивов-импровизаций или небольших мелодий, сочинённых самим учеником, можно выстраивать различные упражнения для развития беглости, навыка подбора аппликатуры, динамической и штриховой палитры.

Характеризуя возрастные особенности детей младшего школьного возраста, следует отметить и такую важную черту как чрезвычайная подвижность и потребность в двигательной активности. В связи с этим очевидной становится продуктивность внедрения элементов эстрадного исполнительства в музыкально-образовательный процесс. Эстрадное выступление предполагает освоение навыков артистичности исполнения, передачу образного содержания музыкального произведения не только при помощи средств музыкальной выразительности, но и посредством мимики, жестов и движений, умение двигаться на сцене, правильно располагать на ней стул и инструмент, кланяться, выходить и уходить со сцены. Кроме того, детям младшего школьного возраста вообще свойственна активно-двигательная природа моторики, проявление непосредственности, раскрепощённости, свободы самовыражения «при помощи невербальных средств общения (мимики и пантомимики), тем самым значительно упрощая развитие элементов

психофизиологического компонента артистизма» [3, с. 10]. Неслучайно в среде педагогов музыкальных школ считается, что учеников младших классов легче всего подготовить к концертному выступлению: для них это ассоциируется с увлекательной игрой, которая доставляет удовольствие. У начинающих аккордеонистов ещё нет понимания об удачных и неудачных выступлениях, нет чётко сформированных критериев оценивания, практически не развита самооценка. Поэтому дети младшего школьного возраста ведут себя на сцене относительно спокойно и уверенно, даже не имея достаточного опыта эстрадных выступлений.

Таким образом, можно сделать вывод, что основными характеристиками психических процессов учащихся-аккордеонистов младшего школьного возраста являются любознательность, подвижность, потребность в двигательной активности, произвольность внимания, избирательность памяти, наглядно-образное мышление с постепенным переходом к логическому и понятийному, склонность к игре, обучению, творчеству. Все эти особенности позволяют педагогу не только определить специфику начального этапа обучения аккордеонистов, но и оптимизировать музыкально-образовательный процесс с детьми младшего школьного возраста. Важно, чтобы на начальном этапе обучения любой звук, упражнение или музыкальная интонация несли в себе определённую смысловую нагрузку и эстетическую ценность, вызвали у начинающего музыканта эмоциональный отклик, создавали то или иное настроение и формировали музыкальный образ. Успешность музыкальной деятельности учащихся младшего школьного возраста и освоения ими искусства игры на аккордеоне может быть существенно повышена за счёт активного привлечения в учебный процесс элементов эстрадного исполнительства. Его специфика состоит в зрелищности, эффектности, преобладании ярких, эмоционально окрашенных образов, элементов виртуозной игры и импровизации, а также включает в себя различные аспекты артистизма. Освоение учащимися основных исполнительских навыков игры на аккордеоне (освоение ведения меха, правой и левой клавиатуры, звукоизвлечение, особые приёмы игры на инструменте) в соответствии с его выразительными возможностями, целенаправленное развитие артистизма детей и их творческих способностей, привлечение их к концертным мероприятиям способствуют внедрению элементов эстрадного исполнительского искусства в музыкальную деятельность начинающих аккордеонистов с первых уроков овладения инструментом.

Список литературы

1. Асафьев Б.В. Избранные статьи о музыкальном просвещении и образовании. Л.: Музыка, 1973. 142 с.
2. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет. М.: Изд-во УРАО, 1997. 175 с.
3. Милич Б.Е. Воспитание ученика-пианиста. М.: Кифара, 2002. 118 с.

4. Петровский А.В. Введение в психологию. М. : Издательский центр «Академия», 1997. 496 с.

5. Тимакин Е.М. Воспитание пианиста. Методическое пособие. М.: Советский композитор, 1989. 144 с.

AGE CHARACTERISTICS OF STUDENTS-ACCORDIONISTS OF JUNIOR AGE IN THE CONTEXT OF FORMING THE BASIS OF VARIETY PERFORMANCE

K.V. Maslenikova

Crimean University of Culture, Arts and Tourism

Abstract. The article is devoted to the problem of psychological characteristics of primary school age accordion students. The relationship between the age characteristics of children and the specifics of the formation of the foundations of variety performance in them is revealed. The study of these aspects of teaching accordion students contributes to the optimization of the educational process in a music school with modern educational requirements.

Keywords: *variety performance, age characteristics of students, accordion students, primary school age, teaching, music education.*

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ТУРИСТИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА НА ТЕРРИТОРИЯХ АЗЕРБАЙДЖАНА, ОСВОБОЖДЕННЫХ ОТ АРМЯНСКОЙ ОККУПАЦИИ

А.Б. Меликов

Азербайджанский Университет Кооперации

Аннотация. В данной статье были проведены анализы по выявлению перспектив развития туристического потенциала на территориях, освобожденных от армянской оккупации. Восстановление наших освобожденных территорий, воздействие на экономику Азербайджана, программы устойчивого развития, восстановление исторических архитектурных памятников для развития туризма, развитие инфраструктуры спортивного туризма ускорит развитие экономики Азербайджана. Положительное влияние новых транспортно-логистических коридоров, которые будут созданы на наших освобожденных территориях, на экономику Азербайджана считается одним из принципиальных вопросов.

Ключевые слова: *освобожденные территории, туристический потенциал, спортивный туризм, транспортно-логистические коридоры.*

Освобожденные от оккупации районы Азербайджана богаты природными ресурсами. По этой причине эти регионы подходят как для летнего, так и для зимнего туризма. В перспективе создание здесь видов зимнего туризма является одной из основных задач, стоящих перед нами. В целях развития потенциала зимнего туризма на освобожденных территориях Азербайджана, предварительно должны быть проведены исследования, подходящие места для горнолыжного туризма, у человека необходимо определить районы, где он может отдохнуть. Прежде всего можно сказать, что наиболее подходящим местом для зимнего туризма является Кельбаджарский район. Наличие образцы природного наследия делают необходимым создание здесь видов зимнего

туризма. Кроме того, в Лачине, Шуше, Гадруте, Туге, вокруг Азыхской пещеры районы также привлекают внимание людей для зимнего туризма.

Туризм является одной из сфер, где богатые природные ресурсы наших земель, освобожденных от оккупации, будут в значительной степени способствовать росту экономической мощи нашей страны.

Отметив существование Карабахского и Нахчыванского маршрутов среди основных маршрутов в советское время, можно сказать, что Карабахский маршрут пользовался большой популярностью среди важных всесоюзных маршрутов. 42 года назад было объявлено о строительстве бальнеологических центров и канатных дорог в Шуше. Отличие в том, что в этом регионе есть благоприятные возможности для религиозного, экологического, агротуризма, а также других видов туризма. Только в Зангилане много источников термальной воды [3].

Худафаринский мост, Азыхская пещера в будущем могут стать туристическим маршрутом. Хотя наши культурно-исторические памятники уничтожены, после их восстановления можно будет организовать экскурсии по этим местам.

В будущем перспективы сотрудничества с Турцией и Ираном в этой области велики. Возможно строительство железной дороги Карс-Игдыр-Нахчыван через территорию Ирана. Строительство здесь железной дороги снизит стоимость турпакета по сравнению с самолетом.

Особо надо отметить перспективы туризма в Карабахском регионе. Еще в советское время люди постоянно стекались в Карабахский регион. Азыхская пещера является памятником уникального значения для человечества. Кроме того, у нас в Карабахском регионе есть много памятников, которые будут включены в список наследия ЮНЕСКО. Осуществление там строительно-реставрационных работ хотя это и займет некоторое время, использование туристического потенциала Карабаха принесет Азербайджану большую выгоду с экономической точки зрения [2].

После исторической Победы, одержанной в ноябре 2020 года благодаря решимости Президента и Главнокомандующего Вооруженными Силами Ильхама Алиева, широкомасштабные восстановительные и строительные работы, проводимые на освобожденных от армянской оккупации территориях, сделают этот регион привлекательным для любителей местных и зарубежных стран туризма.

Глава государства сказал в ходе видеоконференции, посвященной итогам прошлогоднего социально-экономического развития: «Карабахский регион имеет очень богатый туристический потенциал. Поэтому туристические маршруты следует развивать уже сейчас, чтобы после возвращения жизни в этот регион туристическая сфера развивалась, не теряя времени. Отныне эти экспозиции будут восстановлены на международных туристических выставках – после пандемии. Туристический потенциал Карабахского региона, туристические маршруты, исторические памятники должны быть показаны, чтобы мы могли представить этот регион как очень привлекательный регион

для всего мира. Учитывая, что Карабахский регион имеет очень богатую, завораживающую, уникальную природу и исторические памятники, я уверен, что он станет одной из основных туристических зон Азербайджана»[4].

Несмотря на трудности пандемии COVID-19, в Карабахе уже больше года ведутся масштабные реставрационные и строительные работы. В рамках этих работ особое внимание уделяется развитию туристического потенциала Карабаха. Это приведет к более разнообразным туристическим услугам в регионе в ближайшие годы. Постепенно будут возобновлены международные поездки, будет ускорено продвижение туристического потенциала Азербайджана в странах мира. Одним из ярких тому примеров является международный аэропорт Физули, который был открыт 26 октября 2021 года. Этот порт, называемый воздушными воротами Карабаха, построен по мировым стандартам. Любой тип самолета может приземлиться в аэропорту. Все работы здесь проводились в соответствии с международными нормами и стандартами. Вокруг аэропорта проведены красивые строительные работы. Имеются все условия для комфорта пассажиров и туристов. Предприятие по производству сувениров, которое будет создано в жилом массиве Коджуг Марджанлы района, предложит туристам разнообразные подарки, такие как гончарные изделия с национальным орнаментом, ковры небольших размеров, изделия ручной работы и другие изделия.

В настоящее время строятся международные аэропорты в Зангилане и Лачине. После их завершения значительно увеличится количество местных туристов, а также приезжающих в этот регион. Таким образом, ввод в эксплуатацию обоих аэропортов сыграет исключительную роль в развитии туризма в регионе. В Лачине и Зангилане много источников термальной воды, которые отличаются своей загадочностью. В этих районах есть исторические и религиозные памятники и платаны. Поэтому, благодаря богатству своей природы, будущее этого региона будет больше связано с экотуризмом. Если его грамотно использовать, вполне вероятно, что Карабах станет одним из самых замечательных направлений экологического туризма в мире [5].

Президент Азербайджана Ильхам Алиев в ходе визитов в Агдам, Зангилан, Физули, Джебраил, Губадлы, Шушу и Гадрут, освобожденные от оккупации после Второй карабахской войны, неоднократно подчеркивал, что мы превратим наши города и села, разрушенные армянскими вандалами, в настоящий рай. Азербайджанцы верят в это и уверены, что их лидер – основатель и созидательный лидер. В обществе существует убеждение, что эти места в ближайшем будущем превратятся в рай и будут представлять большой интерес для туристов [4].

В дальнейшем планируется организация туристических маршрутов по направлениям Физули-Ходжавенд-Шуша-Лачин, Физули-Джебраил-Зангилан, Зангилан-Губадлы-Кельбаджар-Лачин, Барда-Агдам. Объявление Шуши культурной столицей Азербайджана не ускользнет от внимания туристов. Большой интерес вызывают организация красочных мероприятий, фестивалей,

презентация туристических продуктов, проведение международных выставок и других культурно-массовых мероприятий в городе.

В Лачин-Кельбаджаре, Губадлы-Зангилане будет развиваться природный, зимний, горный и оздоровительный туризм, а в Физули-Агдам-Джебраиле в виде музея под открытым небом будут сохранены некоторые разрушенные культурные учреждения и некоторые остатки войны. Потому что туризм имеет не только экономическую, но и политическую и пропагандистскую сторону [1].

Особое внимание уделяется строительству туристических объектов, баз отдыха и гостиниц при проведении реставрационных и строительных работ в Карабахе, который во все времена года впечатляет гостей своей чарующей природой, а своим чистым воздухом является эпосом на языках, целебные воды и исторические памятники. По мнению экспертов, инфраструктура, отвечающая современным стандартам, будет создана на более высоком уровне, чем в прошлом. В ближайшее время в этом регионе будут реализованы региональные экономические интеграционные проекты по развитию туризма. Дорога Физули-Шуша уже сдана в эксплуатацию. Строительство железнодорожной линии, соединяющей Нахчыван и Турцию через Карабах, ускорит поток туристов не только в регион, но и на Южный Кавказ в целом. С другой стороны, в результате реализации новых проектов будут минимизированы потери времени путешественников, упрощены вопросы документации, исключены дополнительные расходы туристов.

Ожидается, что иранские туристы прибудут через Худафар, а турецкие – через Нахчыван. С этих двух направлений будет поток туристов на освобожденные территории. В нашей стране есть приоритетные базы туризма, и в этом направлении готовятся определенные учреждения, реализуются необходимые меры.

Подготовлена стратегия развития туризма освобожденных от оккупации территорий. Согласно указанному документу, развитие туристских продуктов будет осуществляться параллельно со строительством туристической инфраструктуры на этих территориях. Безусловно, обеспечение безопасности туристов – главная задача. Параллельно с возвращением населения, восстановлением жилья и инфраструктуры там будут создаваться туристические продукты.

Также заложен фундамент туристического комплекса, который будет создан на основе Концепции развития туризма в поселке Суговушан Тертерского района. После разминирования, удаления остатков разрушенных зданий, обрезки многолетних насаждений здесь осуществлены работы по озеленению и высажены подходящие для данной местности растения.

Выполнены работы по осуществлению ряда шагов, касающихся развития туризма в Суговушане. Так, изначально под строительные работы было выделено 5 га земли. В дальнейшем планируется благоустройство территорий вокруг водохранилища. Здесь подготовлены концепцию развития туризма. Согласно этой концепции начало тех работ, которые туристические зоны вокруг водохранилища в этом районе. В той части, которую видно сзади,

планируется строительство зон отдыха. В будущем также будут благоустроены территории вокруг водохранилища. Здесь будут построены зоны парковки, размещения и общественного питания по зонам. Изначально под все эти строительные работы выделено 5 га земли [4].

По зонам планируется создание баз отдыха для приезжающих сюда туристов, особенно для туристов из Нафталана. Следует отметить, что работы в Суговусанском туристическом комплексе будут завершены к концу 2022 года и будут обслуживать туристов в следующем сезоне. Прделанные работы доказывают, что Карабахский регион, обладающий очень очаровательной, уникальной природой и богатым историческими памятниками, вскоре станет одной из основных туристических зон Азербайджана.

Были построены 18 спортивных сооружений, предназначенных для спортивных соревнований в европейских играх, и перестроены в соответствии с современными международными стандартами, со своевременным и высоким качеством, полностью подготовленные к соревнованиям. Существует 12 постоянных спортивных сооружений (в том числе пять новых объектов – Национальная гимнастика, Бакинский Олимпийский стадион, Водный спортивный центр, Бакинский стрелковый центр, Велопарк BMX), 6 временных храмов (водная поло-Арена, 3x3 баскетбольная арена, Велосипедные гонки, Велопарки на горных велосипедах, Триатлон и оборудования для проведения велосипеда-шоссе), строительство и установка Парка европейских игр, в состав которой входит водное поло, пляжная арена, баскетбольная арена 3x3, предназначена для использования в качестве постоянного спортивного объекта в будущем.

В этом великопепном событии, в котором приняли участие спортсмены из 50 европейских стран, Азербайджан получил 56 медалей, в том числе 21 золотых, 15 серебряных и 20 бронзовых медалей и занял второе место после Российской Федерации в таблице медалей. По сравнению с успехами азербайджанских спортсменов на предыдущих летних Олимпийских играх наша команда выиграла первые европейские игры на новом уровне. В Олимпийских играх в Лондоне в 2012 году сборная Азербайджана поднялась на 15-е место среди европейских стран, но в 2015 году они смогли выжить в сложнейшей борьбе на втором месте.

Подводя итог всем этим, уже готовые европейские игры являются источником гордости для Азербайджана и визитной карточки на будущее. Держа эти игры, мы увеличили нашу уверенность в себе, инвестируя в нашу спортивную инфраструктуру.

Список литературы

1. Алирзаев А.Г. Экономика и менеджмент туризма: монография, Баку, «Университет Иктисад», 2010. 529 с.
2. Билалов Б.А., Гулалиев С.Г. «Основы туризма», Баку, «Мутерцим», 2015. 452 с.

3. Солтанова Х.Б. Туризм и его развитие в Азербайджанской Республике: монография, Баку, «Адилоглу», 2007. 238 с.

4. Салманлы Рахман, Карабах имеет богатый туристический потенциал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.azerbaijan-news.az/index.php/az/posts/detail/qarabagin-zengin-turizm-potensialiVar>, – (дата обращения: 18.10.2022).

5. Байрамова Айнур, Карабах станет местом экологического туризма [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://report.az/ru/turizm/karabah-stanet-mestom-ekologicheskogo-turizma/>– (дата обращения: 27.10.2022).

PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF TOURIST POTENTIAL IN THE TERRITORIES OF AZERBAIJAN LIMITED FROM THE ARMENIAN OCCUPATION

A.B. Melikov

Azerbaijan University of Cooperation

Abstract. In this article, analyzes were carried out to identify the prospects for the development of tourism potential in the territories liberated from the Armenian occupation. The restoration of our liberated territories, the impact on the economy of Azerbaijan, sustainable development programs, the restoration of historical architectural monuments for the development of tourism, the development of sports tourism infrastructure will accelerate the development of the Azerbaijani economy. The positive impact of the new transport and logistics corridors that will be created in our liberated territories on the economy of Azerbaijan is considered one of the fundamental issues.

Keywords: liberated territories, tourism potential, sports tourism, transport and logistics corridors.

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ К ПРИМЕНЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ СИЛЫ И СПЕЦИАЛЬНЫХ СРЕДСТВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Д.Д. Меркулов, В.В. Зайцев, К.Ю. Хаченкова

*Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ
Национально-исследовательский Нижегородский
государственный университет им. Лобачевского*

Аннотация. В статье рассматривается проблема и процесс формирования физической и психологической готовности курсантов образовательных организаций МВД России к последующей служебной деятельности на занятиях по физической подготовке.

Ключевые слова: полицейский, обучающиеся, физическая подготовка, психологическая готовность, сила.

Главной задачей любого высшего учебного заведения является подготовка грамотного высококвалифицированного специалиста. В образовательных

организациях МВД России проходит подготовка сотрудников органов внутренних дел, в том числе каждый обучающийся готовится по профессии «Полицейский».

Полицейский – это гражданин Российской Федерации, который осуществляет служебную деятельность на должности федеральной государственной службы в органах внутренних дел и которому в установленном порядке присвоено специальное звание.

Согласно Федеральному закону «О полиции», одним из основных направлений деятельности полиции является предупреждение и пресечение преступлений и административных правонарушений. Если проанализировать практическую деятельность сотрудников полиции по данному направлению, то можно сделать вывод о том, что подавляющее количество преступлений и правонарушений пресекается при помощи физической силы и специальных средств. В связи с данной спецификой к лицам, находящимся на службе в полиции предъявляются особые требования как к физическим данным, так и к психологическим.

По результатам анализа случаев оказания сотрудникам полиции силового противодействия при выполнении служебных обязанностей по подразделениям ГУ МВД России по Краснодарскому краю в 2014 году были сделаны некоторые выводы. Было установлено, что при оказании сопротивления и нападении на сотрудников, удары чаще всего наносились руками и ногами, то есть использовались боевые приемы борьбы; также было выяснено, что в качестве средств посягательства на жизнь и здоровье сотрудников активно применялись колюще-режущие предметы.

Практике известны случаи, когда сотрудники полиции не смогли применить какие-то меры для пресечения преступления или правонарушения, либо промедлили в своих действиях, что привело к негативным последствиям. Так 9 октября 2017 года онлайн-газета «Новые известия» опубликовала статью о возбуждении уголовного дела в отношении бывшего сотрудника полиции в городе Хабаровск. Мужчина не остановил драку чемпиона мира и Европы по пауэрлифтингу Андрея Драчева с Анаром Аллахверановым в Хабаровске и не принял мер по предотвращению убийства спортсмена. Следствием было установлено, что бездействие полицейского привело к смерти чемпиона.

Когда человек попадает в экстремальную ситуацию, он может столкнуться с психологическими барьерами, связанными со страхом, неуверенностью в своих действиях, дезориентацией в пространстве или нерешительностью.

Именно психологическая готовность к применению физической силы и специальных средств является решающим фактором успешного выполнения сотрудником полиции своих должностных обязанностей. Несоответствие уровня подготовки требованиям практической деятельности не только приводит к тактическим просчетам, порождает психологические барьеры при применении мер непосредственного принуждения. Стоит обратить внимание на тот факт, что высокий уровень профессионального мастерства важен не столько для обеспечения результативной работы, а сколько для эффективной охраны

общественного порядка, защиты жизни и здоровья граждан и в том числе сохранения собственной жизни самим сотрудником органов внутренних дел.

Под психологической готовностью понимается особое состояние человека, которое сопровождается адекватной формой психической напряженности и выражается в готовности человека к действиям в ожидании какого-либо события. В качестве компонентов рассматриваемого психического образования выделяются мотивы деятельности, психологический настрой, эмоциональное состояние, знания о предмете и способах деятельности, навыки и умения их практического внедрения, а также профессионально важные качества личности и профессиональное самосознание, отношение субъекта к этой деятельности [7].

В образовательных организациях МВД России ведется подготовка будущих сотрудников полиции, готовых и физически, и психологически к практическому применению боевых приемов борьбы и специальных средств при выполнении ими служебных обязанностей, закрепленных в ст. 13 Федерального закона «О полиции». Ведущую роль в формировании психологической готовности к профессиональной деятельности у обучающихся играет физическая подготовка. Но не стоит подразумевать, что данное качество развивается исключительно на занятиях по данной дисциплине.

С одной стороны, физическая подготовка понимается как процесс, направленный на развитие физических качеств, способностей, навыков и умений человека с учетом вида его деятельности и социально-демографических характеристик. Однако, в рамках рассмотрения заявленной темы данный термин стоит рассматривать как образовательную дисциплину в образовательных организациях МВД России, целью которой является формирование физической и психологической готовности сотрудников к успешному выполнению оперативно-служебных задач, умелому применению физической силы, боевых приемов борьбы и специальных средств при пресечении противоправных действий, а также обеспечение их высокой работоспособности в процессе служебной деятельности. [1].

Значимость дисциплины «Физическая подготовка» состоит в поддержании общей физической формы; получении знаний о способах применения физической силы и специальных средств, их практической отработке и выработке определенных навыков и умений; преодолении психологических барьеров, препятствующих выполнению профессиональных обязанностей, и выработке необходимых для сотрудника полиции качеств личности.

Занятия по данной дисциплине выстраиваются в соответствии с «Наставлением по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации». Здесь определены все виды проведения занятий по физической подготовке. Данная организация дисциплины нацелена на формирование необходимых качеств личности при занятии профессиональной деятельностью полицейского.

С целью развития таких важных психических качеств личности, как выносливость, выдержанность и дисциплинированность обучающимся предложено заниматься прикладной гимнастикой, легкой атлетикой и лыжной

подготовкой. Способность ориентироваться в заданных условиях, быстрота обработки поступающей информации и принятия решения, находчивость, пластичность мышления, инициативность, смелость и решительность активно развиваются на занятиях по преодолению полосы препятствий, по боевым приемам борьбы.

Для увеличения психической нагрузки с целью развития стрессоустойчивости рекомендуются следующие методические приемы: использование шумовых эффектов (к примеру резкое голосовое сопровождение ударов); преодоление полосы препятствий в усложненных условиях, таких как дождь, наличие при себе с оружия, встречное или одновременное преодоление полосы несколькими курсантами; выполнение упражнений в заданный промежуток времени; придание ситуации состязательного характера (могут проводиться спортивные игры) [8].

При изучении правил применения физической силы, способов применения специальных средств (к примеру, палки специальной, наручников), процедуры проведения досмотровых мероприятий обучающиеся не только получают определенный объем информации, но и вместе с преподавателями разбирают примеры из практической деятельности, прорабатывают различные кейс-задачи, выявляют ошибки в исполнении того или иного приема и исправляют их. Затем в результате многократного повторения полученные знания закрепляются, в результате чего вырабатываются определенные профессиональные навыки и умения. В ходе такой работы различные психологические барьеры, связанные с неуверенностью в правомерности, точности и последовательности выполняемых действий при применении физической силы и специальных средств в отношении лиц, совершающих правонарушения поступки.

С учётом требований, которые складываются в современной оперативной обстановке, обучающиеся образовательных организаций МВД России должны быть подготовлены к применению физической силы и специальных средств не только физически, но и психологически. Благодаря этому, будучи сотрудниками полиции, обучающиеся смогут без вреда для себя и окружающих справляться с поставленными задачами, сохраняя при этом самоконтроль и высокую адаптивность к изменяющейся окружающей обстановке. Дисциплина «Физическая подготовка» располагает различным арсеналом упражнений и боевых приемов борьбы, овладение которыми имеет большое значение для развития психологической готовности будущего сотрудника полиции к применению физической силы и специальных средств. Именно физическая подготовка играет ведущую роль в формировании психологической готовности к профессиональной деятельности у обучающихся, развивая не только физические, но и психические качества, необходимые для успешного выполнения служебных обязанностей сотрудника полиции.

Список литературы

1. Воротник, А.Н., Клименко, Б.А. Вестник Белгородского юридического института МВД России / А.Н. Воротник, Б.А. Клименко //

Средства и методы воспитания приоритетных физических качеств у сотрудников специальных подразделений МВД России – Электрон. сборник. – 2010. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/v/sredstva-i-metody-vospitaniya-prioritetnyh-fizicheskikh-kachestv-u-sotrudnikov-spetsialnyh-podrazdeleniy-mvd-rossii>. – (Дата обращения: 20.03.2019).

2. МЧС России: официальный сайт / Термины МЧС. – Режим доступа: <http://www.mchs.gov.ru/dop/terms/item/87773/>. – (Дата обращения: 19.03.2019)

3. Новые известия. онлайн-газета – Хабаровск, 2017. – Режим доступа: <https://newizv.ru/news/society/09-10-2017/politseyskiy-ne-pomeshavshiy-ubiystvu-sportsmena-stal-figurantom-ugolovnogo-dela>. – (Дата обращения: 21.03.2018).

4. О полиции: федер. закон от 7 февраля 2011 года №3-ФЗ

5. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450

6. О физической культуре и спорте в Российской Федерации: федер. закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 29.06.2015)

7. Тихомирова Ю. М. Теоретический анализ структурных компонентов психологической готовности к профессиональной деятельности [Текст] // Психологические науки: теория и практика: материалы II Междунар. науч. конф. (г. Москва, март 2014 г.). М.: Буки-Веди, 2014. С. 6-9.

8. Ткаченко, А.И. Вестник Белгородского юридического института МВД России / А.И. Ткаченко // Анализ динамики роста основных физических качеств у курсантов первых курсов Белгородского Юридического института МВД России. – Электрон. сборник. – 2010. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/v/analiz-dinamiki-rosta-osnovnyh-fizicheskikh-kachestv-u-kursantov-pervyh-kurosov-belgorodskogo-yuridicheskogo-instituta-mvd-rossii>

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL PREPARATION FOR THE USE OF PHYSICAL FORCE AND SPECIAL MEANS FOR STUDENTS OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF RUSSIA IN PHYSICAL TRAINING CLASSES

D. Merkulov, V. Zaitsev, K. Khachenkova

*Rostov Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russia
National Research Nizhny Novgorod State University Lobachevsky*

Abstract. The article deals with the problem and the process of the formation of the physical and psychological readiness of cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia for subsequent official activity in physical training classes.

Keywords: police officer, physical training, psychological readiness, strength.

ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В ВОЕНИЗИРОВАННЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Д.Д. Меркулов, В.В. Зайцев, К.Ю. Хаченкова

*Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ
Национально-исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Лобачевского*

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы об особенностях преподавания дисциплины по физической подготовке для курсантов военизированных учреждений. Опираясь на законодательную базу, выделены упражнения и нормативы, обязательные для выполнения сотрудниками органов внутренних дел. Предложены пути решения проблемы усвоения курсантами учебного материала.

Ключевые слова: физическая подготовка, преподаватель, курсант, профессиональное образование.

Обучающиеся военизированных учреждений – это молодые люди, которые при выборе профессии заявляют о своей готовности служить на благо Родины. Наряду с умственными способностями, важным является физическая подготовленность к выполнению профессиональных обязанностей. Способность грамотно противодействовать противоправным действиям лица – неотъемлемая составляющая при обучении курсантов, слушателей военизированных учреждений. Именно поэтому важно говорить об особенностях и совершенствовании методов преподавания указанной учебной дисциплины.

Образовательные организации МВД России составляют одно из наиболее крупных звеньев системы военизированных учреждений. Физической подготовке курсантов уделяется особое внимание, в связи с тем, что профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел связана с действиями в условиях опасности и риска, с преодолением больших физических нагрузок и нервно-психических напряжений [1].

Под образованием принято понимать процесс формирования ума, характера и физических способностей личности, что является общественно значимым благом, осуществляемое в интересах человека, общества государства [2]. Уровень профессионального образования определяет степень подготовленности обучающегося к выполнению служебных обязанностей. Курсанты военизированных учреждений, наряду с которыми образовательные организации МВД России, в течение всего периода обучения изучают специальные учебные дисциплины, целью которых является качественная подготовка государственных служб.

Гуманитарные науки направлены на просвещение личности и формирование мыслительных способностей. Естественные науки признаны научить строгим логическим рассуждениям. Общественные науки изучают принципы интеграции человека при взаимодействии друг с другом. В

сравнении с данными науками, следует отдельно выделить физическую культуру, которая является частью общечеловеческой культуры и направлена на:

1. Совершенствование двигательных умений и навыков. Ко всему прочему, здоровый образ жизни во все времена выступал фундаментом здоровой нации.
2. Поддержание мышечной формы тела человека.
3. Формирование мышечной памяти.
4. Обеспечение личной безопасности сотрудника при выполнении профессиональных обязанностей.
5. Обеспечение здорового образа жизни.
6. Сохранение продуктивного уровня общей работоспособности.
7. Повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов служебной деятельности.

Безусловно, лишь совокупность представленных учебных дисциплин обеспечивает высокий уровень подготовки государственных служащих, в частности, сотрудников органов внутренних дел. Тем не менее, для курсантов военизированных учебных организаций, развитая физическая сила является своеобразной гарантией личной безопасности и защищенности от противоправных посягательств. Что, в свою очередь, обусловлено положениями Федерального закона «О полиции» от 07.02.2011 № 3-ФЗ, в котором представлен исчерпывающий перечень основания, при которых допускается применение силы сотрудниками органов внутренних дел:

1. Для пресечения преступлений и административных правонарушений;
2. Для доставления в служебное помещение задержанных лиц;
3. Для преодоления противодействия законным требованиям сотрудника полиции [3].

Под физической силой принято понимать не сопровождающиеся применением специальных средств и огнестрельного оружия действия сотрудника органов внутренних дел, выражающиеся в его непосредственном физическом контакте с отдельными лицами или имуществом, которые сопровождаются ограничением телесной неприкосновенности данных лиц. Кроме того, ограничены и свобода их действий, передвижений или распоряжения какими-либо предметами, причинением боли, вреда здоровью или смерти. В том числе, повреждение или временное изъятие принадлежащего кому-либо имущества в целях прекращения активного противоправного поведения этих лиц.

Для обеспечения законных прав и интересов граждан, полицейский обязан минимизировать причинение вреда в отношении правонарушителя. Так, при задержании допускается использование боевых приемов борьбы, представленные в Приказе МВД России от 01.07.2017 № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации». Наряду с которыми:

1. Удары и защита от ударов.

2. Болевые приемы.
3. Броски.
4. Удушающие приемы.
5. Освобождение от захватов и обхватов.
6. Пресечение действий с огнестрельным оружием.
7. Сковывание наручниками, связывание веревкой, брючным ремнем.
8. Наружный досмотр [4].

Получение знаний по отработке приемов борьбы способствует умелому применению физической силы, успешному выполнению оперативно-служебных задач, а также направлено на повышение работоспособности в процессе служебной деятельности.

Опыт работы в органах внутренних дел, достижения в области спорта, а также знания и умения общения, взаимодействия с обучающимися – позволяют профессорско-преподавательскому составу кафедры по физической подготовке качественно подготовить будущих стражей порядка. Кроме того, учитывая разные способности курсантов, необходимо к каждому находить индивидуальный подход, чтобы достичь общего результата.

В соответствии с Приказом МВД России от 05.05.2018 г. № 275 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации», практические занятия по физической подготовке в образовательных организациях МВД России организуются и проводятся не реже одного раза в неделю общей продолжительностью не менее двух часов [5].

Физическая культура как учебная дисциплина в военизированных учреждениях подразделяется на:

1. Основы физической подготовки, то есть, освоение базового комплекса гимнастических упражнений.
2. Специальная физическая подготовка, что подразумевает отработку приемов борьбы.

В отличие от школьников, курсанты военизированных учреждений прошли профессиональный отбор, что обуславливает их приемлемое состояние здоровья, а, как следствие, возможность заниматься физической подготовкой в полном объеме.

Прохождение вступительных испытаний при поступлении на службу, позволяет провести качественный отбор среди желающих связать свою жизнь с государственной службой. Оценивают умения и способности абитуриентов преподаватели кафедры по физической подготовке, что позволяет оценить физические данные абитуриентов с профессиональной стороны.

Несмотря на готовность организма к выполнению физических упражнений, существуют общие проблемы, препятствующие освоению учебного материала в ходе организации и проведения занятий по физической подготовке. К таковым следует отнести:

1. Лень и нежелание самого курсанта развивать имеющиеся физические навыки.

2. Систематическое недосыпание вследствие нарушения режима дня курсантов.

3. Несовместимость с ассистентом, то есть, когда его масса и рост значительно превышают массу и рост сдающего приемы борьбы.

В этой связи, аргументированно следует, что опыт и знания преподавателя бессильны на пути достижения цели по обучению курсанта. При решении данного вопроса необходимо отталкиваться от мотивации обучающихся к получению профессионального образования. Одним из способов, позволяющих донести до рядовых информацию о значимости физической подготовки для государственного служащего – проведение теоретических занятий с демонстрацией последствий для сотрудника в случае невозможности оказания сопротивления правонарушителю. Так, например, при неграмотном и неправильном подходе в момент задержания вооруженного преступника, можно получить травму несовместимую с жизнью. Или, в случае применения физической силы без соблюдения определенной техники, можно нанести чрезмерный вред лицу, в отношении которого данная сила была применена.

Сотрудник полиции, как и любой военнослужащий, отличается от гражданских лиц, тем, что имеет профессиональное образование. Кроме того, государственный служащий несет большую ответственность за свои действия. И, в некоторых случаях, они могут быть расценены как преступление. Ст. 114 уголовного кодекса Российской Федерации содержит санкцию за причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью при превышении пределов необходимой обороны либо при превышении мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление [6]. Предполагается, что государственный служащий, в частности, сотрудник полиции, являясь представителем власти, обладает специальными знаниями, что позволяет ему грамотно оценить ситуацию и принять рациональные меры. Это, между тем, является одним из аргументов в вопросе о необходимости изучения учебных дисциплин в образовательных организациях на высоком уровне.

Преподаватели кафедры по физической подготовке – это сотрудники из числа мастеров спорта. Их колоссальный опыт и профессиональные знания обеспечивают высокое качество преподавания учебной дисциплины.

Занятие начинается с разминки, для того, чтобы разогреть мышцы, связки и суставы. Данное мероприятие снижает риск получения травмы и (или) растяжения. Стоит отметить, что специальная физическая подготовка отличается тем, что в ходе отработки болевого приема, можно нанести травму ассистенту. Кроме того, нарушение правил и техники боя способно привести к причинению вреда здоровью. Преподаватель несет ответственность за курсантов во время проведения занятия. Ввиду чего, необходимо, придерживаясь строгой последовательности, осуществлять тренировку.

Наряду с приемами борьбы, достаточное внимание уделяется таким нормативам, как:

1. Прикладная гимнастика.

2. Атлетическая подготовка.
3. Легкая атлетика.
4. Ускоренное передвижение.

Регулярное выполнение данных нормативов направлено на развитие личностных качеств государственных служащих, в их числе такие как:

1. Выносливость.
2. Ловкость.
3. Быстрота.
4. Целеустремленность.
5. Сила воли.

Преподаватель дает рекомендации по правилам и технике, позволяющие «экономить» время и распределять силы для достижения лучшего результата. В ходе занятия происходит регулярное взаимодействие с курсантами. Акцентируется внимание на ошибках, комментируется правильность исполнения норматива. Преподаватель по физической подготовке в отличие от преподавателей теоретических дисциплин, обязан все время быть на чеку. Важно вовремя заметить, например, получение травмы обучающимся, чтобы оказать необходимую помощь и минимизировать вред здоровью.

Задача преподавателя не только научить сотрудников технике ведения боя, оказать содействие в формировании всесторонне развитой личности, но и объективно оценить успехи курсантов. Как правило, необходимо посчитать сумму баллов, которые были получены за выполнение физических упражнений с учетом выполнения минимального порогового уровня в каждом упражнении, в соответствии с таблицей оценки физической подготовленности военнослужащих [7]. При этом, всегда стоит учитывать субъективное восприятие личности. Курсанты, которые в течение всего периода обучения проявляют особую заинтересованность и демонстрируют тягу к знаниям, стараются «впитывать» всю информацию, принимая ее вроде ценного ресурса – наверняка будут оценены преподавателем с положительной стороны.

Физическая подготовка, являясь частью физической культуры, направлена также на формирование здорового образа жизни курсантов. Кроме того, в ходе занятий прививается любовь к спорту, закладываются полезные привычки [8]. Распорядок дня обучающихся предусматривает утреннюю зарядку, проведение которой осуществляется преподавателями кафедры по физической подготовке. Это позволяет приучить организм к умеренной нагрузке. Разминка, как и любое другое упражнение – имеет определенную технику выполнения. Именно поэтому, для обеспечения эффективности ее проведения, привлекаются опытные преподаватели. Как правило, начинать движения важно с головы, постепенно спускаясь вниз, уделяя внимание каждой части тела [9]. Вместе с тем, утренний бег в своем темпе обеспечивает заряд энергии на предстоящий день.

На пути совершенствования методов и способов преподавания учебной дисциплины по физической подготовке, стоит выделить следующие идеи:

1. Организация занятий на основе моделирования ситуаций в контексте профессиональной деятельности. Например, задержание вооруженного преступника после его преследования, то есть, преодоления быстрым бегом некоторой дистанции.

2. Обеспечение высокой плотности учебного занятия с целью реализации максимально возможного структурно-энергетического разнообразия двигательной деятельности курсантов и слушателей.

3. Проводить совместно с кафедрой огневой и тактико-специальной подготовки практические учения.

Преподаватели кафедры по физической подготовке задействованы как при отборе абитуриентов, так и при работе непосредственно с курсантами в ходе учебных занятий и при оказании помощи в организации утренней зарядки.

Задача профессорско-преподавательского состава кафедры состоит в воспитании грамотных сотрудников органов внутренних дел, способных принимать обоснованные решения в экстремальных ситуациях. В стенах образовательной организации соблюдены все условия для комфортного обучения и усвоения материала. При работе в территориальных органах, в частности, на административном участке или в составе дежурных суток, необходимо учитывать воздействие внешних факторов, таких как: плохие погодные условия, столпотворение равнодушных граждан, морально-психологическое восприятие ситуации. Выработанная за годы обучения мышечная память позволяет на рефлексорном уровне определить порядок действий и оказать сопротивление правонарушителю.

Возвращаясь к проблеме, рассматриваемой в данной научной статье, напомним, что государственная служба, в частности, служба в органах внутренних дел, связана с риском для жизни и здоровья. Физическая подготовленность сотрудника выступает некой гарантией его личной защищенности. Чем, собственно, обусловлена значимость и необходимость высокого уровня физической подготовки.

Таким образом, необходимо сделать вывод о том, что дисциплина по физической подготовке является важной составляющей в процессе обучения курсантов военизированных учреждений. В рамках профессиональной служебной и физической подготовки занятия проводят преподаватели кафедры по физической подготовке, имеющие образование в области физической культуры и спорта, а также спортивные звания, спортивные разряды. Специфика занятий состоит в том, что возможная ошибка может привести к травме. Более того, неполное усвоение знаний в этой области чревато наступлением ответственности при работе в территориальных органах. Так, например, причинение вреда здоровью правонарушителя, чревато санкциями уголовного законодательства. Важно донести до обучающихся значимость и необходимость качественного подхода к изучению данной дисциплины. На плечах преподавателей кафедры по физической подготовке лежит обязанность по всестороннему развитию личности и воспитания профессионалов.

Список литературы

1. Алхасов Д. С. Методика обучения физической культуре // Учебное пособие. Юрайт. 2022. С. 112-117.
2. Микрюков В. Ю. Основы военной службы. Физическая и тактическая подготовка // Учебник. 2-е изд., испр. и доп. 2022. С. 78-93.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры // Учебник. 4-е изд. Юрайт. 2021. С. 67-69.
4. Приказ МВД России от 01.07.2017 г. № 450 (ред. 27.07.2020) «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел российской Федерации» // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 18.03.2022).
5. Приказ МВД России от 05.05.2018 г. № 275 (ред. от 10.01.2022) «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 18.03.2022).
6. Приказ Министра обороны Российской Федерации от 21.04.2009 г. № 200 (ред. от 31.07.2013) «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации» (Зарегистрировано в Минюсте России 30.06.2009 № 14175) // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 21.03.2022).
7. «Уголовный кодекс Российской Федерации» от 13.06.1996 № 63-ФЗ (ред. от 09.03.2022) (с изм. и доп., вступ. в силу с 17.03.2022) // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 21.03.2022).
8. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 30.12.2021) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2022) // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 18.03.2022).
9. Федеральный закон «О полиции» от 07.02.2011 № 3-ФЗ (ред. от 21.12.2021) // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 18.03.2022).

FEATURES OF TEACHING THE DISCIPLINE OF PHYSICAL TRAINING IN PARAMILITARY INSTITUTIONS

D. Merkulov, V. Zaitsev, K. Khachenkova

*Rostov Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russia
National Research Nizhny Novgorod State University Lobachevsky*

Abstract. The article discusses the issues of the specifics of teaching the discipline of physical training for cadets of paramilitary institutions. Based on the legislative framework, exercises and standards that are mandatory for internal affairs officers are highlighted. The ways of solving the problem of assimilation of educational material by cadets are proposed.

Keywords: physical training, teacher, cadet, vocational education.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ ТРЕНЕРОВ ПО ВИДУ СПОРТА (НА ПРИМЕРЕ РУКОПАШНОГО БОЯ)

М.А. Мешков, Ю.А. Бахарев

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В настоящее время вид спорта «рукопашный бой» является одним из самых сложных, так как включает в себя технический арсенал различных видов спорта, в которых допустимо применение ударов, бросков, захватов, болевых и удушающих приемов в зависимости от динамики боя. Необходимость целенаправленного физического развития спортсменов, занимающихся рукопашным боем, в процессе технико-тактической подготовки является актуальным вопросом как теории спортивной подготовки, так и педагогической практики. Целью исследования является совершенствование программы подготовки тренеров по виду спорта (на примере рукопашного боя). Мы предположили, что процесс профессиональной подготовки тренера по рукопашному бою в системе высшего образования будет более эффективным при реализации единства педагогической, медико-биологической, спортивной, информационно-коммуникативной подготовки.

Ключевые слова: физическое воспитание, рукопашный бой, тренер, дополнительные занятия.

Современная парадигма личностно-ориентированной системы образования является методическим ориентиром для систем опережающего педагогического образования, направленных на обеспечение профессионально-личностного роста педагогов, тренеров.

Роль преподавателей в области спорта и физической активности свидетельствует о важности этой проблемы [1].

Качество профессиональной деятельности тренера зависит не только от теоретико-методического понимания физической культуры, но и от личностных особенностей преподавателя единоборств, особенно профессиональных навыков в фокусе образования [3].

Все современные исследования подчеркивают важность личностно-профессиональных качеств тренера по рукопашному бою. Тренеры являются образцами для подражания в мире спорта. Влияние на поведение учащихся неоспоримо. Преподаватели не только обучают сочетанию навыков, приемов и тактик, но и делятся опытом с обучающимися через учебные материалы. Наблюдая за поведением тренера, можно понять его отношение к процессу коучинга, а также – к профессиональной деятельности в целом [4].

Педагогическая компетентность представляет собой системное явление, позволяющее педагогам эффективно применять педагогические знания, опыт, личностные качества и особенности [2].

Поэтому профессиональная компетентность тренера является критерием измерения соответствующего уровня его знаний, умений и опыта в условиях реальной сложности профессиональной функции.

В результате исследования работ в области совершенствования программы подготовки тренеров по виду спорта показало, что вопросы

подготовки тренеров были освещены в работах отечественных и зарубежных ученых, таких как В.К. Бальсевич, Д.Д. Донской, Ю.Д. Железняк, В.М. Зацюрский, Л.И. Лубышева, Л.П. Матвеев, и др.

Целью исследования является совершенствование программы подготовки тренеров по виду спорта (на примере рукопашного боя).

Методика и организация исследования.

Для решения задач, с которыми мы столкнулись в ходе исследования, были использованы следующие методы:

1. Анализ научно-методической, нормативно-правовой литературы и интернет-источников.

2. Анкетирование тренеров Нижегородской региональной федерации рукопашного боя.

3. Педагогическое тестирование.

Анализ научно-методической литературы заключался в изучении отечественной и зарубежной литературы по подготовке тренеров по рукопашному бою. Анкетирование тренеров Нижегородской региональной федерации рукопашного боя проводилось для выявления мнения специалистов о необходимых знаниях для качественного выполнения трудовых функций тренера по рукопашному бою.

Для оценки тренеров по рукопашному бою применялось тестирование в качестве метода психологической диагностики, который использует стандартизированные вопросы и тесты, имеющие шкалу значений. Тестирование открывает возможность определять актуальный уровень развития необходимых знаний, навыков и личностных характеристик.

Настоящее исследование проводилось в три этапа.

На первом этапе – подготовительный: анализ литературы и нормативных документов по исследуемой проблеме, определение научного аппарата, изучение состояния проблемы в теории и практике повышения квалификации тренеров по рукопашному бою, выявление основных теоретических предпосылок, позволяющих разработать педагогическую программу курса повышения квалификации по применению медиативных технологий в педагогической практике спортивных тренеров по рукопашному бою.

На втором этапе – основной: на основе накопленного теоретического и эмпирического материала проводилось обоснование условий формирования искомых качеств у спортивных тренеров по рукопашному бою. На данном этапе осуществлялась подготовка, организация и проведение опытной работы.

На третьем этапе – заключительный: проанализированы результаты исследования, разработаны методические рекомендации по осуществлению эффективного обеспечения профессионально важных качеств тренера рукопашного боя.

Результаты исследования. Для решения поставленных задач были разработаны методики, анкеты и тесты, описанные на подготовительном этапе исследования. В тестировании с помощью разработанной нами методики

приняло участие 37 тренеров по рукопашному бою. По завершении тестирования были получены следующие данные (рис. 1).



Рис. 1. Использование инновационных технологий при работе тренера по рукопашному бою

Были протестированы спортивные тренеры по рукопашному бою на выявление новых профессиональных умений с интеграцией цифровых средств в тренировочный процесс. Наблюдение и анализ над учебно-воспитательным процессом показал, что недостаточное владение инновационными технологиями не дает показатель успешности при подготовке учеников, поэтому при нашем подходе повышения квалификации спортивных тренеров по рукопашному бою можно наблюдать повышение интереса учеников.

В целях изучения суждений тренеров по единоборствам о содержании образования в системе курсов повышения квалификации был проведено анкетирование тренеров по рукопашному бою. Результаты анкетного опроса показаны в таблице 1.

Таблица 1. Результаты опроса тренеров по рукопашному бою касательно актуальности обучающей информации

Вопросы анкеты	Модуль «Теория и методика спортивной тренировки»		Модуль «Повышение спортивно-педагогического мастерства»		Другие модули	
	Кол-во ответов	Кол-во ответов	Кол-во ответов	Кол-во ответов	Кол-во ответов	Кол-во ответов
Какой модуль на курсах ПК вы считаете наиболее актуальным?	4	26.7 %	9	60 %	2	13.3 %

Также, в анкете были поставлены вопросы касательно форм организации курсов повышения квалификации и их наиболее эффективные стороны. В таблице 2 представлены ответы тренеров на данные вопросы.

Таблица 2. Результаты опроса тренеров по рукопашному бою касательно форм организации курсов повышения квалификации

Варианты ответов	Группа тренеров	
	Кол-во ответов	%
Лекции	-	-
Семинары	1	6.6 %
Практические занятия	7	46.6 %
Выездные занятия	5	33.6 %
Самостоятельная работа	1	6.6 %
Практики по специальности и специализации	1	6.6 %
Другое	-	-

Был составлен тест на изучение профессиональных знаний спортивных тренеров по рукопашному бою. В установленные сроки проведены диагностические мероприятия для изучения спортивной подготовки, удовлетворенности спортсменов жизнью спортивной школы, соревновательной и развивающей деятельностью, опыта тренера по рукопашному бою.

При проведении диагностических процедур по оценке уровня инновационности образовательного процесса и процесса спортивной подготовки, удовлетворенности спортсменов жизнью спортивной школы и соревновательной деятельностью, сформированности профессиональной компетенции тренеров по рукопашному бою, уровня сформированности знаний учитывался диагностический материал.

В табличной форме (Таблица 3) представим результаты сформированности профессиональных умений тренеров в ходе исследования.

Таблица 3. Сформированность профессиональных знаний тренеров по рукопашному бою по ситуационному тесту с заданиями и вопросами к ситуациям

Уровень профессиональной компетенции	Результаты
	Контрольная группа (37 человек)
	КЭ абс. / %.
Низкий уровень	26 / 72
Средний уровень	9 / 26
Высокий уровень	2 / 2

В ходе тестирования был выявлен низкий уровень профессионально важных знаний для тренеров по рукопашному бою. На основе результатов данного тестирования были определены рекомендации по разработке курсов повышения квалификации, которые включали в себя лекционный материал по рукопашному бою: изучение особенностей цифровых технологий в спортивной школе, культуры взаимоотношений, отношений в группе, изучению команды, «реальной» практики по рукопашному бою, организации ряда практических занятий.

Исследование проводилось в Нижегородской региональной федерации рукопашного боя, в котором приняли участие 37 тренеров. В рамках настоящего исследования была разработана программа повышения квалификации тренеров по рукопашному бою, которая может быть реализована на факультете физической культуры и спорта Нижегородского государственного университета им. Н.И. Лобачевского.

Обучающая программа направлена на формирование профессионально важных знаний и умений, необходимых для выполнения трудовых функций. Трудовые функции основываются на приказе Минтруда России от 28.03.2019 N 191н "Об утверждении профессионального стандарта "Тренер", компетенции – приказе Министерства образования и науки РФ от 19.09.2017 N 940 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Заключение. Изменения в социально-экономической жизни России оказали существенное влияние на подготовку специалистов, особенно в области спортивной культуры и спорта, которые направлены на повышение эффективности деятельности высших учебных заведений. Социально-экономические изменения, происходящие в России, подчеркивают необходимость поиска новых ориентиров образовательной деятельности и побуждают к новому пересмотру роли системы образования, в частности роли повышения квалификации спортивных тренеров.

Поэтому содержание представленных в настоящей работе умений тренера рукопашного боя поможет педагогам провести самодиагностику своих знаний, спланировать образовательные цели, повысить профессиональные навыки. На основе анализа результатов анкетирования и педагогического тестирования была разработана программа повышения квалификации тренеров по рукопашному бою.

Ожидается увеличение количества высококвалифицированных тренеров по рукопашному бою за счет материала курса рукопашного боя: изучение функции цифровых технологий в спортивных школах, групповые взаимоотношения, «реальная» практика рукопашного боя, организация серии практических занятий.

Включение цифровых технологий в процесс повышения квалификации тренеров по рукопашному бою наиболее актуально на сегодняшний день.

На основании вышеизложенного можно сделать вывод, что использование цифровых технологий не только обеспечивает выполнение необходимых требований, но и позволяет реализовать множество дополнительных возможностей, связанных с организационной эффективностью организации процесса повышения квалификации тренерами.

Список литературы

1. Арзютов, Г. Н. Многолетняя подготовка в спортивных единоборствах / Г. Н. Арзютов. – Киев: НПУ им. М.П. Драгоманова, 2017. 410 с.
2. Боген, М.М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям. Теория и методика / М.М. Боген. — Москва: Книжный дом «ЛИБЕРКОМ», 2016. 200 с.
3. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник для студентов вузов/ А.А. Васильков. – Ростов- на-Дону, 2018. – 381с.
4. Волчецкий, Э.И. Развивая силу / Э.И. Волчецкий // Физическая культура в школе. 2000. №2. С.46.

IMPROVING OF THE TRAINING PROGRAM FOR TRAINERS IN SPORTS (IN THE HAND-TO-HAND FIGHT)

M. Meshkov, Yu. Bakharev

Lobachevsky State University of Nizhni Novgorod

Abstract. Currently, the sport of "hand-to-hand fight" is one of the most difficult, as it includes a technical arsenal of various sports in which the use of punches, throws, grapples, painful and suffocating techniques is permissible, depending on the dynamics of the fight. The need for purposeful physical development of athletes engaged in hand-to-hand fight in the process of technical and tactical training is an urgent issue of both the theory of sports training and pedagogical practice. The purpose of the study is to improve the training program for coaches in the sport (using the example of hand-to-hand fight). We assumed that the process of professional training of a hand-to-hand fight coach in the higher education system would be more effective in implementing the unity of pedagogical, biomedical, sports, information and communication training.

Keywords: physical education, hand-to-hand fight, trainer, additional classes.

ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

М.М. Миронов, Н.Г. Титова, Е.Н. Летягина, С.Н. Гутко

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы повышения качества жизни населения средствами физической культуры и спорта. Раскрыты основные факторы, влияющие на качество жизни населения и обозначена роль физической активности в сохранности здоровья и увеличения продолжительности жизни.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, качество жизни, здоровье, продолжительность жизни

Качество жизни – это очень субъективный показатель счастья, который является важным компонентом человеческой жизни. Факторы, влияющие на качество жизни, варьируются в зависимости от личных предпочтений, но часто они включают финансовую безопасность, удовлетворенность работой, семейную жизнь, здоровье, безопасность и самореализацию [1, 5, 7].

Фундаментальные показатели качества жизни включают качественное и достаточное питание, адекватное жилье и окружающую среду, социальную и психологическую самореализацию и здоровье. Индивидуальные, культурные и идеологические представления о качестве жизни различаются. Можно утверждать, что качество жизни может быть достигнуто при любом способе существования, если выполняются некоторые или все из вышеперечисленных факторов.

Использование физических упражнений для улучшения здоровья было предметом исследований в течение нескольких десятилетий. Исследования однозначно показали, что физические упражнения полезны для профилактики и лечения многочисленных заболеваний [2, 4]. Люди, которые регулярно занимаются спортом, имеют более низкий риск развития многих хронических заболеваний, таких как болезни сердца, диабет 2 типа, инсульт и некоторые виды рака.

Уровень развития физической культуры определяют общий уровень здоровья нации, повышает работоспособность населения, что положительно сказывается на экономике страны [3, 6]. Во всем мире развитию физической культуры и спорта уделяется очень большое внимание.

Вдобавок данного, спорт имеет высокий общественный и политический статус, являясь показателем здоровья нации, высокого уровня жизни, социально-экономическое развитие страны и многое другое. Вследствие чего политическая функция физической культуры и спорта заключается в том, что достижения в спорте устанавливают имидж государства на международной арене, содействуют увеличению международного уважения. Совершенствование физической культуры и спорта содействует упрочнению международных отношений с иными государствами мира, формированию международной туристической направленности, увеличение экспортно-импортных процедур.

Культура физической активности и положительное отношение к здоровому образу жизни, как правило, формируется в детском возрасте. Снижение здоровья молодежи, наблюдаемое в последние годы, требует разработки и внедрения комплекса мероприятий, к которым следует отнести:

- работа с родителями, направленная на формирование здоровья детей;
- совершенствование и эффективное использование финансовых ресурсов для развития детско-юношеского спорта;
- развитие образовательных программ по физическому воспитанию;

- разработка новейших форм организации учебных занятий по физической культуре;
- создание системы импортозамещения спортивных товаров;
- популяризация физической культуры и массового спорта;
- развитие спортивной инфраструктуры на базах учебных заведений и в жилых кварталах.

Таким образом, развитие физической культуры будет способствовать увеличению продолжительности жизни и сохранности здоровья населения.

Список литературы

1. Багирова А.П., Нотман О.В. Качество среды мегаполиса как элемент качества жизни населения: оценка территориальной дифференциации// Социальное пространство. 2021. Т. 7. № 4.
2. Летьгина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.
3. Летьгина Е.Н., Перова В.И. Нейросетевое моделирование развития детско-юношеского спорта Российской Федерации как фактора формирования человеческого капитала// Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. 2020. № 2 (58). С. 40-47.
4. Летьгина Е.Н., Перова В.И. Развитие человеческого капитала в регионах России средствами физической культуры и спорта// В сборнике: Современные проблемы физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Материалы XIX Международной научно-практической конференции. Нижний Новгород, 2021. С. 176-180.
5. Прокопенко А.А., Савельева О.В. Подходы к исследованию повышения качества жизни населения// Известия Института систем управления СГЭУ. 2021. № 1 (23). С. 138-140.
6. Сорокин И.А., Летьгина Е.Н., Орлова Е.А. Механизм финансирования сферы физической культуры и спорта в России// В сборнике: Современные проблемы физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Материалы XVII Международной научно-практической конференции. 2018. С. 59-62.
7. Сырчин В.А., Елкин С.Е. Анализ качества жизни населения Российской Федерации: итоги десятилетия// Теоретическая экономика. 2021. № 8 (80). С. 92-104.

IMPROVING THE QUALITY OF LIFE OF THE POPULATION BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

*M. Mironov, N. Titova, E. Letiagina, S. Gutko
Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod*

Abstract. The article discusses the issues of improving the quality of life of the population by means of physical culture and sports. The main factors affecting the quality of life of the

population are revealed and the role of physical activity in maintaining health and increasing life expectancy is indicated.

Keywords: physical culture, sport, quality of life, health, life expectancy

СОВРЕМЕННЫЕ ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИТНЕС-ИНДУСТРИИ

Т.М. Михайлов

Кемеровский государственный университет

Аннотация: В данной статье рассмотрены примеры использования современных цифровых технологий в индустрии фитнеса. Инновации в данной сфере можно классифицировать следующим образом: спортивные приложения для смартфонов, внедрение технологий искусственного интеллекта, VR и AR, геймификация, применение датчиков мониторинга в одежде. Проведенный анализ позволил определить развитие фитнес-индустрии в данных направлениях.

Ключевые слова: инновации в спорте, цифровой спорт, инновации в фитнесе, развитие фитнес-индустрии, цифровой фитнес

Индустрия спорта является одной из сфер, которая в первую очередь подверглась ограничениям в период пандемии, поскольку та основана непосредственно на прямом физическом контакте. Тем не менее, как и в других областях, локдаун привел к активному внедрению информационных технологий. Хотя их использование в фитнес-индустрии нельзя назвать чем-то новым, за прошедшие годы список инновационных решений пополнился начиная с широкого ассортимента спортивных приложений и заканчивая использованием технологий виртуальной реальности, ИИ, датчиков биометрии в одежде и аксессуарах.

Самым очевидным решением на пандемию стал динамичный рост онлайн-тренировок. Впрочем, они не являются новинкой в сфере фитнеса, например, видео тренировки по аэробике зародились в конце 60-х и стали символом эпохи 80-х. Однако данный формат не подразумевал никакого наблюдения за качеством выполнения упражнений со стороны тренера. Новое дыхание видео тренировкам дали информационные технологии, позволяющие установить связь между виртуальным тренером и тренирующимся. Сейчас многие крупнейшие производители спорттоваров (такие, как Adidas, Nike, Under Armour) выпускают на рынок свои онлайн-приложения для тренировок в домашних условиях. При этом каждая из них параллельно развивает сразу несколько своих приложений. Приложение Nike Training Club содержит персонализированные программы тренировок, рекомендации по питанию и советы экспертов. В него так же может быть интегрировано более узкое беговое направление – Nike Run Club, в котором пользователям предлагаются различные программы с аудио сопровождением, есть возможность получить информацию о темпе, месте расположения, дистанции, пульсе, а также опция установления цели и ее достижения. Отдельного внимания заслуживают

специальные трекеры, которые осуществляют мониторинг различных показателей в повседневной жизни и при занятиях спортом с помощью обычных смартфонов или умных часов. Производители гаджетов формируют второй конкурентный сегмент на данном рынке. Самым большим успехом в этом плане стала компания Apple с приложением Fitness+ для iOS, Apple TV и Apple Watch. Интегрированная система устройств позволяет объединить показатели, собранные Apple Watch, и все медиа-файлы. Cure.fit от Onyx с помощью цифрового восприятия следит за тренирующимся и анализирует правильность выполнения. Российский сервис Welltory помогает отслеживать самочувствие благодаря мониторингу сердечного ритма с помощью искусственного интеллекта через портативные устройства. Приложение анализирует показатель стресса и усталости, помогает подобрать эффективный режим сна и выбрать время для фитнеса. В системе применяется особый кардиомонитор, который крепится на ухо и присоединяется к гаджету. Однако способности анализа состояния во время занятий выходят за рамки обыкновенной в нашем понимании электроники. Сейчас отрасль включает в себя применение технологий искусственного интеллекта, виртуальной и дополненной реальности. Практически все сервисы, посвященные фитнесу, применяют подход геймификации. Этот метод помогает человеку незаметно привыкнуть к физической нагрузке и сохранить мотивацию для занятий. Прекрасным примером является популярная игра Beat Saber, в ней необходимо в такт музыки разрезать кубы световыми мечам. Она совершенно не ставит задачи похудения, однако пользователи сравнивают геймплей с настоящими упражнениями по снижению веса. Fitbit, купленный Google, добавлял элементы геймификации в свои сервисы до того, как это стало модным. Вызовы, трофеи, соревнования с друзьями, превращают фитнес-рутину в игру. Эксперты считают, что геймификация – один из главных трендов фитнес-индустрии в 2020 и 2021 годах.

Впрочем, виртуальной и дополненной реальностью дело не ограничивается. Функция трекеров все чаще отдается элементам одежды пользователей. Компания Kaaya Tech проектирует одежду для тренировок как в привычной, так и в виртуальной реальности. В костюме HoloSuit вмонтировано 40 сенсоров, которые реагируют на телодвижение и фиксируют параметры тренировки. Kaaya Tech разрабатывает целую серию особых костюмов HoloSuit, объединяющих виртуальную реальность с датчиками и сенсорами движения. Одно из предложений включает костюм для тренировок: каждый раз, когда делается неверное движение, соответствующая часть тела получает тактильную обратную связь, которая используется для пассивного самообучения двигательным навыкам, тем самым стимулируя мышечную. Движения пользователя сохраняются: после окончания тренировки можно провести детальный анализ. Также программа генерирует отчеты различной многоплановости, дает консультации по устранению неточностей. Компания воспроизводит тренировки по самым разным видам спорта, включая гольф, бейсбол, крикет. Еще один изготовитель смарт одежды – фирма Athos

изготавливает шорты, бриджи и футболки с длинными рукавами из специальной проводящей искусственной тканью. Все собираемые данные передаются на гаджет через Bluetooth. Датчики используются для контроля мышц, дыхания и пульса. Через них контролируется техника исполнения упражнений, предотвращаются перегрузки. Аналогичные технологии применяются в приложениях для йоги. Pivot Yoga предлагает одежду для тренировок, оборудованную специальными сенсорами, используя которые искусственный интеллект сравнивает положение тела учителя и ученика. В Zenia используется компьютерное зрение: положение тела в пространстве распознает камера смартфона. Under Armour сегодня наиболее активно развивает идею смарт-обуви. В 2018 году фирма выпустила высокотехнологичную линейку HOVR, а в 2019-м показала модель HOVR Infinite с сенсором, передающим данные по Bluetooth на телефон или часы. Датчик зафиксирован в правой кроссовке, не боится воды, не требует подзарядки и унифицирован с официальными приложениями Under Armour, передавая данные о расстоянии, ритме, постановке стопы и частоте шагов. Если не вбросить телефон или часы на пробежку, данные будут синхронизированы после того, как кроссовки обнаружатся рядом. Nike создает свои умные кроссовки только для баскетбола. Кроссовки Adapt BB самостоятельно утягиваются по стопе и фиксируются на ней. Регулирование осуществляется через телефон или кнопку на обуви. Приложение помнит положения для тренировок и отдыха и самопроизвольно подстраивает кроссовки. Специалисты отмечают, что одежда обеспечивает более высокую тщательность измерений, чем браслеты.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что применение современных информационных технологий имеет огромный потенциал в сфере фитнес-индустрии. Новые методы мониторинга помогают получать полное представление о правильности выполнения упражнений, а инновационные подходы и устройства делают занятие спортом более доступным и уникальным для каждого.

Список литературы

1. Солнцев И.В. Применение инновационных цифровых продуктов в индустрии спорта // Стратегические решения и риск-менеджмент. 2021. №12. С. 107–194
2. Чапкович Ж.А. История развития фитнеса как вида двигательной активности населения // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2016.
3. Сайкина Е.Г. Фитнес в системе физической культуры // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2008. С. 182–189
4. Сайкина Е.Г. Фитнес-технологии: понятие, разработка и специфические особенности // Вестник спортивной науки. 2016. №8(173) С. 112–115

MODERN DIGITAL TECHNOLOGIES IN THE FITNESS INDUSTRY

T. Mikhaylov

Kemerovo State University

Abstract. This article discusses examples of the use of modern digital technologies in the fitness industry. Innovations in this field can be classified as follows: sports applications for smartphones, the introduction of VR and AR technologies, gamification, the use of monitoring sensors in clothing. The analysis made it possible to determine the development of the fitness industry in these areas, the prospects for the application of certain innovations within the Russian IT sphere

Keywords: innovations in sports, digital sports, innovations in fitness, development of the fitness industry, digital fitness

ОСОБЕННОСТИ ПРОДВИЖЕНИЯ ВИДА СПОРТА БОКС НА ВИДЕОХОСТИНГЕ ЮТУБ

Д.В. Мухин, О.Ю. Ангелова

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет имени Н. И. Лобачевского

Аннотация: В статье рассмотрены особенности продвижения бокса на видеохостинге YouTube и сделан вывод о том, что при создании видеоконтента необходимо ориентироваться на массового зрителя. Изучена статистика YouTube-каналов, посвященных теме бокса, на основании чего были получены статистические данные о просмотрах, частоте выпусков, подписчиках. Проведено ранжирование каналов по степени значимости и определен наиболее популярный ролик, в котором транслировались выпуски по боксу.

Ключевые слова: YouTube, бокс, продвижение, видеохостинг, просмотры, популярность.

Актуальность исследования. В мире российского бокса прямо сейчас намечен ренессанс. В основном это происходит за счет активизации новых промоутерских организаций, поставляющих видеоконтент на YouTube. Выпуски «Hardcore Boxing» прямо сейчас собирают по несколько миллионов просмотров, а турниры данного промоушена собирают целые стадионы. Боксерские поединки между медийными личностями вроде Александра Емельяненко и Вячеслава Дацика становятся главными новостными событиями на просторах российского интернета. В связи с этим встает вопрос о том, как привлекать к себе внимание тем ютуб-каналам, которые концентрируют свое внимание именно на спортивной составляющей бокса, а не на медийной. [1]

Цель исследования: сравнить российские ютуб-каналы, связанные с тематикой бокса, и определить наиболее значимый из них по уровню продвижения бокса в YouTube.

Задачи исследования: 1) рассмотреть особенности продвижения бокса на видеохостинге YouTube; 2) изучить статистику YouTube-каналов, посвященных теме бокса; 3) ранжировать

Предмет исследования: статистические показатели YouTube-каналов.

Методология исследования: определение показателей ютуб-каналов путем прямого ранжирования по степени значимости.

Новизна исследования: выявление показателей эффективности ютуб-каналов на заданную тематику позволит определить факторы, способствующие более успешному продвижению бокса на YouTube.

Продвижение бокса на YouTube имеет специфическую особенность. Аудитория каналов, посвященных тематике бокса, как правило, делится на две группы: одни – это те, кто бокс знают и понимают, следят за всеми турнирами и сами, возможно, являются представителями этого вида спорта; другие – это те, кто в боксе, мягко говоря, не разбираются, не знают технической стороны данного вида спорта, его истории и знаковых личностей. Классический бокс для второго типа зрителей YouTube – не самое интересное зрелище, в отличие от, скажем, поединков на голых кулаках (Топ-Дог, Hardcore и т.д.), и вместе с тем таких зрителей подавляющее большинство. Именно поэтому одной из особенностей продвижения бокса на YouTube является медийная составляющая. Показательный пример такой медийной составляющей – это привлечение именитых бойцов, звезд бокса, бои между медийными личностями, бои между блогерами и бойцами и т.д. Поединки между популярными личностями вроде Александра Емельяненко и Вячеслава Дацика становятся главными новостными событиями на просторах российского интернета.

Таким образом, продвижение бокса в массы происходит посредством создания main-event-ов при поддержке PR- и маркетинговых компаний, активного вовлечения представителей блогосферы, создания «хайповых» событий, создания новых промоутерских компаний независимо от Федерации бокса РФ.

Для проведения практического исследования, нами были выбраны 5 каналов, тематика которых совмещена с темой бокса.

1. Boxing Dream

Канал зарегистрирован 15 декабря 2019 года. На канале есть структура объединения видеороликов в плейлисты. Сообщество не развито – единственное сообщение опубликовано 2 года назад. Первые 10 видеороликов в основном посвящены турнирным боям и спаррингам – все с участием МСМК Д. Мухина. Основной контент канала – бои с чемпионатов (ПФО, Динамо), уроки по боксу, спарринги. Последнее видео выпущено 1 год назад. [7]

Самый популярный ролик на канале собрал 27 000 просмотров и был опубликован самым первым, все дальнейшие выпуски собирали значительно меньше (от 1 до 10 000 тыс.) просмотров.

С точки зрения привлечения известных личностей и медийной составляющей канал сильно отстает от других, так как единственной заметной персоной является постоянно действующее лицо – Д. Мухин. Привлечение боксеров (Е. Романов, А. Хахалин, Кузнецов) не способствует продвижению, так как это неизвестные широкой публике спортсмены.

С точки зрения спортивной составляющей канал имеет достаточное количество выпусков, посвященных обучению боксу, однако на продвижение спорта этого не работает, так как сам канал на данный момент уже не активен.

2. Тренер

Канал зарегистрирован 24 августа 2016 года. На канале есть структура объединения видеороликов в плейлисты. Помимо бокса на канале присутствуют ролики, посвященные смешанным единоборствам, тайскому боксу и кроссфиту. Сообщество активно развивается. Ролики выходят с частотой 2-3 раза в неделю. Первые 10 видеороликов в основном посвящены спаррингам, сборам и турнирным боям. Основной контент канала – бои с чемпионатов, профессиональные бои по боксу, уроки по боксу, спарринги. На канале часто публикуют shorts, некоторые из которых собирают по 10-17 млн. просмотров. [3]

Самый популярный ролик на канале собрал 1.4. млн. просмотров с участием профессионального боксера Дмитрия Кудряшова. Такой успех объясним тем, что за последние два месяца Дмитрий провел два поединка, ставших массовыми событиями в сфере российского бокса.

С точки зрения спортивной составляющей канал представляет наибольшую значимость, так как кол-во уроков на shorts с короткими сериями уроков по боксу превышает кол-во обучающих видеороликов.

С точки зрения медийной составляющей канал развит. За последний месяц на канале были опубликованы выпуски с участием Дмитрия Кудряшова, В. Дацика, Э. Новрузова, известных боксеров и др.

3. True Gym

Канал зарегистрирован 29 ноября 2014 года. На канале есть структура объединения видеороликов в плейлисты. Помимо бокса на канале присутствуют ролики, посвященные смешанным единоборствам, поп-ММА, различным боевым искусствам. Сообщество активно развивается, проводятся опросы. Ролики выходят с частотой 3-7 раза в день. Первые 10 видеороликов в основном посвящены недавним событиям в сфере ММА, а именно проведенному турниру UFC. Основной контент канала – интервью с известными бойцами, битвы взглядов, скандальные обращения, новости из мира ММА и бокса. [4]

Самый популярный ролик на канале собрал 25 млн. просмотров, однако он не имеет отношения к боксу. Среди других наиболее популярных роликов на канале, которые имеют непосредственное отношение к боксу, следует выделить спарринг между Дациком и «Пулеметчиком», набравший 8.1. млн. просмотров.

С точки зрения спортивной составляющей канал перестал иметь значимость, так как ориентирован в основном на продвижение за счет громких событий и имен в сферах, смежных с боксом.

С точки зрения медийной составляющей канал наиболее развит. Одной из самых заметных фигур в продвижении канала можно считать появление в выпусках Чоршанбе Чоршанбиева, ставшего со временем олицетворением всей сферы поп-ММА. До недавнего времени частым гостем на канале был В.

Дацик, который прямо сейчас является наиболее обсуждаемым спортсменом, выступающим по правилам бокса на различных турнирах («Бойцовский клуб РЕН-ТВ», «Хардкор Боксинг»). Его спарринг по боксу с Гаджи «Автоматом» Новрузовым стал одним из наиболее популярных роликов. Помимо этого, на канале появлялись бойцы разной степени популярности, практиковавшие бокс. Более того, был привлечен звезда мирового бокса – Артур Бетербиев, один из главных боксеров современности. Дополнительную популярность приносят новостные сюжеты из сферы поп-ММА и UFC.

4. Боевые Ботаники

Дата регистрации: 2 ноября 2013 года. На канале есть структура объединения видеороликов в плейлисты. Сообщество развито в умеренной степени. Первые 10 видеороликов в основном посвящены наиболее актуальным новостям и их обсуждениям, дискуссиям на политические темы. Основной контент канала – разговорные видео на острые темы, разборы логических ошибок и когнитивных искажений (рубрика "Рычаг мозга"), советы адвокатов и врачей, саркастические новости мира боевых искусств (шоу "ДиЧ), обзоры и уроки единоборств. [6]

Самый популярный ролик на канале собрал 1.3 млн. просмотров и посвящен навыкам постановки нокаутирующего удара.

С точки зрения спортивной составляющей канал на данном моменте своего развития не представляет ценности. Более 1-2 лет назад на канале выходили выпуски с участием уроков по боксу, в частности с участием В. Шталя, Р. Михайлова.

С точки зрения медийной составляющей канал никогда не представлял особой ценности, однако, некоторые участники прошлых выпусков смогли актуализировать себя в медийном пространстве (Рома Михайлов – один из главных комментаторов в «Топ-Дог»).

5. Костя Цзю

Дата регистрации: 19 марта 2018 года. На канале есть структура объединения видеороликов в плейлисты. Последние два выпуска – это шортсы, а выпуски, посвященные теме бокса, последний раз публиковались 11 месяцев назад. Сообщество практически не развито. Первые 10 видеороликов в основном посвящены турниру К. Цзю и представлению его участников. Основной контент канала – уроки по боксу от К. Цзю, мастер-классы, тренировки с медийными личностями, интервью, архивные видео. [5]

Самый популярный ролик на канале собрал 2.1. млн. просмотров и посвящен совместной тренировке К. Цзю с известным блогером Виктором Блудом.

С точки зрения спортивной составляющей канал выигрывает в первую очередь за счет участия в уроках самого К. Цзю, который делится советами и представляет экспертное мнение.

С медийной точки зрения канал выигрывает за счет имени К. Цзю, так как назван его именем, что помогает пользователям ориентироваться в поиске

контента. Помимо этого на канале появлялись такие лица, как Джиган, В. Блуд, сын Константина Тим Цзю, Рой Джонс.

Ранжирование будет произведено по основным показателям, а именно:

- суммарное количество просмотров роликов на канале;
- кол-во просмотров у самого популярного ролика на канале;
- привлечение звезд бокса и личностей из медиа-сферы;
- количество подписчиков;
- частота выходов роликов.

Для определения суммарных показателей количества просмотров всех роликов на канале, количества подписчиков и просмотров у самого популярного канала на ролике был использован сервис для анализа статистики Youtube – <https://socialblade.com/>. [2]

Чтобы определить значимость медийной составляющей канала, была составлена шкала ранжирования от 1 до 3 баллов, где:

0 балл – отсутствие какого-либо вовлечения в создание видеоконтента известных и медийных личностей, бойцов и боксеров;

1 балл – привлечение в создание видеоконтента 1 или 2 известных и медийных личностей, бойцов и боксеров за все время существования канала;

2 балла – нерегулярное привлечение в создание видеоконтента известных и медийных личностей, бойцов и боксеров за все время существования канала;

3 балла – регулярное привлечение в создание видеоконтента известных и медийных личностей, бойцов и боксеров за все время существования канала.

Таблица 1. Статистический анализ показателей

	Просмотры	Аудитория	Медийная сторона	Популярный ролик	Частота выпусков
Boxing Dream	266,828	4,88 тыс. чел	0	27 тыс. просмотров «Спарринг Мухин Дмитрий, МСМК – Раханаев Давид, МС. Бокс»	Раз в 1-2 месяца
Тренер	340,718,043	1,45 млн. чел.	2	1.4. млн. Это нужно чтобы бить! Дмитрий Кудряшов показал как увеличить силу удара.	Каждые 2-3 дня
Костя Цзю	24 413 426	336 тыс	2	2.1. млн. Проверка на прочность. Костя Цзю против Виктора Блуда.	Раз в 1 -2 месяца

True Gym	1 411 237 101	4.4. млн	3	8.1. млн. Дацик против Пулеметчика / Масса против скорости / Бой по правилам бокса.	3-7 раз в день
Боевые Ботаники	129 019 063	698	0	1.3. млн. СИЛА УДАРА – популярные заблуждения! Павел Бадыров про сильный нокаутирующий удар и формулу силы.	1 раз в неделю

Результаты исследования. На основании полученных данных мы можем провести сравнение и определить, какой канал наиболее популярен, и что является фактором его популярности.

Лучшим по показателям суммарных просмотров, количества подписчиков, медийной составляющей, частоты выпусков стал канал True Gym. Как уже говорилось, спарринги по боксу с участием известных бойцов становятся одним из факторов, определяющих продвижение бокса в YouTube. Не менее важно умение вести канал, создавать регулярный контент, не замыкаться в профессиональном сообществе боксеров, реагировать на тренды современного интернет-общества.

Таким образом, подведем итоги:

1) были рассмотрены особенности продвижения бокса на видеохостинге YouTube и сделан вывод о том, что при создании видеоконтента необходимо ориентироваться на массового зрителя.

2) была изучена статистика YouTube-каналов, посвященных теме бокса, на основании чего были получены статистические данные о просмотрах, частоте выпусков, подписчиках.

3) было проведено ранжирование каналов по степени значимости и определен наиболее популярный ролик, в котором транслировались выпуски по боксу.

Список литературы

1. Дацик снес Емельяненко за 13 секунд. Интриги не получилось. [электронный ресурс] URL: <https://www.sport-express.ru/boxing/professional/reviews/dacik-emelyanenko-rezultat-boya-24-sentyabrya-2022-goda-dacik-nokautiroval-emelyanenko-za-13-sekund-1977704/> (дата обращения: 25.10.2022)

2. Сервис сбора и анализа статистических данных Socialblade. [электронный ресурс] URL: <https://socialblade.com/> (дата обращения: 25.10.2022)

3. Официальный канал ТРЕНЕР. [электронный ресурс] URL: <https://www.youtube.com/channel/UCnktTX3Ov3aFGRsiaoI8sMA> (дата обращения: 25.10.2022)
4. Официальный канал TRUE GYM MMA. [электронный ресурс] URL: <https://www.youtube.com/c/TrueGym> (дата обращения: 25.10.2022)
5. Официальный канал Kostya Tszyu. [электронный ресурс] URL: https://www.youtube.com/channel/UCJGTZgP0rRYRFX1qn6m3_xg (дата обращения: 25.10.2022)
6. Официальный канал Боевые ботаники. [электронный ресурс] URL: <https://www.youtube.com/c/FightNerds> (дата обращения: 25.10.2022)
7. Официальный канал BOXING DREAM – БОКС МЕЧТЫ. [электронный ресурс] URL: https://www.youtube.com/channel/UC7hI4_HjZNXOq2XmoJrVpEw (дата обращения: 25.10.2022)

FEATURES OF THE PROMOTION OF THE SPORT OF BOXING ON YOUTUBE VIDEO HOSTING

D. Mukhin, O. Angelova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract: The article discusses the features of boxing promotion on YouTube video hosting and concludes that when creating video content, it is necessary to focus on the mass audience. The statistics of YouTube channels dedicated to the topic of boxing were studied, on the basis of which statistical data on views, frequency of releases, and subscribers were obtained. The channels were ranked according to the degree of importance and the most popular video was determined, in which boxing episodes were broadcast.

Keywords: YouTube, boxing, promotion, video hosting, views, popularity.

АНАЛИЗ И РАЗВИТИЕ СПОРТИВНОГО ПОТЕНЦИАЛА ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА

А.В. Мухина

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Проведен анализ спортивных показателей города Нижнего Новгорода. Выделены основные Госпрограммы в области спорта в Нижегородской области. Обозначены основные аспекты и проблемы в области регулирования спортивной деятельности в Нижнем Новгороде.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, потенциал, общество, система, программа, развитие.

В современных условиях обеспечение развития спортивного потенциала – важная и актуальная задача. Сложилась тенденция ухудшения различных показателей, связанных с физическим развитием, подготовленностью, интеллектуальной и физической работоспособностью. Теперь это отличительная черта современного общества. Поэтому обеспечение

популяризации здорового образа жизни и его ключевого компонента – занятий, связанных со спортом и физической культурой, – приоритетная государственная задача.

Физическая культура является компонентом культуры и социальной деятельности. Также под физической культурой предполагается комплекс материальных и духовных ценностей, формируемых и используемых обществом для обеспечения физического развития индивида, улучшения его двигательной активности и укрепления его здоровья. Поэтому появляется потребность в обеспечении развития спортивного потенциала, в росте эффективности управления сферой спорта и физической культуры. Для этого необходимо более оптимально использовать текущие возможности и рационально прикладывать усилия, чтобы решить ключевые государственные задачи. С этой целью разрабатываются разные программы. При этом важно учитывать потребности людей в спорте. Чтобы подготовить обдуманное решение, позволяющее улучшить принципы развития спортивного потенциала, следует знать, как фактически работает сформировавшаяся на данный момент система физической культуры и спорта [3].

В 2021 году в Нижнем Новгороде работало 29 муниципальных учреждений, относящихся к физкультурно-спортивной сфере (23 – СШ, 6 – СШОР). Их посещали 21,9 тыс. человек по 47 спортивным дисциплинам. К самым массовым относятся: футбол, плавание, волейбол, шахматы и самбо [4].

На начало 2022 года численность лиц, периодически уделяющих время для занятий спортом и физической культурой в городе Нижнем Новгороде составляло 530,3 тыс. человек.

В 2021 году к испытаниям по выполнению норм ВФСК ГТО приступили более 2,4 тыс. человек. При этом нормативы на знаки ГТО смогли выполнить 1,1 тыс. человек, в том числе с получением золотого знака – 513 человек, серебряного знака – 442 человека, бронзового знака – 186 человек.

В 2021 году нижегородцы в рамках всероссийских и международных соревнований смогли завоевать:

- на международном уровне – 2 бронзовых, 7 серебряных и 8 золотых медалей;
- на европейском уровне – 4 бронзовых, 9 серебряных и 5 золотых медалей;
- в иных международных состязаниях – 10 бронзовых, 2 серебряных и 7 золотых медалей;
- на всероссийском уровне – 77 бронзовых, 66 серебряных и 289 золотых медалей.

Чтобы организовать физкультурно-спортивную деятельность, в городе пользуются такой спортивной базой: 631 спортивным залом (в 2020 г. – 605), 688 плоскостными спортивными сооружениями (в 2020 г. – 609), 99 плавательными бассейнами (в 2020 г. – 102, сокращение произошло из-за закрытия частных бассейнов). В том числе к муниципальной собственности

отнесены 359 спортивных залов, 547 плоскостных спортивных сооружений, 50 плавательных бассейнов [4].

В 2021 году продолжили свою работу 4 ФОКа, находившихся в собственности муниципалитета, – ФОК «Северная звезда», ФОК «Заречье», ФОК «Приокский», ФОК «Юность». В них на безвозмездной основе занимается около 10 тыс. человек.

В 2021 году установлено 17 спортивных воркаут площадок, из них в рамках муниципальной программы «Развитие физической культуры и спорта в городе Нижнем Новгороде» на 2019-2024 годы – 14 воркаут площадок. Данные спортивные площадки подходят для того, чтобы любой желающий смог заниматься спортом и физической культурой.

В рамках регионального проекта инициативного бюджетирования «Вам решать» были установлены 6 новых спортивных площадок, отремонтировано 5 спортивных площадок. На 3 площадках работы продолжаются.

В 2021 году проводились работы по устройству спортивной площадки в рамках Адресной инвестиционной программы Нижегородской области в микрорайоне «Березовский» на территории школы № 167.

В 2021 году в ходе выполнения национального проекта «Демография» федерального проекта «Спорт-норма жизни» проводился 1 этап реконструкции стадиона «Красная Этна» [1]. На данный момент на территории стадиона установлена спортивная воркаут площадка и произведены работы по подготовке основания для устройства физкультурно-оздоровительного комплекса открытого типа (ФОКОТ).

Продолжается работа по укреплению материально технической базы муниципальных спортивных школ города Нижнего Новгорода. Произведен текущий ремонт в 13 спортивных учреждениях (ремонт спортивных залов, кровли, раздевалок, систем отопления, замена оконных блоков).

В 2021 году в ходе празднования 800-летия города Нижнего Новгорода организовали 778 городских спортивных состязаний по 82 спортивным дисциплинам. В них участвовали свыше 110 тыс. жителей.

Итак, на территории города Нижнего Новгорода организована активная работа по возведению физкультурно-оздоровительных комплексов (далее – ФОКов), хоккейных площадок, стадионов, спортивных площадок на территории школ и дворов. При этом при сравнении с федеральными нормативами в Нижнем Новгороде по-прежнему невысокий уровень обеспеченности различными инфраструктурными объектами, относящимися к физической культуре и спорту. Материальная база и городская инфраструктура спортивной отрасли не способны полностью удовлетворить каждый год увеличивающиеся потребности жителей в различных спортивно-оздоровительных услугах. В первую очередь не обеспечены потребности по месту проживания, отдыха и учёбы граждан.

В городе возник дефицит в крупных спортивных сооружениях, в плавательных бассейнах, в специализированных игровых залах универсального типа, в крытых ледовых площадках для любителей зимних видов спорта, в

физкультурно-оздоровительных клубах, в крытом стадионе для занятий конькобежным спортом, в передовых плоскостных спортивных сооружениях [2].

Итак, выявлен низкий уровень обеспеченности города необходимыми крупными специализированными спортивными сооружениями, в том числе для занятий основными видами спорта, на которых можно организовать международные и общероссийские состязания.

Список литературы

1. Ольховский, Р. М. Перспективы развития физической культуры и спорта в рамках национальных проектов до 2030 года / Р. М. Ольховский, Л. Б. Андрющенко, С. И. Филимонова // Культура физическая и здоровье. – 2020. – № 2(74). – С. 9-12.

2. Орлов, М. А. Анализ и развитие культурно-спортивного потенциала региона / М. А. Орлов // Радиоэлектроника, электротехника и энергетика: Тезисы докладов двадцать седьмой международной научно-технической конференции студентов и аспирантов, Москва, 11–12 марта 2021 года. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Центр полиграфических услуг «Радуга», 2021. – С. 588.

3. Тарасенко, А. А. Управление спортивным потенциалом муниципального образования / А. А. Тарасенко, С. В. Фомиченко, С. С. Воеводина // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции, Краснодар, 06–07 октября 2022 года / Редколлегия: А.И. Погребной, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Е.А. Еремина, Т.А. Самсоненко. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2022. – С. 450-453.

4. Официальный сайт Министерства экономического развития и инвестиций Нижегородской области [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://minec.government-nnov.ru/?id=293072> (дата обращения: 05.11.2022)

ANALYSIS AND DEVELOPMENT OF THE SPORTS POTENTIAL OF THE CITY OF NIZHNY NOVGOROD

A.V. Mukhina

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The analysis of sports indicators of the city of Nizhny Novgorod is carried out. The main state programs in the field of sports in the Nizhny Novgorod region are highlighted. The main aspects and problems in the field of regulation of sports activities in Nizhny Novgorod are outlined.

Keywords: physical culture, sport, potential, society, system, program, development.

ВОПРОСЫ ОБРАЗОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В УЗБЕКИСТАНЕ

Р.Х. Набиуллин, Л.Б. Отажанова, Ж.И. Кувандыков

Узбекский государственный университет физической культуры и спорта

Аннотация. В статье рассматриваются причины дотационного развития физической культуры и спорта в Узбекистане, проблемы, замедляющие переход сферы физической культуры и спорта к рыночным отношениям, низкого показателя лиц, занимающихся физической культурой и спортом, дефицита кадров в службе маркетинга сферы физической культуры и спорта и предлагаются пути решения существующих проблем.

Ключевые слова: обеспеченность спортооружениями, развитие массового спорта, маркетинговое сопровождение, самокупаемость, образовательный уровень, частный капитал, частное предпринимательство.

Узбекистан в последние годы стал местом проведения крупных международных соревнований. В столице Узбекистана – Ташкенте в разные годы проводились чемпионаты мира по греко-римской и вольной борьбе, а в октябре 2022 года чемпионат мира по борьбе дзюдо. В настоящее время в пригороде Ташкента на площади 100 га началось строительство Олимпийского городка, стоимостью свыше 289 млрд долл, где в 2025 году будут проходить IV юношеские Азиатские игры и Азиатские Пара-игры среди молодежи. Старт строительству и закладку первого кирпичика произвел Президент Мирзиёев Ш.М.

Развитию физической культуры и спорта руководством страны уделяется большое внимание. За последние 5-6 лет принято более 15 Указов и Постановлений Президента страны, реализация которых даёт свои плоды, особенно в спорте высших достижений. Например, на Олимпийских играх 2016 года в Узбекистане.

Бразилии узбекскими спортсменами было завоевано 13 медалей, в том числе 4 – золотые. На олимпиаде 2021 года в Японии завоевано 5 медалей, в том числе три золотые. В 2022 году на шахматной олимпиаде, проходившей в Индии, узбекские шахматисты завоевали золотые медали, на Играх исламской солидарности в Турции в 2022 году завоевали 50 медалей, в том числе 19 золотых.

Изменения происходят и в развитии массового спорта. По данным центра «Стратегия развития» с 2017 по сентябрь 2022 г. число занимающихся физической культурой и спортом возросло с 19% до 27,6% от общего числа населения страны. Согласно прогнозам этого центра в Узбекистане к 2025 году занятиями физической культуры и спортом должно быть охвачено 33% населения страны.[1]

Однако, этот показатель для Узбекистана, где более 65% населения составляет молодежь, явно недостаточный. Планка занимающихся спортом и физкультурой должна постепенно подниматься. Причинами низких показателей числа, занимающихся физкультурой и спортом, по нашему мнению,

заключается в следующем. Несмотря на то, что за последние 30 лет построены более 1800 спортивных сооружений обеспеченность населения спортсооружениями в стране еще низкая, и составляет всего 4,5%. Такое положение является результатом низкого уровня обеспеченности спортивными объектами в прошлом. Кроме того, в Узбекистане высокий уровень естественного прироста населения, которое увеличилось с 20 млн в 1990 годы до 35,6 млн в 2022 году. Из статистических данных видно, что темпы роста населения намного превышают строительство спортивных объектов. Переход сферы физической культуры и спорта на рельсы рыночных отношений идет медленными темпами, а развитие физической культуры и спорта в Узбекистане в основном дотационное, в отличие от многих зарубежных стран, где развит частный сектор и число занимающихся физкультурой и спортом значительно выше. Государственная политика в Узбекистане по поддержке и развитию физической культуры и спорта заключается в вовлечении населения в занятия физической культурой и спортом с целью внедрения в повседневную жизнь здорового образа жизни и укрепления здоровья нации.

Следует отметить, что в частном секторе физической культуры и спорта единственный критерий результативности – это прибыль, а социальный фактор вторичен. Сфера физической культуры и спорта в Узбекистане – это сегмент государственной политики, который на современном этапе не является прибыльным.[2] Государство идет на эти траты ради решения социальных проблем молодежи путем вовлечения к занятиям спортом, поставив тем самым заслон табакокурению, алкоголизму, наркомании. Показатель экономической эффективности в данной сфере для государства на современном этапе не является приоритетом. В данной сфере слабо развито частное предпринимательство, а служба маркетинга в связи с нехваткой высококвалифицированных специалистов находится на стадии становления.

Маркетинговое сопровождение появится, когда спортивный клуб станет самоокупаемым. Чтобы спорт стал коммерциализированным, необходимо иметь развитую частнособственническую сеть спортивных организаций. В настоящее время в качестве примера можно привести только спортивный клуб ПКФ «Локомотив» (Ташкент), который в 2019 году подписал меморандум с немецкой фирмой AF Sport Reactive по коммерциализации спорта в Узбекистане. Кроме того, эта компания провела с этой же целью переговоры с ФК «Согдиана» (Джизак) и с футбольным клубом «Бухара». В сфере физкультуры и спорта Узбекистана слабо развит частный сектор, а там, где он есть, из-за отсутствия конкурентной среды цены на услуги физической культуры для большинства населения при существующей среднемесячной зарплате неподъемные. Слабым звеном в стране является также спонсорство. Спонсорами спортивных событий обычно выступают владельцы и руководители крупных предприятий, которые заинтересованы в рекламе своей продукции через спорт.[3] Однако в Узбекистане многими федерациями руководят государственные чиновники высокого ранга, т.е. в сфере спорта мало представителей бизнеса, и естественно, мало денег, все упирается в

бюджетников. Во многих странах развитием спорта занимаются бизнесмены, а не представители политики и госслужащие.

Среди спонсоров развития спорта можно отметить АКБ Infin БАНК, подписавший спонсорское соглашение с Центром развития футбола инвалидов-ампутантов «Матонат Футбол». Компания PEPSI является титулованным спонсором Суперлиги Узбекистана по футболу-2019. Согласно спонсорского договора во всех материалах название чемпионата должно указываться как PEPSI Суперлига. В развитие тенниса и организацию соревнований достойный вклад вносит АО «Узнацбанк», Банк Ориент Финанс также является одним из активных спонсоров развития спорта.

Следует также отметить Испанскую компанию JOMA SPORT, которая стала техническим спонсором Федерации Триатлона Узбекистана. Согласно договору, сборная команда Узбекистана и тренерский корпус триатлона будут носить экипировку, специально разработанную для федерации отделом дизайна и развития торгового бренда JOMA SPORT в Испании. Как видим, среди спонсоров нет отдельных бизнесменов, заинтересованных в поддержке спорта в стране, а лишь организации, которые подвластны государственным органам.

Одной из важных проблем в Узбекистане является подготовка спортсменов к Олимпийским играм. Чтобы занимать верхние ступени пьедестала почета необходима подготовка кадров. Среди работников, занятых в данной сфере, 35% не имеют высшего образования или имеют непрофильное образование. Для решения кадровой проблемы большое значение приобретает Указ Президента Узбекистана от 3 ноября 2022 года «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы подготовки кадров и научных исследований в сфере физической культуры и спорта» [4]. Кроме того, Узбекский государственный университет физической культуры и спорта заключил договора о сотрудничестве с Университетом ЛЕСГАФТ (Санкт-Петербург), с Белорусским государственным университетом физической культуры и спорта.

В реализации поставленных Указом задач главным звеном является единственный в Узбекистане Университет физической культуры и спорта. Указ содержит широкий массив образовательных программ в соответствии с программами ведущих зарубежных вузов, где указано необходимость привлечения для преподавания профессоров этих вузов, направлять преподавателей на стажировку в зарубежные образовательные учреждения.

В целях результативности научно-исследовательской и методической деятельности профессорско-преподавательского состава и вовлечения молодых преподавателей в эту деятельность создан Научно-исследовательский институт физической культуры и спорта. Кроме того, в магистратуру с 2020-2021 учебного года осуществляется набор на специальности «Менеджмент спорта» и «Маркетинг спорта», которые в Узбекистане ранее не существовали. Как и любая сфера рынка, физическая культура и спорт не могут быть конкурентоспособными без специалистов по менеджменту и маркетингу.

Реализация этих стратегических задач по подготовке высококвалифицированных кадров по менеджменту и маркетингу на

определенном этапе развития физической культуры и спорта даст возможность получать прибыль и таким путем постепенно перейти на самофинансирование. Бюджетное финансирование недостаточно, чтобы спорт мог конкурировать с зарубежными клубами. Физкультурно-спортивные организации должны научиться зарабатывать деньги для своего развития, для мотивации спортсменов и сотрудников, а для этого необходимо поставить на должный уровень службу маркетинга.

Список литературы

1. Указ Президента Республики Узбекистан «О мерах по широкому внедрению здорового образа жизни и дальнейшему развитию массового спорта» от 03.XI.2020 г.
2. Указ Президента Республики Узбекистан «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы подготовки кадров и научных исследований в сфере физической культуры и спорта» от 03.XI.2022 г.
3. Котлер Ф. Маркетинг от А до Я. Альпина publisher. Москва. 2019. 170 с.
4. Третьяк О.А. Маркетинг: новые ориентиры модели управления. Учебник. Проспект. Москва. 2017 г. стр-31
5. Петер Блок Искусство управления. Feniks. Ростов-на-Дону. 2006. 66 с.

ISSUES IN EDUCATION AND DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN UZBEKISTAN

*R. Nabiullin, L. Otazhanova, Zh. Kuvandykov
Uzbek State University of Physical Culture and Sports*

Abstract. The article discusses the reasons for the subsidized development of physical culture and sports in Uzbekistan, the problems that slow down the transition of the sphere of physical culture and sports to market relations, the low rate of people involved in physical culture and sports, the shortage of personnel in the marketing service of the sphere of physical culture and sports, and suggests solutions. existing problems.

Keywords: provision with sports facilities, development of mass sports, marketing support, self-sufficiency, educational level, private capital, private entrepreneurship.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ЕДИНОБОРСТВАХ

А.Н. Нестеров

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В статье рассмотрены вопросы об актуальности возможностей внедрения методологии специальной физической подготовки в единоборствах, а также усовершенствования многогранного аспекта спортивной педагогики.

Ключевые слова: гибкость, единоборство, подготовка, педагогика, спорт, скорость, формирование.

Изучаемая тема обуславливает свою актуальность тем, что в работах исследователей [1] темы спортивной подготовки, и специальной спортивной подготовки в частности, как в игровых видах, так и групповых видах спорта, недостаточно проработан вопрос о началах физической подготовки спортсменов, методологии подготовки и педагогических принципах построения системы тренировок. С развитием спорта, физических способностей спортсменов совершенствуется и уровень требований к специальной физической подготовке. Именно данный фактор предопределяет необходимость глубокого исследования проблематики специальных возможностей новых методов, разрабатываемых различными авторами относительно выработки специальной спортивной подготовки, а также для совершенствования применения спортивной педагогики при подготовке спортсменов, как многогранного аспекта.

В статье проводится анализ методик, разработанных для целей получения максимального результата при минимальных затратах времени, при этом производится учет степени нагрузки на спортсмена. Для того чтобы добиться максимального эффекта от тренировок, авторы работ по специальной спортивной подготовке [2], отмечают, что в индивидуальных видах спорта, особенно в борьбе, такие тренировки проводятся с максимальной энергией и мощностью от спортсмена, борца. Специфической чертой при тренировках по специальной спортивной подготовке у борцов является быстрая смена физического напряжения на предельной мощности и концентрации на мгновенное расслабление в перерывах между таймами боев, при этом любые тренировки сопровождаются изнурительными занятиями, направленными на реакцию при анализе поведения соперника на ринге.

Именно на тренировках спортсмены, особенно изучаемой сферы единоборств, вырабатывают высокий уровень подготовки. Сила и выносливость вырабатываются благодаря упражнениям, направленным на движение тела, развитие реакции, скорости удара, проработке приемов и техник ведения боя. Скорость это одна важнейших составных частей при единоборствах, именно ее проработка и тренировка несут победу спортсмену и над ее показателями стоит постоянно работать и совершенствоваться. В тесном взаимодействии с скоростью также находится сила, без союза этих двух факторов не будет достигнут необходимый эффект. При постановке тренировок во время специальной спортивной подготовки необходимо ставить цель движения, в которой сочетается и сила и скорость. При проведении таких тренировок также уделяется внимание координации движений, в связи с чем в методику тренировок закладываются законы физики, направления движения, разработка четкости [3]. При разработке тренировок по специальной подготовке, направленных на развитие координации необходимо прорабатывать использование своего веса при правильном сочетании с скоростью и уметь делать перенос всей силы в определенную точку. Таким образом, спортсмен сохраняет энергию и становится более выносливым,

успешно использует свои силы. Нарботка качеств спортсмена, таких как ловкость, гибкость, быстрота, реакция происходит во время учебно-тренировочного процесса.

Специальная спортивная подготовка спортсмена единоборств воспитывается и вырабатывается на специальных тренировках, разработанных по следующим методам:

1) Метод уменьшения времени во время движения, любой прием необходимо выполнять в максимально короткий срок, например за 1 минуту;

2) Метод интервалов, когда проводится несколько схваток с интервалом 3 минуты, а сама схватка длится 1 минуту;

3) Переменный метод направлен на ведение схватки с различными темпами интенсивности с поэтапным увеличением темпа от схватки к схватке;

4) Метод с увеличением времени поединка – скорость схватки увеличивается с каждой тренировкой и постепенно увеличивается время схватки;

5) Игровой метод, исследователи [4] предлагают использование данного метода при сочетании силовых упражнений и общеукрепляющих упражнений, так могут использоваться тренажеры, снаряды, груши, гантели для общего укрепления организма.

Существует также определенная группа методов, которые редко применяются в специальной спортивной подготовке в единоборствах. Один из таких методов это метод до отказа, когда во время тренировки спортсмен выкладывается максимально полностью, с максимальным отягощением. Упражнения в таком темпе применяются несколько раз, при этом несмотря на истощение и напряжение. При таком методе все усилие направлено на работу мышц на отказе. Обычно применяют такие упражнения как подтягивание, сгибание, разгибание рук, подъемы в гору, приседания.

Эти и другие методы, используемые в целях развития силы и выносливости при воспитании борца связаны с сопротивлением, максимальной нагрузкой, и при этом сохраняют механику и технику ударов. Скорость и сила, как было отмечено выше, являются главной основой для формирования и при подготовке спортсмена единоборца. Человек с развитой силой и скоростью способен принимать любые нагрузки, любой мощности, что тренирует в нем развитие специальных качества, направленных на скорость и концентрацию в минимальные периоды времени.

Отечественный исследователь С. Г. Саенко [5], разрабатывая различные методики по специальной спортивной подготовке спортсменов разделил все упражнения на три группы. К первой группе он отнес упражнения с сопротивлением на уровне выше соревнований, вторая группа – упражнения с преодолением максимальной скорости, и третья группа – упражнения на преодоление соревновательного уровня сопротивления, но с максимальной скоростью. Помимо описанных методов и упражнений, разрабатываются различные комплексы, которые связаны с сопряженным воздействием, кратковременными усилиями и многие другие.

Таким образом, все вышесказанные методы можно сказать, что выносливость нужно развивать, исходя из требований соревнований, которые предстоят перед борцом. При развитии скорости и усилий для работы на субмаксимальной и максимальной мощности, когда энергия переходит в преимущество, в данных условиях общая и специальная соревновательная выносливость взаимосвязаны.

Достижения, связанные с выносливостью требуют высокой аэробной и максимальной анаэробной производительности, необходимо понимать, что основу для анаэробной возможности составляет аэробная производительность. В единоборствах необходимо продумывать каждое занятие не только в плане техники и тактики, а также на основе совершенствования физических качеств борца. В основную часть тренировки обычно включает повторный метод, повторять друг за другом упражнения после минутного перерыва, а интенсивность нагрузки при этом преподаватель не регулирует. Степень нагрузки определяется в зависимости от вида тренировки и состояния бойца, заранее запланированные процедуры на восстановление и планирование энергии не используются, в результате спортсмены развивают лишь общее качество, а не скорость выносливость и сохранение энергии. Для того, чтобы выработать скоростную выносливость во время тренировочного процесса необходимо внедрять задачи на развитие не только общей подготовки, но и скоростной выносливости. Ведущее правило для построения тренировочной программы по спортивной подготовке в единоборствах направлено на воспитание ловкости и координации.

Методы развития специальной подготовки в единоборствах это работа на снарядах, проведение поединков с разнообразными по телосложению противниками, с различной техникой стойкой, тактикой, весом и так далее

Проблемы специальной физической подготовки в единоборствах находятся в постоянном процессе совершенствования, исследователи данного вопроса с различных аспектов дают нам возможность сложить представление об особенностях данного процесса исследования.

Список литературы

1. Нишияма Х., Браун Р. Каратэ; [пер. с англ. А. Алекс]. – Х.: Рубикон, 1994. 240 с.
2. Озолин Н.Г. Профессия-тренер. – М.: Астрель, 2004. 863 с.
3. Саенко В.Г. Побудова тренувального процесу спортсменів різної кваліфікації, які спеціалізуються з кюкушинкай карате: Автореф. канд. наук з фіз. виховання та спорту. – К., НУФВЮ України, 2008. 22 с.
4. Смирнов В.М. Дубровский В.И. Физиология физического воспитания и спорта. – М.: Владос-пресс, 2002. 608 с.
5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2008. 480 с.
6. Чунос М.А. Специальная физическая подготовка. – Симферополь: Таврия, 2003. 260 с.

IMPROVEMENT OF SPECIAL PHYSICAL TRAINING IN MARTIAL ARTS

N.A. Nesterov

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article discusses the relevance of the possibilities of introducing the methodology of special physical training in martial arts, as well as improving the multifaceted aspect of sports pedagogy.

Keywords: flexibility, martial arts, training, pedagogy, sport, speed, formation.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В УПРАВЛЕНИИ И ЭКСПЛУАТАЦИИ СПОРТИВНЫХ СООРУЖЕНИЙ

Н.Н. Николаенко, Е.Н. Лелягина, А.В. Гутко

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Мир и общественные потребности быстро изменяются. Долгосрочное полноценное функционирование спортивного сооружения напрямую зависит от эффективности менеджмента, планирования эксплуатации и качественного прогнозирования при проектировании объекта. В статье рассмотрены современные тренды и принципы использования спортивной инфраструктуры.

Ключевые слова: спорт, физическая культура, спортивные сооружения, объекты спорта, спортивная политика, спортивный менеджмент, спортивная инфраструктура

В последние десятилетия ведущая роль в развитии отраслей, предприятий и комплексов придается управленческой науке [5, 6, 8]. Современный спорт не является исключением и с каждым годом уделяет растущее значение менеджменту спортивных сооружений [1, 9]. Для оптимального управления спортивной инфраструктурой, будь то спортивные комплексы, государственные и муниципальные объекты спорта, частные спортивные клубы, фитнес-центры и стадионы, которые требуют как стратегического, так и оперативного управления, которое включает в себя: планирование и прогнозирование, составление проектов и их технико-экономическое обоснование, финансирование строительства и повседневной эксплуатации сооружения, разработку и организацию тренировочных занятий и соревновательной деятельности, мониторинг и контроль за широким кругом участников, процессов и элементов спортивной инфраструктуры.

Спортивный объект представляет собой многоцелевую комплексную систему, включающую спортивные площадки, систему безопасности, места для зрителей, торговые помещения и помещения для оказания медицинской помощи, участки, прилегающие к спортивному сооружению.

Недостаточно тщательное планирование и отсутствие серьезного экономико-математического прогнозирования на стадии проектирования приводят к необходимости корректировки конструкций на стадии эксплуатации объекта, что сказывается на увеличении издержек [2]. Ярким примером могут

послужить, олимпийские объекты Олимпиады 2016 года, прошедшей в Бразилии, где неправильное прогнозирование привело к тому, что спустя год после окончания Игр многие спортивные объекты пришли в негодное состояние. Здесь же можно привести в качестве примера и низкую окупаемость стадионов в российских городах, которые построены к Чемпионату Мира по футболу 2018.

В современном мире существуют спортивные сооружения, использующие инженерные системы, способствующие снижению затрат на эксплуатацию [3]. Здания и сооружения оснащают современными цифровыми автоматизированными комплексами управления и безопасности [7]. На современном этапе развития, трендом являются «устойчивые» спортивные сооружения, среди которых олимпийские стадионы в Лондоне и Баку. Таким образом, стоит отметить, что большинство новых спортивных сооружений стремятся создать экологически более чистыми [10].

Базовыми принципами создания и использования спортивной инфраструктуры являются:

- принцип экономической эффективности и экономичности
- принцип социальной эффективности
- принцип экологической устойчивости, включающий:
 - оптимизацию использования воды;
 - сокращение нерационального использования электроэнергии;
 - утилизацию отходов, их переработку и вторичное использование;
- принцип адаптивности, способствующий удовлетворению общественных потребностей при различном функциональном наполнении спортивного сооружения;
- принцип уникальности объектов спорта, учитывающих климатические и национально-культурные особенности развития территории. Яркими примерами могут служить: главный стадион в Тайване, Национальный стадион в Варшаве, Белый стадион в Корее, Жемчужина пустыни в Катаре.

Вышеупомянутые принципы являются неотъемлемой составляющей при проектировании современных спортивных сооружений [4]. Они способствуют адаптации спортивных сооружений к различным быстроизменяющимся общественным потребностям.

Многие крупные спортивные сооружения являются многофункциональными объектами, осуществляющими несколько функций одновременно:

- спортивно-тренировочная база;
- обслуживающее хозяйство;
- услуги гостиничного типа;
- рекреационное использование.

Такие многофункциональные объекты можно проектировать одним из двух способов:

1) по типу однообъектной компактной системы в границах единой пространственной конструкции;

2) по типу многообъектной расчлененной системы в виде комплекса зданий и сооружений, территориально и функционально связанных между собой.

Исследуя современные тенденции в управлении и эксплуатации объектов спорта можно отметить следующее:

- в России около 20% организаций применяют технологии информационного моделирования. Такой малый процент обуславливается отсутствием единого подхода к применению ТИМ. Различные организации в разной степени вовлечены в данный процесс, нет программной продукции и квалифицированных кадров, отвечающих современным требованиям;

- в связи с тем, что российским спортсменам ограничено участие в международных соревнованиях, особое развитие требуют отечественные спортивные сооружения. Здесь немаловажным является развитие механизма государственно-частного партнерства, который хорошо зарекомендовал себя в промышленном строительстве;

- внутри страны строительные компании на протяжении многих лет являются партнерами спортивной сферы, поскольку большинство их помимо финансовой поддержки принимают непосредственное участие в формировании спортивной инфраструктуры как в стране в целом, так и в отдельных ее регионах;

- наличие недостатков существующей стандартизации и нормативно-правовой базы;

- увеличение стоимости строительных материалов, что влечет за собой исполнение государственных и муниципальных контрактов; Рост стоимости строительных материалов является одной из важнейших проблем бюджетного строительства, поскольку расчет стоимости находится в большом отрезке времени от непосредственной реализации. Имеющаяся система закупок и ценообразования не в полной мере учитывает изменения роста цен на рынке.

- необходимо наличие комплексного развития территорий, которые подразумевают под собой создание многофункциональных комплексов;

Таким образом, подводя итог вышесказанному, можно отметить следующее. Современные спортивные сооружения представляют собой сложный и многофункциональный комплекс. Тенденции современной жизни выставляют жесткие требования для жизнедеятельности крупных спортивных сооружений. Учитывая это, большая роль отводится применению экономико-математических методов на стадии проектирования. Оттого на сколько глубже это будет сделано зависит не только рентабельность, но и максимальное функционирование спортивного сооружения.

Список литературы

1. Ангелова О.Ю., Летягина Е.Н., Лычагина Е.Д. Современные инновационные и цифровые технологии в рекреации и спорте// В сборнике: Современные проблемы физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Материалы XVIII Международной научно-практической конференции. 2019. С. 344-349.
2. Балахонов, В.А. Эффективный стадион: теории и практики [Текст] / В.А. Балахонов // СБК. Спорт Бизнес Консалтинг. – 2012. – № 4-5. – С. 18-23.
3. Зубарев, С.Н. Оценка эффективности использования спортивных объектов: методическое пособие / С.Н. Зубарев – М.: ЦСТиСК Москомспорта, 2008. – 112 с.
4. Каратаев, О.Р. Спортивные сооружения: учебное пособие/ О.Р. Каратаев, Е.С. Каратаева, А.С. Кузнецов. – М.: Физическая культура, 2011. – 336 с.
5. Летягина Е.Н., Бодрикова О.А., Перцева Л.Н. О прогнозировании функционирования отраслей, предприятий, комплексов// Российское предпринимательство. 2011. № 11-1. С. 70-75.
6. Летягина Е.Н. Методологические аспекты совершенствования системы управления организацией// Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Экономика и финансы. 2004. № 2. С. 49-52.
7. Летягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.
8. Летягина Е.Н., Тихомиров А.В. Современные подходы к управлению организациями// Russian Economic Bulletin. 2020. Т. 3. № 3. С. 236-241.
9. Сорокин И.А., Летягина Е.Н. Здоровьесберегающие технологии в физической культуре и спорте// В сборнике: Олимпизм: истоки, традиции и современность. Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очной научно-практической конференции. Редколлегия: Г.В. Бугаев [и др.]. 2018. С. 284-288.
10. Фрайд, Дж. Управление спортивными сооружениям: пер. с англ. / Джил Фрайд. – К.: Олимп. лит. 2012. – 304 с.

MODERN TRENDS IN THE MANAGEMENT AND OPERATION OF SPORTS FACILITIES

N. Nikolaenko, E. Letiagina, A. Gutko

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Annotation. The world and social needs are changing rapidly. The long-term full-fledged functioning of a sports facility directly depends on the effectiveness of management, operation planning and qualitative forecasting in the design of the facility. The article discusses the current trends and principles of the use of sports infrastructure.

Keywords: sports, physical culture, sports facilities, sports facilities, sports policy, sports management, sports infrastructure

ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ СРЕДСТВАМИ ВОЕННО-ИСТОРИЧЕСКОГО ТУРИЗМА

И.Е. Новикова, А.В. Свистунов

*Муромский институт Владимирского государственного университета
им. Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых*

Аннотация. В статье рассмотрены теоретические аспекты влияния военно-исторического туризма на развитие и формирование эффективной программы, содействующей развитию военно-исторического туризма, с целью повышения патриотического воспитания молодежи. Разработана программа военно-исторического тура «Рязань-сердце крылатой гвардии»

Ключевые слова: туризм, патриотизм, патриотическое воспитание, военно-исторический туризм, любовь к родине, молодёжь, разработка экскурсионного продукта.

Введение. В России за последние несколько лет были предприняты значительные меры по воспитанию у молодёжи патриотического духа. В нашей стране были разработаны и внедрены значительные ведомственные и региональные программы по развитию и укреплению патриотического воспитания молодежи. В программах приоритетным направлением является воспитание любви к Родине у детей и молодежи. В программы входят: комплекс правовых и нормативных, организационных и методических, исследовательских и информационных всероссийских и региональных, муниципальных мероприятий по развитию и совершенствованию разносторонних мероприятий патриотического воспитания молодого поколения, направленных на развитие патриотизма, как нравственной основы формирования их активной социальной и жизненной позиции.

Одной из наиболее эффективных форм и методов работы с молодежью по реализации программы по привитию патриотического духа обратимся к индустрии туризма. Туризм имеет богатый потенциал для реализации программы по патриотическому воспитанию молодого поколения средствами культурно-познавательного и военно-исторического туризма.

Военно-исторический туризм – одно из важных и популярных направлений молодежного туризма, которое в своем контексте может быть интересно молодому поколению, путем удовлетворения потребностей в экспериментально-приключенческих путешествиях и разнообразных новых динамичных событиях, поскольку ресурсная база военно-исторического туризма позволяет молодежи на прямую взаимодействовать с наследием и воспринимать туристические поездки и путешествия не как временную смену постоянного места жительства, а как одну из важных частей повседневной жизни, через которую возможно выстроить собственный образ мира и общества в целом.

Главной целью патриотического туризма является гражданско-патриотическое воспитание молодого поколения России через активное включение в познание и изучение исторического, культурного, военно-исторического наследия своей большой и многонациональной страны.

Становление правового государства в нашей стране во многом зависит от уровня гражданско-патриотического воспитания молодежи. Патриотическое воспитание молодого поколения в возрасте от 18 до 25 лет, является одной из целенаправленной деятельностью, направленной на привитие высокой патриотической сознательности, чувства преданности Отечеству, готовности выполнять гражданский долг и конституционные обязательства по защите интересов Отечества [1.с.44]. Человек остается личностью только тогда, когда он знает историю своей Родины, историю своей семьи, чтит память своих предков и исследует культурное, творческое, историческое, этническое, религиозное и конечно военно-историческое наследие своего народа.

Однако во взаимосвязи с макроэкономической обстановкой в государстве случился развал концепции детско-молодежного патриотического туризма. Большое число станций и клубов молодых путешественников, существовавших ранее, было закрыто, что и привело к уменьшению популярности военно-туристических и военно-исторических клубов, развивавших не только патриотизм у молодого поколения, но и укрепление военного духа граждан нашей страны. Однако в настоящее время ситуация меняется, хотя эта сфера также неизменно плохо финансируется. [2. С.15]

Проблема патриотического воспитания, поднятия патриотического духа, стремление к военной истории своей страны молодежи, сегодня одна из самых актуальных тем и проблем на всех государственных уровнях. Современная молодежь испытывают недостаток знаний о военном прошлом своей страны. В. И. Левин считает, что военно-исторический туризм является одним из важнейших способов патриотического воспитания, именно он выступает мощным стимулом позитивного развития личности, воспитания граждан Российской Федерации, в особенности молодого поколения нашей страны. [3. С.364-365]

Г.А. Гомилевская в своих научных трудах, определяет военно-исторический туризм, как туризм, связанный с посещением исторических мест, на которых разворачивались боевые действия и сражения, мемориалов, памятников, захоронений, краеведческих и исторических музеев, музеев воинской славы, а также возможность посещения существующих военных объектов, с целью познавательных и досуговых мероприятий в рамках экскурсионных программ военизированной направленности, связанных с участием в военных учениях, маневрах, стрельбах, соревнованиях, фестивалях. [4. с. 150].

С каждым годом военно-исторический туризм привлекает все больше и больше неравнодушных к военному прошлому своей страны людей. Совесть и долг перед теми, кто погиб и пережил войну, не должны позволить нам забыть эту героически – трагическую страницу летописи нашего государства. Мы развиваем «Патриотическое воспитание молодого поколения путем реализации туристических-военно-исторических экскурсий и туров. 18-е поколение должно знать военное прошлое своей страны, её боевую мощь и силу, и безусловно имена героев, которые подарили нам мирное небо.

Для увеличения интереса современной молодёжи к военно-историческому туризму, требуется разработка специализированных и узконаправленных экскурсионных программ, проектов содержание которых позволит повысить интерес и уважение к военному прошлому и настоящему нашей страны, к развитию патриотических качеств общества и личности в целом.

На основе выше изложенного, была сформирован проект военно-исторической направленности, что позволили внести непосредственный вклад в развитие военно-исторического туризма.

Цель проекта: Разработка и реализация экскурсионного проекта военно – исторической экскурсии «Рязань – сердце крылатой гвардии», с целью развития у молодежи должного чувства патриотизма, расширение знаний о военном прошлом России, знакомство с военным оснащением и историей подразделения воздушно-десантных войск, развития интереса у молодежи к военно-историческому туризму.

Задачи проекта: изучение теоретических основ военно-исторического туризма; Разработка военно-исторической экскурсию «Рязань – сердце крылатой гвардии»: составить контрольный текст, технологическую карту, портфель экскурсовода и схему маршрута экскурсии Реализация и апробация экскурсионного маршрута

Этапы реализации проекта:

На первом этапе, проводилось торическое изучение военно-исторического туризма, путем анализа научной литературы, изучения особенностей военно-исторического турима, его составляющих, содержания и целостности экскурсионных программ, данного вида туризма, особенностей разработки и реализации подобных туристических экскурсий.

На втором этапе началась разработка экскурсионного военно-исторического маршрута «Рязань – сердце крылатой гвардии», формирование маршрута экскурсии, определение объектов показа, написание индивидуального текста экскурсии, формирование портфеля экскурсовода. Все предшествующие этапы были проведены для дальнейшей апробации военнно-исторической экскурсии в город Рязань, как способа привлечения молодежи к проблемам патриотизма и знания военного прошлого и настоящего своего государства.

На третьем этапе проект был реализован силами студентов и преподавателей Муромского института Владимирского государственного университета.

В ходе поездки студенты посетили обзорную тематическую экскурсию «Рязань – военная», в ходе которой рассказывалось о военном прошлом города, от древности до современной реальности, посетили тематические памятники скульптуры и архитектуры, узнали о самых известных исторических личностях, внесших огромный вклад в развитие военного потенциала не только города и области, но и страны в целом; посетили тематический музей «Истории Воздушно – десантных войск», где глубоко изучили историю появления и развития подразделения воздушно десантных войск. Экскурсанты остались под

большим впечатлением от поездки, многие поменяли свое отношение к современной армии, и высказались о том, что готовы в любой момент встать на защиту Родины. Как сказал Николай Константинович Рерих: «Защита Родины есть защита и своего достоинства.» [6]

Таким образом, исследование показало, что через военно-исторический туризм можно воздействовать на интерес молодого поколения к военному прошлому и настоящему России, так и к военно-историческому туризму. Туризм способен влиять на подсознание путем наглядного изучения, прямого взаимодействия с объектом изучения, что приводит к развитию интереса, к поднятию военного духа, развитию патриотизма и личностных качеств молодежи, а также к путешествиям и туризму в целом. [5.с.6]

Список литературы

1. В.О.Кутьев, Воспитание в духе патриотизма, дружбы народов, верности и смелости [Электронный ресурс]: электрон. данные. – Москва: Научная цифровая библиотека PORTALUS.RU, 04 октября 2007.

2. А. А. Остапец. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся: Методические рекомендации. М., РМАТ, 2001. 87 с.

3. Левин В.И. Военно-исторический туризм как один из способов патриотического воспитания // Наука и культура России. 2017. С. 364, 365. Дихтярев В.Я. Вся жизнь – поход. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999.

4. Гомилевская, Г.А. Теоретические и практические аспекты фестивального туризма в контексте военно-исторических событий / Гомилевская Г.А. // Территория новых возможностей. Вестник Владивостокского государственного университета экономики и сервиса 2018. Выпуск 4. С.150-171.

5. Титова Е.А. [Электронный ресурс] Военный туризм как новое направление на туристском рынке // Туризм и культурное наследие. Межвузовский сборник научных трудов.

6. Электронный ресурс локального доступа: Цитаты о Родине [электронный ресурс]/ под редакцией Василия Михайлова / URL: time365.info/aforizmi/temi/rodina

PATRIOTIC EDUCATION OF THE YOUNGER GENERATION BY MEANS OF MILITARY-HISTORICAL TOURISM

I. Novikova, A. Svistunov

*Murom Institute (branch) of the Federal State Budgetary Educational Institution
of Higher Education "Vladimir State University named after Alexander Grigorievich
and Nikolai Grigorievich Stoletov"*

Abstract. The article discusses the theoretical aspects of the influence of military history tourism on the development and formation of an effective program that promotes the development of military history tourism in order to increase the patriotic education of young people. The program of the military-historical tour "Ryazan – the heart of the winged guard" has been developed.

Keywords: tourism, patriotism, patriotic education, military history tourism, love for the motherland, youth, excursion product development.

НЕОБХОДИМОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ В ПЕРИОД МОБИЛИЗАЦИИ

А.А. Обви

Кемеровский государственный университет

Аннотация. в статье рассматривается необходимость проведения программы «Пулевая стрельба» для студентов высших учебных заведений в современных условиях.

Ключевые слова: мобилизация, пулевая стрельба

В связи со сложившейся обстановкой в стране с 24 февраля 2022 года объявлена «специальная военная операция на Украине». Военная операция – форма ведения военных действий оперативными объединениями вооружённых сил. С 21 сентября 2022 года Президент Владимир Путин издал указ «Об объявлении частичной мобилизации в Российской Федерации». [1] Мобилизация – это совокупность мероприятий, направленных на приведение вооружённых сил и государственной инфраструктуры в военное положение в связи с чрезвычайными обстоятельствами в нём или в мире.

Тема, затронутая в статье, является актуальной на данный момент времени. Это обуславливается тем, что сейчас нестабильное время в стране и указ об общей мобилизации может выйти в любой момент.

Мобилизации подлежат мужское население в возрасте от 19 до 45 лет. Учитывая возраст, призыву подлежат студенты высших учебных заведений, но по указу президента на период обучения полагается отсрочка. При объявлении общей мобилизации в призыв могут попасть студенты-выпускники, которые должны иметь навыки обращения со стрелковым оружием. Именно поэтому возникает потребность в обучении студентов стрелковому оружию, которые берут на себя ВУЗы.

В университетах с первого курса обучения студенты на занятиях по физической культуре получают не только навыки по легкой атлетике (лыжная подготовка, бассейн, прыжки, бег), но и стреляют (Пулевая стрельба). В программу обучения входит как изучение теории, так и отработка практических навыков. На теоретических занятиях студенты изучают технику безопасности, материальную часть стрелкового оружия, основ, приемов и правил стрельбы. Практические занятия включают в себя проведение стрельб в условиях тира. Использование оружия студентами в тире может быть разрешено только после проведения инструктажа по правилам безопасного обращения со стрелковым оружием под роспись, инструктируемого в журнале безопасности. Так как правила состоят из свода регламентирующих действий и запретов на особые действия, которые могут привести к несчастному случаю при проведении тренировки или порче инвентаря. Для предотвращения несчастных случаев беспрекословное подчинение преподавателю является обязанностью студента при работе со стрелковым оружием.

Есть определённые правила, касающиеся всего вида оружия и техники безопасности: Взяв оружие в руки, нужно проверить, чтобы оно было всегда

разряжено, также в стволе нет посторонних предметов; ведение стрельбы разрешено только по команде преподавателя и только с линии огня в мишень; чистка оружия производится только в специально отведённых для этого местах; в патроннике после окончания стрельбы не должно оставаться гильз или патронов. Преподаватель лично подписывает документы при получении патронов и обязан поставить свои фамилию и инициалы, а также расписаться.

На следующем занятии преподаватель рассказывает о строении стрелкового оружия. Винтовка состоит из 2 основных частей: ствол и ложе, последнее имеет приклад, цевьё и рукоятку. Так же преподаватель показывает технику работы с оружием. Стрельба включает в себя: изготовление, прицеливание, управление дыханием, обработку спускового крючка и отметку выстрела. Изготовка – положение при стрельбе, принимаемое для удержания направленного в цель оружия. Прицеливание – сложный зрительно-двигательный процесс, во время которого студент должен не только контролировать взаиморасположение мушки и мишени, но и перемещать оружие соответствующими движениями, определяя его положение относительно цели. Для того, чтобы выстрел получился наиболее точным, стрелять необходимо в следующую секунду после выдоха. Исследования показали, что человек находится в наиболее устойчивом положении после того, как из его легких выйдет воздух. Нажатие на спусковой крючок является важнейшим элементом техники стрельбы, являясь заключительным звеном в комплексе действий при производстве выстрела. Отметка выстрела требуется для выявления ошибок.

После выдачи теоретического материала студенты переходят к практическим занятиям. На которых преподаватель запускает в тир небольшую группу людей (по количеству стрелкового оружия и мишеней), далее выдает каждому студенту по 5 патронов и говорит готовиться. Стрелковое оружие берут правой рукой за ложе, положить приклад на левое плечо. При команде «Заряжай» студент открывает затвор и вставляет в него пулю, далее затвор закрывается. Обучающийся целится – мнимо проводит одну общую линию с прицелом, мушкой и мишенью. После команды «Огонь» студент выдыхает и медленно нажимает на курок. Далее снова открывает затвор и убирает гильзу, закрывает затвор. После произведения 5 выстрелов (по количеству пуль) студент обязан собрать все гильзы и отдать преподавателю обратно. Далее происходит оглашение результатов, и они записываются.

Обучающие при стрельбе допускают такие ошибки как: сильное удержание рукояти, что приводит к смещению стрельбы; продолжительное задерживание дыхания; отсутствие контроля «ровной мушки» в прорези целика; резкое нажатие на спусковой крючок и т.п. Данные ошибки возможно устранить, если обучающиеся будут заходить и стрелять по группам из 5 человек. Преподаватель найдёт время просмотреть технику у студентов в группах по 5 человек и подсказать как правильно нужно выполнять задание.

На последних занятиях происходит зачёт, студенты также заходят в тир по группам и стреляют в мишени. Преподаватель следит за техникой

выполнения задания и за результатом стрельбы, также на посещение семестра и ставит зачёт или незачёт.

Если студентам будет интересно позаниматься стрельбой вне своего учебного заведения – он может пойти в тир, и пострелять в мишени там. Но тиров открыто по городу не так много, поэтому чтобы студенты могли практиковаться вне учебного времени – требуется большее количество тиров на территориях университетов и города в целом. Тогда проблема неподготовленности студентов к внезапному выходу указа об общей мобилизации, если такое произойдет.

Благодаря занятиям на дисциплине «Циклические виды спорта» студенты получают основы владения и обращения со стрелковым оружием, что может им пригодиться при общей мобилизации.

Список литературы

1. Ореховская, Е. В. Основы стрельбы из винтовки. Базовый курс: учебно-методическое пособие / Е. В. Ореховская. – Кемерово: КемГУ, 2019. – 71 с. – ISBN 978-5-8353-2405-7. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/135238> (дата обращения: 02.11.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Ковальчук, А. Н. Огневая подготовка: учебное пособие / А. Н. Ковальчук. – Красноярск: КрасГАУ, [б. г.]. – Часть 1: Нормативно-правовая база огневой подготовки. Материальная часть стрелкового оружия. Основы баллистики и стрельбы – 2017. – 308 с. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/103830> (дата обращения: 09.11.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Плеханова, Е. В. Подготовка студентов транспортных вузов к сдаче норм ВФСК «Готов к труду и обороне» по плаванию и стрельбе: учебно-методическое пособие / Е. В. Плеханова, А. Ю. Савкин, А. М. Ершов. – Москва: РУТ (МИИТ), 2020. – 40 с. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/175876> (дата обращения: 09.11.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. Атаманская, Г. П. Стрельба из пневматической винтовки: учебное пособие / Г. П. Атаманская, Е. А. Райнгардт. – Караганда: КарГМУ, 2010. – 28 с. – Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/209486> (дата обращения: 09.11.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

THE NEED FOR TRAINING IN BULLET SHOOTING IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS DURING THE PERIOD OF MOBILIZATION

A.A. Obvi

Kemerovo State University

Abstract. The article discusses the need for the program "Bullet shooting" for students of higher educational institutions in modern conditions.

Keywords: mobilization, shooting.

РЕЗЕРВЫ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В ПЕРИОД САНКЦИОННЫХ ОГРАНИЧЕНИЙ

С.Р. Овчинникова, Е.Н. Летягина

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Сфера туризма восстанавливается после ограничений, вызванных COVID-19, закрытия воздушного пространства некоторыми странами, расторжения с авиакомпаниями договоров лизинга на самолеты. Восстановление отрасли происходит за счет внутреннего туризма. По мнению авторов, сектор туризма в Российской Федерации сохраняет средства и ресурсы для развития.

Ключевые слова: туризм, виды туризма, внутренний туризм, развитие туристской отрасли, COVID-19

Современные тенденции развития туризма подразумевают необходимость улучшения состояния отрасли и повышение ее конкурентоспособности [1, 4].

Существует три основных вида туризма: внутренний туризм, въездной туризм и выездной туризм. Внутренний туризм относится к путешествиям в пределах страны проживания и за пределами дома туриста. Въездной туризм относится к путешествиям граждан других стран в Россию. Выездной туризм относится к путешествиям за пределы страны проживания туриста (РФ).

Вследствие санкционных ограничений дальнейшее формирование туристской сферы возможно за счет популяризации и продвижения внутреннего туризма. Внутренний туризм не предполагает, чтобы путешественники пересекали международные границы страны проживания. Внутренний туризм не требует для поездки таких документов, как загранпаспорт, медицинская страховка и виза. Туристические формальности минимальны. При этом внутренний туризм может быть как с целью отдыха, так и с целью бизнеса.

В туристской отрасли функционируют 114041 организация, из них 4553 – это туристские фирмы. Основные показатели туристской отрасли представлены в табл. 1.

Таблица 1. Основные показатели деятельности организаций туристской отрасли

Наименование показателя	Единица измерения	2017 г.	2018 г.	2019 г.	2020 г.	2021 г.
Число организаций	единица	114 779	113 009	111 874	113 847	114 041
Число прибыльных организаций	единица	87 169	85 870	85 062	76 320	86 096
Число убыточных организаций	единица	27 610	27 139	26 812	37 527	27 945
Выручка (без НДС, акцизов и аналогичных обязательных платежей)	млрд. рублей	5 584,3	6 207,3	4 879,3	5 212,4	7 130,5
Прибыль	млрд. рублей	380,2	371,4	353,6	254,6	483,0

Убыток	млрд. рублей	208,8	168,5	180,1	471,4	233,1
Сальдированный финансовый результат (прибыль минус убыток)	млрд. рублей	171,4	202,9	173,5	-216,8	249,8

Источник: Росстат

В 2021 году были введены 17509 объектов туриндустрии (рис. 1).

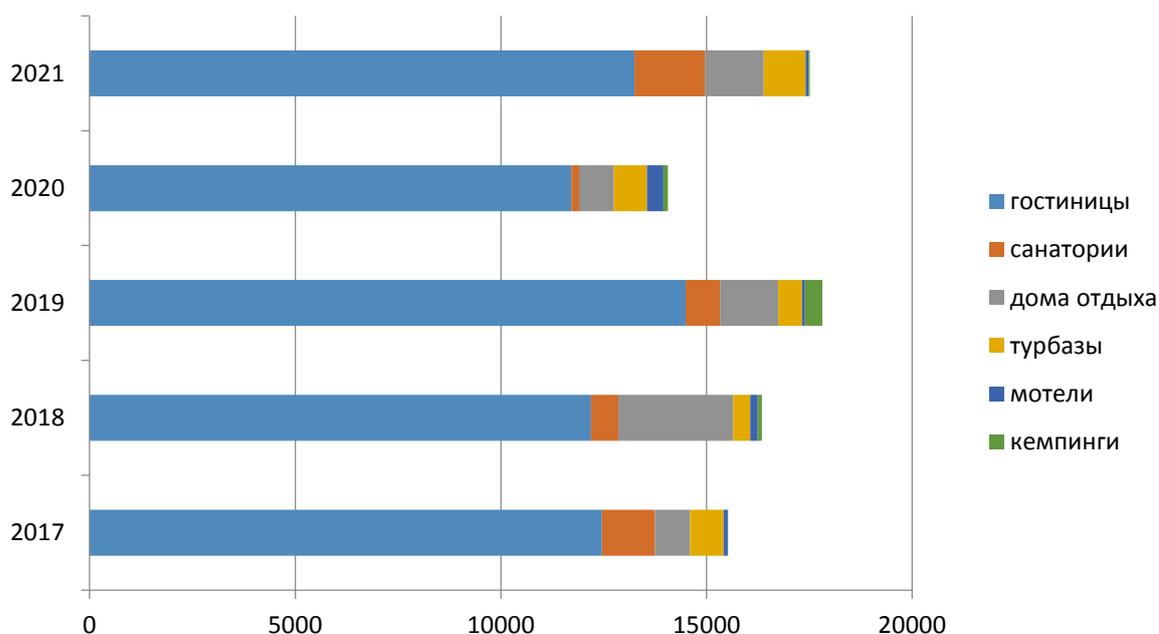


Рис. 1. Динамика ввода разных типов объектов туриндустрии за период 2017-2021 гг.

Из рисунка 1 следует, что количество введенных объектов в 2021 году почти достигло уровня 2019 года.

Рост сегментации туристских продуктов и популяризация самостоятельного туризма способствуют усилению разнообразия видов туризма в РФ. Выделение приоритетных видов туризма должно осуществляться для туристских территорий Российской Федерации индивидуально с учетом туристских ресурсов и особенностей социально-экономического развития [12].

По данным Ростуризма за период с января по май 2022 года было совершено 21,68 млн. путешествий по России. Наиболее привлекательным направлением внутреннего туризма является Краснодарский край (рис. 2).



Источник: Росстат

Рис. 2. Основные направления внутреннего туризма в 2021 г.

Туристские продукты получают значительное конкурентное преимущество на основе сочетания нескольких видов туризма. Эти факторы определяют необходимость гибкого подхода к разработке рекомендаций по развитию разных видов туризма.

Развитие туризма возможно совместно с развитием других отраслей. Например, популяризация спортивных и активных видов туризма позволит обеспечить увеличение численности занимающихся физической культурой и спортом [6].

В соответствии со Стратегией развития туризма в Российской Федерации на период до 2035 года предполагается совершенствование отдельных видов туризма [9, 10]:

1. Совершенствование системы детского туризма.

Необходимо развивать системы классификации объектов инфраструктуры детского туризма, сети детских лагерей, центров детского туризма, повышать качество услуг детского туризма за счет развития инфраструктуры. Задачей развития детского туризма к 2035 году должно стать увеличение численности детей, отдохнувших в детских оздоровительных лагерях, до 10 млн. человек в год. При этом необходимо уделять большое внимание профилактике травматизма [11, 13].

2. Развитие культурно-познавательного туризма, разработка системы поддержки мастеров народных художественных промыслов. Предлагается проведение молодежных форумов, организация конкурсов для студентов по разработке инновационных проектов в сфере развития культурно-познавательного туризма [2, 3].

3. Развитие горнолыжного туризма.

4. Развитие круизного туризма.

В России наиболее перспективными направлениями развития круизного туризма станут комбинированные круизы речного и морского типа в Азово-Черноморском, Каспийском и Балтийском бассейнах, развитие экспедиционного туризма, в первую очередь в Арктической зоне, а также развитие международных морских круизов на дальнем востоке. Значительным потенциалом развития комбинированного туристского продукта, в том числе яхтенный туризм, пляжный отдых и пешеходные маршруты, обладает Республика Крым.

5. Развитие экологического туризма.

Планируется использование нереализованного потенциала для использования охраняемых природных территорий регионального значения в целях развития экологического туризма. Разработка механизма компенсации антропогенной нагрузки на территорию за счет доходов от экотуризма.

6. Совершенствование системы делового туризма.

В настоящее время сложившиеся международные экономические и политические отношения оказывают сильное влияние на экономику России и приводят к ее нестабильности [5, 7, 8]. Для преодоления трудностей в развитии туризма, который приносит более 2,5 млрд. руб. ВВП, основной акцент необходимо делать на совершенствовании системы внутреннего туризма. Именно в этом сегменте имеются резервы для роста и развития отрасли.

Список литературы

1. Бекетова, О.Н. Основные направления реализации принципов устойчивого развития в туризме / О.Н. Бекетова // Индустрия туризма: возможности, приоритеты, проблемы и перспективы. – 2019. – Т. 15. – № 1. – С. 252–259.

2. Гитман Е.К., Лизунова Л.Р., Гущина Л.А. Мультидисциплинарный кейс в профессиональной подготовке студентов вуза// Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Проблемы языкознания и педагогики. 2022. № 1. С. 86-96.

3. Гущина Л.А. Модель системы формирования инновационной компетенции у студентов технических вузов // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2016. № 2. С. 28-33.

4. Динамика спроса на туристические услуги в России на фоне пандемии COVID-19: Бюллетень о текущих тенденциях российской экономики № 68. 2020. Режим доступа: https://ac.gov.ru/uploads/2-Publications/BRE/BRE_68.pdf.

5. Летягина Е.Н., Бодрикова О.А., Перцева Л.Н. О прогнозировании функционирования отраслей, предприятий, комплексов// Российское предпринимательство. 2011. № 11-1. С. 70-75.

6. Летягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.

7. Летягина Е.Н., Тихомиров А.В. Современные подходы к управлению организациями// Russian Economic Bulletin. 2020. Т. 3. № 3. С. 236-241.

8. Любушин Н.П., Летягина Е.Н., Перова В.И. Исследование инновационного развития региональной экономики как императива устойчивого социально-экономического роста России с применением нейросетевого моделирования// Экономический анализ: теория и практика. 2021. Т. 20. № 8 (515). С. 1394-1414.

9. Полухина А.Н. Оценка национального проекта «Туризм и индустрия гостеприимства» как способа достижения устойчивого развития российских регионов // Россия: тенденции и перспективы развития. 2022. № 17-1. [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-natsionalnogo-proekta-turizm-i-industriya-gostepriimstva-kak-sposoba-dostizheniya-ustoychivogo-razvitiya-rossiyskih>.

10. Постановление Правительства РФ от 20 сентября 2019 года N2129-р «Об утверждении Стратегии развития туризма в Российской Федерации на период до 2035 года».

11. Ратин В.В., Хаченкова К.Ю. Здоровьесберегающий аспект физической подготовки // Актуальные вопросы физической подготовки (культуры) обучающихся образовательных организаций высшего образования [Электронный ресурс]: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Нижний Новгород. 2022. – С. 147-149.

12. Рубцова Н.В., Солодухин К.С. Внутренний и выездной туризм в России: состояние и прогноз развития в условиях пандемии COVID-19 // Экономика, предпринимательство и право. – 2022. – Том 12. – № 1. – С. 301-314. – doi: 10.18334/epp.12.1.114074.

13. Хаченкова К.Ю., Никифоров С.В. Причины и профилактика травматизма на занятиях по физической подготовке // Наука-2020. 2021. №8 (53). С. 88-92.

RESERVES OF TOURISM DEVELOPMENT DURING THE PERIOD OF SANCTIONS

S. Ovchinnikova, E. Letiagina

Lobachevsky State University of Nizhni Novgorod

The tourism sector in the Russian Federation retains funds and resources for accelerated growth, as well as for strengthening the functions of the development of the domestic economy. The above-mentioned type of industry has just begun to recover from the pandemic, as it fell under a number of sanctions from the West. Due to the closure of the airspace, Western countries were inaccessible to Russian tourists, airlines lost aircraft leases, and the unstable ruble exchange rate leads to an increase in prices. The sanctions imposed against the Russian Federation have some impact on the tourism industry, which should be studied for the most rational and profitable conduct of activities.

Keywords: tourism industry, types of tourism, domestic tourism, development of the tourism industry, COVID-19.

ИННОВАЦИИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Н.Е. Ольшанникова, Т.А. Михайлова
Кемеровский государственный университет

Аннотация. На сегодняшний день можно сказать, что инновации это один из важнейших аспектов любой деятельности человека особенно в спорте. В настоящее время существует множество инновационных методик, программ, средств, в физической культуре и спорте. Например: информационно-коммуникативные технологии, оздоровительная программа Пилатес, здоровьесберегающие технологии и многое другое.

Ключевые слова: физическое воспитание, инновации, физическая культура, спорт, здоровье.

Начнем с оздоровительной программы Пилатес. Эта система была разработана в начале 20 века Йозефом Пилатесом, она рассчитана для реабилитации после получения травм, но также может использоваться и для занятий на физической культуре или на тренировках спортсменов и именно Пилатес используют преподаватели для своих занятий так как она включает растяжку, силовую нагрузку и контроль дыхания. Эта техника развивает множество физических качеств, такие как выносливость, ловкость, сила, гибкость, так же укрепляет позвоночник и мускулатуру в частности плохо развитые группы мышц. Отличие Пилатеса от многих других техник в том, что им могут заниматься люди любой возрастной категории, она облегченно воздействует на тело, тем самым укрепляя его, а так же может помочь справиться со стрессом.

В настоящее время ученые проводят исследование в целях изучения влияния музыки на эмоциональное состояние людей. Так как физическая культура направлена на укрепление организма, как в физическом плане, так и психическом то музыка, которая способствует улучшению эмоционального состояния, становится важным аспектом во время проведения занятий физической культуры. Ученые выяснили, что во время прослушивания музыки лучше задействована центральная нервная система, происходит нормализация кровообращения в мозге, воздействует на частоту пульса, сокращение мышц, кровяное давление, уровень сахара. В зависимости от жанра музыки может оказывать успокаивающий или же напротив тонизирующий эффект. Из этого можно понять, что при прослушивании музыки во время занятиями спортом, можно преодолеть утомление, человек лучше запоминает упражнения, может овладеть новыми навыками, но неправильный подбор музыки может даже навредить человеку. Что бы подобрать музыку для занятий спортом следует знать технику проведения занятий. Занятия делятся на 3 этапа:

- подготовительный этап или же разминка – здесь следует подбирать музыку которая имеет динамическую мелодию, она способствует согревательный эффект путем постоянного перехода мышц из напряженного состояния в расслабленное.

- основная часть занятия состоит уже из целевых упражнений тренировки, они могут быть, например силовыми без повторов (кругов), так и круговыми на выносливость или же на оборот, поэтому к данному этапу нужно подбирать музыку, которая будет соответствовать цели занятий, она должна поддерживать темп занятия

- заключительный этап (заминка) – он предназначен для завершения тренировки путем понижения нагрузки и расслабления мышц, для этого этапа необходимы успокаивающие мелодии

Здоровьесберегающие технологии направлены на сохранение, повышение качества здоровья, обучить людей здоровому образу жизни, а так же научить применять полученные знания о ЗОЖ в повседневной жизни. Так к Здоровьесберегающим технологиям можно отнести:

1. Правильное составление графика занятий ФКиС, так как перегружать учащихся постоянными нагрузками не следует, это может привести к травмоопасным ситуациям.

2. Последовательное изменение графика упражнений. Однотипные упражнения могут привести к потере интереса у занимающихся в спорте из-за того, что не будет улучшения достигнутых результатов и навыков.

3. Окружение. Дружественное окружение подогревает интерес занимающихся к спорту путем общих интересов и интересных разговоров между занимающимися.

4. Индивидуальный подход. У каждого человека есть свои цели и интересы в спорте, задача преподавателя выяснить, чем человек хочет заниматься и какие спортивные навыки развить.

Информационно-коммуникативные технологии направлены на то чтобы, помочь людям быстро найти подходящую информацию. Нет сомнений в том что иногда лучше быстро найти в интернете нужную информацию вместо того чтобы перечитывать кучу литературы. Так же с недавней пандемией учебным заведениям пришлось перейти на дистанционное обучение, что повлекло некоторые проблемы для занятий по ФКиС. Тем не менее, с помощью ИКТ люди смогли решить данную проблему. Занимающиеся связывались с преподавателем по видеосвязи для теоретических занятий, а упражнения снимали на видео и отправляли преподавателям, что позволило избежать не только критичной ситуации.

Из этой информации можно сделать следующее заключение для ИКТ. Преподаватели могут быстро найти более наглядную и актуальную информацию, читая научные статьи и журналы, а так же просматривая видеоуроки в интернете для подготовки занятия и повышения уровня знаний, но все же не стоит пренебрегать учебной литературой.

Заключение.

Применение инновационных средств в ФКиС имеет огромный потенциал. С каждым днем находят все более лучшие средства для того чтобы не только заинтересовать людей заниматься спортом, но и повысить качество занятий, упражнений и теоретическую часть физических занятий

Список литературы

1. Борзенкова Д.О., Моськин С.А. Инновации в физической культуре и спорте / Наука-2020. 2021. № 6 (51). С. 72.
2. Шилько А.И. Инновационные технологии в жизни студентов и школьников, а также профессиональных спортсменов / Наука-2020. 2021. № 6 (51). С. 130.
3. Ермолаев А. П., Усманова Д. Р. Инновационные технологии в сфере преподавания физической культуры и спорта // Всероссийский педагогический форум. Сборник статей II Всероссийской научно-методической конференции. Петрозаводск : Международный центр научного партнерства «Новая Наука». 2020. С. 143.
4. Прилуцкая В. А. инновационные технологии на уроках физической культуры // Образование в современном мире: практики цифровой,. Самара : Самарский национальный исследовательский университет имени академика С. П. Королева. 2021. С. 224.
5. Гуняев Е.В., Висягина В.А. Значение инноваций в области физической культуры и спорта для мотивации к самосовершенствованию физического развития человека / Наука-2020. 2021. № 4 (49). С. 35.

INNOVATIONS IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT

N. Olshannikova, T. Mikhailova

*Ministry of Science and Higher Education
of the Russian Federation Kemerovo State University*

Abstract. Today we can say that innovation is one of the most important aspects of any human activity, especially in sports. Currently, there are many innovative methods, programs, tools, in physical culture and sports. For example: information and communication technologies, the Pilates health program, health-saving technologies and much more.

Keywords: physical education, innovations, physical culture, sports, health.

РЕАЛИЗАЦИЯ ЦЕННОСТЕЙ ОЛИМПИЗМА В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ

А.В. Оринчук

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В статье представлена характеристика адаптивного спорта как современного спортивного движения для лиц с инвалидностью. Автор сделал анализ реализации ценностей современного олимпийского движения, изложенных Пьером де Кубертенем, в различных направлениях адаптивного спорта: Паралимпийское движение, Сурдлимпийское движение, Специальная Олимпиада. В статье сделано предположение, что в адаптивном спорте в большей мере, чем в олимпийском спорте, поддерживаются и реализуются ценности современного олимпийского движения.

Ключевые слова: олимпийский спорт, адаптивный спорт, Паралимпийское движение, Сурдлимпийское движение, Специальная Олимпиада, ценности олимпизма.

В 2024 году в Париже должны состояться XXXIII летние Олимпийские игры. В этом же году будет отмечаться круглая дата – 2800 лет со дня проведения первых Олимпийских игр, которые прошли в Древней Греции в 776 году до н.э.

Проведение Олимпийских игр стало для Древней Греции ярким и очень важным событием. Древние греки ценили игры за возможность проявить свои физические способности, так необходимые для воинов того времени [2]. Но греки понимали, что игры помогают им не только хорошо воевать, но и дружить, развиваться интеллектуально и культурно. Главным достоинством античных Олимпийских игр был их мирный характер. На период проведения игр в Греции объявлялось священное перемирие – экехейриа [2,8].

Современные Олимпийские игры были возрождены по примеру античных Олимпийских игр, с сохранением их идей, принципов. Но современное олимпийское движение вобрало в себя новую идеологию и миропорядок. Вдохновителем возрождения современного Олимпийского движения стал барон Пьер де Кубертен – общественный деятель и педагог [4,8].

Ценности античных Олимпийских игр были взяты за основу Пьером де Кубертеном при определении ценностей современного олимпийского движения, которые изложены в Олимпийской хартии [4,6]:

1. *Олимпиец* – личность, для которой характерны гармоничное физическое психическое и духовное развитие. Он должен быть активным, целеустремленным, стремиться к постоянному самопознанию, самосовершенствованию в своей деятельности.

2. *Поведение в спорте, должно быть адекватно олимпийским принципам и идеалам.* Спортсмен не может просто участвовать в соревнованиях, а должен постоянно стремиться к улучшению своих результатов. В процессе тренировки он должен проявлять настойчивость для достижения максимально возможных результатов, стремиться к победе над соперником, при этом строго соблюдая правила состязаний и нравственные принципы, которые положены в основе честной игры. Спортсмен не должен стремиться победить любой ценой: причиняя ущерб здоровью соперника, обманывая, за счет нечестного судейства или других антигуманных действий.

3. *Олимпизм проповедует гуманистические ценности мира, дружбы и взаимопонимания.* Олимпизм основан на демократии, интернационализме, равноправии, взаимоуважении всех наций, несмотря на возможные расовые, религиозные и политические различия.

К сожалению, начиная с первых Олимпийских игр вышеизложенные ценности попирались в угоду коммерческой выгоды, политическим соображениям, национальным и расовым неприятиям. И даже священное перемирие не стало атрибутом современного Олимпийского движения [6].

Из позитивных нововведений современного олимпийского движения можно отметить допуск женщин к участию в спортивных соревнованиях в 1900

году, появление зимних Олимпийских игр и поддержка спортивного движения инвалидов (адаптивного спорта).

Целью проводимого исследования стало оценка адаптивного спорта как примера реализации ценностей Олимпизма в современном спортивном движении.

Адаптивный спорт как социальное явление появился в конце XIX века, но активное его развитие стало возможным во второй половине XX века. За это время адаптивный спорт превратился в мощное спортивное движение, которое объединяет инвалидов различных нозологий. Сегодня в мире существует несколько спортивных движений инвалидов: Паралимпийское, Сурдлимпийское, Специальная Олимпиада. Каждое из них охватывая отдельные группы инвалидов, проводит Всемирные игры как летние, так и зимние (Паралимпийские, Сурдлимпийские, игры Специальной Олимпиады), Чемпионаты мира по отдельным видам спорта, которые по зрелищности, масштабу, накалу спортивных страстей не уступают Олимпийским играм и крупнейшим международным спортивным форумам [1,5].

Международный Олимпийский комитет (далее МОК) постепенно признал деятельность каждого из спортивных движений инвалидов соответствующей ценностям Олимпизма.

Первым шагом к признанию адаптивного спорта стало награждение в 1956 году во время проведения Олимпийских игр в Мельбурне Международной Сток-Мэндвильской спортивной федерации колясочников (ISMGF) специальным кубком МОК за воплощение в жизнь олимпийских идеалов гуманизма [3]. Данная организация стала первой в мире проводить соревнования для спортсменов-колясочников. С 1988 года с согласия Президента МОК Х.А.Самарача Международные Сток-Мандевильские игры (Всемирные игры для инвалидов) стали именоваться Паралимпийские игры. Еще одним шагом к признанию МОК спортивного движения инвалидов стало проведение Паралимпийских игр на объектах Олимпийских игр. Начиная с Олимпийских игр 1988 года в Сеуле и зимних Олимпийских игр 1992 года в Тигнесе-Альбервиле Паралимпийские игры проходят в тех же городах и на тех же объектах, что и Олимпийские зимние игры. А с 2000 года по решению МОК и Международного Паралимпийского комитета выбирается единый город-столица Олимпийских и Паралимпийских игр.

Спортивное движение глухих получило поддержку МОК в 1985 году, когда на Всемирных играх глухих стали поднимать флаги Международного спортивного комитета глухих и МОК, что стало свидетельством признания МОК спортивного движения спортсменов с нарушением слуха как полноправного члена олимпийского движения [3]. А в 2001 году на исполкоме МОК в Лозанне было принято решение переименовать Всемирные игры глухих в Сурдлимпийские игры (Deaflympics).

Спортивное движение для лиц с ментальными нарушениями – Специальная Олимпиада, было официально признано МОК в 1988 году. В 1988 году на XV зимних Олимпийских играх в Калгари Президент МОК Х.А.Самаранч подписал с Президентом Специальной Олимпиады Ю.Кеннеди-

Шрайвер соглашение, согласно которому Специальная Олимпиада получила право использовать в своем названии слово «Олимпиада».

Признание МОК основных направлений адаптивного спорта не было бы возможным без соблюдения и реализации ими ценностей современного олимпийского движения.

Каждое из вышеуказанных спортивных движений инвалидов способствует тому, что человек с определенными физическими или ментальными недостатками стремится к своему физическому и духовному развитию. Адаптивный спорт способен с помощью рационально организованной двигательной активности, используя сохраненные функции организма, остаточное здоровье, природные физические ресурсы и духовные силы инвалида, максимально приблизить психофизические возможности организма и личности к самореализации в обществе.

Занимаясь физической культурой и спортом человек с инвалидностью на начальном этапе развивает свои социально-бытовые, социально-трудовые навыки. В дальнейшем процесс спортивной тренировки и соревновательной деятельности позволяет спортсмену-инвалиду развиваться и самосовершенствоваться, и реализовать себя в спорте как в профессиональной деятельности [7].

Адаптивный спорт сегодня помогает спортсмену инвалиду в самоутверждении, стремлении к лидерству или победе, может стать его профессиональной деятельностью [5].

Для создания равных условий для каждого участника и соблюдения правил честной игры в Паралимпийском движении спортсмены-инвалиды делятся на классы. В каждом виде паралимпийского спорта существует своя классификация, целью которой является создание равных условий для спортсменов в конкретном классе с учетом их функциональных возможностей.

Одним из главных принципов Специальной Олимпиады является создание условий для участия в спортивных мероприятиях для каждого желающего, несмотря на его физические или интеллектуальные способности. Каждый из участников соревнований Специальной Олимпиады должен быть успешен в спортивной деятельности. Для этого используется нетрадиционная модель соревновательной деятельности, суть которой заключается в объединении участников соревнований в малые группы с равными физическими возможностями и проведение финальных соревнований именно в этих группах. Поэтому в соревнованиях по программе Специальной Олимпиады награждаются все участники, а рекорды и общекомандные первенства не определяются.

Для соблюдения правил честной игры на соревнованиях под эгидой Паралимпийского и Сурлимийского комитетов уже многие годы проводится допинг-контроль, процедура которого в полной мере сопоставима с соревнованиями для спортсменов-олимпийцев.

Своей деятельностью адаптивный спорт в полной мере проповедует и реализует гуманистические ценности: мир, дружба и взаимопонимание между народами и разными странами. В соревнованиях среди спортсменов-инвалидов

принимают участие представители из разных стран, несмотря на их расовые, религиозные и политические различия. Представительство стран в различных движениях адаптивного спорта сегодня сопоставимо с количеством стран-членов МОК (206 стран):

- членами Международного Паралимпийского комитета являются 182 страны;
- членами Международного Сурдлимпийского комитета являются 117 стран;
- в состав Специальной Олимпиады входят 204 страны.

По количеству участников, видов спорта и разыгрываемых комплектов медалей отдельные направления адаптивного спорта также сопоставимы с современным олимпийским движением (таблица).

До последнего времени адаптивный спорт был в стороне от политических распрей, которые постоянно сотрясали Олимпийское движение. Отстранение паралимпийцев России от участия в играх 2016 года стало первым политически мотивированным событием в истории адаптивного спорта. Но при этом стоит отметить, что в соревнованиях под эгидой Сурдлимпийского комитета и Специальной Олимпиады наши спортсмены и команды принимали участие без ограничений вплоть до 2022 года.

Таблица 1. Сравнительная характеристика летних Олимпийских, Паралимпийских, Сурдлимпийских игр и игр Специальной Олимпиады

№ п/п	Название игр	Участники		Виды спорта в программе игр, кол-во	Комплекты медалей, кол-во
		Страны	Спортсмены		
1	XXXII летние Олимпийские игры (2021 год, Токио, Япония)	205	11656	33	339
2	XVI Паралимпийские летние игры (2021 год, Токио, Япония)	162	4393	22	539
3	XXIV летние Сурдлимпийские игры (2022 год, Кишиас-ду-Сул, Бразилия)	72	2466	18	219
4	Всемирные летние игры Специальной Олимпиады (2019 год, Абу-Даби, ОАЭ)	198	7500 + 20000 волонтеров	24	574

Таким образом, адаптивный спорт как социальное явление получил свое активное развитие во второй половине XX века. Благодаря поддержке Международного Олимпийского комитета адаптивный спорт превратился в мощное спортивное движение, которое объединяет инвалидов различных нозологий. Поддержка МОК стала возможной благодаря гуманистической составляющей адаптивного спорта, а также реализации в своей деятельности различными движениями адаптивного спорта ценностей современного олимпийского движения, изложенными Пьером де Кубертенем.

По количеству участников, видов спорта и разыгрываемых комплектов медалей отдельные направления адаптивного спорта сегодня сопоставимы с современным олимпийским движением. Как показывают последние события в

спортивном мире адаптивный спорт, а именно Паралимпийское движение, Сурдлимпийское движение, Специальная Олимпиада, в большей мере, чем олимпийский спорт, поддерживают и реализуют ценности современного олимпийского движения, показывая пример того, как спорт может выступать за объединение разных стран и народов, оставаясь при этом вне политических распрей.

Список литературы

1. Брискин, Ю. А. Адаптивный спорт / Ю.А.Брискин, С.П.Евсеев, А.В.Передрий. – М.: Советский спорт, 2011. – 316 с.
2. Демчук Н.В., Морозов А.С. Значение древних Олимпийских игр в развитии греческой цивилизации // *Universum: Общественные науки: электрон. научн. журн*, 2017. – № 3(33). – С.4-9.
3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник – М.: Спорт, 2016. – 616 с.
4. Кубертен де П. Олимпийские мемуары / П. де Кубертен. – К.: Олимп. лит., 1997. – 179 с.
5. Орничук, В.А. История Паралимпийского движения: учебное пособие. / В.А. Орничук, М.В. Курникова, Ю.А. Бахарев – Нижний Новгород: Нижегородский госуниверситет, 2017. – 201 с.
6. Орничук А.В. Анализ реализации принципов Олимпийского движения в современном спорте / А.В. Орничук, А.Н. Орничук // Социальные процессы современной России. Международная научно-практическая конференция. В 2-х т. – Нижний Новгород, 2020. – С.312-316.
7. Рахматов, А. А. Олимпийское движение как средство социализации людей с ограниченными функциональными возможностями / А. А. Рахматов // *Образование и воспитание*. – 2016. – № 2 (7). – С. 7-9.
8. Твой олимпийский учебник: учебное пособие для олимпийского образования / В.С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России. – 27-е изд. перераб. и дополн. – М.: Издательство «Спорт», 2019. – 216 с.

REALIZATION OF THE VALUES OF OLYMPISM IN ADAPTIVE SPORTS

A. Orinchuk

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article presents the characteristics of adaptive sports as a modern sports movement for people with disabilities. The author made an analysis of the implementation of the values of the modern Olympic movement, outlined by Pierre de Coubertin, in various areas of adaptive sports: the Paralympic movement, the Deaflympic movement, the Special Olympics. The article suggests that adaptive sports, to a greater extent than Olympic sports, support and implement the values of the modern Olympic movement.

Keywords: *Olympic sports, adaptive sports, Paralympic movement, Deaflympic movement, Special Olympics, values of Olympism.*

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ ТЕРРИТОРИАЛЬНЫХ ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННЫХ СИСТЕМ

В.И. Павлова

Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова

Аннотация. В статье рассматриваются методические основы формирования и развития о пространственной организации туризма, а именно территориальных туристско-рекреационных систем. Рассматривается система подходов, востребованных в практике проектирования и пространственной организации туристских территорий, дается их краткая характеристика. В основе подходов лежат методы туристско-географических исследований: оценочные методы, метод опроса, картографический метод, а также методы классификации и типологии.

Ключевые слова: методы туристско-географических исследований, развитие, система, территория, туризм, территориальная организация туризма, территориальная туристско-рекреационная система, туристско-рекреационная система, развитие.

В рекреационной географии и географии туризма особое внимание уделяется пространственной организации туризма и рекреации, что ведёт к образованию специализированных систем – туристско-рекреационных.

Территориальная туристско-рекреационная система (по мнению автора) – географически определённая совокупность динамичных, иерархично подчиненных и взаимосвязанных компонентов, целью которых является удовлетворение туристско-рекреационных потребностей человека при соблюдении интересов всех подсистем, а также, на основе рационального использования туристско-рекреационного потенциала территории.

Методические основы формирования и развития территориальной туристско-рекреационной системы основываются на её структурных элементах. Примечательно, что территориальные туристско-рекреационные системы имеют свойство к самоорганизации. При учете спроса на туристский продукт и услуги, ресурсной возможности территории можно говорить о том, что территориальные туристско-рекреационные системы могут быть и созданы человеком, иными словами, в формировании данных систем активное участие может принимать сам человек.

Методические основы формирования и развития территориальных туристско-рекреационных систем основываются, также, на системе подходов. Подходов наблюдается достаточно много, они востребованы в практике проектирования и пространственной организации туристских территорий [4].

1. Междисциплинарный подход предполагает использование знаний, теории и методов ряда взаимосвязанных дисциплин (географии, экономики, архитектуры, экологии, социологии, картографии).

2. Комплексный подход включает учёт совокупности основных факторов формирования, координирования и развития туристско-рекреационной системы, её элементов; проектирование на основе анализа функциональных, инженерно-транспортных, социально-экономических, экологических,

природоохранных и других аспектов. Важной особенностью комплексного подхода является рассмотрение туристско-рекреационной системы в составе социально-экономической системы, т.е. необходимо встраивать модель туристско-рекреационной системы в общую модель стратегического (социально-экономического) развития региона.

3. Системный подход подразумевает анализ взаимосвязи структур и компонентов; выделение в системе наиболее устойчивых, а также первичных и вторичных элементов и связей.

4. Пространственный подход включает проектирование туристско-рекреационной системы с целью рационально «вписать» её в пространственную систему страны, в систему российского расселения.

5. Геоэкологический подход подразумевает выделение территорий, имеющих разный экологический потенциал для учёта и принятия туристско-рекреационной нагрузки.

6. Каркасный подход представляет проектирование территориальных каркасов туристско-рекреационной системы (историко-культурного, природно-экологического, транспортного и др.) на базе транспортных систем, селитебных систем и туристских маршрутов.

7. Кластерный подход включает географическую концентрацию компонентов системы и формирование определённой среды, которая обеспечивает конкурентоспособность, увеличивает инновационный потенциал и развивает малое и среднее предпринимательство.

8. Маркетинговый подход (территориальный маркетинг) представляет собой разработку и продвижение туристско-рекреационной системы для усиления её привлекательности и конкурентоспособности для потенциальных и целевых рынков, учитывая интересы местного сообщества.

В силу нынешних тенденций, а именно: появления и развития информационно-коммуникационных технологий в дистанционном и онлайн-формате, потенциальные туристы уже не пользуются услугами офисных туроператоров и турагентов, предпочитают онлайн-взаимодействие. Сегодня использование технологий изменило отношение туристов к приобретению турпродуктов и услуг. Им интересен легкий доступ к контактной информации, картам, направлениям и отзывам. Поэтому на данный момент особенно актуально стало развитие территориальной туристско-рекреационной системы с точки зрения маркетинговых технологий, продвижения и брендинга территорий. Уникальный характер или образ имеет решающее значение для привлечения посетителей. Поэтому правильно разработанная маркетинговая стратегия туристско-рекреационной системы может являться одной из основ развития. Среди каналов связи и продвижения информации выделяют социальные сети, мобильные приложения, сайты отдельных туристских компаний или агрегаторов, e-mail.

9. Проблемный подход подразумевает определение проблем в туристско-рекреационных системах, проведение диагностики этих проблем, результатом которой будет степень влияния данных проблем. Результат может быть

достигнут при проведении систематического мониторинга, а также, при проведении туристско-рекреационной экспертизы [4].

В основе данных подходов лежат методы туристско-географических исследований: оценочные методы, метод опроса, картографический метод, а также методы классификации и типологии.

Системообразующей основой формирования туристско-рекреационной системы являются генерирующие (активизирующие), лимитирующие и реализующие факторы. Так, генерирующие факторы определяют цель формирования и проектирования туристско-рекреационной системы, а также, являются основным двигателем развития системы. Реализующие факторы – те, которые определяют компоненты туристско-рекреационной системы. Анализ компонентов был дан выше.

Блок генерирующих факторов связан с реализацией и удовлетворением потребностей туристов (например, туристский спрос или потребность в восстановлении трудоспособности и физического и психологического здоровья). Генерирующие факторы являются определяющими с точки зрения формирования тех продуктов и услуг, которые будут активизировать систему.

В блок реализующих факторов включён транспортный фактор. Фактор важен, и он используется в рамках каркасного подхода, поскольку даёт возможность выделения и анализа тех территориальных единиц, которые будут наиболее доступны для туристов, и которые будут являться перспективными для формирования территориальных рекреационных систем разного ранга. Туристы также должны иметь возможность относительно легко перемещаться по территории.

Формирование туристско-рекреационных систем зависит от наличия в них туристско-рекреационных ресурсов, в том числе рационально используемых природных ресурсов. Они часто находятся в центре внимания туристов и могут служить первоначальной мотивацией для посещения.

Итак, оценочные методы в туризме имеют ресурсную ориентацию. Сущность оценочных методов в том, чтобы определить степень пригодности ресурсов окружающей среды и оценить их для целей отдыха и туризма.

Процедура оценивания проходит поэтапно:

1) выделение объекта оценки – природных комплексов, их компонентов и свойств;

2) выделение субъекта оценки – вид туризма, цикл рекреационных занятий, категория отдыхающих – с позиции которого ведется оценивание;

3) установление критериев оценки, которые определяются масштабом и целью исследования, свойствами субъекта;

4) разработка параметров оценочных шкал (как правило, это 3-4- или 5-6-ступенные шкалы). Ступени определяют степень взаимодействия объекта и субъекта оценки;

5) получение частных и интегральных оценок [1].

В оценочные методы входят медико-биологическая (физиологическая), психолого-эстетическая, технологическая, и экономические оценка туристских

ресурсов. Лучшим вариантом проведения оценки является комплексное исследование.

Так, на основании данных методов можно определить степень пригодности природных ресурсов, определить наличие культурно-исторических ресурсов на основании балльной или качественной оценки.

Оценку туристской (рекреационной) местности можно производить с использованием коэффициента пригодности.

Если мы говорим о природных ресурсах, то их использование должно осуществляться в соответствии с принятыми нормами антропогенной нагрузки на природные комплексы.

Оценка культурно-исторических ресурсов производится с использованием следующих методических приемов.

1. Определение плотности экскурсионных объектов на единицу площади территории.

2. Балльная оценка экскурсионных объектов с позиции организаторов отдыха и туризма по основным критериям. Оценочные шкалы разрабатываются по каждому показателю путем ранжирования качественных характеристик объекта.

3. Расчет экскурсионного потенциала объекта путем определения необходимого и достаточного времени для его осмотра. Составление таблицы со средними нормами времени на осмотр.

4. Оценка аттрактивности экскурсионных трасс и маршрутов с учетом культурно-исторических объектов [1].

Метод опроса или социологический метод является эффективным в случае отсутствия статистических и картографических данных. Кроме того, данный метод эффективен, когда нам необходимо раскрыть тенденции, актуальные на сегодняшний момент. Метод основывается на двух вариациях: интервью и анкетные опросы. Источником первичных данных выступает сам человек. Сбор данных осуществляется по плану, у которого должна быть цель (например, количество туристских прибытий), объект (необходимая целевая аудитория, в том числе размер выборки), программа обследования (перечень вопросов) [1]

Так, при исследовании заинтересованности туристов в посещении той или иной дестинации в качестве основного источника информации для оценки используются результаты анкетирования, которое может быть проведено в очном формате или дистанционно с использованием современных технологий, например, сервиса Google-формы, который позволяет значительно сократить время на обработку результатов [3].

Картографический метод основан на создании карт, атласов, буклетов, рекламных проспектов, которые служат для передачи пространственной информации о территориальной туристско-рекреационной системе. Карты необходимы как для туристов, так и для обеспечения развития индустрии туризма и государственного регулирования туристской деятельности.

Классификационный метод оценки – это «группировка изучаемых объектов по совокупностям (классам), различающимся между собой количественными признаками. Классификации проводятся, как правило, с использованием методов математической статистики. Деление ТРС на классы осуществляется в соответствии с выбранными классификационными признаками [1].

Типологический метод оценки основан на группировке сложных территориальных туристско-рекреационных систем по совокупностям (типам), в основном, по качественным признакам. Так, например, согласно типологии А.Ю. Александровой, территориальные туристско-рекреационные системы можно разделить на следующие типы: лечебные (лечение заболеваний), оздоровительные (восстановление физического и духовного потенциала, профилактика заболеваний), спортивные (физическое развитие) и познавательные (духовное развитие). К лечебным будут относиться Кавказские Минеральные Воды, город Евпатория и Саки, Анапа. К оздоровительным – Южный берег Крыма, пионерские лагеря, зоны отдыха Московской области, к спортивным – Алтай, Камчатка, охотничьи и рыболовные хозяйства, а к познавательным – Москва, Большое Золотой Кольцо, природные и рекреационные парки. Метод типологии оценивает существенные черты, характеризующие территориальную туристско-рекреационную систему [1].

Важно отметить, что методические основы формирования территориальных туристско-рекреационных систем важны на уровне конкретного региона, так как этот механизм является действенным и очень востребованным инструментом решения проблем развития туризма и развития отдельных территорий. От того, насколько эффективно проводится развитие территориальной туристско-рекреационной системы в регионе, непосредственно зависит уровень его социального и экономического развития, качество жизни в регионе, туристской конкурентоспособности, как в рамках федеральных округов, так и страны в целом [2].

Говоря о трансформации территориальной туристско-рекреационной системы, было сказано о том, что любая система функционирует в пространстве и времени, а также любая система имеет свои «входы» и «выходы». На «входе» система получает данные о тех потребностях туристов, которые в контексте рыночной экономики называются туристским спросом. Внешняя среда территориальной туристско-рекреационной системы диктует ей, каким образом она должна трансформироваться. Источниками внешней среды являются уровень социально-экономического развития, уровень урбанизации, состояние экологической системы, площадь территории страны с экстремальными для жизни человека среды и далее. В силу того, что территориальная туристско-рекреационная система воспринимает эти источники как сигналы к своей трансформации и адаптации к нынешней среде, можем считать, что в системе может преобладать самоорганизующийся характер, благодаря которому система может «подстраиваться», взаимодействуя с рекреационными потребностями. Таким образом, системы

могут быть старыми, молодыми, новыми, а есть зарождающиеся. Уровень их развития зависит от того, насколько они соответствуют рекреационным потребностям, и насколько хорошо они способны удовлетворить «входящие» в систему рекреационные потребности.

Важно отметить, что территориальная туристско-рекреационная система может создаваться естественным образом, а может целесообразно, при этом имея предпосылки для создания. Предпосылками создания может являться спрос со стороны потребителей (туристов) на комплекс природных и культурно-исторических ресурсов, находящихся в пределах территориальной туристско-рекреационной системы, а также имеющийся туристский потенциал системы.

Таким образом, на сегодняшний день процессы становления территориальных туристско-рекреационных систем весьма актуальны и требуют правильного подхода, так как по-прежнему существуют барьеры, сдерживающие развитие туризма на местном и региональном уровнях.

Методические основы формирования и развития территориальных туристско-рекреационных систем основываются на их структурных элементах, взаимосвязи между этими элементами. Среди них на первом месте стоит турист, то есть потребитель продуктов и услуг, реализуемых в территориальной туристско-рекреационной системе, затем наличие туристско-рекреационного потенциала, то есть имеющихся ресурсов, также, инфраструктуры, социальных, экономических, правовых и организационно-управленческих условий, безопасности, притока инвестиций. Также, выделяют систему методических подходов. Подходов наблюдается множество, каждый из них является востребованным при формировании и развитии территориальных туристско-рекреационных систем. Несмотря на это, он является эффективным инструментом решения проблем развития регионального туризма и развития отдельных территорий. В основе методических подходов лежат различные методы оценки, включающие оценочные методы, социологические, картографические, а также методы классификации и типологии.

Список литературы

1. География туризма: учебник / коллектив авторов; под ред. А.Ю. Александровой. – 3-е изд., испр. – М. : КНОРУС, 2015. – 592 с.
2. Полякова, И. Л. Туристско-рекреационный комплекс: сущность, функции и структура // И. Л. Полякова / Оренбургский государственный университет. – Вестник ОГУ №13 (132)/декабрь`2011. – с. 376-382.
3. Цыщук, Е. А. Организация проектной деятельности в сфере туризма: муниципальный уровень // Е. А. Цыщук, В. И. Кружалин, Н. В. Шабалина / Под ред. проф. МГУ им. М.В. Ломоносова В.И. Кружалина – М.: ООО «Издательский сервис», 2019. – 120 с.
4. Яковлева С. И. Основы территориального проектирования туристских местностей: учебное пособие / С. И. Яковлева. – Тверь: Твер. гос. ун-т, 2015 – 234 с.

METHODOLOGICAL BASIS FOR THE FORMATION AND DEVELOPMENT OF TERRITORIAL TOURIST–RECREATIONAL SYSTEMS

V. Pavlova

Lomonosov Moscow State University

Abstract. The article considers the methodological basis for the formation and development of the spatial organization of tourism, namely the territorial tourist and recreational systems. The system of approaches demanded in the practice of design and spatial organization of tourist territories is considered, their brief characteristic is given. The approaches are based on the methods of tourist-geographical research: evaluation methods, method of survey, cartographic method, as well as methods of classification and typology.

Keywords: methods of tourist-geographical research, development, system, territory, tourism, territorial organization of tourism, territorial tourist-recreational system, tourist-recreational system, development.

ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ О МЕРАХ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

М.С. Погожева, А.В. Старостина

Вологодский государственный университет

Аннотация. Актуальность данной темы обусловлена потребностью человека и общества в формировании культуры здоровья, установке на сохранение, укрепление и созидание собственного здоровья, необходимостью развития позитивного отношения к здоровью населения страны. В статье предоставляются результаты оздоровительной деятельности студентов I курса Вологодского государственного университета по проблеме сохранения и укрепления здоровья, определяются возможные меры для повышения осведомленности обучающихся по конкретным вопросам.

Ключевые слова: *здоровье, сохранение и укрепление здоровья, здоровый образ жизни, студенческая среда, физическая культура.*

Сегодня обучающиеся в различных учреждениях претерпевают большие учебные нагрузки, эмоциональный стресс во время обучения. Известно, что при поступлении в вуз у большей части студентов происходит изменение привычных жизненных стереотипов, смена места проживания, смена режима и качества питания – все это может негативно сказываться на общем состоянии здоровья студента.

Проблема сохранения и укрепления здоровья студентов актуальна, поскольку охрана и укрепление здоровья студенчества в основном определяются образом жизни. Здоровый образ жизни студента зависит от его ценностных ориентаций, мировоззрения, социального и нравственного опыта. Именно эти факторы формируются у молодых людей во время обучения в вузе. Ответственность за здоровье в условиях здорового образа жизни складывается у студента как часть общекультурного развития, которому способствуют занятия физической культурой. Они помогают построить себя как личность в соответствии с собственными представлениями о полноценной в духовном, нравственном и физическом отношении жизни.

В частности, в Вологодском государственном университете преподавателями физической культуры ведется целенаправленная работа по формированию культуры здоровья, приобретению знаний, умений и навыков сохранения и укрепления здоровья в процессе физического воспитания обучающихся для дальнейшего использования их в повседневной жизни. Однако студенты легкомысленно относятся к данным мероприятиям, и не существует гарантий, что знания, полученные учащимися, усваиваются и могут быть применены в будущем.

Поэтому цель нашей работы заключается в определении уровня общей осведомленности и отношения студентов к сохранению и укреплению здоровья.

Чтобы добиться поставленной цели, мы сформулировали задачи.

1. Провести обществоведческий опрос, направленный на исследование понимания обучающимися фундаментальной концепции здоровья.

2. Выяснить компетентность обучающихся в вопросах сохранения и укрепления здоровья.

3. Разработать соответствующие рекомендации по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

В анкетировании участвовало 134 студента 1 курса Института математики, естественных и компьютерных наук Вологодского государственного университета.

На первый вопрос анкеты о значении понятия «здоровье» большая часть, 85,3% респондентов, ответили, что здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия. 6,5% обучающихся сказали, что здоровье – это отсутствие болезней и всего 4,2% респондентов высказали мнение о том, что здоровье – это выраженность личностных установок в ходе поддержания здорового образа жизни.

92,6% опрошенных ответили согласием на утверждение о желании быть здоровым, основными причинами стали: желание прожить долгую плодотворную жизнь; возможность достижения высоких результатов в будущей профессии и быть здоровыми; чтобы не болеть. Внимание, 7,4% обучающихся никогда не задумывались об этом.

На следующий вопрос анкеты о желании респондентами здоровья родственникам и друзьям, подавляющее большинство, 96% опрошенных, дали положительный ответ, отрицательных ответов не последовало. Никогда не задумывались об этом 4% респондентов.

Мнения обучающихся о зависимости здоровья человека от каких-либо факторов очень разнились: большая часть, 64,5% студентов, сошлись во мнении, что здоровье человека зависит от его образа жизни; 6,5% респондентов ответили, что количество выкуренных сигарет – это главный фактор, определяющий уровень здоровья; 5% анкетированных уверены, что наибольшее влияние на здоровье оказывают климатические условия среды; еще 5% опрошенных решили, что наследственность определяет здоровье человека; ответ про режим сна и отдыха выбрали 5% обучающихся; и еще несколько

версий набравших менее 5% голосов – здравоохранение, режим рабочего дня, питание. 6% опрошенных выбрали все варианты ответа. Такое распределение голосов легко объяснить. Безусловно, здоровье человека не может зависеть только от одного конкретного параметра. Мы думаем, что именно поэтому довольно много опрошенных не смогли определиться с единственным, самым важным вариантом ответа [1].

Результаты ответов на вопрос о регулярной посещаемости учебных занятий физической культурой выглядели следующим образом. 68% обучающихся регулярно занимаются физкультурой в университете, 19% студентов нерегулярно посещают занятия и 13% не занимаются физической культурой. Основными причинами отрицательных ответов стали: не любовь к предмету; антипатия к преподавателю; освобождение от занятий по состоянию здоровья.

В высказывании о возможности влияния человека на свое здоровье 95,4% анкетированных выразили согласие с данным утверждением, самым распространенным вариантом влияния стал спорт. Студенты уверены, что занятия спортом помогают поддерживать здоровье на высоком уровне. 2,5% респондентов не уверены в данном высказывании и 2,1% опрошенных считают, что человек никаким образом не способен влиять на свое здоровье.

В задании анкеты по мерам, предпринимаемым для уменьшения заболеваемости, самым распространенным вариантом стал ответ о привлечении друзей и взрослых к занятиям физической культурой, так ответили 53,4% студентов. 33,6% опрошенных уверены, что для снижения заболеваемости нужно сделать лекарства более доступными для населения, то есть понизить их стоимость. 13% анкетированных считают, что все возможные меры уже предприняты и ничего делать не нужно.

В вопросе об участии в общественных делах и спортивно-массовых мероприятиях в университете, которые бы поспособствовали уменьшению заболеваемости, участникам анкетирования была дана возможность ответить самостоятельно. Все ответы разделились на пять групп: 50% опрошенных сказали, что спортивные мероприятия помогут снизить уровень заболеваемости среди студентов; 5,3% респондентов уверены, что лучшее средство для сокращения численности болеющих людей – это пропаганда здорового образа жизни; 13% студентов выразили мнение, что волонтерство и благотворительность поспособствуют меньшей заболеваемости; 5,5% анкетированных ответили, что улучшение состояния медицины и снижение стоимости лекарств – это главное средство в борьбе с большим количеством заболевших; 26,2% проголосовавших не смогли определиться с ответом.

На следующий вопрос анкеты о действиях, которые нужно выполнять, чтобы оставаться здоровым, ответы участников разделились. Наибольшее количество, 32,3% респондентов, уверены, что регулярное посещение врача поможет человеку следить за своим здоровьем и не болеть. 23,1% опрошенных считают, что необходимо делать зарядку для сохранения своего здоровья. Варианты ответов, набравшие менее 9,6% голосов включают версии о хорошем

питании, теплой одежде и нахождении дома в плохую погоду. 22% проголосовавших ответили, что ничего из вышеперечисленного не поможет человеку остаться здоровым.

40% обучающихся считают, что человека, не заботящегося о своем физическом состоянии, можно назвать культурным, 28% респондентов имеют противоположное мнение и еще 32% обучающихся затрудняются ответить на этот вопрос.

Мы считаем, что такое разделение голосов связано с неоднозначностью вопроса. Некоторые люди считают, что спорт и культура совершенно разные понятия, не связанные между собой, но это не так. Культурным человеком называют образованного, воспитанного, толерантного, ответственного, целеустремленного человека. В тоже время именно спорт помогает развивать подобные качества личности. Следовательно, культура и спорт имеют прямую взаимосвязь [2].

В вопросе о выяснения причин проведения самостоятельных тренировок мы получили довольно ожидаемые результаты. 37,5% анкетированных занимаются физкультурой для коррекции своей фигуры, 22% обучающихся мотивирует желание добиться высоких результатов в своей спортивной карьере, 13,5% студентам помогает убеждение, что только, занимаясь спортом, можно быть здоровым. Не распространенные версии ответов, набравшие менее 10% голосов: нежелание болеть, давление взрослых и компания друзей, с которыми можно хорошо провести время при совместном занятии спортом.

В следующем задании участникам анкетирования нужно было выбрать единственно верное, на их взгляд, утверждение. Большая часть 67,8% респондентов ответили, что здоровье – это необходимое условие полноценной жизнедеятельности, 28% обучающихся считают, что здоровье – это главное в жизни и 4,2% опрошенных имеют другую ценность, более важную, чем здоровье – это семья.

В вопросе о жизненных принципах 43,6% обучающихся свободны от вредных привычек, 30% выполняют требования санитарии и гигиены, 19,1% обучающихся соблюдают режим дня и правильно питаются и значительно меньшее число участников опроса, 7,3% респондентов, регулярно выполняют зарядку и посещают спортивные секции.

Принципы в жизни многих людей играют большую роль, так как они систематически регулируют поведение человека. Они помогают четче, лучше структурировать свою жизнь, понимать, какой ты хочешь ее видеть и стремиться к этому. Определение жизненных принципов помогает принимать решения, обдумывать каждый жизненный выбор, взвешивая все «за» и «против», понимать, что для тебя неприемлемо или имеет целевую направленность, установку, побуждающую к действию.

На вопрос анкеты об источнике информации о сохранении и укреплении здоровья 30,2% анкетированных получают советы от родителей, еще 29,8% от педагогов физкультуры, 13% студентов самостоятельно находят информацию в

интернете и наименьшее количество данных участники опроса получают от друзей, врачей, тренеров, из книг.

По результатам исследования, можно сделать следующие выводы. Студенты недостаточно осведомлены о последствиях небрежного отношения к своему здоровью. В итоге, анкетирование студентов-первокурсников показало, что большая часть из них пренебрежительно относится к своему здоровью и не стремится осознанно заботиться о нем. Это говорит о недостаточном уровне культуры здоровья, не достаточной информированности студентов о сохранении и укреплении здоровья, безграмотности в вопросах охраны здоровья. Основной проблемой, которая ведет за собой все вышеперечисленные является отсутствие мотивации у студентов заботиться о своем здоровье.

Для формирования у студентов устойчивых привычек сохранения и укрепления здоровья необходимо пропагандировать и поддерживать здоровую культуру среди молодого поколения, проводить мероприятия по популяризации здорового образа жизни. Например, проведение цикла тематических классных часов по формированию здорового образа жизни и профилактике заболеваний обучающихся; оформление стендов в университете по тематике сохранения и укрепления здоровья; организация конкурсов социальной рекламы о ЗОЖ, с использованием мульти медиа. Именно этот вид работы, по нашему мнению, будет наиболее эффективен, поскольку современная молодежь много времени проводит с электронными гаджетами.

Таким образом мы выяснили, что проблема сохранения и укрепления здоровья студентов стоит достаточно остро, в студенческой среде ощущается недостаток знаний на эту тему, и возникает потребность в получении соответствующей информации. Молодые люди довольно уверенно ставят здоровье на первые места в иерархии жизненных ценностей, но при этом не прилагают никаких усилий для его сохранения [4].

Итак, здоровье выступает одной из наиболее значимых основ человеческого счастья, радости и благополучия, поэтому проблема здоровья – кардинальная для всего человечества. Особое внимание в настоящее время следует уделять формированию здорового образа жизни студентов. Они зачастую не осознают необходимости сохранения здоровья, так как вступают в новый этап жизни, где легко поддаются новым веяниям и, не всегда – благотворному влиянию образовательной среды вуза [3].

Список литературы

1. Амосов, Н.М. Алгоритм здоровья. М.: АСТ, 2009. – С. 312.
2. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента : учеб. пособие 2-е изд. М.: Альфа-М; ИНФРА-М, 2010. – С. 336.
3. Старостина, А. В. Изучение проблемы отношения студентов к физической культуре / А. В. Старостина // Актуальные вопросы образования в сфере физической культуры и спорта: сборник научных трудов. – Вологда: ВоГУ, 2019. – С. 120-124.

4. Старостина, А. В. Формирование культуры здоровья учащихся / А. В. Старостина // Развитие и распространение лучшего опыта в сфере формирования цифровых навыков в образовательной организации: материалы Всероссийской научно-методической конференции. – Чебоксары: ИД "Среда", 2019. – С. 213-217.

AWARENESS OF STUDENTS ABOUT MEASURES TO PRESERVE AND STRENGTHEN HEALTH

*M. Pogozheva, scientific advisor: A. Starostina
Vologda State University*

Abstract. The relevance of this topic is due to the need of a person and society in the formation of a culture of health, the attitude to the preservation, strengthening and creation of their own health, the need to develop a positive attitude to the health of the population of the country. The article presents the results of the health-improving activities of 1st-year students of Vologda State University on the problem of preserving and strengthening health, identifies possible measures to raise awareness of students on specific issues.

Keywords: health, preservation and strengthening of health, healthy lifestyle, student environment, physical culture.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СПОРТЕ

К.А. Полторанина

Кемеровский государственный университет

Аннотация. Так как данная тема довольно таки обширна в своем понимании здесь рассматривается только теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки и спортивная медицина, в которой рассмотрена проблема, которая приводит к различным заболеваниям у спортсменов.

Ключевые слова: физическое воспитание, методика, травмы, тренировка, заболевания, спорт.

Физическая культура – это часть общей культуры личности и общества, представляющая собой совокупность материальных и духовных ценностей, создаваемых и используемых для физического совершенствования людей. В личностном плане она является способом всестороннего развития человека. В любом случае физическая культура решающее значение имеет не сама по себе область деятельности, а ее качественные результаты, степень эффективности, ценности, полезности для человека и общества.

Спорт. Представляет собой соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, а также межчеловеческие отношения и нормы, ей присущие. Характерной особенностью спорта является соревновательная деятельность, позволяющая выявлять, сравнивать и сопоставлять человеческие возможности на основе четкой регламентации взаимодействий соревнующихся, унификации состава действий, условий их выполнения и способов оценки достижений по установленным правилам.

Классификация травм и заболеваний у спортсменов.

Из-за излишних нагрузок на организм, во время занятия спортом, такие как чрезмерное сгибание, натяжение и т.п. могут возникать некоторые изменения, называемое травматизмом. Эти изменения приводят к нарушению работы тех частей, которые подверглись неправильной работе с данными элементами тела или же огромных нагрузок которые эти элементы не в состоянии выдержать.

Виды травм.

- Тяжелые травмы – вызывают сильное ухудшение здоровья, что приводит к нетрудоспособности на 30 дней и более.
- Средние травмы – вызывают значительное нарушение работы организма в обычном состоянии, нетрудоспособность составляет от 10 до 30 дней.
- Легкие травмы – не приводят к изменению работы организма, а также к трудоспособности человека.
- Первичные – внезапно возникающие травмы, из-за неосторожного соблюдения тренировочного плана
- Травмы при перегрузке организма – травмы различных частей тела при чрезмерном занятии спортом. Например: позвоночник(хоккей, борьба), плечо(теннис, метание копья) и др.
- Повторные. Поспешное возвращение к тренировкам при неполном прохождении курса лечения поврежденного элемента приводит к нагрузке всего тела и может вызвать не только повторную травму элемента, но и других частей тела.

Классификация травм.

1. Повреждение суставов и связок
2. Повреждение мышц и сухожилий
3. Ушиб
4. Вывих/подвывих
5. Перелом
6. Ссадина
7. Рваная рана
8. Сотрясение
9. Инфекция/воспаление

Механизмы возникновения травм

Частота повторения травмы:

- одномоментная травма;
- повторная травма;
- хронически повторяющаяся травма.

Место приложения силы:

- прямой механизм
- непрямой механизм
- комбинированный механизм

Ошибки в планировании тренировочного процесса.

1. Неправильное составление тренировочной и соревновательной программы.
2. Спортивная группа, где большое количество спортсменов приходится на одного тренера, который не успевает уделить каждому занимающемуся время, что приводит к травмоопасным ситуациям.
3. Самостоятельное проведение тренировочного процесса
4. По некоторым видам спорта необходима страховка. Её отсутствие или недостаточная оснащённость может привести к неутешительным последствиям
5. Огромное количество занимающихся на одном участке места проведения тренировки, может привести к случайному столкновению спортсменов или случайному попаданию снаряда в человека по неаккуратности в использовании

Профилактика травматизма

Профилактика травматизма во время тренировок или соревновательного сезона подразумевает соблюдение техники безопасности.

1 этап (до начала занятий):

1. Ознакомиться с планом тренировочного процесса
2. Найти готовое пространство для занятия или же подготовить самому
3. Надеть подходящую одежду и снять с себя все что, представляет опасность: ремни, часы, кольца и т.п.
4. Не употреблять пищу до скорого начала тренировок
5. Выполнять все инструкции тренера во время проведения домашнего тренировочного процесса.

2 этап (во время занятий):

1. Каждое занятие начинать с разминки.
2. Исключить выполнение, каких-либо упражнений возле предметов интерьера или оборудования, а также на неровной, скользкой поверхности
3. Соблюдать технику выполнения данного упражнения.
4. Чувствуя плохое состояние организма, сразу же обратиться к тренеру
5. Каждое занятие заканчивать заминкой.

3 этап (после окончания занятий):

1. Убрать место тренировок после себя от используемого спортивного инвентаря
2. Принять душ, или же используя теплую воду умыться и помыть руки с мылом.
3. Сменить тренировочную одежду
4. Не употреблять в ближайшее время после окончания тренировки холодную воду

Заключение

Ознакомившись с данной или же иными, научными статьями относящихся к данной тематике задаешься вопросом: неужели травмы – это необходимая часть спорта, которую нельзя избежать и можно только смириться с тем, что рано или поздно даже самый аккуратный человек, занимающийся

спортом получит ту или иную травму. Анализируя это понимаешь, что говоря о присутствии у спортсменов каких либо заболеваний оценивается не здоровье спортсменов, а идет оценка врачом – физкультурной службы. Но наверное, лучше всего подойти к проблемам таким образом, чтобы ее постановка была путем их решения.

Список литературы

1. Кузьменко В.В., С. М. Журавлев. Травматологическая и ортопедическая помощь./ М.: Медицина – 1992. 175 с.
2. Гандельсман А.Б., Смирнов К.М. Физиологические основы методики спортивной тренировки./ М: Физкультура и спорт, 1970. 230 с.
3. Дембо А.Г. Причины и профилактика отклонений в состоянии здоровья спортсменов. М: Медицина, 1981. 120 с.
4. Демин Д.Ф. Профилактика спортивного травматизма. М: Физкультура и спорт, 1959. 134 с.
5. Синяков А.Ф. Причины и профилактика травм и заболеваний при занятиях бегом: Методические рекомендации для слушателей и студентов М: Б.и., 1988. 42 с.
6. Франке К. Спортивная травматология. М: Медицина, 1981. 352 с.

ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL ACTIVITIES IN SPORTS

K.A. Poltoranina

Ministry of Science and Higher Education of the Russian Federation Kemerovo State University

Abstract. Since this topic is quite extensive in its understanding, only the theory and methodology of physical education and sports training and sports medicine are considered here, which deals with the problem that leads to various diseases in athletes.

Keywords: physical education, methodology, injuries, training, diseases, sports.

ОНЛАЙН-СОРЕВНОВАНИЯ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ: ЗА И ПРОТИВ

У.В. Пономарева

*Сибирский институт управления – филиал Российской академии
народного хозяйства и государственной службы
при Президенте Российской Федерации*

Аннотация. В данной статье рассмотрен онлайн-формат турниров по художественной гимнастике как альтернатива традиционным формам с опорой на имеющиеся сведения о подобных соревнованиях, инициируемых федерациями художественной гимнастики разных стран, в период пандемии COVID-19. Подробно описаны особенности проведения турниров через специальные онлайн площадки, проанализированы преимущества и недостатки. Дана оценка жизнеспособности онлайн-соревнований по художественной гимнастике.

Ключевые слова: онлайн-формат, технологии, художественная гимнастика.

Нынешняя мировая ситуация достаточно нестабильна: после появления коронавирусной инфекции многие страны еще не оправились от ее последствий, а некоторые государства до сих пор не отказались от коронавирусных ограничений. Пандемия стала причиной серьезной проблемы для спортсменов: отсутствие соревнований и полноценных тренировок в зале снижают мотивацию для продолжения спортивной карьеры. Так многие спортсмены были вынуждены поставить на паузу свою профессиональную карьеру или вовсе объявить о ее завершении.

Стоит отметить, что, несмотря на снятие коронавирусных ограничений правительствами многих стран, некоторые государства не спешат смягчать меры безопасности. Это означает, что спортсмены данных стран до сих пор не вошли в полноценный тренировочный режим, что сказывается на их спортивной форме и психоэмоциональном состоянии. Более того, нынешняя мировая обстановка, характеризующаяся экономическим спадом и политическими проблемами, складывается таким образом, что для многих спортсменов отсутствует возможность участия в соревнованиях из-за проблем с логистикой или нехваткой финансирования.

Художественная гимнастика не стала исключением. В период пандемии соревнования были приостановлены, а спортсменки были вынуждены тренироваться в домашних условиях, находясь на видеосвязи с тренерами. Однако Всероссийская федерация по художественной гимнастике (ВФХГ) в лице ее главы Ирины Винер-Усмановой нашла альтернативу традиционным формам соревнований – онлайн-турниры. Пандемия поспособствовала развитию дистанционных технологий, привлечению большинства людей к использованию прогрессивных способов взаимодействия, что позволило успешно организовывать подобные мероприятия.

Онлайн – формат соревнований, безусловно, значительно отличается от традиционного офлайн-формата. Соревнования проводятся на специальной онлайн-площадке. Например, наиболее популярной является «Zoom», известный сервис конференцсвязи. Для этого участникам необходимо иметь исправное материально-техническое обеспечение, то есть камеру и микрофон. Зрители также имеют доступ к трансляции и могут наблюдать за выступлениями через экран собственных устройств. Каждая сторона должна подготовить специально оборудованное помещение для спортсменок, откуда будут вестись прямые включения. Помещение должно быть подходящим для выступлений гимнасток: необходимы наличие ковра размером 13 x 13 м, соответствие рабочего покрытия стандартам Международной федерации гимнастики (FIG), высота потолка должна быть минимум 10 м [1]. Там же должны находиться собственные бригады судей, которые будут выставлять оценки за выступления, либо оценивание спортсменок производит утвержденная независимая бригада судей, наблюдая за гимнастками через монитор. Наградные материалы предоставляются в электронном виде или отправляются по почте, как правило, за счет организаторов турнира. Кроме того, обязательным является заключение договора на предоставление услуг по

проведению онлайн-соревнований. Данные пункты являются основными для проведения онлайн-турниров [2].

Если говорить про подобные соревнования в контексте пандемии, зрители могут отсутствовать по решению организаторов, пресса на таких турнирах допускается в зал только по предварительно утвержденным спискам и с учетом всех требований по эпидемиологической безопасности: контроль температуры, наличие маски и перчаток, соблюдение социальной дистанции. Именно данные меры безопасности были условием присутствия журналистов на международном онлайн-турнире, организованном Всероссийской федерацией художественной гимнастики во Дворце гимнастики Ирины Винер-Усмановой летом 2020 года [3].

Подобный формат соревнований отличается многими преимуществами. Во-первых, это безопасность. Риски заражения инфекцией снижаются ввиду принятых мер безопасности. Во-вторых, это возможность соревноваться без дополнительных затрат гимнастам не только из разных городов России, но и стран. Так в рамках онлайн-турнира по художественной гимнастике, организованного Германией в марте 2021 года, кроме россиянок продемонстрировали свое мастерство спортсменки из Австрии, Финляндии, Великобритании, Израиля и других государств [4].

Кроме вышеуказанных преимуществ онлайн – соревнований, благодаря таким турнирам гимнастки могут вновь почувствовать соревновательную атмосферу и получить заряд мотивации для оттачивания своих навыков. Для тренеров же подобный формат соревнований может стать возможностью получить уникальный опыт и повысить уровень педагогического мастерства в рамках физической и психоэмоциональной подготовки спортсменок в непривычных условиях. Ввиду особенностей проведения данных турниров родители гимнасток принимают активное участие в подготовке спортсменок, и их взаимодействие становится более тесным. Это может значительно улучшить качество коммуникации между родителями и детьми и положительно повлиять на психоэмоциональное состояние спортсменок.

Онлайн – турниры по художественной гимнастике из-за своей уникальности и новизны имеют ряд недостатков. Во-первых, это частое отсутствие записи соревнований. В случае ее наличия пользователи могли бы позже просмотреть выступления, спортсменки могли бы подать апелляцию и потребовать пересмотра оценок, а СМИ могли бы использовать данный материал для пост-релизов, спортивных репортажей. Во-вторых, подобный формат турниров часто влечет за собой технические проблемы: низкое качество изображения, слишком отдаленная съемка спортсменок, проблемы со звуком или интернет-соединением, что несомненно портит впечатление от соревнований у телезрителей. Так на первом онлайн-турнире, организованным Всероссийской федерацией художественной гимнастики, периодически случались технические проблемы, и в финале групповых упражнений был объявлен пятиминутный перерыв для устранения неполадок [5]. В-третьих, из-за того, что данный формат соревнований еще не столь распространен,

зачастую на турнирах отсутствуют серьезные соперницы. Это лишает гимнасток возможности прочувствовать в полной мере соревновательную борьбу.

Стоит отметить и тот факт, что отсутствие зрителей в зале может отрицательно повлиять на моральную готовность спортсменок к выступлениям. Зачастую поддержка зрителей снижает степень волнения гимнасток. Например, российская гимнастка Лала Крамаренко подчеркнула, что онлайн-турнир в июне 2020 года стал для нее непростым не только из-за долгого перерыва от соревновательной деятельности, но и из-за нехватки поддержки от болельщиков и родных в зале [6].

Пандемия выявила еще одну весомую проблему подобных турниров: отказы от участия из-за заражения коронавирусной инфекцией. Так осенью 2020 года накануне онлайн-турнира, организованного российской стороной, сборная Болгарии была вынуждена сняться с турнира из-за болезни спортсменок [7].

Тем не менее, по мнению общественности такие турниры являются спасением в непростые времена. Ирина Винер-Усманова также поддерживает распространение данного формата соревнований, потому что спортивную форму и психологическое состояние спортсменок необходимо постоянно держать в тонусе: «Лучше встречаться очно и, конечно, со зрителями. Без них очень тяжело. Но на безрыбье и рак рыба. Если нет гербовой, пишем на простой. Эти онлайн-турниры сейчас спасают. После чемпионата Европы в Киеве огромное количество заболевших среди тренеров, судейского состава, гимнасток, поэтому это было невозможно для наших детей, для нашей страны, мы отказались» [8].

Безусловно, подобные турниры значительно уступают традиционным по атмосфере и качеству организации. Однако они являются отличной альтернативой офлайн-формату и довольно жизнеспособны, особенно при условии устранения возможных проблем организационного характера. Для спортсменок, не имеющих возможности очно участвовать в соревнованиях по художественной гимнастике, подобные мероприятия – существенный вклад в их развитие.

Популяризация турниров такого формата способна стать инструментом повышения интереса к художественной гимнастике среди населения тех территорий, где данный вид спорта малоразвит. Особенно это касается развивающихся стран. Для достижения данной цели онлайн-турниры могут проводиться на постоянной основе, но уже как часть офлайн соревнований, чтобы позволить всем желающим спортсменкам продемонстрировать свои навыки.

Список литературы

1. Правила вида спорта «Художественная гимнастика»: утв. приказом Минспорта России от 29.09.2022 N 780. Источник: <http://vfrg.ru/upload/iblock/5fb/5fbcc8f4eb39e31733495c9195f51e99.pdf>

2. Смайлова, Р. А. Особенности проведения международных онлайн-соревнований по художественной гимнастике (на примере онлайн-турнира «Новогорские звёздочки 2020») // Проблемы и перспективы развития спортивного образования, науки и практики. 2020. №1. С. 317–326. Режим доступа: науч.-электрон. б-ка «eLibrary.ru», требуется авторизация. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46308579> (дата обращения: 15.11.2022).

3. Спасите спортсменов! Почему онлайн-турнир по художественной гимнастике – отличная идея не только для гимнастики [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://matchtv.ru/artistic-gymnastics/matchtvnews_NI1207233_Spaside_sportsmenov_Pochemu_onlajn_turnir_po_khudozhestvennoj_gimnastike_otlichnaja_ideja_ne_tolko_dla_gimnastiki, свободный. Дата обращения: 16.11.2022.

4. Сестры Аверины выступят на онлайн-турнире по художественной гимнастике [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://rsport.ria.ru/20210319/averiny-1601969899.html>, свободный. Дата обращения: 16.11.2022.

5. Онлайн-турнир по художественной гимнастике [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://rhythmic.borda.ru/?1-0-0-00001323-000-60-0>, свободный. Дата обращения: 16.11.2022.

6. «Без зрителей выступить в 1000 раз сложнее». Россиянка объяснила неудачу на онлайн-турнире по художественной гимнастике [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://news.sportbox.ru/Vidy_sporta/hud_gimnastika/spbnews_NI1207248_Bez_zritelej_vystupat_v_1000_raz_slozhneje_Rossijanka_objasnila_neudachu_na_onlajn_turnire_po_khudozhestvennoj_gimnastike, свободный. Дата обращения: 16.11.2022.

7. Винер-Усманова разочарована, что болгарки не выступили на онлайн-турнире из-за COVID-19 [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://tass.ru/sport/9840929>, свободный. Дата обращения: 17.11.2022.

8. Винер-Усманова сравнила онлайн-турнир с чемпионатом Европы [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://rsport.ria.ru/20201210/viner-usmanova-1588672589.html>, свободный. Дата обращения: 17.11.2022.

ONLINE RHYTHMIC GYMNASTICS COMPETITIONS: PROS AND CONS

U. Ponamoreva

*The Siberian Institute of Management – the branch of the Russian Presidential Academy
of National Economy and Public Administration*

Abstract: This article is dedicated to the online format of rhythmic gymnastics tournaments as an alternative to traditional forms based on available information about such competitions initiated by rhythmic gymnastics federations of different countries during the COVID-19 pandemic. The features of holding tournaments through special online platforms are described in detail, the advantages and disadvantages are analyzed. The viability of online rhythmic gymnastics competitions is assessed.

Keywords: online format, technology, rhythmic gymnastics.

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ И СПОСОБЫ ИХ КОРРЕКЦИИ

Д.Г. Попов, И.Б. Улитин

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Практически все ткани, органы и их функции подвергаются возрастным физиологическим изменениям, в том числе и сердечно-сосудистая система. Старение – неизбежно развивающийся биологический процесс, проявляющий себя на всех структурных уровнях организации организма человека: молекулярном, клеточном, тканевом, органном и системном уровнях. В данном обзорном исследовании отображены изменения сердечно-сосудистой системы, их влияние на спортивную работоспособность и возможности их коррекции.

Ключевые слова: сердечно-сосудистая система, артериальная ригидность, старение, спортивная работоспособность.

Введение

В последнее время, в связи с достижениями медицины в XX – XXI веке и улучшением жилищных условий, прослеживается тенденция увеличения средней продолжительности жизни. Это привело к общему старению населения планеты.

Старение – неуклонно развивающийся возрастной биологический процесс катаболизма живой материи, снижающий возможности организма к адаптациям. Основными характеристиками старения являются развитие патологических изменений, связанных с возрастом и увеличением вероятности гибели [1]. При клеточном старении на фоне ухудшения процессов восстановления происходят изменения в связях клеточных органоидов и внутриклеточной регуляции.

Организм человека с течением времени претерпевает изменения в своей структуре и функциях. Даже при отсутствии видимых заболеваний в большинстве физиологических систем происходят структурные и функциональные ухудшения [16, 6]. По мнению В.F. Waller [18], центральное место в общей концепции старения занимают изменения в сердечно-сосудистой системе. Так как повседневная физическая активность и спортивная работоспособность коррелирует с состоянием совокупности широкого спектра тканей, систем органов и их функций, физиологические изменения, связанные с возрастом, оказывают прямое на них влияние.

Цель исследования

1. Изучить особенности возрастных изменений сердечно-сосудистой системы, их влияние на спортивную работоспособность.
2. Определить влияние разработанной фитнес-системы на сердечно-сосудистую систему, липидный состав крови.

Возрастные структурные изменения

Изменениям функционирования сердечно-сосудистой системы способствуют эффекты старения, которые проявляют себя на всех уровнях: молекулярном, клеточном, тканевом, органном и системном.

Сократительная способность стенки левого желудочка сердца – одна из важнейших структурных характеристик, подверженных влиянию возрастных изменений. С возрастом из-за различных изменений, влияющих на структуру и функцию сердечной мышцы, происходит уменьшение насосной способности сердца. Нарастают дегенеративные изменения в сердечных структурах, включающих потерю эластичности, увеличения содержания фиброзной ткани в клапанах сердца, отложение нерастворимых агрегатов белков – амилоида в миокарде [4,18].

В митохондриях тоже происходят изменения: изменяется их размер, структура и плотность матрицы, что ведет к уменьшению их функциональной поверхности.

В саркоплазме происходит образование вакуолей, накапливается жир, увеличивается содержание пигментов, таких как липофусцин.

Данные изменения, происходящие в кардиомиоцитах, не являются исключительными, но в комплексе влекут за собой нарушения внутриклеточной саморегуляции, скорости синтеза и деградации белка, энергетического обмена [4].

Возрастные изменения кровеносных сосудов

Снижается эластичность артериальных сосудов, что может привести к увеличению их диаметра и ригидности стенок сосудов, ухудшающие их функцию. Этому способствуют увеличение коллагена, снижение эластина и кальцификация.

Происходят изменения в аорте, стенка которой становится менее эластичной. От этого кровь, покидающая левый желудочек сердца, сталкивается с большим сопротивлением и не может пройти так далеко в артерии. Периферические сосуды также подвергаются возрастным изменениям – стенки артерий по всему телу становятся толще и жестче. Из-за увеличения соединительной ткани и отложений кальция стенки вен так же могут становиться толще с возрастом [4].

Нормальная работа эндотелиальной ткани препятствует вазоконстрикции, обусловленной сокращением гладкой мускулатуры сосудов. Эндотелиальная дисфункция частично объясняет жесткость артерий, развивающуюся в процессе старения [8,13,19]. По мнению Yu BP и Chung HY [19] старение сосудов может быть основной причиной системной дисфункции.

Возрастные изменения сердечного ритма

Расслабление миокарда, обусловленное откачкой ионов Ca^{2+} из саркоплазмы кардиомиоцита в кальциевые пулы, нарушается в связи с возрастным замедлением этого механизма. По этой причине, а так же повышения жесткости стенки левого желудочка, нарушается его диастолическое наполнение [11,12].

Возрастные изменения сердечно-сосудистой реакции на физические упражнения

Иначе в ответ на физические упражнения реагирует сердечно-сосудистая система, в частности, частота сердечных сокращений увеличивается с физической нагрузкой, а максимальная частота сердечных сокращений с возрастом снижается [2,17]. В большей степени это обуславливает снижение максимального потребления кислорода ($VO_2 \max$) и связанного с этим пикового сердечного выброса и доставки кислорода к активным мышцам [8].

Максимально достижимую частоту сердечных сокращений можно рассчитать по формуле $ЧСС_{\max} = 220 - \text{Возраст}$, что говорит о линейном снижении максимальной частоты сердечных сокращений при физической нагрузке, при увеличении возраста.

Происходит снижение выносливости и силы, что свидетельствует о том, что при любой субмаксимальной нагрузке пожилым людям приходится прилагать, в большинстве случаев, более высокий процент от их максимальных усилий по сравнению с более молодыми людьми.

Факторы, препятствующие старению организма

Эпидемиологические исследования показывают, что занятия физической культурой, сочетающие аэробные и силовые тренировки с снижают риск развития сердечно-сосудистых заболеваний на 40-70%, сахарного диабета II типа на 30%. Это действие связано с уменьшением висцерального жира, улучшением гликемического контроля, увеличения чувствительности к инсулину, также нормализуется и ряд других факторов, опосредующих факторы риска, включая кровяное давление и липидный состав крови [16].

Рядом крупных российских (советских) ученых – Хорошиловым И.Е., Николаевым Ю.С., Барановским А.Ю., а также рядом иностранных исследователей [2, 9, 10] изучались механизмы влияния дозированного голодания на организм человека. В результате чего было установлено, что переход организма на эндогенное питание запускает механизмы аутофагии и другие механизмы деградации долгоживущих белков, детоксикации организма в целом, способствует обновлению клеток и тканей всех систем организма, включая сосуды [3, с. 357; 9, 10, 15].

С целью замедления развития процессов старения и увеличения функциональных способностей организма, была разработана оздоровительная фитнес-система, включающая в свою структуру логически взаимосвязанные между собой средства физического воспитания и восстановительные мероприятия, и позволяющей снизить биологический возраст занимающегося.

Основными положениями оздоровительной фитнес-системы являются:

взаимосвязь средств физического воспитания (физических упражнений, сбалансированного питания) и восстановительных мероприятий;

физические упражнения силовой и аэробной направленности, элементы системы питания и восстановительные мероприятия объединены в единую структуру и распределены по этапам. Такое распределение обуславливается биохимическими процессами, протекающими в организме человека при

воздействии тренировочных нагрузок. Таким образом, каждый этап включает в себя программу тренировок силовой и аэробной направленности, дозирование нагрузки, режим и компоненты питания, перечень восстановительных мероприятий.

Программа тренировок включает в себя упражнения силовой и аэробной направленности.

Эффективность разработанной системы определялась на основании анализа результатов измерения лодыжечно-плечевого индекса двух групп по 25 занимающихся в каждой до и после эксперимента (по А.Н. Рогоза). Достоверными показателями биологического возраста является ригидность артерий, которая определяется по лодыжечному индексу давления (ЛИД) и липидный состав крови. Результаты тестирования показали статистически-достоверное снижение биологического возраста в экспериментальной группе. В контрольной группе динамика показателей биологического возраста отсутствовала.

Для статистической обработки данных использовалась программная среда R-4.2.2. (R Core Team, 2021), использовался базовый пакет R (R Core Team, 2021), tidyverse (Wickham et al., 2019), dplyr (Wickham et al., 2022), reshape2 (Wickham, 2007)

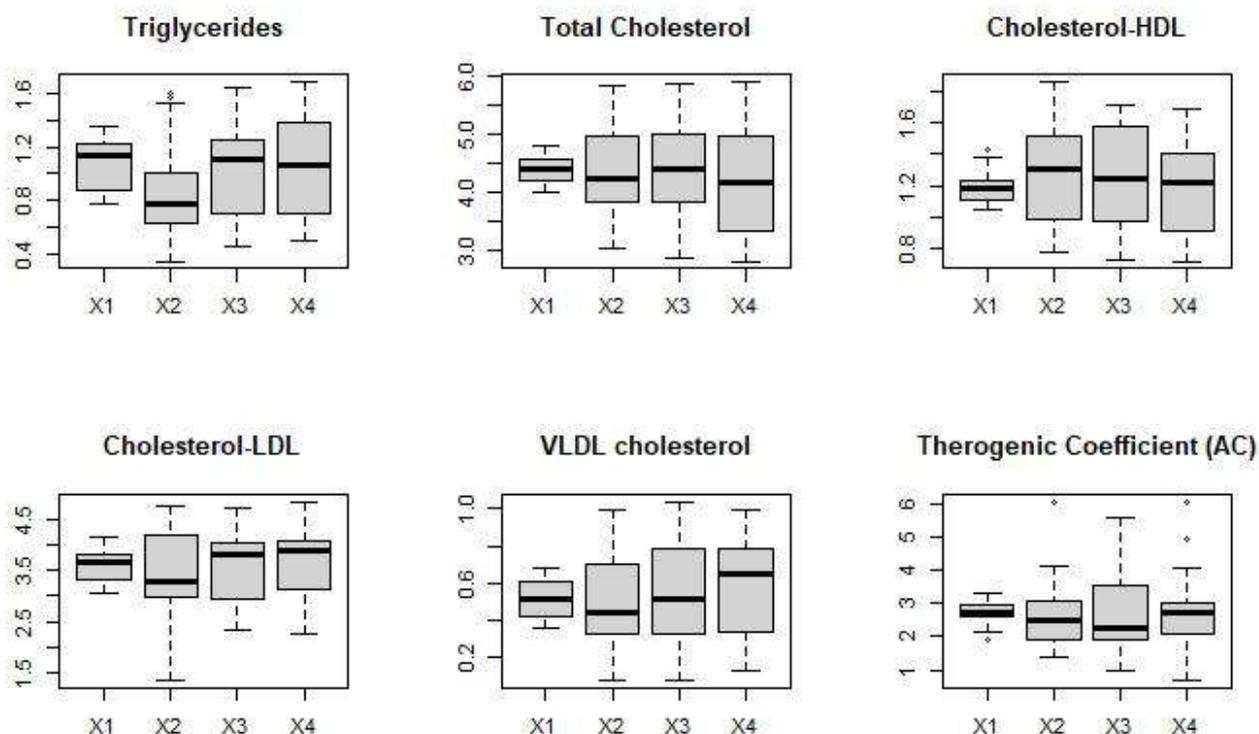


Рис. 1. Обозначения на оси x: X1 – экспериментальная группа, после эксперимента; X2 – экспериментальная группа, до эксперимента; X3 – контрольная группа, после эксперимента; X4 – контрольная группа, до эксперимента.

Согласно критерию Шапиро-Уилка, распределение результатов не нормальное ($p < 0.05$), поэтому были выбраны непараметрический метод (критерий Уилкоксона) для дальнейшей обработки данных. Средние значения и разброс данных содержания каждого из исследуемых веществ представлены на рис. 1.

Содержание веществ после эксперимента во всех шести случаях имеет сходные изменения – отклонения от среднего показателя стали значительно меньше, средние значения стали ближе к средним значениям показателей нормы. Критерий Уилкоксона показал, что экспериментальная группа после эксперимента значимо ($p > 0.05$) отличается от всех остальных, в то время как остальные группы демонстрируют сходство между собой.

Лодыжечный индекс давления в результате эксперимента значимо снизился в экспериментальной группе (рис. 2) на 0.0336 единиц слева и на 0.0968 единиц справа. Изменений в контрольной группе (изображение 2) почти не было (0.00375 слева и 0.015 справа). По тесту Уилкоксона изменения в контрольной группе не значимы.

Динамика изменений в группах представлена на рис. 3.

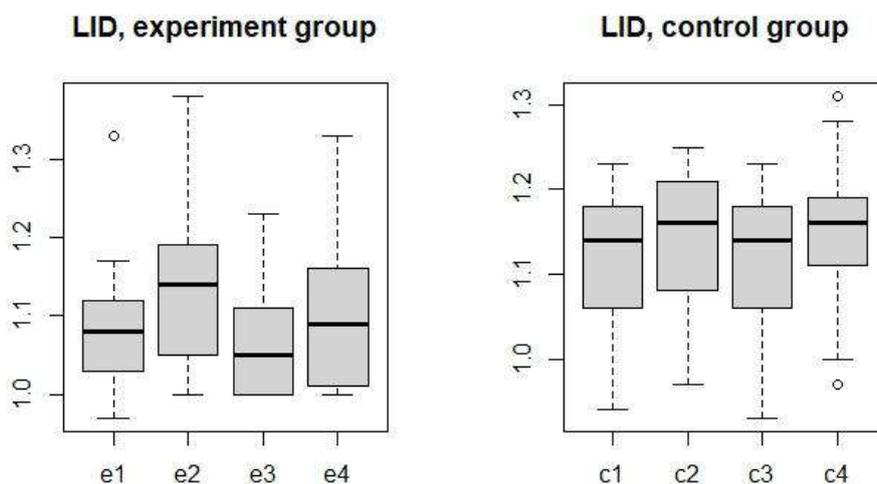


Рис. 2. Обозначения оси x: e1 – до эксперимента, слева; e2 – до эксперимента, справа; e3 – после эксперимента, слева; e4 – после эксперимента, право; c1 – до эксперимента, слева; c2 – до эксперимента, справа; c3 – после эксперимента, слева; c4 – после эксперимента, справа.

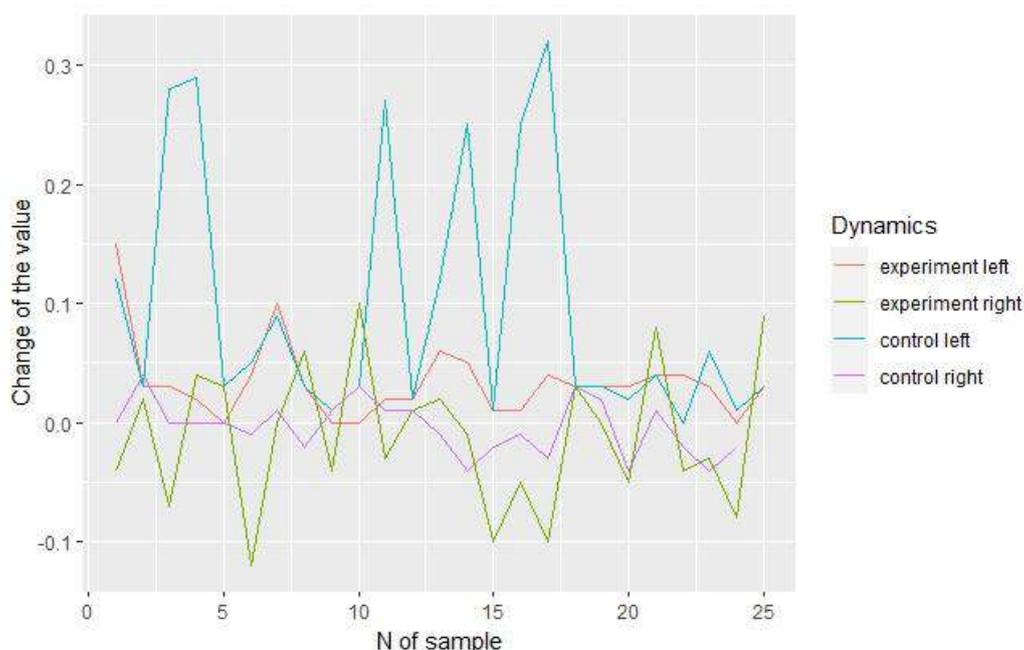


Рис. 3. Динамика изменений в разных группах.

Выводы

С увеличением возраста происходит снижение спортивной работоспособности, обусловленные возрастными изменениями в сердечно-сосудистой системе. Эти изменения включают следующие:

- изменения внутриклеточных структур;
- эндотелиальную дисфункцию;
- утолщение стенки левого желудочка;
- изменения сердечного ритма;
- артериальная ригидность.

Сочетанное воздействие физических нагрузок, адекватного питания и средств восстановления, логически связанные в оздоровительной фитнес-системе, могут замедлять процессы старения, улучшать функциональное и психическое состояние тренирующихся.

Список литературы

1. Большая медицинская энциклопедия. Сосудистый шов – Тениоз. Т. 24 / под ред. Б. В. Петровского, 3-е изд. – М.: Советская энциклопедия, 1985. – 544 с.
2. Лечебное голодание при внутренних болезнях: методическое пособие / А.Н. Кокосов, В.М. Луфт, Е.И. Ткаченко, И.Е. Хорошилов. – СПб: Лань, 1998. – 64 с.
3. Барановский А.Ю. Диетология: Руководство [Электронный ресурс]. – СПб.: Питер, 2004. URL: https://www.cpkmed.ru/materials/El_Biblio/AktualDoc/dietologija/2.pdf (дата обращения 24.08. 2022).
4. Cardiovascular Considerations in the Older Patient. URL: <https://www.physio->

pedia.com/index.php?title=Cardiovascular_Considerations_in_the_Older_Patient
(дата обращения 7.10.2022)

5. Circulating and cellular markers of endothelial dysfunction with aging in rats / Challah M., Nadaud S., Philippe M. // *Am J Physiol.* 1997. 273(4):H1941-8. doi: 10.1152/ajpheart.1997.273.4.H1941. PMID: 9362264. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9362264/> (Дата обращения 8.10.2022)

6. Exercise and Physical Activity for Older Adults. *Medicine & Science in Sports & exercise: Official Journal of the American College of Sports Medicine* / Chodzko-Zajko W.J., Proctor D.N., Fiatarone Singh M.A. // *Med Sci Sports Exerc.* 2009. 41 (7): 1510-1530. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19516148/> (дата обращения 3.10.2022)

7. Giovannucci E.L., Rezende L.F.M., Lee D.H. Muscle-strengthening activities and risk of cardiovascular disease, type 2 diabetes, cancer and mortality: A review of prospective cohort studies // *J Intern Med.* 2021.290(4):789-805. doi: 10.1111/joim.13344. PMID: 34120373. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34120373/> (дата обращения 4.10.2022)

8. Heath G.W., Hagberg J.M., Ehsani A.A, Holloszy J.O. A physiological comparison of young and older endurance athletes // *J Appl Physiol Respir Environ Exerc Physiol.* 1981. doi: 10.1152/jappl.1981.51.3.634. PMID: 7327965. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7327965/> (дата обращения 5.10.2022)

9. Hughes W.E., Beyer A.M. Vascular autophagy in physiology and pathology // *Am J Physiol Heart Circ Physiol.* 2019. 1;316(1):H183-H185. doi: 10.1152/ajpheart.00707.2018. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30412440/> (дата обращения 10.10.2022)

10. Jaeger P.A., Wyss-Coray, T. All-you-can-eat: autophagy in neurodegeneration and neuroprotection // *Mol Neurodegeneration.* 2009. 4, 16 (2009). <https://doi.org/10.1186/1750-1326-4-16> (дата обращения 12.10.2022)

11. Josephson I.R., Guia A., Stern M.D., Lakatta E.G. Alterations in properties of L-type Ca channels in aging rat heart // *J Mol Cell Cardiol.* 2002. 34(3):297-308. doi: 10.1006/jmcc.2001.1512. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11945022/> (дата обращения 14.10.2022)

12. Orchard C.H., Lakatta E.G. Intracellular calcium transients and developed tensions in rat heart muscle. A mechanism for the negative interval-strength relationship // *J GenPhysiol.* 1985. 86:637-651. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/4067571/> (дата обращения 9.10.2022)

13. Peripheral vascular endothelial dysfunction and apoptosis in old monkeys / Asai K., Kudej R.K., Shen Y.T. et al // *Arterioscler Thromb Vasc Biol.* 2000. 20(6):1493-9. doi: 10.1161/01.atv.20.6.1493. PMID: 10845863. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10845863/> (дата обращения 4.10.2022)

14. Prisant L.M. *Clinical Hypertension and Vascular Diseases: Hypertension in the Elderly.* NJ:Humana Press Inc., 2005. URL: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-59259-911-0> (дата обращения 1.10.2022)

15. Sanchez A.M., Bernardi H., Py G., Candau R.B. Autophagy is essential to support skeletal muscle plasticity in response to endurance exercise // *Am J Physiol*

Regul Integr Comp Physiol. 2014. 15;307(8):R956-69. doi: 10.1152/ajpregu.00187.2014. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25121614/> (дата обращения 4.10.2022)

16. Successful ageing in Singapore: prevalence and correlates from a national survey of older adults / Subramaniam M., Abdin E., Vaingankar J.A. et al. // Singapore Med J. 2019. 60(1):22-30. doi: 10.11622/smedj.2018050. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29774358/> (дата обращения 2.10.2022)

17. Tanaka H., Monahan K.D., Seals D.R. Age-predicted maximal heart rate revisited // J Am Coll Cardiol. 2001. 37(1):153-6. doi: 10.1016/s0735-1097(00)01054-8. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11153730/> (дата обращения 8.10.2022)

18. Waller B.F. The Old-Age Heart: Normal Aging Changes Which Can Produce or Mimic Cardiac Disease // Clin. Cardiol. 1988. 11, 513-517. URL: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/clc.4960110802/pdf> (дата обращения 1.10.2022)

19. Yu B.P., Chung H.Y. Oxidative stress and vascular aging // Diabetes Res Clin Pract. 2001. 54. 73-80. doi: 10.1016/s0168-8227(01)00338-2. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11733112/> (дата обращения 7.10.2022)

AGE-RELATED FEATURES OF ATHLETIC PERFORMANCE AND WAYS TO CORRECT THEM

D. Popov, I. Ulitin

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. Almost all tissues, organs and their functions undergo age-related physiological changes, including the cardiovascular system. Aging is an inevitably developing biological process that manifests itself at all structural levels of the organization of the human body: molecular, cellular, tissue, organ and system levels. This review study shows changes in the cardiovascular system, their impact on athletic performance and the possibility of their correction.

Keywords: cardiovascular system, arterial rigidity, aging, athletic performance.

ДИСТАНЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В УПРАВЛЕНИИ И ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ

Д.Г. Попов

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Пандемия COVID -19 привела к изменениям в управлении и организации физической культуры и спорта в муниципальных бюджетных учреждениях, поиску новых альтернативных форм по обеспечению непрерывности тренировочного процесса. Интеграция дистанционных и очных форм организации занятий, является инновацией в управлении и организации физической культурой и спортом, нововведение позволяет успешно функционировать любому муниципальному учреждению в период обстоятельств

непреодолимой силы, обеспечив сохранность контингента, результативность соревновательной деятельности, эффективность тренировочного процесса.

Ключевые слова: пандемия, дистанционные технологии, физическая подготовка спортсменов, управление, муниципальные бюджетные учреждения

В настоящее время физическая культура и спорт рассматриваются государством в качестве важнейшего фактора, обеспечивающего укрепление здоровья нации, увеличивающего продолжительность жизни граждан, формирующего здоровый образ жизни. Этой же линии в отношении к физической культуре и спорту следуют и муниципальные образования.

Задача муниципальных властей по управлению развитием физической культуры и спорта состоит в формировании благоприятных и доступных условий для развития на массовой основе. Сфера физической культуры и спорта призвана обеспечить приобщение населения к здоровому образу жизни, воспитание здорового поколения.

Регулирование вопросов развития физической культуры и спорта на муниципальном уровне в Нижнем Новгороде возлагается на Департамент физической культуры и спорта, входящий в состав администрации и взаимодействующего с другими органами муниципального управления в сфере здравоохранения, образования и иных сферах.

Пандемия COVID-19 привела к огромному числу изменений в жизни каждого человека и общества в целом. Несомненно, что одни из самых серьезных изменений произошли в спорте, от детско-юношеского до спорта высших достижений. Карантин, самоизоляция, а затем и ограничения в организации тренировочного процесса в целях профилактики новой коронавирусной инфекции, привели к повсеместному сокращению соревновательной деятельности и к почти полному прекращению или видоизменению тренировочной деятельности. Разрушены фундаментальные принципы построения спортивной тренировки – систематичность и непрерывность. Сложившаяся ситуация предъявляет особые требования к управлению физической культуры и спортом на муниципальном уровне. Вводимые ограничения Роспотребнадзора требуют пересмотра не только условий проведения соревнований, но и организации тренировочного процесса.

В данной статье речь пойдет об управлении и организации физической культуры и спорта в муниципальном бюджетном учреждении спортивная школа «Дворец спорта «Северная звезда» в период ограничений по профилактике и распространению новой коронавирусной инфекции.

Физкультурно-спортивная деятельность в МБУ СШ ДС «Северная звезда» (далее Учреждение) организована по 3 направлениям:

1. Бюджетное направление. Физкультурно-спортивная деятельность в данном направлении осуществляется на бесплатной основе, за счет финансирования бюджетных средств Учредителя – департамента физической культуры и спорта администрации г. Н.Новгорода. В данном направлении реализуется физкультурно-спортивная деятельность по программам спортивной подготовки и физкультурно-оздоровительной работы с детьми от 6 до 18 лет по 12

видам спорта: баскетбол, волейбол, мини-футбол, настольный теннис, плавание, пауэрлифтинг, самбо, дзюдо, фигурное катание на коньках, хоккей с шайбой, художественная и эстетическая гимнастика.

Так же в данном направлении присутствует предоставление спортивных баз на безвозмездной основе сторонним организациям в свободное от основных тренировочных занятий время. Например, волейбольный клуб «Спарта» регулярно проводит тренировки в универсальном зале, СШОР по ледовым видам спорта, хоккейный клуб «Торпедо» – на ледовой арене.

2. Коммерческое направление. Данное направление реализуется в свободное от основных тренировочных занятий время и включает в себя:

- проведение соревнований на базе Учреждения с оплатой организаторов соревнования аренды спортивных баз, услуг обслуживающего персонала (охраны, рецепшен, гардероба, клининга);

- сдача в аренду спортивных баз для проведения тренировочных занятий сторонними организациями;

- организацию физкультурно-оздоровительных занятий с населением на платной основе (аква-аэробика, аэробика, тренажерный зал, настольный теннис)

3. Социальное направление. Это направление так же реализуется в свободное от основных занятий время. На бесплатной основе проводятся занятия по плаванию, атлетической гимнастике, настольному теннису с инвалидами (как со взрослыми, так и с детьми), пенсионерами, членами малоимущих семей, участниками военных конфликтов.

Пандемия COVID-19 потребовала от администрации и тренерского состава Учреждения разработку комплекса мер, направленных на обеспечение успешного функционирования Учреждения, а значит непрерывности тренировочного процесса юных спортсменов, результативность соревновательной деятельности.

В период карантина по COVID -19 с марта 2020 г. по сентябрь 2020 г. в связи с Указом губернатора Нижегородской области, физкультурно-спортивная работа в Учреждении осуществлялась в единственном направлении – бюджетном. В экстренном порядке программы спортивной подготовки были адаптированы к условиям карантина путем применения дистанционных технологий.

В теоретической подготовке юных спортсменов дистанционные технологии используются давно и успешно [6], а вот применения дистанционных форм в физической и технической подготовке вызвало много споров и вопросов.

Бесспорно, нельзя научить ребенка технике двигательного действия дистанционно. Даже многократный просмотр видео материалов не заменит соблюдение этапности процесса обучения, взаимодействия «тренер-спортсмен» как в показе техники двигательного действия, так и в коррекции ошибок.

Дистанционные технологии нашли свое применение в организации физической и теоретической подготовки юных спортсменов [1,3]. Для занятий в период самоизоляции были разработаны проекты дистанционных занятий по видам спорта для занимающихся Учреждения. Приведем основные положения одного из проектов.

1) Частота тренировочных занятий – 3 раза в неделю продолжительностью 2 академических часа (90 мин), в соответствии с расписанием Учреждения. Занятия проводятся в домашних условиях либо на улице.

2) Дистанционные занятия включают в себя комплекс упражнений, направленный на повышение уровня физической подготовленности и теоретические сведения материала для повышения уровня теоретической подготовленности.

2.1) Комплекс упражнений физической подготовки разработан с учетом доступности выполнения в домашних условиях, снят в виде видео-занятий и отправлен в родительский чат в мессенджере «вайбер». Кроме того, по мере роста тренировочной нагрузки, в мессенджере обновлялись параметры объема и интенсивности.

Текущий контроль за выполнением упражнений осуществлялся так же с использованием мессенджера «вайбер»: родители спортсменов производили видеосъемку выполнения упражнений ребенком и отправляли личным сообщением. Индивидуально по каждому полученному видео давались в ответ оценка, советы и рекомендации.

2.2) Для освоения детьми теоретического материала скомпонован блок видео сюжетов об истории хоккея, спортивной терминологии, правил игры и элементов технико-тактических действий в соответствии с требованиями теоретической подготовки программы физической подготовки по организации и проведению физкультурно-оздоровительной работы среди различных групп населения по виду спорта «Хоккей с шайбой» МБУ СШ ДС «Северная звезда»

3) Структура каждого дистанционного занятия включает в себя 2 вида подготовки: теоретическую и физическую. Теоретический материал в виде видеороликов изучается в начале занятия, физическая подготовка осуществляется путем выполнения комплекса упражнений по видео-занятию.

Оптимизация программ спортивной подготовки при помощи применения дистанционных технологий позволила спортсменам успешно осуществлять физическую и теоретическую подготовку. Об эффективности применения вышесказанных мер говорят итоги тестирования спортсменов отделений по видам спорта, проведенного в сентябре 2020 года. Проведенный сотрудниками Учреждения анализ результатов тестирования, говорит о том, что 95 % спортсменов успешно сдали контрольно-переводные нормативы.

В период ограничений по профилактике и нераспространению новой коронавирусной инфекции организация физкультурно-оздоровительной работы в Учреждении проводилась в соответствии с рекомендациями Роспотребнадзора.

Возобновилась соревновательная деятельность, как в коммерческом, так и в бюджетном направлении с соблюдением наличия отрицательного результата теста на коронавирус, норм количества зрителей, социального дистанцирования, масочного режима, термометрии и наличия санитайзеров.

Стали регулярными занятия в социальном направлении, с соблюдением норм количества занимающихся в зале, масочного режима, и недопуском к занятиям людей старше 65 лет.

В бюджетном направлении особую сложность представляла организация занятий в соответствии с выполнением часовой нагрузки по видам спорта с одной стороны и рекомендациями Роспотребнадзора – с другой. Используя предыдущий опыт, также в организации тренировочных занятий были применены дистанционные технологии, только в данном случае тренировочный процесс в группах отделений по видам спорта организован с использованием интеграции дистанционных и очных форм, когда дистанционно давался теоретический материал и задания по физической подготовке, т.е. дистанционно проводилось 1 или 2 занятия.

Также практиковалось такой вид интеграции дистанционных и очных форм, когда из 20 человек группы 10 спортсменов приходят на очное занятие, а 10- занимается дистанционно.

Анализ тестирования уровня физической подготовленности, проведенный тренерами Учреждения в декабре 2021 г. показал эффективность использования интеграции дистанционных и очных форм – 98% спортсменов успешно прошли промежуточную аттестацию. Кроме того, показателем эффективности тренировочного процесса является соревновательная деятельность. Воспитанники Учреждения успешно выступали на соревнованиях различного ранга и уровня (в том числе и Всероссийских), занимая призовые места.

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

1. Пандемия COVID -19 и последующие за ней ограничения по профилактике и нераспространению новой коронавирусной инфекции предъявили особые требования к управлению физической культурой и спортом на муниципальном уровне. Вводимые ограничения Роспотребнадзора требуют пересмотра в организации физкультурно-оздоровительной работы, поиска новых альтернативных форм по обеспечению непрерывности тренировочного процесса во всех направлениях деятельности любого муниципального учреждения спортивной направленности.

2. Интеграция дистанционных и очных форм организации занятий в бюджетном направлении физкультурно-спортивной деятельности МБУ СШ ДС «Северная звезда», позволившая обеспечить непрерывность тренировочного процесса юных спортсменов и рост уровня их физической и теоретической подготовленности, является инновацией в управлении и организации физической культурой и спортом. В дальнейшем планируется социальный эксперимент по применению данной инновационной технологии в организации занятий в коммерческом и социальном направлении.

3. Интеграция дистанционных и очных форм организации занятий при рациональном применении в будущем позволит решить проблему нередко возникающей нехватки спортивных баз для организации тренировочных занятий.

4. Интеграция дистанционных и очных форм организации занятий позволит успешно функционировать любому муниципальному учреждению в период обстоятельств непреодолимой силы, обеспечив сохранность контингента, результативность соревновательной деятельности, эффективность тренировочного процесса.

Список литературы

1. Богданов В.М. Использование современных информационных технологий в теоретической и методико–практической подготовке студентов по физическому воспитанию / В.М. Богданов, В.С. Пономарев, А.В. Соловов // Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий: материалы Всероссийской научно–практической конференции. – 2000. – С. 23–24.
2. Веснина В.А. Увеличение уровня двигательной активности студентов с помощью использования мобильных технологий / В. А. Веснина, А. Ю. Осипов, Н. В. Стародубцева // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 62–2. – С. 48–53.
3. Виноградов П.А. О современной концепции развития физической культуры и спорта / П.А. Виноградов // Современные проблемы и концепции развития физической культуры и спорта. – 2012. – Т.1. – С.15–35.
4. Виноградов П.А., Савин В.А. Спорт в мире информации / П.А. Виноградов, В.А. Савин // Теория и практика физической культуры. – 1997. – №11. – С.59–62.
5. Волков В.Ю. Компьютерные технологии в образовательном процессе по физической культуре в вузе: дис. ... д–ра пед. наук. Санкт–Петербург, 1997.
6. Ливицкий А.Н., Факторович Л.М. О некоторых аспектах компьютеризации физкультурных вузов // Теоретическая и практическая физическая культура. – 1994. – № 3/4. – С.111–115.
7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля. – 4– изд. – М.: Спорт, 2021. – 520 с.
8. Фураев А.Н. К вопросу о компьютеризации анализа выполнения спортивных упражнений // Теоретическая и практическая физическая культура. – 1996. – № 11. – С.34–39.
9. Государственное и муниципальное управление в спортивной сфере [Электронный ресурс] // Статьи для высших учебных заведений. URL: https://bstudy.net/805324/sport/gosudarstvennoe_munitsipalnoe_upravlenie_sportivnoy_sfere (дата обращения: 13.03.2022)
10. Жбанков О.В. Информационно–методическая система – инструмент формирования информационного пространства процесса физического воспитания [Электронный ресурс] / Материалы международной конференции. – 2000. URL: <https://moluch.ru/archive/292/65787/> (дата обращения 11.03.2022)

REMOTE TECHNOLOGIES IN THE MANAGEMENT AND ORGANIZATION OF THE TRAINING PROCESS AT THE MUNICIPAL LEVEL

D. Popov

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The COVID- 19 pandemic has led to changes in the management and organization of physical culture and sports in municipal budgetary institutions, the search for new alternative forms to ensure the continuity of the training process. The integration of distance and face-to-face forms of organizing classes is an innovation in the management and organization of physical culture and sports, the innovation allows any municipal institution to function successfully during force

majeure circumstances, ensuring the safety of the contingent, the effectiveness of competitive activities, the effectiveness of the training process.

Keywords: pandemic, remote technologies, physical training of athletes, management, municipal budgetary institutions.

К ВОПРОСУ ОБ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЕ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ИССЛЕДОВАНИИ

Л.А. Попова

Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта

Аннотация. Данная работа представляет собой результат работы автора с научной литературой по вопросу, связанному с применением эксперимента и опытной педагогической работы в педагогическом исследовании.

Ключевые слова: педагогическое исследование, опытно-экспериментальная работа, эксперимент, опытная педагогическая работа.

Проблема педагогических исследований достаточно хорошо освещена в педагогической науке. Учеными описаны основные характеристики педагогических исследований и их логическая структура, теоретические и эмпирические методы педагогических исследований, фазы проектирования, технологические и рефлексивные фазы исследования. Одним из основных методов в педагогическом исследовании является экспериментальная работа. Однако в связи с изменениями в образовании, которые выражаются, например, внедрением компетентностного подхода, подключением в образовательный процесс цифровых средств обучения и коммуникаций, распространением идей дистанционного обучения, идей конструктивистского подхода (который, как отмечает М.А. Чошанов, не совсем еще разработан в современной педагогической науке [18, с.133]) и других инноваций, закономерно возникает вопрос о том, что всегда ли можно в точности исполнить все требования к точным, формализованным традиционным процедурам эксперимента? Как получить достоверное подтверждение гипотезы педагогического исследования? В этом случае В. В. Краевский предлагал использовать опытную работу [8, с.242]. При решении проблемы подтверждения гипотезы нашего исследования, связанного с подготовкой будущих педагогов к дистанционной поддержке школьников, мы обратились к поиску ответа на вопрос о том, что представляет собой опытно-экспериментальная работа в педагогических исследованиях. Для ответа на поставленный вопрос мы рассмотрели в научной литературе основные определения и сущность таких понятий, как «педагогическое исследование», «опытно-экспериментальная работа», «эксперимент», «опытная педагогическая работа».

Необходимо заметить, что ученые представляют различные определения понятия «педагогическое исследование», понимая его как процесс и результат деятельности, специфический вид деятельности и т.д. Приведем несколько

примеров. Под исследованием в области педагогики В. М. Полонским понимается «процесс и результат научной деятельности, направленные на получение новых знаний о закономерностях процесса воспитания, его структуре и механизме, теории и методике организации учебно-воспитательного процесса, его содержанию, принципах, организационных методах и приемах» [2, с.6]. П. И. Образцов полагает, что научное исследование в области педагогики представляет собой «специфический вид познавательной деятельности, в ходе которой с помощью разнообразных методов выявляются новые, прежде неизвестные стороны, отношения, грани изучаемого объекта» [15, с.32]. Г. М. Коджаспировой, А. Ю. Коджаспировым педагогическое исследование представлено как «процесс формирования новых педагогических знаний, вид познавательной деятельности, направленный на открытие объективных закономерностей обучения, воспитания и развития» [7, с.54]. Ю. З. Кушнер рассматривает педагогическое исследование как «процесс и результат научной деятельности, направленной на получение новых значимых теоретических и методологических для практики знаний» [11, с.5].

Проанализировав и обобщив выводы ученых, мы в своей работе придерживаемся взглядов Г. И. Ибрагимова и считаем, что «педагогическое исследование – это научно-исследовательская деятельность в области педагогики, направленная на получение новых научно-обоснованных знаний о педагогических явлениях и процессах» [6, с.47]. Также мы согласны с мнением Л. В. Байбородовой, А. П. Чернявской, что исследование, имеет две цели, включающие «определение, выявление новых соотношений, взаимосвязей, данных» [2, с.7], а также проверку и «подтверждение определенных фактов или теоретических положений» [2, с.7]. При этом, учеными подчеркивается, что достоверность и обоснованность полученных теоретических выводов педагогического исследования доказывается в ходе опытно-экспериментальной работы.

Ученые (Н. М. Борытко, В. И. Зазвягинский, Г. И. Ибрагимов, В. В. Краевский, А. М. Новиков и др.), описывая методологию и методы педагогического исследования, отмечают важную роль опытной и экспериментальной работы в педагогическом исследовании. Этот факт также подчеркивается педагогами в диссертационных исследованиях (например, «Опытно-экспериментальная работа в дидактических исследованиях: планирование и комплексная оценка результатов» (Т. Е. Наливайко), «Опытно-экспериментальная работа как условие развития инновационной школы» (К. А. Сисеров); «Руководство опытно-экспериментальной работой как фактор повышения профессиональной компетентности учителя» (О. Ю. Ипатьева); и др.), в научных статьях (например, «Методологические основы опытно-экспериментальной работы как компонента исследований проблем профессионального образования» (А. Н. Лунев, Н. Б. Пугачева, И. В. Терентьева), «Организация опытно-экспериментальной работы в педагогическом исследовании» (Н. В. Ширяева), «Опытно-поисковая, опытно-экспериментальная работа и педагогический эксперимент в диссертационных исследованиях» (Г. Д. Бухарова) и др.).

Ученые представляют опытно-экспериментальную работу – как форму «взаимодействия научных коллективов с профессиональной школой с целью внедрения и апробации результатов исследования» (А. Н. Лунев, Н. Б. Пугачева [12]), как «метод внесения преднамеренных изменений в педагогический процесс, рассчитанный на получение образовательного эффекта, с последующей проверкой» (Г. Д. Бухарова [4, с.6]), «деятельность по апробации теоретических разработок и внедрении нового содержания и средств обучения в образовательную практику» [10, с.250]. В настоящий момент, как отмечают Н. Н. Кузина, Л. А. Морозова, под опытно-экспериментальной работой «понимается деятельность не только по апробации и внедрению новшеств, но и созданию этих новшеств» [10, с.250].

На основании взглядов ученых (В. И. Загвязинского, А. Ф. Закировой, Т. А. Строковой и др. [16]) в своей исследовательской работе «опытно-экспериментальная работа» нами рассматривается как комплексная методика, которая сочетает как экспериментальную работу, так и опытную педагогическую работу с будущими педагогами в вопросах дистанционной поддержки школьников.

Обратимся к более подробному описанию понятий «эксперимент» и «опытная педагогическая работа». В философии эксперимент рассматривается как «планомерно проведенное наблюдение; планомерная изоляция, комбинация и варьирование условий с целью изучения зависящих от них явлений» [9, с.535]. В психологии его представляют как «метод, опирающийся на точный учет изменяемых независимых переменных, которые влияют на зависимую переменную» (Э. Г. Азимов, А. Н. Щукин [1, с.351]). В педагогике ученые представляют эксперимент как метод педагогического исследования, представляющий собой «научно-поставленный опыт в точно учитываемых условиях, в ходе которого устанавливается зависимость между педагогическим средством (условием) и результатом воспитания и обучения» (Л. В. Байбородова, А. П. Чернявская [2, с.167]), «который позволяет активно и целенаправленно воздействовать на педагогические явления путем создания новых условий или введения в него новых экспериментальных факторов» (Н. М. Борытко, А. В. Модожавенко, И. А. Соловцова [3, с.176]), «решает познавательную задачу, служит для проверки определенного положения и может поставить новую проблему, которую нужно исследовать» (В. В. Краевский [8, с.240]), он предназначен для «проверки выдвинутой гипотезы, разворачиваемой в естественных или искусственно созданных контролируемых и управляемых условиях, результатом которой является новое знание, включающее в себя выделение существенных факторов, влияющих на результаты педагогической деятельности» (А. С. Сиденко [17, с.22]).

В результате анализа понятия «эксперимент», представленного в научной литературе ([1], [2], [3], [6], [16], [17] и др.), мы выделили ключевые характеристики эксперимента как метода педагогического исследования, которые заключаются в том, что:

– эксперимент является научно-обоснованным, поставленным опытом, представляя собой строго целенаправленную, контролируруемую педагогическую деятельность;

– он направлен на объективную проверку и обоснование научной гипотезы педагогического исследования;

– он имеет комплексный характер (т.е. подразумевается включение различных методов эмпирического и теоретического исследования);

– в рамках эксперимента оказывается активное влияние на педагогические явления, происходит воспроизведение разработанной технологии (методики, системы мер, условий и т.д.); с помощью него ищется новый способ решения какой-либо педагогической задачи.

В диссертационном исследовании Т. Е. Наливайко было доказано, что эксперимент получает подтверждение или опровержение выводов, если «логическим его продолжением является опытная педагогическая работа» [13, с.9]. Ученые отмечают, что «опыт и эксперимент – это разновидности поисковой деятельности» (Н. М. Борытко, А. В. Модожавенко, И. А. Соловцова [3, с.176]), общее между этими понятиями – «это их поисковая направленность, проверка тех или иных инноваций» (Г. И. Ибрагимов [6, с.222]). Б. С. Волков, Н. В. Волкова, А. В. Губанов отмечают, что опытно-педагогическая работа «выступает как разновидность эксперимента. В отличие от него она дает только общие, суммарные представления об эффективности той или иной системы» [5, с.333].

В педагогике «опытная педагогическая работа» рассматривается учеными как «полноценный метод педагогического исследования» (В. В. Краевский [8, с.242]), как «специально организованная исследовательская работа, проводимая по заранее разработанной программе или проекту» (В. И. Загвязинский, А. Ф. Закирова, Т. А. Строкова и др. [16, с.47]), как «метод преднамеренных изменений в учебном и воспитательном процессе, рассчитанном на получение воспитательного и образовательного эффекта, с последующей проверкой» (Б. С. Волков, Н. В. Волкова, А. В. Губанов [5, с.333]), как «метод внесения преднамеренных изменений в изучаемый объект с известной степенью произвола» [14, с.133], «нестрогая исследовательская процедура, в которой исследователь вносит изменения в объект по своему усмотрению, исходя из своих собственных соображений целесообразности» (А. М. Новиков, Д. А. Новиков [14, с.133]).

Итак, эксперимент и опытная педагогическая работа в исследовании выступают как «средство проверки гипотезы» [5, с.333], однако, «различие между ними заключается в степени произвольности действий исследователя» [14, с.133].

На основании анализа научной литературы, мы можем отметить, что в педагогическом исследовании опытная педагогическая работа обладает такими же основными характеристиками как и эксперимент. Опытная педагогическая работа, являясь методом научного исследования, направлена на проверку гипотезы педагогического исследования, включает полный и объективный

анализ, получение выводов и теоретических обобщений. Однако необходимо еще раз подчеркнуть, что она имеет нестрогую исследовательскую процедуру в деятельности исследователя, а также то, что «результаты опытной работы дают возможность судить лишь в общем виде о качестве проведенного эксперимента и всей предшествовавшей ему работы» [8, с.242].

В целом, в процессе изучения научной литературы, нами было отмечено, что и эксперимент, и опытная работа в педагогическом исследовании – это необходимые составляющие опытно-экспериментальной работы, их результаты дополняют и усиливают друг друга, они дают возможность для более объективной оценки в проверке гипотезы педагогического исследования.

Список литературы

1. Азимов, Э. Г. Новый словарь методических терминов и понятий (теория и практика обучения языкам). / Э. Г. Азимов, А. Н. Щукин. – М.: Издательство ИКАР, 2009. – 448 с.
2. Байбородова, Л. В. Методология и методы научного исследования: учебное пособие / Л. В. Байбородова, А. П. Чернявская. – Ярославль: РИО ЯГПУ, 2014. – 283 с.
3. Борытко, Н. М. Методология и методы психолого-педагогических исследований: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. М. Борытко, А. В. Модожавенко, И. А. Соловцова; под ред. Н. М. Борытко. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 320 с.
4. Бухарова, Г. Д. Опыт-поисковая, опытно-экспериментальная работа и педагогический эксперимент в диссертационных исследованиях / Г. Д. Бухарова // Научные исследования в образовании. – 2012. – № 11. – С. 6-11.
5. Волков, Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б. С. Волков, Н. В. Волкова, А. В. Губанов. Науч. редактор Б. С. Волков: Учебное пособие для вузов. – 4-е изд., испр. и доп. – М.: Академический Проект; Фонд «Мир». 2005.— 352 с.
6. Ибрагимов, Г. И. Методология и методы педагогического исследования: учебник/ Г. И. Ибрагимов. – Москва: КНОРУС, 2022. – 280 с.
7. Коджаспирова, Г. М. Педагогический словарь: для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений / Г. М. Коджаспирова, А. Ю. Коджаспиров. – М.: Изд. центр «Академия», 2000. 176 с.
8. Краткая философская энциклопедия. – М.: Издательская группа «Прогресс» – «Энциклопедия», 1994. – 576с.
9. Краевский, В. В. Общие основы педагогики: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. / В. В. Краевский. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 256 с.
10. Кузина, Н. Н. Организация опытно-экспериментальной деятельности в современной школе / Н. Н. Кузина, Л. А. Морозова // Вестник ТОГИРРО. – 2016. – № 2(34). – С. 246-252.
11. Кушнер, Ю. З. Методология и методы педагогического исследования (учебно-методическое пособие). – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2001. – 66 с.

12. Лунев, А. Н. Методологические основы опытно-экспериментальной работы как компонента исследований проблем профессионального образования / А. Н. Лунев, Н. Б. Пугачева, И. В. Терентьева // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 1-2. – С. 132.

13. Наливайко, Т. Е. Опытнo-экспериментальная работа в дидактических исследованиях: планирование и комплексная оценка результатов: специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования»: автореф. дисс.... канд.пед. наук / Наливайко Татьяна Евгеньевна. – Москва, 1996. – 18 с.

14. Новиков, А. М. Методология / А. М. Новиков, Д. А. Новиков – М.: СИНТЕГ. – 668 с.

15. Образцов, П. И. Методы и методология психолого-педагогического исследования / П. И. Образцов. – СПб.: Питер, 2004. – 268 с

16. Педагогический словарь: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / [В. И. Загвязинский, А. Ф. Закирова, Т. А. Строкова и др.]; под ред. В. И. Загвязинского, А. Ф. Закировой. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 352 с.

17. Сиденко, А. С. Педагогический эксперимент: от идеи до разработки: Учебно-методическое пособие. – Изд. 3-е, испр. и доп. / А. С. Сиденко – Ярославль-Москва: Канцлер, 2020. – 256 с.

18. Чошанов, М. А. Инженерия дистанционного обучения / М. А. Чошанов. – Москва: Лаборатория знаний, 2021. – 304 с.

ON THE QUESTION OF EXPERIMENTAL WORK IN PEDAGOGICAL RESEARCH

L. Popova

*Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education
«Immanuel Kant Baltic Federal University»*

Abstract. This work is the result of the author's work with the scientific literature on the issue related to the use of experiment and experimental pedagogical work in pedagogical research.

Keywords: pedagogical research, experimental work, experiment, experimental pedagogical work.

ИСТОРИЯ И ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ «ШОРТ-ТРЕКА» В РОССИИ

А.В. Попова, В.Г. Кузьмин

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В данной статье рассматривается популярность вида спорта шорт-трек среди болельщиков зимних олимпийских видов спорта.

Ключевые слова: Олимпийские игры, олимпизм, шорт-трек, спорт, Россия, популяризация.

Введение

Шорт-трек является для России относительно молодым видом спорта и несмотря на его динамичность, непредсказуемость и зрелищность он не пользуется общественным спросом. Так как это Олимпийский вид, один из базовых видов спорта, необходимо его пропагандировать, создавать условия для его развития в России, что и определяет актуальность данной темы.

Цель исследования: проанализировать популярность вида спорта шорт-трек среди болельщиков зимних олимпийских видов спорта.

Объект исследования: вид спорта шорт-трек, как социальный процесс.

Предмет исследования: влияние побед российских спортсменов на популяризацию вида спорта шорт-трек.

Задачи исследования:

1. Изучить историю появления шорт-трека в России.
2. Исследовать результаты мировых и российских выступлений на Олимпийских играх по шорт-треку.
3. Выявить отношение болельщиков зимних видов спорта к виду спорта шорт-трек.

Методы исследования:

1. Анализ литературных и интернет источников.
2. Социологический опрос.

Результаты исследования и их обсуждение. Шорт-трек – вид конькобежного спорта. Отличие от традиционного скоростного бега на коньках в том, что конькобежцы соревнуются на короткой дорожке. Участники соревнуются на овальной ледовой площадке, длиной 111,2 метра. Одновременно на старт выходят, как правило, 4-8 человек. Соревнуются в беге на дистанции – 0,5 км, 1, 1,5 и 3 км. [1]. Также проводятся эстафеты, мужской команде нужно пробежать 5000 метров – 45 кругов внутри хоккейной коробки, женской – 3000 метров – 27 кругов. [3]. Спортсмены способны развивать скорость до 50 км/ч.

Шорт-трек появился в начале XX века. Родоначальниками нового вида спорта считаются американцы и канадцы. Первые официальные соревнования прошли в Канаде и США в 1905—1906 году. С 1981 года начинают проводить Чемпионат мира, а с 1997 Чемпионат Европы, на Олимпиаде 1988 года шорт-трек был представлен в качестве показательного вида спорта, а с 1992 года включен в основную программу Олимпиад. [1].

Участие советских спортсменов в шорт-треке начинается с Универсиады 1985 года в Беллуно (Италия). В 1989 году в Софии в забеге на 1,5 км Марина Пылаева выиграла серебро. В 1997 г. на соревнованиях в Южной Корее россиянки завоевали две бронзовые награды в женских эстафетах. В 2009 г. Руслан Захаров на Универсиаде в Харбине завоевал бронзу.

С 1988 года начинают проводиться чемпионаты страны по шорт-треку. Успешно выступает женская команда на чемпионатах мира и Европы. Самая

успешная – Татьяна Бородулина, в 2004 году завоевала в Гааге серебро, а в 2004 году в Турине выигрывает звание чемпионки Европы. Чемпионат мира 1991 года, проходивший в Сиднее, принес России серебряные награды в эстафете на дистанции 3 км. медали получили Ю. Аллагулова, М. Пылаева, Ю. Власова, на Олимпиаде 1992 года В. Таранина, Н. Исакова, Ю. Власова, Ю. Аллагулова завоевали бронзу. [1].

Проанализировав результаты зимних Олимпийских игр (ОИ) с 1992 года по 2022 год, следует отметить, что для России первое появление медалей в виде спорта «шорт-трек» начинается только с Олимпиады 2014 года в Сочи. Именно на этих Олимпийских играх сборная России по шорт-треку завоевала наибольшее количество медалей: 3 золотых, 1 серебряную и 1 бронзовую медаль. [2].

Не смотря на успешное выступление в 2014 году, на следующих Олимпийских играх произошел спад. Россия на сегодняшний день занимает лишь 7 место из 15 по количеству выигранных медалей на Олимпийских играх с 1992-2022 год. В Таблице 1 показано, что главными конкурентами и абсолютными победителями в этом виде спорта является Южная Корея, она смогла завоевать 49 медалей из 189, когда Россия только 8 (см. рис.1).

Таблица 1. Общее количество медалей у стран участников с 1992-2022г.г.

Место	Страна	Золото	Серебро	Бронза	Всего
1	Южная Корея	24	14	11	49
2	Китай	12	16	9	37
3	Канада	10	13	13	36
4	США	4	7	9	20
5	Италия	3	6	5	14
6	Нидерланды	3	3	3	9
7	Россия	3	2	3	8
8	Венгрия	2	0	2	4
9	Япония	1	0	2	3
10	Болгария	0	2	1	3
11	Великобритания	1	0	1	2
12	Австралия	0	0	1	1
13	Объединённая команда республик бывшего СССР	0	0	1	1
14	Бельгия	0	0	1	1
15	КНДР	0	0	1	1
всего		63	63	63	189

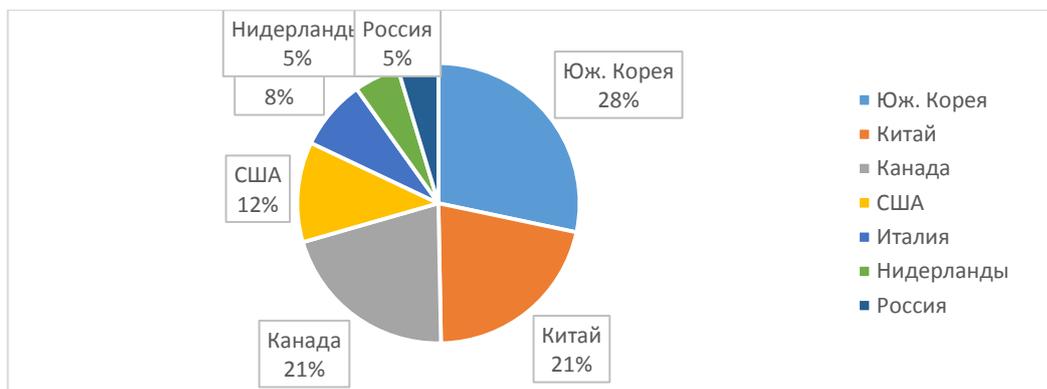


Рис. 1. Страны с наибольшим количеством медалей на Олимпийских игра с 1992-2022г.г.

В опросе участвовали сотрудники и студенты ННГУ (98 человек). Анализируя результаты опрошенной аудитории, можно говорить об отсутствии заинтересованности данной аудитории к виду спорта «шорт-трек». 58,2% опрошенных следят за Олимпийскими играми (Рис.2).

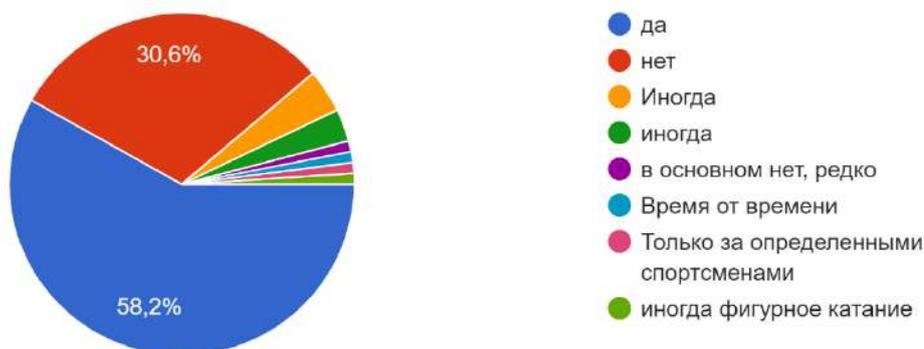


Рис. 2. Результаты опрошенных о выступлениях российских спортсменов на Олимпийских играх».

Только 24,5% опрошенных сказали, что следят за результатами российских (и не только) спортсменов в шорт-треке (Рис.3).

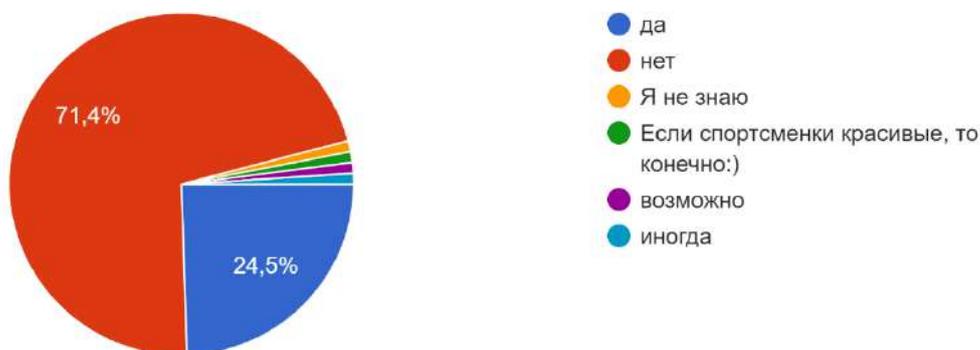


Рис. 3. Результаты опрошенных о выступлениях российских спортсменов (и не только) на Олимпийских играх в виде спорта шорт-трек.

Большинство респондентов, а таких оказалось 72,4%, сказали, что затрудняются ответить на вопрос о представителях данного вида спорта . 27,6%

опрошенных смогли назвать таких представителей, как: Виктор Ан, Семен Елистратов, Софья Просвирнова, Наталия Малишевская (Польша), Арианна Фонтана (Италия), Мааме Байни (США), Цюй Чуньюй (Китай) (Рис.4).



Рис. 4. Результаты опрошенных о известных им представителях данного вида спорта.

Так же аудитории был дан выбор оценить популярность вида спорта «шорт-трек» по шкале от 0 до 5, где 0- не популярен, 5- популярен. Результаты оказались ожидаемы (Рис.5).

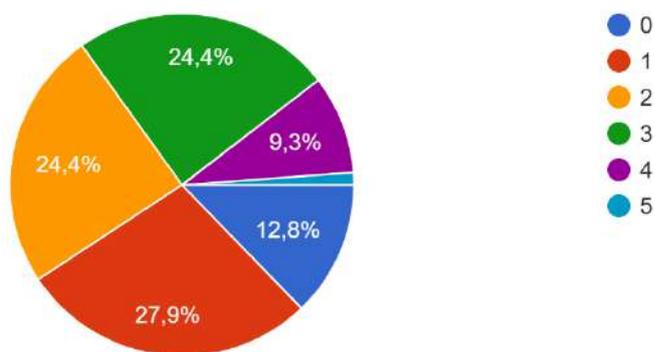


Рис. 5 Результаты опроса о популярности вида спорта шорт-трек в России.

Анализируя результаты опрошенной аудитории, можно сделать вывод об отсутствии заинтересованности данной аудитории к виду спорта «шорт-трек».

На диаграммах показано, что для большинства шорт-трек не является популярным видом спорта на Олимпийских играх. Тем не менее, популярность шорт-трека растет с каждым годом и в крупных городах России. Начиная с 2015 года появилось более десятка ледовых площадок для шорт-трека.

Выводы. Проведенный анализ показал, что у шорт-трека в России есть возможности для дальнейшего развития популярности, как для спортсменов, так и для зрителей.

Появление новых ледовых арен позволило большему количеству детей познакомиться и проявить себя в этом виде спорта. Можно сказать, что шорт-трек является более демократичным конькобежным спортом, так как для него можно использовать обычную хоккейную площадку, и нанести разметку, принятую в шорт-треке. В связи с этим и в малых городах появляется возможность развития такого интересного вида спорта.

Список литературы

1. «История видов спорта» [электронный ресурс]. <https://sportsgroup.ru/zimnie-vidyi-sporta/istoriya-short-treka.html> (дата доступа 11.11.2022)
2. «Википедия» [электронный ресурс]. Шорт-трек на зимних Олимпийских играх 2014 – Википедия (wikipedia.org) (дата доступа 06.11.2022)
3. «Спорт экспресс» [электронный ресурс]. Олимпиада 2022, шорт-трек на зимней Олимпиаде в Пекине – расписание соревнований, правила и регламент, состав сборной России. Спорт-Экспресс (sport-express.ru) (дата доступа 09.11.2022)
4. «Министерство спорта Российской Федерации» [электронный ресурс]. [https://minsport.gov.ru/2020/docs/new_files/!Сводный отчет 1-ФК по Российской Федерации.xls](https://minsport.gov.ru/2020/docs/new_files/!Сводный_отчет_1-ФК_по_Российской_Федерации.xls) (дата доступа 09.11.2022)

HISTORY AND POPULARIZATION OF "SHORT TRACK" IN RUSSIA

A. Popova, V. Kuzmin

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Annotation. In this article, the popularity of the short track sport among fans of winter Olympic sports is increasing.

Keywords: Olympic Games, Olympism, short track, sport, Russia, popularization.

РАЗГРАНИЧЕНИЕ ПОНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Е.В. Попова, С.В. Никифоров, К.Ю. Хаченкова

*Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ
Национально-исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Лобачевского*

Аннотация. Физическая культура и спорт являются той сферой, которая в значительной мере обеспечивает физическое и нравственное здоровье населения, поддерживает работоспособность и конкурентоспособность человека на рынке труда, влияет на воспроизводство населения. В статье рассмотрены два совершенно разных явления «спорт» и «физическая культура» слитых воедино. Рассмотрено их содержание и влияние на отдельного человека и на общество в целом.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, двигательная активность, общество, организм, человек.

Значение слова физическая культура говорит само за себя, обозначая часть культуры человека, направленную на культуру тела, то есть на поддержание гармонического состояния, как внутреннего его гомеостаза – здоровья, так и внешнего.

Спорт же работает в противоположном направлении, высасывая и забирая внутренние силы, которые человек должен был бы потратить в далёком будущем. Оба термина прочно слились в названии министерства, и не имеют ничего общего. У них противоположные по целеполаганию мотивы. Они собирают под свои знамёна разные слои человечества. И решают полярные задачи [2].

Сегодня каждый четвертый взрослый и четыре из пяти подростков не занимаются спортом или не имеют регулярной физической нагрузки.

Регулярная физическая активность полезна для здоровья людей разных возрастов. Спорт помогает предотвращать и лечить неинфекционные заболевания, такие как болезни сердца, инсульт, диабет, рак молочной железы и толстой кишки. Занятия спортом помогают предотвратить гипертонию, избыточный вес и ожирение и могут улучшить психическое здоровье и самочувствие. Для занятий спортом не обязательно ходить в спортзал. Физические упражнения можно делать дома, а пробежки и прогулки – в близлежащем парке.

В новом докладе ВОЗ собраны данные из 194 стран, которые свидетельствуют о том, что в последние годы вопросу физической активности населения не уделяется должного внимания, а это ведет к ухудшению состояния здоровья населения и чрезмерной нагрузке на системы здравоохранения. На сегодняшний день национальные стратегии в области физической активности населения есть лишь в 50 процентов стран. Лишь треть всех стран мира разработали стратегию, которая касается физической активности всех возрастных групп.

Менее 40 стран мира активно продвигают проекты по созданию условий для занятий спортом, в том числе сооружают безопасные места для пешеходов и велосипедных прогулок.

Нужно, чтобы больше стран расширяли меры, помогающие людям стать более активными, совершать пешие прогулки, ездить на велосипеде, заниматься спортом и другими видами физической активности. Преимущества огромны не только для физического и психического здоровья людей, но и для общества в целом, для окружающей среды и экономики.

Малоподвижный образ жизни обходится слишком дорого: к 2030 году расходы на лечение новых случаев предотвратимых неинфекционных заболеваний достигнут почти 300 миллиардов долларов – около 27 миллиардов долларов в год.

В Глобальном плане действий ВОЗ по физической активности на 2018–2030 годы содержится 20 рекомендаций, в том числе по созданию пешеходных и велосипедных дорожек, доступных спортивных площадок и повышению

физической активности в учебных заведениях. В сегодняшнем докладе представлена оценка прогресса стран в реализации этого плана.

Физическая культура является мощным и эффективным фактором воспитания, обучения и улучшения здоровья человека. В сложных и экстремальных условиях жизни именно эта сфера социальной деятельности способна обеспечить социальную, культурную, физическую, психологическую и духовную адаптацию человека и его выживание.

Цель физкультуры и стратегическая главная задача всей спортивной системы – формирование личной спортивной культуры и здорового образа жизни человека.

Под влиянием мышечной работы все органы и системы человека претерпевают значительные изменения, особенно сердечно-сосудистая система, которая тонко реагирует на все воздействия окружающей среды. Лишь очень немногим, всего 1-2% населения, не рекомендуются физические нагрузки. Их очень небольшое количество, всего 1-2% населения, и физическая активность не рекомендуется. Однако хорошая организация и занятия физкультурой и длительные физические упражнения улучшают функциональное состояние сердечно-сосудистой системы и общую работоспособность организма.

Систематическое физическое воспитание и физические упражнения могут исправить многие физические дефекты человека, в том числе врожденные и приобретенные. Физкультура играет большую роль и в профилактике злокачественных опухолей. Рациональная физическая активность с целью предотвращения развития этих нежелательных явлений стала общей профилактической мерой [1]. Во многих видах спортивной культуры ходьба и бег характеризуются доступностью, относительно большим количеством знаний и способностью легко выдерживать нагрузки. Они полезны как здоровым людям, так и людям, которые "приобрели" различные заболевания (в том числе сердечно-сосудистые).

Спорт неотъемлемая часть нашей жизни. Он способствует гармоничному развитию организма у детей и подростков, а затем является прочной основой для взрослого организма. Здоровье человека определяется как минимум тремя группами факторов [2]:

1. Генетика;
2. Экология;
3. Жизнь.

В настоящее время, с появлением новых технологий, неблагоприятных факторов окружающей среды и негативной динамики в снижении спортивной активности, недостаток физических упражнений и мотивации в повседневной жизни негативно сказывается на всех системах жизнеобеспечения организма. Кроме того, вредные вещества, могут накапливаться в организме из-за неправильного образа жизни или просто со временем. Кислая среда, образующаяся в организме при больших физических нагрузках, окисляет шлаки до безвредных соединений, а затем легко выводится из организма.

Основным видом физической культуры, направленным на улучшение здоровья различных групп населения, является физическая реабилитация (ФР) – это вид физической культуры, целенаправленный процесс, в котором физические упражнения используются для восстановления или компенсации частичной или временной потери., разница между ними заключается в том, что физическая культура – это тип физической культуры, целенаправленный процесс, в котором физические упражнения используются для восстановления или компенсации частичной или временной потери, разница между ними заключается в том, что адаптивная культура – это разновидность физической культуры, целенаправленный процесс, в котором физические упражнения используются для восстановления или компенсации частичной или временной потери, разница между ними заключается в том, что целью АФК – максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность [4, 7, 8].

Однако актуальность этих двух видов физкультуры не имеет четких черт в научной и педагогической работе, и существуют противоречия в использовании терминов. Кроме того, у людей, систематически занимающихся спортом, значительно повышается потенциал всех систем и органов.

Спортом же занимаются ради достижений и побед, физкультурой – для поддержания здоровья. Для каждого вида спорта есть свой свод правил, для физкультуры каких-либо жёстких норм не существует.

Физкультура предполагает общее развитие физических навыков, спорт – достижение пределов человеческих возможностей.

Спорт предполагает постоянное проведение соревнований, в то время как физкультура – нет. Он определяет определенный вид деятельности, направленный на достижение максимальных результатов и сознательную подготовку. Это связано с физическими нагрузками, которые проявляются на спортивных мероприятиях, человек при этом ведет здоровый образ жизни (он одновременно получает поддержание здоровья, профилактику заболеваний и укрепление организма).

Сегодня все подчинено непрерывному и необычайно быстрому развитию всех сфер деятельности. Умственный потенциал для человека важнее физического. Но если защитить свою жизнь от любого из этих аспектов, человек не сможет существовать глобально, потому что эти моменты тесно связаны. Нарушение любого из этих пунктов может привести к полному ослаблению человеческого организма. Чтобы избежать этого, важно придерживаться правильного образа жизни. Физическая активность, таким образом, оказывает невероятно положительное влияние на организм человека.

Итак, основное различие между указанными понятиями заключается в степени вовлечённости субъекта, целях и правилах.

Список литературы

1. Иглин А.В. Юридическое понятие спорта / Вестник Омской юридической академии. 2018. N 4. С.388-391.

2. Коваленко Е. О понятиях, используемых в спортивном праве // Юрислингвистика. 2021. №21 (32). С. 20.

3. Кожин В.В. Методологические исследования профессионального и любительского спорта в современном российском обществе / Гуманитарий юга России. 2019. Том 8(36). №2. С. 206-213.

4. Коваленко Е.Ю., Тыдыкова Н.В., Шавандина О.А. Спортивное право в системе отраслей российского права / Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: гуманитарные и общественные науки. 2021. № 2(18). С. 174-181.

5. Лопатин В.А. Физическая культура и спорт – антиподы // Интерэкспо Гео-Сибирь. 2019. №. С. 246.

6. Аракелян Г. Л., Бичан Н.В., Мантуров О.С. Стратегии конструирования телесности и формирования здорового образа жизни обучающихся образовательных организаций МВД России // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2022. № 1(67). С. 113-118

7. Летягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.

8. Летягина Е.Н., Перова В.И. Нейросетевое моделирование развития детско-юношеского спорта Российской Федерации как фактора формирования человеческого капитала// Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. 2020. № 2 (58). С. 40-47.

DIFFERENTIATION OF THE CONCEPTS PHYSICAL CULTURE AND SPORT

E. Popova, S. Nikiforov, K. Khachenkova

Rostov Law Institute Ministry of Internal Affairs of the Russia

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. Physical culture and sports are the sphere that largely ensures the physical and moral health of the population, maintains the efficiency and competitiveness of a person in the labor market, and affects the reproduction of the population. The article considers two completely different phenomena "sport" and "physical culture" merged into one. Their content and influence on the individual and on society as a whole are considered.

Keywords: physical culture, sports, physical activity, society, organism, person.

ВЛИЯНИЕ ЕДИНОБОРСТВ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ

Т.С. Пугачева

Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева

Аннотация. Данная статья поможет рассмотреть проблему различий психоэмоционального состояния спортсменов и обычных людей. В статье затрагивается тема возникновения мнения о склонности к проявлению агрессии у спортсменов, так как агрессия является одной из применимых к ним характеристик ввиду значения преодоления

препятствий и активности в достижении целей. Поэтому возникает ряд вопросов: «Действительно ли спортсмены склонны к агрессии и её проявлению? Сильны ли различия между склонностью к агрессии спортсменов и обычных людей? Отличается ли их уровень конфликтности? Есть ли различия между их нервно-психической устойчивостью?», – ответы на которые можно найти в предложенной статье.

Ключевые слова: агрессивность, конфликтность, нервно-психическая устойчивость, уровень склонности к агрессии, оценка нервно-психической устойчивости, личностная агрессивность и конфликтность, склонность к агрессии спортсменов.

Психоэмоциональное состояние человека – это одна из актуальных проблем современного общества. Проблему психоэмоционального состояния возможно решить несколькими путями, одним из которых является занятие спортом.

Проблема исследования заключается в выявлении различий психоэмоционального состояния спортсменов, в данном случае занимающихся боевыми искусствами, и людей, не занимающихся спортом.

Цель исследования заключается в выявлении различий психоэмоционального состояния спортсменов, занимающихся единоборствами, и людей, ими не занимающимися.

Объектом исследования являются спортсмены, занимающиеся единоборствами, а именно: каратэ, кикбоксинг, и люди, не занимающиеся спортом.

Предметом исследования является психоэмоциональное состояние спортсменов, которые занимаются единоборствами, и обычных людей.

Спорт – это один из способов разрядки человека не только физической, но и ментальной. Но считается, что спортсмены, занимающиеся боевыми искусствами, более склонны к проявлению агрессии и конфликтному поведению, чем люди, не занимающиеся спортом. Данное противоречие и составляет основу нашего исследования.

Для достижения цели исследования решались следующие задачи:

1. Определить понятие агрессии, агрессивности, конфликтности и нервно-психической устойчивости;
2. Выявить различия между психоэмоциональными состояниями спортсменов и людей, не занимающихся спортом.

Для решения первой задачи на основе анализа научно-методической литературы нами были изучены следующие определения:

- Агрессия – это действие или угроза действий, направленные на другого человека или группу лиц, с целью напугать, утратить, унижить ранить, оскорбить и т. п. [4]
- Агрессивность – это готовность человека проявить агрессию или её проявление, вызванное страхом [4].
- Конфликтность – это свойство личности, которое предполагает частоту вступления и готовность человека к вступлению в конфликты [4].
- Нервно-психическая устойчивость – это врожденные и приобретенные качества личности, мобилизационные ресурсы и

психофизиологические возможности организма, которые обеспечивают возможность функционирования человека в неблагоприятных, стрессовых ситуациях [4].

Все вышеперечисленные понятия характерны для каждого человека, но в разной степени. Нервно-психическую устойчивость человека можно развивать разными способами, одним из которых является занятие спортом. Считается, что физические нагрузки и спорт помогают снять напряжение, эмоционально разгрузить человека. Но при этом существует мнение о том, что спортсмены более склонны к проявлению агрессии, жестокости и конфликтности, чем обычные люди. Откуда же появилось это мнение?

Боевые искусства и единоборства принято в обществе считать агрессивными видами спорта, поскольку в них, у спортсменов, считается нормальным проявление агрессии друг к другу. Это связано с тем, что при проявлении спортсменом агрессии к своему сопернику и в случае победы над ним, спортсмен считает такую модель поведения, то есть агрессивную, правильной, и потому использует ее в дальнейшем. И психологи считают, что подобное явление приводит к формированию в спортсменах, особенно подростках, так как они наиболее подвержены влиянию внешних факторов ввиду ещё слабой, не до конца сформированной психики, сознательной и бессознательной агрессии. Это и служит формированию мифа об агрессивности спортсменов, занимающихся единоборствами [11].

Для решения второй задачи исследования мы обратились в интернет-ресурсы. И изучила исследования Дж. Лорана и Э. Рейнса о влиянии различных видов боевых искусств (каратэ, дзюдо) на агрессивность детей 8–11 лет, подростков 11–19 лет, в ходе которого было выяснено, что существенных различий между показателями нет [1][2][3].

Так как исследования Дж.Лорана и Э.Рейнса были проведены в начале 2000-х годов, результаты могут быть неактуальны, поэтому мы также провели опрос среди 20 подростков 14–18 лет: первая половина из них занимается каратэ или кикбоксингом, а вторая – ничем из вышесказанного.

Для нашего исследования в качестве метода проведения были использованы опросник склонности к агрессии Басса-Пери (ВРАQ-24) [8][9], тест на личностную агрессивность и конфликтность Е. П. Ильина [5][6] и тест на оценку нервно-психической устойчивости С. М. Кирова [7][10]. На основе опроса была составлена таблица, куда помещены все результаты по следующим критериям: склонность к уровню агрессии (на основе ВРАQ-24), позитивная агрессивность, негативная агрессивность, конфликтность (на основе теста Е. П. Ильина) и оценка нервно-психической устойчивости (на основе теста С. М. Кирова).

Исходя из результатов опроса выяснилось:

- На основе опросника склонности к агрессии Басса-Пери. Из всех опрошенных всего 2 человека (один из них спортсмен, а другой обычный человек), что составляет 10% от всех опрошенных, имеют высокий уровень агрессии. Самый низкий уровень агрессии среди спортсменов составляет 42

единицы, а среди обычных людей – 38. Также, среди спортсменов, у 6 опрошенных средний уровень склонности к агрессии, такой же, как и у обычных людей.

- На основе теста на личную агрессивность и конфликтность Е. П. Ильина. Ни у кого из опрошенных уровень позитивной агрессии не превышает средний, причём практически у равного количества человек из обеих групп он равный, аналогичная ситуация и с негативной агрессией. Критерий конфликтности у 3 опрошенных достигает высокого уровня, причём среди них 2 человека из 2 группы, то есть из обычных людей. Средний и низкий уровни конфликтности примерно у равного количества опрошенных из обеих групп.

- На основе оценки нервно-психической устойчивости С. М. Кирова. Неудовлетворительной нервно-психической устойчивостью считается в том случае, если показатель находится в диапазоне от 29 до 32 и превышает 33 из 69 возможных единиц. К группе высокой нервно-психической устойчивости относится в том случае, если показатель не более 5–6 единиц, к группе хорошей в случае достижения 7–13 единиц и к удовлетворительной – 14–28 единиц. Из всех опрошенных всего у 5 человек (3 из группы обычных людей, 2 – спортсменов), что составляет 25%, нервно-психическая устойчивость принадлежит к группе неудовлетворительной, 5% (1 человек из группы спортсменов) к группе высокой нервно-психической устойчивости, 25% к группе хорошей нервно-психической устойчивости, к удовлетворительной – 45% из всех опрошенных, то есть 9 человек, причём из группы спортсменов 5 человек.

Исходя из результатов исследования, мы пришли к следующему выводу: разница между психоэмоциональным состоянием спортсменов и обычных людей несущественна. Таким образом, результаты исследования влияния единоборств на психоэмоциональное состояние доказывают, что занятия единоборствами не влияют на развитие агрессии, жестокости и конфликтности в человеке, скорее наоборот, они способствуют к усилению нервно-психической устойчивости, эмоциональной и физической разрядке, укреплению здоровья.

Список литературы

1. Reynes.E., Lorant.J. Effect of traditional judo training on aggressiveness among young boys [Электронный ресурс]: исследования Э. Рейнса и Дж. Лорана, 2002. 5с.

2. Reynes.E., Lorant.J. Karate and aggressiveness among eight-year-old boys [Электронный ресурс]: исследования Э. Рейнса и Дж. Лорана, 2002. 3 с.

3. Reynes.E., Lorant.J. Competitive martial arts aggressiveness: a 2-yr. longitudinal study among young boys [Электронный ресурс]: исследования Э. Рейнса и Дж. Лорана, 2004. 13 с.

4. Васильев А. Оценка нервно-психической устойчивости [Электронный ресурс]: опрос оценки нервно-психической устойчивости, 2019. 14 с.

5. Е. П. Ильин, Е. А. Ковалев Методика «Личностная агрессивность и конфликтность»: [Электронный ресурс]: методика проведения опроса, 2004. 1340 с.
6. Ениколопов С.Н., Цибульский Н.П. Методика проведения опроса уровня агрессивности Басса-Пери: [Электронный ресурс]: методика проведения опроса, 2007. 10 с.
7. Личностная агрессивность и конфликтность (Ильин): [Электронный ресурс]: опрос «Личностная агрессивность и конфликтность», 2004. 1340 с.
8. Мещеряков Б. М., Зинченко В. П. Большой психологический словарь: [Электронный ресурс]: агрессия, агрессивность, конфликтность, нервно-психическая устойчивость, 2002. 632 с.
9. Опросник склонности к агрессии Басса-Пери (ВРАQ-24): [Электронный ресурс]: опрос склонности к агрессии Басса-Пери, 2004. 2 с.
10. С. М. Киров, Ю. А. Баранова Методика определения нервно-психической устойчивости [Электронный ресурс]: методика проведения опроса, 1986. 480 с.
11. Серегина. С. Боевые искусства – есть ли риск агрессии? [Электронный ресурс]: появление мнения об агрессивности спортсменов, 2021. 35 с.

THE INFLUENCE OF MATERIAL ARTS ON THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE

T. Pugacheva

Yakovlev Chuvash state pedagogical university, Cheboksary, Russia

Abstract. This article will help to consider the problem of differences in the psycho-emotional state of athletes and ordinary people. The article touches upon the topic of the emergence of an opinion about the propensity to display aggression among athletes, since aggression is one of the characteristics applicable to them due to the importance of overcoming obstacles and being active in achieving goals. Therefore, several questions arise: “Are athletes really prone to aggression and its manifestation? Are there strong differences between the tendency to aggression of athletes and ordinary people? Do they have different levels of conflict? Are there any differences between their neuropsychic stability?”, – the answers to which can be found in the proposed article.

Keywords: aggression, conflict, neuropsychic stability, level of tendency to aggression, assessment of neuropsychic stability, personal aggressiveness and conflict, propensity to aggression of athletes.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ

Д.В. Раманович, В.Г. Калюжин

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. Обучение и воспитание детей с умственной отсталостью, в том числе и физическое, достаточно актуальная тема в практике теории и методики адаптивной физической культуры. Из всех нарушений здоровья человека умственная отсталость является самой распространенной. В мире насчитывается более 300 млн. человек с интеллектуальной

недостаточностью, доля которых в экономически развитых странах по данным Всемирной организации здравоохранения составляет 3%.

Ключевые слова: школьный возраст, умственная отсталость легкой степени, статическое равновесие, динамическое равновесие, ориентация в пространстве, тестирование уровня развития.

Целью исследования выступают особенности развития координационных способностей у школьников с умственной отсталостью 7–8 лет и здоровых школьников того же возраста.

Задачи исследования:

- 1) изучить особенности развития координационных способностей у здоровых детей школьного возраста и школьников с патологией;
- 2) разработать и апробировать коррекционно-развивающую программу индивидуальных занятий по совершенствованию координационных способностей у школьников с умственной отсталостью легкой степени;

Были изучены источники отечественных авторов: учебно-методические пособия, периодическая литература и другие материалы. Анализ источников способствовал обоснованию значимости исследования, определению основных цели и задач исследования [2]. Взятые источники позволили обобщить данные научно-методической литературы в области физического воспитания детей школьного возраста с умственной отсталостью легкой степени (УОЛС) и содействовали разработке коррекционно-развивающей программы для школьников 7–8 лет с УОЛС [1].

Методы исследований. Для решения поставленных задач использовались следующие методы: теоретико-методический анализ литературных источников; метод педагогического тестирования; метод вариационной статистики.

Чтобы удостовериться, что исследуемые школьники с УОЛС по своим физическим возможностям и уровню развития координационных способностей отличаются от своих здоровых сверстников, были проведены контрольные тесты.

В таблице 1 представлены данные сравнительного анализа параметров развития статического равновесия у исследуемых и здоровых школьников до начала проведения исследований.

Таблица 1. Сравнение показателей развития статического равновесия у исследуемых и здоровых школьников до начала проведения исследования

ТЕСТЫ	Исследуемые	Здоровые	t _{факт.}	t _{крит.}	P
Проба Ромберга (простая) (с)	15,9±3,27	25,5±4,17	6,1	3,65	<0,001
Проба Ромберга (усложнен.) (с)	9,0±1,92	20,4±3,00	14,0	3,65	<0,001
«Сурок» (с)	3,0±1,37	22,8±2,70	28,5	3,65	<0,001
Проба Ромберга: поза «Аист» (с)	6,5±1,25	18,4±1,43	27,3	3,65	<0,001

Как показано в данных таблицы 1, между результатами всех контрольных тестов у исследуемых и здоровых школьников есть статистически достоверные

различия. При этом характерно значительное отставание уровня развития показателей статического равновесия у детей с умственной отсталостью легкой степени от тех же результатов у их здоровых сверстников. На основании этого можно сделать вывод, что статическое равновесие у здоровых детей развито лучше, чем у их сверстников с умственной отсталостью.

В таблице 2 приведены результаты сравнения параметров развития динамического равновесия у исследуемых школьников с умственной отсталостью контрольной и экспериментальной групп и здоровых школьников того же возраста до начала проведения исследований.

Анализируя полученные результаты наглядно видно, что параметры развития динамического равновесия у исследуемых детей с УОЛС статистически достоверно хуже развиты, чем у их здоровых сверстников.

Таблица 2. Сравнение показателей развития динамического равновесия у исследуемых и здоровых детей до начала проведения исследований

ТЕСТЫ	Исследуемые	Здоровые	t _{факт.}	t _{крит.}	P
«Прямая» (см)	36,3±7,58	13,7±5,06	10,8	3,65	<0,001
Ходьба с поворотом (с)	25,8±1,91	11,3±1,36	27,0	3,65	<0,001
Ходьба по прямой (см)	37,7±9,80	15,3±3,40	9,4	3,65	<0,001
«Лягушка» (см)	42,4±6,32	22,8±4,57	10,9	3,65	<0,001
Ходьба по скамейке (с)	12,9±3,40	6,2±0,86	8,3	3,65	<0,001

Результаты тестирования в таблице 2 однозначно подтверждают, что между результатами тестов динамического равновесия здоровых школьников и результатами этих же тестов у школьников с УОЛС выявлены статистически достоверные различия.

В таблице 3 представлен сравнительный анализ параметров развития ориентации в пространстве у исследуемых и здоровых школьников.

Таблица 3. Сравнение показателей развития ориентации в пространстве у исследуемых и здоровых школьников до начала проведения исследований

ТЕСТЫ	Исследуемые	Здоровые	t _{факт.}	t _{крит.}	P
Попадания (раз)	2,8±1,25	5,1±0,57	7,5	3,65	<0,001
«Картошка» (с)	18,1±1,01	11,7±0,92	20,4	3,65	<0,001
Челночный бег (с)	19,2±1,45	12,6±0,85	17,2	3,65	<0,001

Приведенные сведения таблицы 3 доказывают наличие статистически достоверных весьма выраженных различий между показателями уровня развития ориентации в пространстве у исследуемых и здоровых школьников до начала проведения исследований. Причем параметры тестирования здоровых школьников 7–8 лет статистически достоверно лучше, чем у их сверстников с УОЛС.

Данные, полученные после проведенных тестов, являются основой в разработке коррекционно-развивающей программы по развитию

координационных способностей у детей с умственной отсталостью школьного возраста.

Тесты для определения уровня развития координационных способностей следует выполнять регулярно, с целью определения их влияния на развитие ориентации в пространстве, статического и динамического равновесия занимающихся школьников с умственной отсталостью легкой степени.

Заключение. Был проведен сравнительный анализ уровня развития статического, динамического равновесия, а также показателей ориентации в пространстве у школьников 7–8 лет с УОЛС и у здоровых школьников того же возраста, но без данной патологии. Следует отметить, что дети с умственной отсталостью имеют значительные отличия в уровне развития координационных способностей, по сравнению с их здоровыми сверстниками. При этом отмечается снижение всех количественных показателей тестирования, увеличение времени выполнения данных тестов, замедление скорости и темпов движений у школьников с УОЛС. Координационные способности школьников с умственной отсталостью легкой степени требуют коррекции и дополнительного развития.

Список литературы

1. Калюжин В. Г. Педагогические аспекты адаптивной физической культуры у школьников с умственной отсталостью легкой степени // Здоровьесбережение как инновационный аспект современного образования: материалы III Международной науч.-практ. интернет-конф., 5 апреля 2022 г. СПб.: СПбУТУиЭ, 2022.

2. Раманович Д. В. Адаптивная физическая культура у детей школьного возраста с умственной отсталостью легкой степени // Человек в мире спорта: материалы Всероссийской науч.-практ. конф молодых исследователей с междунар. участием, 4–8 апреля 2022 г. СПб.: ФГБОУВО «НГУФКСиЗ им. Лесгафта», 2022.

ABILITIES OF SCHOOLCHILDREN WITH MENTAL RETARDATION IN THE DEVELOPMENT OF COORDINATION

*D.V. Ramanovich, V.G. Kalyuzhin
Belarusian State University of Physical Culture*

Annotation. The education and upbringing of children with mental retardation, including physical, is quite an urgent topic in the practice of the theory and methodology of adaptive physical culture. Of all human health disorders, mental retardation is the most common. There are more than 300 million people with intellectual disabilities in the world, whose share in economically developed countries, according to the World Health Organization, is 3%.

Keywords: school age, mild mental retardation, static equilibrium, dynamic equilibrium, spatial orientation, testing of the level of development.

МОТИВАЦИЯ НАСЕЛЕНИЯ КАК ФАКТОР РЕАЛИЗАЦИИ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИТИКИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

А.С. Рапопорт

*Уральский федеральный университет имени
первого Президента России Б.Н. Ельцина*

Аннотация. Цель исследования – выявление мотивации населения Свердловской области, способствующей или препятствующей занятиям физической культурой и спортом. Среди основных детерминант мотивации населения к занятиям физической активностью доминирует забота о поддержании здоровья, а также сохранении хорошей формы, возможность отдохнуть, получить удовольствие от занятий и снять стресс. В наиболее распространенные причины, препятствующие населению занятиям физической культурой и спортом, входят отсутствие свободного времени, усталость после работы, учебы, а также отсутствие привычки к постоянным занятиям, т. е. связанные с субъективной внутренней мотивацией населения, а не объективными внешними факторами.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, мотивация, государственная политика, взрослое население.

Введение. Развитие сферы физической культуры и спорта продиктовано необходимостью со стороны государства стимулировать к систематическим занятиям физической активностью как можно большее количество населения Российской Федерации. Согласно указу Президента Российской Федерации от 21.07.2020 №474 в рамках национальной цели «Сохранение населения, здоровье и благополучие людей» установлен целевой показатель – увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, до 70% на период до 2030 года [1]. Установление данных показателей обусловлено высокой социальной ролью физической активности, заключающейся в повышении физической подготовленности населения, укреплении здоровья и достижении высокой работоспособности людей, профилактике асоциальных проявлений, социализации и т.д.

Также, говоря о реализации государственной политики в сфере физической культуры и спорта, необходимо отметить, что одним из основных стратегических и определяющих перспективы развития отрасли документов является Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года (далее – Стратегия). В данном документе формализуется миссия государства в отношении сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации (далее – РФ). Одна из составляющих миссии государства заключается в «формировании культуры и ценностей здорового образа жизни как основы устойчивого развития общества и качества жизни населения» [2]. В свою очередь, в данной Стратегии предусматривается реализация определенных мероприятий, среди которых обозначена «разработка маркетинговой и коммуникационной стратегии по продвижению спорта и здорового образа жизни, направленной на формирование потребности и

осознанного отношения граждан к систематическим занятиям физической культурой и спортом, в том числе путем построения адресных коммуникаций с целевыми аудиториями с учетом их предпочтений и мотивации к занятиям физической культурой и спортом», также повышение степени информированности населения и развитие механизмов информационного обеспечения в отрасли. [2]. Можно отметить, что при формировании стратегических направлений развития в сфере физической культуры и спорта, органами государственной власти осознается необходимость формирования внутренней мотивации у населения к занятиям физической активностью.

В связи с чем, представляется актуальным исследование мотивации населения в отношении факторов, побуждающих к занятиям физической активностью и препятствующих вовлечению в данные занятия.

Целью исследования выступает выявление мотивации населения Свердловской области, способствующей или препятствующей занятиям физической культурой и спортом.

Результаты исследования и выводы. Эмпирической базой исследования послужили три крупных социологических исследования, имеющих отношение к сфере физической культуры и спорта, проведенных в Свердловской области за период с 2010 года по 2021 год.

Хронологически первая научная работа данного периода – это информационно-аналитический отчет по итогам социологического исследования «Отношение жителей Свердловской области к физической культуре и спорту», выполненный в 2010 году [3]. Объем выборки социологического исследования составил 4 260 человек, что является 99% от модели выборки, составившей 0,01% населения области – 4 300 человек.

В отношении выявления мотивации к занятиям физической культурой и спортом у населения в исследовании были представлены следующие результаты.

Наиболее часто выбираемые респондентами варианты ответов на вопрос «Что побуждает Вас заниматься физической культурой и спортом?» представлены на Рисунке 1.

Соответственно, наиболее распространенные мотивы связаны с физическим здоровьем и рациональным досугом. Авторы отмечают, что мотивация, непосредственно связанная со спортивной деятельностью, считается у респондентов второстепенной. Среди наиболее часто встречающихся мотивов, связанных со спортом, выделяют: стремление получить моральное и физическое удовлетворение (18%), сложившаяся привычка (15%), стремление к спортивной карьере, успеху (11%) [3].

Примечательным выступает тот факт, что 41% опрошенных отметили, что хотели бы увеличить свой объем занятий физической культурой и спортом.



Рисунок 1. Ответы респондентов, принявших участие в социологическом опросе 2010 года, на вопрос «Что побуждает Вас заниматься физической культурой и спортом?»

Представляют интерес ответы респондентов на вопрос «Что мешает Вам заниматься физической культурой и спортом больше и чаще?» (Рисунок 2).



Рисунок 2. Ответы респондентов, принявших участие в социологическом опросе 2010 года, на вопрос «Что мешает Вам заниматься физической культурой и спортом больше и чаще?»

По итогам социологического исследования, проведенного в 2010 году, были определены наиболее часто выделяемые респондентами мотивы, побуждающие их к занятиям физической активностью, такие как желание поддерживать себя в хорошей форме, забота о сохранении здоровья, а также рекреационные, досуговые мотивы. В то же время, мотивы, препятствующие занятиям физической активностью, представлены недостаточным количеством времени, усталостью и отсутствием привычки к занятиям.

Следующим социологическим исследованием является «Отношение жителей Свердловской области к физической культуре и спорту. Итоги социологического мониторинга» за 2012 год [4].

В отношении мотивационной составляющей занятий физкультурой и спортом, авторы сформулировали вопрос так же, как в исследовании 2010 года – «Что побуждает Вас заниматься физической культурой и спортом?». Результаты опроса 2012 года представлены на Рисунке 3.



Рисунок 3. Ответы респондентов, принявших участие в социологическом опросе 2012 года, на вопрос «Что побуждает Вас заниматься физической культурой и спортом?»

В части факторов, мешающих заниматься физической культурой и спортом, наиболее популярными среди ответов респондентов выступили такие же, как и в 2010 году: мало свободного времени (42%), сказывается усталость после работы, учебы (29%), нет привычки к постоянным занятиям физкультурой и спортом (24%).

Результаты мотивационной составляющей исследования 2012 года во многом повторяют результаты предыдущего исследования: наиболее популярные ответы респондентов в отношении причин, препятствующих занятиям физической культурой и спортом, остались такими же. Говоря о причинах, побуждающих население к физической активности, то общая картина ответов так же повторяется лишь с некоторыми процентными изменениями.

Третье комплексное научное социологическое исследование было проведено в декабре 2021 года на тему «Уровень удовлетворенности населения Свердловской области созданными условиями для занятий физической культурой и спортом»; всего было опрошено 5000 жителей региона [5].

По результатам данного исследования было выявлено, что ведущая причина для всех категорий и возрастов, побуждающая взрослое население области заниматься физкультурой и спортом, – это желание поддержать и

укрепить свое здоровье (70% опрошенных), все остальные виды мотивации называются в 2 и более раз реже.



Рисунок 4. Рейтинг основных причин, побуждающих взрослое население заниматься физической культурой и спортом (2021 г.)

В то же время респонденты были опрошены в отношении причин, препятствующих занятиям физической культурой и спортом. Около трети опрошенных (28%) заявляют, что не имеют препятствий к занятиям физкультурой и спортом. Наиболее часто среди причин отмечается: отсутствие свободного времени (25%), большая нагрузка на работе и дома (22%), состояние здоровья (11%), не могу себя заставить (11%) [5].

Немаловажным выступает то, что в исследовании 2021 года было отмечено положительное влияние регулярных занятий физической культурой и спортом на состояние здоровья жителей. Доля населения с хорошим состоянием здоровья приблизительно в 1,8 раза больше среди физически активных граждан (занимающихся не реже 1 раза в неделю), чем среди физически пассивных (64% против 35%). Такое соотношение характерно для всех возрастных категорий, при этом разрыв между этими долями возрастает с увеличением возраста. Так, среди молодежи соотношение доли людей с хорошим здоровьем среди физически активных граждан с той же долей среди физически пассивных составляет 1,4, тогда как среди пенсионеров это соотношение увеличивается и составляет 2,2. Соответственно, можно говорить о том, что чем старше человек, тем более ощутимо положительное влияние занятий физической культурой и спортом на его здоровье [5].

На основе результатов представленных социологических исследований можно сделать некоторые обобщения, а именно: среди основных детерминант мотивации населения Свердловской области к занятиям физической активностью доминирует забота о сохранении, поддержании здоровья, а также поддержании себя в хорошей форме, улучшение фигуры, возможность

отдохнуть, получить удовольствие от занятий и снять стресс. При этом, причины, препятствующие населению занятиям физической культурой и спортом, практически не изменились за десятилетие – в наиболее распространенные причины входят отсутствие свободного времени, большая нагрузка (усталость) после работы, учебы, а также отсутствие привычки к постоянным занятиям и отсутствие возможности заставить себя заниматься.

Значительно выросло число ответов респондентов в отношении оздоровительного мотива, побуждающего заниматься физической культурой и спортом, а именно – для поддержания и укрепления здоровья (44% в 2010 г., 37% в 2012 г., 70% в 2021 г.). Данный факт может свидетельствовать об эффективном распространении информации о необходимости наличия достаточного уровня физической активности для поддержания здоровья человека, а также, предположительно, связан с проявлениями пандемии, как стимулирующей причины более внимательного отношения к состоянию своего здоровья у населения. Необходимо в этой связи отметить разницу в количестве населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, в Свердловской области по результатам статистических отчетов по форме №1-ФК: 2010 г. – 707 414 чел. (16,1% от всего населения региона), 2012 г. – 887 217 (20,6%), 2021 г. – 1 985 888 (50,8%).

Интересно отметить, что самой распространенной причиной, препятствующей занятиям физической культурой и спортом, в опросах каждого года выступает «отсутствие свободного времени». Однако, свободное время в той или иной степени имеют практически все граждане, а далее выбор стоит за конкретными действиями, совершаемыми в данное время, соответственно, можно говорить о том, что основополагающим условием для включения в деятельность выступает не только позитивная оценка человеком этой деятельности, но и высокая мотивация на нее. В целом, то же можно отметить в отношении причины «большая нагрузка, усталость после работы, учебы», так как физическая активность в своем функционале как раз имеет составляющую снятия стресса, вида рекреации.

Немаловажным выступает тот факт, что наиболее распространенные причины в ответах респондентов, препятствующие их занятиям физической активностью, связаны с субъективной внутренней мотивацией населения, а не объективными внешними факторами. Следует подчеркнуть, что данную информацию необходимо принимать во внимание при реализации государственной политики в сфере физической культуры и спорта. Среди предложений по совершенствованию реализации государственной политики, представляющихся актуальными по результатам исследования, можно отметить поддержку широкого распространения информационно-просветительских образовательных, развлекательных мероприятий, направленных на формирование устойчивых культурных ценностных ориентаций на потребность в активном образе жизни, а также повышение уровня результативности рекламной деятельности спортивных организаций в отношении услуг и

возможностей, предоставляемых в сфере физической культуры и спорта, за счет использования смарт-сервисов и увеличения цифровизационной составляющей.

Список литературы

1. О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года: указ Президента РФ от 21.07.2020 г. №474 // Официальный портал «Кодекс»: сайт. URL : <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202007210012> (дата обращения 05.11.2022);

2. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года: утверждена распоряжением Правительства РФ от 24 ноября 2020 года №3081-р // КонсультантПлюс: сайт. URL : http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_369118/ (дата обращения 05.11.2022);

3. Отношение жителей Свердловской области к физической культуре и спорту: монография / под общей ред. Ю. Р. Вишневого. Екатеринбург: Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина, 2010. 86 с.;

4. Отношение жителей Свердловской области к физической культуре и спорту: монография, итоги социологического мониторинга / под общей ред. Ю. Р. Вишневого. Екатеринбург: Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина, 2013. 324 с.;

5. Уровень удовлетворенности населения Свердловской области созданными условиями для занятий физической культурой и спортом: аналитический (научный) отчет о результатах проведения комплексного научного социологического исследования / А. Д. Гурарий [и др.]. Екатеринбург: Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина, 2021. 246 с.

MOTIVATION OF THE POPULATION AS A FACTOR IN THE IMPLEMENTATION OF STATE POLICY IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

A.S. Rapoport

Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin

Abstract. The purpose of the study is to identify the motivation of the population of the Sverdlovsk region, contributing or hindering physical education and sports. Among the main determinants of the population's motivation to engage in physical activity, concern for maintaining health dominates, as well as maintaining good shape, the opportunity to relax, enjoy classes and relieve stress. The most common reasons that prevent the population from engaging in the physical activity and sports include lack of time, fatigue after work or study as well as the lack of habit to constant occupation, so that factors are associated with the subjective internal motivation of the population rather than objective external factors.

Keywords: physical culture, sports, motivation, public policy, adult population.

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ТРАВМАТИЗМА НА ЗАНЯТИЯХ ВОЗДУШНОЙ АКРОБАТИКОЙ

Т.Д. Рожкова

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Целью данной работы является выявление основных видов травматизма на занятиях воздушной акробатикой. Проводится анализ причины возникновения травм, и даются рекомендации по предупреждению травматизма на тренировках.

Ключевые слова: травматизм, повреждение мышц, ушиб, воздушная акробатика, спорт, физическая культура.

Занятия любым видом спорта на любительском и профессиональном уровне – это две разные категории. К сожалению, даже любительское занятие спортом не исключает возможность получения травм. Воздушная акробатика – это не олимпийский, активно развивающийся, сложнокоординационный вид спорта, который включает в себя работу на трех воздушных снарядах: воздушное кольцо, воздушные полотна и спортивный пилон. На сегодняшний день разработаны, введены и успешно применяются на практике единые правила проведения спортивных турниров, судейства и единая система подготовки спортсменов. Дисциплины воздушной акробатики имеют древнюю историю и изначально развивались как жанры циркового искусства. Воздушные полотна являются одной из наиболее зрелищных и сложных дисциплин, впервые появившейся в 1959 году во французской цирковой школе. Международная ассоциация воздушной акробатики была создана в 2014 году на базе нескольких национальных европейских федераций. Сейчас воздушную акробатику развивают Федерация воздушной акробатики России «РАРА», региональные представительства Федерации, тесно сотрудничая с Комитетом национальных и неолимпийских видов спорта России (КННВС России).

Во время занятий воздушной акробатикой, спортсмены работают с снарядами на высоте. В данном случае высота является не только необходимым для тренировок фактором, но и повышающим риск возникновения травм опасных ситуаций.

Зачастую, спортсмена во время тренировочного процесса может сопровождать боль в плечевом поясничном отделах. Структура плечевого сустава достаточно сложная, наиболее часто повреждаются небольшие мышцы, имеющие собственные сухожилия. Поскольку почти все хваты и удержания веса спортсмена на снаряде идут через кистевой хват, большая нагрузка ложится на бицепс и трицепс. Чтобы предупредить возникновение таких травм, на занятиях должна проводиться тщательная суставная разминка, а нагрузка должна даваться соразмерно подготовки занимающегося. Без осмотра врача точно определить вид и степень серьезности травмы нельзя, но для оказания первой помощи необходимы холод и покой. При отсутствии противопоказаний от врача, можно продолжить тренировочную деятельность, не затрагивая или

изолируя поврежденный участок тела. Спортсменам не рекомендуется прерывать спортивные занятия без серьезных причин, поскольку и кратковременные и длительные перерывы отрицательно сказываются на здоровье и результатах. Можно привести много примеров, когда спортсмены тренируются через боль, ставя под угрозу свое здоровье, но в конечном итоге не получают результата. В таких случаях становится целесообразным пропустить несколько тренировок или снизить нагрузку, заняться восстановлением здоровья.

Воздушные акробаты часто нагружают лучезапястный сустав, выполняя стойки, заходы на снаряд и сходы, перехваты, упоры. Если после выполнения упражнений спортсмен начинает чувствовать ноющую боль в области запястья, необходимо снизить силу хвата, зафиксировать запястье специальными бандажами или суппортами. Боль или дискомфорт могут свидетельствовать о проблемах со связками в лучезапястном суставе. Там находятся мениски, которые берут на себя нагрузку при выполнении различных видов стоек, когда рука встает в неестественное для нее положение под углом в 90 градусов.

Самые распространённые травмы в воздушной акробатике это ушибы. Ушиб – это закрытое механическое травмирование мягких тканей или органов без значительного нарушения их структуры. При ушибе в глубине тканей начинается кровотечение, которое проявляется в виде кровоподтека синеватого цвета. Прежде всего, при получении ушиба необходимо обеспечить покой поврежденному участку тела и холодный компресс. Терапия холодом может продолжаться в течение нескольких дней. Категорически запрещено использование разогревающих мазей и других видов прогревания при получении ушиба, дабы не допустить увеличения гематомы и отека. В крайних случаях, если боль очень сильная, можно допустить наложение эластичного бинта слабого уровня перетяжки, чтобы избежать образования тромбоза в этом месте. Если спортсмен понимает, что боль не сопряжена с повреждением связочного аппарата, мышц, сухожилий или костей, то можно продолжить тренировку. У всех нас есть синяки, которые мы не сопровождаем никаким повышенным вниманием.

Подростки находятся в открытой зоне роста. При повышении массы тела и при большой нагрузке организм может не успевать подстраиваться под новые нагрузки. Бег, хоть и распространенный вид разминки, но при неправильном выполнении может быть очень травмирующим для суставов. Для снижения риска возникновения болей в коленных и голеностопных суставах стоит правильно подойти к выбору обуви для бега. Так же важно знать правильную технику бега, и знать на какую сторону стопы следует наступать. Если ребенок или взрослый будет бегать через боль, то нагрузка может распределяться неравномерно, и вследствие, вызвать перекос ног и всего тела. У детей очень эластичные суставы и связки, многие путают гиперподвижность суставов и эластичность связок с разрывами. Если у ребенка присутствует гиперподвижность суставов, ему необходимо заниматься укреплением мышечного каркаса, чтобы мышцы могли удержать сустав в правильном

положении. Если ребенок с повышенной жировой или мышечной массой тела, лучше избегать ударных нагрузок, в таком случае от бега будет получено больше вреда, чем пользы.

Исходя из вышесказанного, можно вывести рекомендации для пресечения травм в воздушной акробатике и спорте:

1. Соотносить уровень подготовки спортсмена и нагрузки, которые он выполняет.

2. Обязательно начинать тренировку с разминки и растяжки, чтобы мышцы разогрелись и получили достаточный прилив крови. Это можно сделать с помощью занятий с отягощениями.

3. Заниматься с тренером. Тренер с хорошей квалификацией покажет и объяснит, как правильно выполнять упражнение и подстрахует.

4. Не нужно гнаться за сверхрезультатом, особенно за короткий период времени.

5. Соблюдать режим труда и отдыха.

В воздушной акробатике необходимо менять процесс разминки в зависимости от направленности отрабатываемых элементов. Акцент рекомендуется делать на группу мышц, которая будет задействована на тренировке. Если выполняются элементы на гибкость спины, то акцент больше на растяжку спины, если предстоит день растяжки, то стоит уделить внимание упражнениям на приводящие мышцы бедра, бицепс и квадрицепс бедра.

Отдельные спортсмены, тренеры, и преподаватели наивно полагают, что травмы при занятиях спортом неизбежны. Тщательный анализ причин травматизма выявил, что при соблюдении всех требований и правил занятий физической культурой и спортом, проблема травматизма сводится к минимуму. В предупреждении травматизма должны активно участвовать не только тренеры и педагоги, но и сами спортсмены. Заниматься спортом через боль и слезы – стратегия неэффективная для достижения результата. Для предупреждения возникновения травм при занятиях избранным видом спорта необходимо соблюдать правила техники безопасности, следовать дидактическим принципам построения и ведения тренировочного процесса и следить за исправным состоянием спортивных снарядов. При возникновении продолжительных болей нужно посетить врача по спортивной медицине или травматолога, провести необходимую диагностику. Правильно поставленный диагноз позволяет быстрее вернуть спортсмена в тренировочный процесс.

Список литературы

1. Камалов Р.И. Травмы в спорте и в воздушной акробатике. Пермь: Проспект, 2021.

2. Башкиров В.Ф. Профилактика травм у спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1981.

3. Ушибы: виды, симптомы и лечение [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lekhar.ru/simptomyy/kozha/ushiby/> (дата обращения 01.11.2022).

4. Растяжения: Причины и симптомы растяжения связок [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://probolezny.ru/rastyazhenie-svyazok/> (дата обращения 01.11.2022).

THE MAIN TYPES OF INJURIES IN AERIAL ACROBATICS.

T. Pozhkova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The purpose of this work is to identify the main types of injuries in aerial acrobatics. An analysis of the causes of injuries is carried out, and recommendations are given for the prevention of injuries in training.

Keywords: traumatism, muscle damage, contusion, aerial acrobatics, sports, physical culture.

ДИСТАНЦИОННЫЙ МОНИТОРИНГ В ЗАДАЧЕ АНАЛИЗА ГЕОСИСТЕМ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ РЕКРЕАЦИОННОГО ОСВОЕНИЯ: СОСТОЯНИЕ ИССЛЕДОВАНИЙ И НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ

А.С. Ротанов, С.А. Ямашкин, Ю.Е. Тепаева, А.А. Камаева

Национальный исследовательский Мордовский государственный университет

Аннотация. В статье приводится анализ современного состояния исследований в области разработки и использования методов извлечения признаков объектов для дальнейшего их детектирования и классификации, которые могут иметь успешное применение в решении задач дистанционного мониторинга геосистем для анализа состояния процесса рекреационного освоения земель. В качестве методов рассматриваются дескрипторы признаков изображений, производится их сравнение. В третьей главе приводится пример применения дескрипторов в реальных задачах и результат их применения. В конце статьи производится формирование проблем и перспективное развитие существующий методов, а также формирование плана по проведению исследований для получения новых эффективных результатов.

Ключевые слова: особые точки, дескриптор, шаблон выбора, ориентированные гистограммы, градиент, SIFT, SURF, BRISK, FREAK, ORB, BRIEF.

Введение

Рекреационное природопользование представляет собой неотъемлемый компонент развития природно-социально-производственных систем, основанный на сбалансированном взаимодействии как с естественными ландшафтами, так и хозяйственными геосистемами. Для решения задач анализа обширных территорий с точки зрения рекреационного освоения актуально использование данных дистанционного зондирования Земли (ДЗЗ) и современных методов и алгоритмов их дешифрирования и интерпретации. В обозначенной области широкую популярность и повсеместное применение приобрело компьютерное зрение. Использование цифровой обработки изображений позволяет решать значительные перечень задач, начиная от оценки качества изображений [1], их ранжирования по критерию

предполагаемого качества [2], заканчивая детектированием объектов и генерацией изображений на основе текстового описания.

Цель данной статьи – анализ современных методов извлечения признаков изображений, которые могут быть применены для предупреждения природных катастроф, таких как оползни, лавины, пожары, наводнения. При детектировании объектов этот этап имеет немаловажную роль. Данный этап можно реализовать двумя способами:

Первый, получивших распространение с развитием графических процессоров, с помощью сверточных нейронных сетей. Сверточные нейронные сети (Convolution Neural Network, CNN) – специализированный тип нейронных сетей, которые используют свертку вместо общего матричного умножения по крайней мере в одном из своих слоев.

Ко второму способу можно отнести алгоритмы осуществляющие поиск особых точек, выделение контуров, углов, областей с высокой плотностью, областей с высоким градиентом.

Применение CNN несомненно являются более универсальным методом, однако применение дескрипторов в частных случаях может быть эффективнее. Особые точки – точки, окрестности которых обладают отличительными особенностями с окрестностями остальных точек. Под дескриптором будем понимать функцию, которая применяется к фрагменту изображения (патчу), чтобы описать его таким образом, который инвариантен ко всем изменениям изображения, которые подходят для нашего приложения (например, вращение, освещение, шум и т. д.) [3].

В литературе прослеживается большое разнообразие дескрипторов. Их можно разделить на две категории:

- бинарные дескрипторы – кодируют большую часть информации вокруг ключевых точек в виде двоичной строки, используя только сравнение изображений интенсивности;
- методы на основе дескрипторов ориентированных градиентов – их основная идея в вычислении градиента для каждого пикселя и вычисление на их основе гистограмм распределения направлений градиентов.

В этой статье производится анализ современного состояния и перспективное развитие алгоритмов и методов детектирования объектов. Рассмотрим ключевые моменты, используемые при построении вышеперечисленных дескрипторов.

Дескрипторы на основе гистограмм ориентированных градиентов

SIFT был представлен в 1999 году Дэвидом Лоу и включает в себя как детектор ключевых точек, так и дескриптор. SIFT вычисляется на основе следующего алгоритма:

1. во-первых, определите ключевые точки с помощью детектора SIFT, который также определяет масштаб и ориентацию ключевой точки;
2. затем для заданной ключевой точки деформируйте область вокруг нее до канонической ориентации и масштабирования и измените размер области до 16X16 пикселей;

3. вычислите градиенты для каждого пикселя (ориентация и величина);
4. разделите пиксели на квадраты размером 16, 4X4 (рис. 1);
5. для каждого квадрата вычислите гистограмму направления градиента на 8 направлений;
6. объедините гистограммы для получения вектора 128 (16*8) размерных признаков.

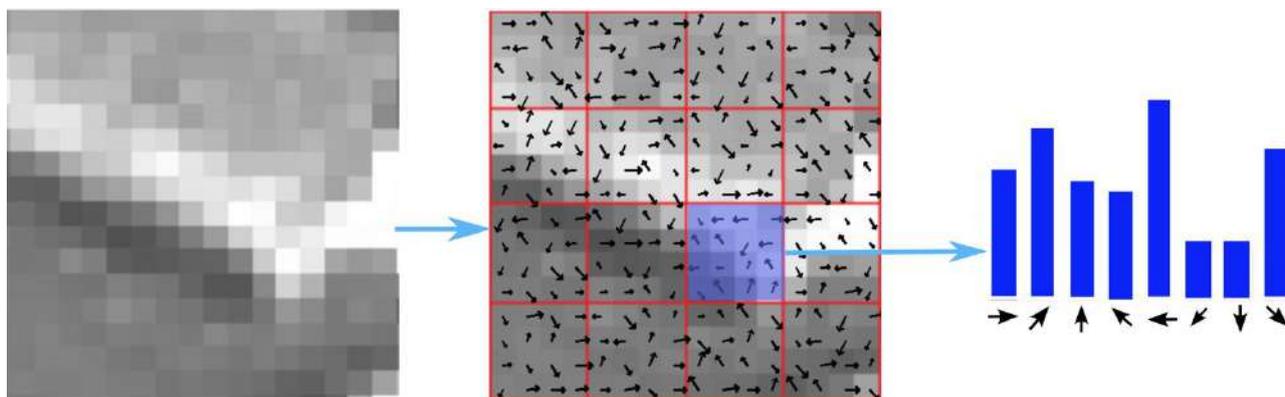


Рис. 1. Результат разбиение на квадраты и гистограмма направления градиентов

SIFT инвариантен к изменениям освещенности, так как градиенты инвариантны к сдвигу интенсивности света. Он также несколько инвариантен к вращению, так как гистограммы не содержат никакой геометрической информации [4].

Также стоит отметить, что на производительность алгоритма влияют следующие факторы: собственное состояние цели, окружающее пространство объекта. Из этого вытекают его недостатки:

- высокая вычислительная сложность в следствии чего низкая производительность;
- в некоторых случаях обнаруживаются мало ключевых точек;
- ошибки в извлечения точек у целей с гладкими краями.

SURF был представлен в 2008 году, который также опирается на пространственный анализ изображений в масштабе Гаусса. Детектор SURF основан на детерминанте матрицы Гессияна и использует интегральные изображения для повышения скорости обнаружения объектов. 64-разрядный дескриптор SURF описывает каждый обнаруженный объект с распределением Вейвлет-отклики Хаара в пределах определенной окрестности. Объекты серфинга инвариантны к вращению и масштабированию, но у них мало аффинной инвариантности. Однако дескриптор может быть расширен до 128-битных значений, чтобы иметь дело с большими изменениями точки зрения. Главным преимуществом SURF перед FIST является его низкая вычислительная стоимость.

Бинарные дескрипторы

Дескриптор ORB был разработан в лабораториях OpenCV в 2011 году в качестве эффективной и жизнеспособной альтернативы SIFT и SURF. ORB

модифицированная версия FAST detector для вычисления ориентации на этапе обнаружения, с эффективным расширением описания функции BRIEF, этот подход пытается объединить инвариантность вращения и масштаба SIFT и вычислительную эффективность FAST detector. Бинарный дескриптор BRIEF не имеет сложного шаблона выборки или механизма компенсации ориентации. Так как дескриптор не имеет шаблона выбора точки то они могут быть выбраны случайно.

Так как FAST не обеспечивает изменение угла поворота, но имеет большие отклики по краям для упорядочивания ключевых точек используется мера угла Харриса. Для целого числа N ключевых точек сначала устанавливается низкий порог, что позволяет получить более N ключевых точек. Далее эти ключевые точки упорядочиваются в соответствии с мерой Харриса для выбора верхних N точек. Для улучшения инвариантности вращения, вычисляется вектор ориентации на основе метода центраида интенсивности [4].

ORB является эффективной альтернативой SIFT и SURF. К его главным преимуществам можно отнести быстродействие и свободу использования [5].

BRISK. Дескриптор BRISK имеет собственный шаблон выборки точек. Шаблон выборки состоит из концентрических колец (рис. 2).

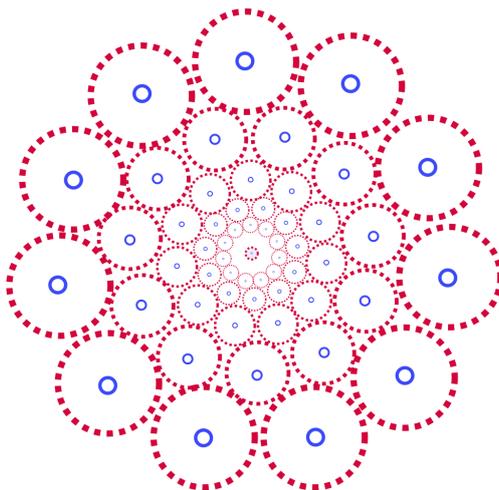


Рис. 2. Шаблон выборки BRISK

В пределах круговой области ключевых точек применяется Гауссово сглаживание. Направление ключевой точки определяются суммой локальных градиентов. При использовании такого шаблона выборки используются короткие и длинные пары точек. Короткие пары – такие пары точек, расстояние между которыми меньше некоего определенного порога d_{max} . Длинные пары – такие пары точек, расстояние между которыми не меньше определенного порога d_{min} . При этом $d_{min} > d_{max}$, поэтому не существует пар точек одновременно принадлежащих обоим множествам. Длинные пары используются для определения ориентации, короткие для сравнения интенсивности. BRISK оснащен механизмом компенсации ориентации; пытаюсь оценить ориентацию ключевой точки и повернуть шаблон выборки в

соответствии с этой ориентацией. Благодаря этому механизму BRISK становится в какой-то степени инвариантным к преобразованиям вращению. Для определения ориентации ключевой точки используются локальные градиенты между парами выборки, которые вычисляются по следующей формуле [6]:

$$g(p_i, p_j) = (p_j - p_i) * \frac{I(p_j, \sigma_j) - I(p_i, \sigma_i)}{\|p_j - p_i\|^2}$$

Где $g(p_i, p_j)$ – локальный градиент между парой выборки (p_i, p_j) , I – сглаженная интенсивность (по гауссу) в соответствующей точке выборки соответствующим стандартным отклонением.

Сравнивая BRISK с предыдущими дескрипторами:

- BRIEF превосходит BRISK (и ORB) в фотометрических изменениях – размытии, изменениях освещения и сжатии JPEG;
- BRISK немного превосходит BRIEF в изменениях точек зрения, но работает примерно так же, как ORB в целом.

FREAK как и BRISK использует круговые окрестности точек, с той лишь разницей, что он имеет большую плотность точек ближе к центру (возрастает экспоненциально). Шаблон выборки FREAK (рис. 3)

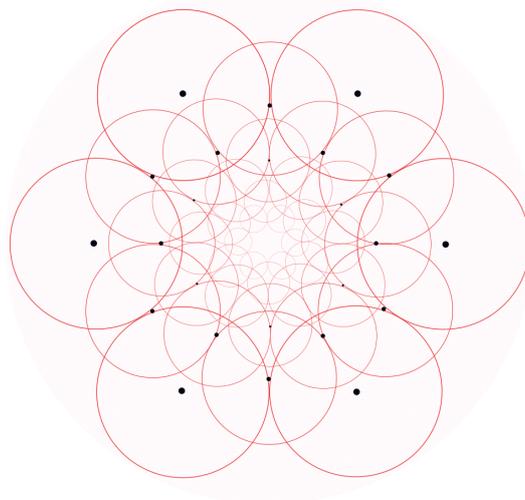


Рис. 3. Шаблон выборки FREAK

Для сглаживания в каждой окрестности ключевых точек применяется фильтр Гаусса. Вычисление ориентации точки производится с помощью механизма подобного BRISK. Отличие заключается в том, что при проведении анализа используются пары точек с фиксированным симметричным расположением, в отличие от BRISK, где точки выбираются произвольным образом. Механизм FREAK для измерения ориентации аналогичен механизму BRISK, только вместо использования пар с большим расстоянием FREAK использует заранее определенный набор из 45 пар симметричной выборки (рис. 4).

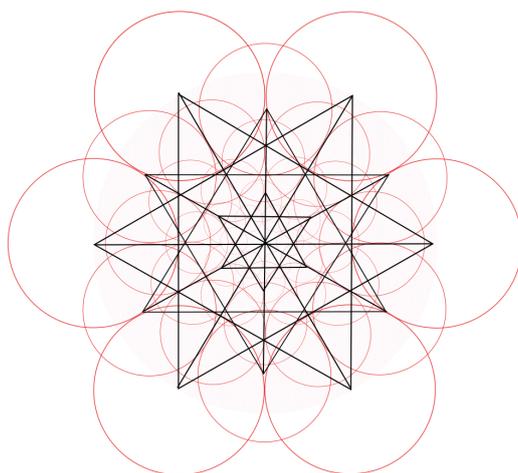


Рис. 4. Deskриптор FREAK – пары ориентации FREAK

Сравнение с другими дескрипторами:

- когда происходят изменения из-за размытия, FREAK работает хуже всех двоичных дескрипторов;
- при изменении точки обзора FREAK немного превосходит ORB и BRISK, но работает хуже, чем BRIEF;
- при изменении масштаба и поворота FREAK немного превосходит BRIEF и BRISK, но работает хуже, чем ORB;
- когда меняется освещение или присутствует сжатие в формате JPEG, FREAK немного превосходит BRISK и ORB, но работает намного хуже, чем BRIEF [7].

Примеры применения дескрипторов в реальных задачах

Дескрипторы широко применяются при распознавании объектов на изображении. Примером может служить работа [8], в которой применяется модельно-ориентированный дескриптор поля градиента для распознавания и поиска изображений. Авторы работы применили данный алгоритм для решения двух задач: обнаружение легковых транспортных средств на цифровых изображениях аэрофотоснимков земли, обнаружения лица владельца на цифровом изображении удостоверения личности.

При решении первой задачи применялись изображения, полученные путем аэрофотосъемки с пространственным расширением 0.2 м. Система оценивалась на 30 изображениях городской застройки, не входящих в обучающую выборку. Среднее число объектов, присутствующих на изображениях, – 35 штук. В следствии данного эксперимента были установлены следующие показатели качества обнаружения: вероятность достоверного обнаружения 95%, средний показатель ошибочно-обнаруженных объектов – 2.8.

При решении второй задачи распознавание производилось на фотографиях паспортов. При распознавании не регламентировалось ни положение документа, ни его вид. Также на фотографиях присутствовали дефекты, такие как блики и засветы, также на некоторых фотографиях

присутствовало различие в контрасте переднего и заднего плана. Тестирование проводилось для 500 паспортов. Вероятность обнаружения составила 98%.

Другим примером применения дескрипторов для извлечения признаков изображения является работа [9]. В данной работе описывается применения дескриптора HOG в сочетании с фильтром частиц (PF) и OF для повышения точности локализации путем регистрации аэрофотоснимков и карты Google. Точность определения местоположения оказалась сравнима с GPS, RMSE которого составляет 3м. В работе [10] рассматривается применения дескриптора HOG в сочетании с SVM для обнаружения людей на изображениях.

Выводы

Анализ состояния процесса рекреационного освоения земель в настоящее время успешно опирается на методы и алгоритмы дистанционного мониторинга геосистем. Научная проблема повышения точности детектирования и классификации пространственных объектов в своем решении может опираться на методы извлечения дескрипторов изображений.

Бинарные методы обладают более высокой производительностью в сравнении с гистограммными дескрипторами, однако они менее точные. В свою очередь гистограммные дескрипторы обладают противоположными свойствами, им характерна более высокая точность, но при этом они жертвуют быстродействием. Их этого следуют то, что между бинарными и гистограммными дескрипторами прослеживается обратная зависимость между их быстродействием и качеством. Исходя из этого дальнейшие исследования по улучшению слабых сторон дескрипторов сосредоточены в двух направлениях: повышение качества бинарных дескрипторов и оптимизация вычислительных методов SIFT и SURF. Все эти методы вычислительно затратны и требуют дальнейшего совершенствования. Повышение качества бинарных дескрипторов представляют собой важную цель дальнейших исследований.

Так как SIFT и SURF основаны на гистограммах градиентов. То есть градиенты каждого пикселя в патче нужно вычислять. Эти вычисления стоят времени. Несмотря на то, что SURF ускоряет вычисления с помощью интегральных *images*, это все еще недостаточно быстро для некоторых приложений. Бинарные дескрипторы представляют возможность кодирования большей части информации патча в виде бинарной строки, используя только сравнение изображений интенсивности. Это можно сделать очень быстро, так как необходимо проводить только сравнения интенсивности. Кроме того, если мы используем расстояние Хэмминга в качестве меры расстояния между двумя двоичными строками, то сопоставление между двумя описаниями патчей может быть выполнено с помощью одной инструкции, так как расстояние Хэмминга равно сумме операции XOR между двумя двоичными строками.

Благодарности. Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-27-00651, <https://rscf.ru/project/22-27-00651/>

Список литературы

1. Аль-Аскари М. А. Неререференсная оценка качества группы растровых изображений / М. А. Аль-Аскари, В. В. Афонин, С. А. Федосин // Естественные и технические науки. – 2019. – № 2(128). – С. 211-215.
2. Афонин В. В. Алгоритм и методика ранжирования группы растровых изображений / В. В. Афонин, А. В. Савкина, В. В. Никулин // Вестник Астраханского государственного технического университета. Серия: Управление, вычислительная техника и информатика. – 2021. – № 4. – С. 58-67.
3. What is a Feature Descriptor in Image Processing? // baeldung URL: <https://www.baeldung.com/cs/image-processing-feature-descriptors> (дата обращения: 11.11.2022).
4. Гончаренко М. О. Сравнительный анализ методов формирования дескрипторов изображений в контексте задачи сегментации видеопотока. – 2015.
5. Introduction to ORB (Oriented FAST and Rotated BRIEF) // medium URL: <https://medium.com/data-breach/introduction-to-orb-oriented-fast-and-rotated-brief-4220e8ec40cf> (дата обращения: 11.11.2022).
6. Leutenegger S., Chli M., Siegwart R. Y. BRISK: Binary robust invariant scalable keypoints //2011 International conference on computer vision. – Ieee, 2011. – С. 2548-2555.
7. A tutorial on binary descriptors – part 5 – The FREAK descriptor // gilscvblog URL: <https://gilscvblog.com/2013/12/09/a-tutorial-on-binary-descriptors-part-5-the-freak-descriptor/> (дата обращения: 11.11.2022).
8. Myasnikov V. V. Model-based gradient field descriptor as a convenient tool for image recognition and analysis //Computer optics. – 2012. – Т. 36. – №. 4. – С. 596-604.
9. Shan M. et al. Google map aided visual navigation for UAVs in GPS-denied environment //2015 IEEE international conference on robotics and biomimetics (ROBIO). – IEEE, 2015. С. 114-119.
10. Datal N. Histograms of oriented gradients for human detection //Proc. 2005 International Conference on Computer Vision and Pattern Recognition. – IEEE Computer Society, 2005. Т. 2. С. 886-893.

REMOTE MONITORING IN THE PROBLEM OF GEOSYSTEM ANALYSIS FROM THE POINT OF VIEW OF RECREATION DEVELOPMENT: STATUS OF RESEARCH AND DEVELOPMENT DIRECTIONS

*A. Rotanov, S. Yamashkin, Y. Tepaeva, A. Kamaeva
National Research Mordovia State University*

Abstract. The article provides an analysis of the current state of research in the development and use of methods for extracting features of objects for their further detection and classification, which can be successfully applied in solving problems of remote monitoring of geosystems to analyze the state of the process of recreational land development. Descriptors of features of images are considered as methods, their comparison is made. The third chapter gives an example of the use of descriptors in real problems and the result of their application. At the end of the article, the

formation of problems and the prospective development of existing methods are carried out, as well as the formation of a plan for conducting research to obtain new effective results.

Keywords: singular points, descriptor, selection pattern, oriented histograms, gradient, SIFT, SURF, BRISK, FREAK, ORB, BRIEF.

ПРОБЛЕМЫ ОБУЧЕНИЯ ОСНОВАМ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ В ПОДГОТОВКЕ КАДРОВ ДЛЯ СФЕРЫ ТУРИЗМА

Е.С. Русакевич, А.И. Чунин

Мурманский арктический государственный университет

Аннотация. В научной статье рассматриваются основные проблемы обучения основам первой помощи, в частности для студентов направления туризм, для которых владение приемами первой помощи является одним из ключевых факторов работы в данной сфере. Выявлены основные ошибки, которые допускаются в ходе освоения материала и применения его в практике. Предложены наиболее перспективные направления по обучению приемам оказания первой помощи.

Ключевые слова: первая помощь, направления, проблемы, сфера туризма, кадры, обучение

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), ежегодно в мире из-за травм, полученных в результате ДТП, ожогов, падений или утоплений, происходит до 10% всех случаев смерти и до 15% всех случаев инвалидности.

Согласно исследованиям ГКУЗ ИО «Территориальный центр медицины катастроф Ивановской области» [4] дорожно-транспортные происшествия являются эпидемией травматизма в Российской Федерации, одним из первичных факторов риска, способствующим развитию эпидемии травматизма, является неудовлетворительная работа по оказанию первой помощи пострадавшим (низкое качество и несвоевременность оказания первой помощи, а также недоступность при всей простоте и низкой затратности ее оказания).

Исследования, опирающиеся на статистику экспертов Соединенного королевства, своевременное и правильное оказание первой помощи может ежегодно спасти жизнь стольких же людей, сколько ежегодно умирает от рака.

Несчастные случаи в туризме однозначно не трактуются, так как сама сфера разнообразна по направлениям, ситуациям и самим участникам.

Проанализировав статистику активного вида туризма-альпинизм, как одного из самых интересных и в тоже время опасных видов путешествия, можем проследить неоднозначность данных по травматизму и оказанию первой помощи.

Федерация альпинизма России (далее – ФАР) ежегодно представляет отчет за прошедший год, где подробно разбираются несчастные случаи, статистика и аналитика данных за отчетный год [5].

В 2020 году ФАР проанализировала все данные, начиная с 1929 года, с целью выявить закономерности гибели альпинистов, были выявлены

следующие позиции: почти 40 % случаев произошли по причинам травм по разным частным случаям (17,3% сход лавины, 6,1% переохлаждение и т.д.).

Все последствия травм разной степени сложности можно свести к минимуму в случае своевременного оказания первой помощи, отражая актуальность проблемы.

Целью данного исследования является выявление проблем обучения основам первой помощи в программе подготовки кадров для сферы туризма для предложения эффективных направлений развития процесса обучения приемам первой помощи.

При изучении проблемы был проведен анализ модели подготовки кадров для туристической индустрии, проведено исследование с помощью опроса студентов-выпускников по направлению подготовки «Туризм», проанализированы научные материалы по теме исследования.

В ходе сбора данных с помощью опроса были выявлены закономерности, которые приводят к постановке проблем и рекомендациям по их решению.

В туристской индустрии существуют важные особенности оказания первой помощи, важные для составления программы специфичной для работников в данной сфере.

Согласно исследованиям, существует понятие «золотого часа» – то необходимое время для оказания важных действий, которые могут минимизировать ущерб. В ходе путешествия мы сталкиваемся не только с проблемой экстремальных условий в ходе «золотого часа», но и зачастую увеличением времени до оказания профессиональной помощи пострадавшим, так как в ходе туристского путешествия пострадавшие могут оказаться на огромном расстоянии от медицинских учреждений, или даже в условиях, когда бригада скорой помощи не сможет добраться до них.

В ходе активного тура с сопровождающими работниками туристкой сферы происходит несчастный случай, например, турист сломал ногу. По алгоритму и собственным знаниям и умениям, нам необходимо ему наложить шину, и придумать, как производить транспортировку в безопасное место, где пострадавшему окажут профессиональную медицинскую помощь. Но, окажется ли все необходимое в списке снаряжения, которое необходимо туристкой группе и сопровождающему ответственному лицу, подводит к особенности ограниченности ресурсов во время путешествия. По правилам вызвана необходимая помощь, но важны действия, совершающиеся в ходе того самого «золотого часа».

В структуре Национального стандарта по арктическому туризму [2] в перечне основных знаний для сопровождающего гида прописано: знания основ первой медицинской помощи. Медицинская помощь трактуется в ФЗ № 323 «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации» [1] в статье 32 как помощь, которая оказывается медицинскими организациями, вне медицинских организаций помощь оказывается только по месту вызова бригады скорой, в том числе скорой специализированной, медицинской помощи, а также в транспортном средстве при медицинской эвакуации. В ходе

проведения анализа научных источников, выявляются противоречия в понятиях видов помощи.

В правовой базе документов, регламентирующих многие виды деятельности в РФ, прописываются такие виды помощи, как первая медицинская помощь, доврачебная помощь или первая помощь. А по содержанию и характеристикам данные понятия объединяются в определение первой помощи, как ряда мероприятий, выполняемых в необходимых при несчастных случаях и внезапных заболеваниях, меры срочной помощи, предпринимаемые до прибытия медицинской помощи или до помещения больного в медицинское учреждение.

Согласно проведенному анализу нормативно правовых актов, в частности в приказе Минздравсоцразвития России № 477 [3] выявлено, что отсутствует аспект психологической помощи пострадавшим в перечне состояний при которых оказывается первая помощь, как следствие данное направление не включается в программы обучения основам первой помощи.

Согласно опросу студентов, которые в ходе образовательного процесса обучались основам первой помощи, они не готовы оказывать психологическую помощь пострадавшему, так как не знакомы с алгоритмом и основами психологии общения с пострадавшим, и не готовы психологически сами оказывать помощь пострадавшим, 80 % опрошенных указали как причину данного отказа- «страх навредить».

Также по статистике опрошенные студенты выпускники по направлению туризм, не готовы оказывать комплекс действий до оказания профессиональной медицинской помощи из-за отсутствия практических навыков в данной сфере. Теоретическая подготовка и знания присутствуют у большинства опрошенных, но практические навыки, даже в ходе решения простых практических задач, далеки от идеала. Недостаток практических навыков для оказания первой помощи вызван несколькими факторами: отсутствие четкой программы со специфическими аспектами, которые могут пригодиться именно для дальнейшей успешной профессиональной работы в туризме и существованием огромного количества «мифов первой помощи», то есть перечня недостоверной информации, которая существует в различных источниках, как научных, так и в информационном поле каждого из нас.

По заключениям многих экспертов в области инноваций в образовательной среде, сфере обучения основам первой помощи прослеживается закономерность необходимости использовать в модели подготовки кадров для сферы туризма важного направления, такого как практико-ориентированных задач или кейсов. Такой вид заданий позволит не только закрепить теоретические знания и перевести их в статус умений, но и расширить подходы к решению ситуаций, которые могут стать реальными жизненными задачами.

В заключении стоит отметить, что существующая модель подготовки обучения основам первой помощи может быть модернизирована при помощи включения раздела практико-ориентированных задач в программу подготовки,

расширения программы с учетом психологической помощи пострадавшим и обновления материала с учетом особенностей туристской индустрии.

Список литературы

1. Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ (ред. от 11.06.2022, с изм. от 13.07.2022) "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2022)
2. ГОСТ Р 59850.2 Арктический туризм. Часть 2. Требования по обеспечению безопасности туристов в Арктической зоне Российской Федерации. 2021. 16 с.
3. Приказ Минздравсоцразвития России от 04.05.2012 N 477н (ред. от 07.11.2012) "Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи" (Зарегистрировано в Минюсте России 16.05.2012 N 24183)
4. Базанов С.В. Роль первой помощи в снижении смертности от дорожно-транспортных происшествий // Международный журнал экспериментального образования. – 2015. – № 11-5. – С. 707-707; URL: <https://expeducation.ru/ru/article/view?id=8836> (дата обращения: 14.11.2022).
5. Отчет Контрольно-технической комиссии ФАР за 2021 год: [Электронный ресурс]. М., 2021. URL: <https://alpfederation.ru/news/1778/> (Дата обращения: 19.11.2022).

PROBLEMS OF TEACHING THE BASICS OF FIRST AID IN THE TRAINING OF PERSONNEL FOR THE TOURISM INDUSTRY

*E. Rusakevich, A. Chudin
Murmansk Arctic State University*

Abstract. The scientific article discusses the main problems of teaching the basics of first aid, in particular for students of the tourism direction, for whom the possession of first aid techniques is one of the key factors of work in this field. The main mistakes that are made during the development of the material and its application in practice are revealed. The most promising directions for teaching first aid techniques are proposed.

Keywords: first aid, problems, tourism industry, personnel, teaching

ЛЕЧЕНИЕ ОЖИРЕНИЯ СРЕДСТВАМИ ФИТНЕСА

*Н.Е. Садовиков., М.В. Борисова, М.В. Апарина, Н.В. Колесникова
Кемеровский государственный университет*

Аннотация. В статье представлен анализ эффективности тренировок спортсменов, включающих в себя фитнес, как метод борьбы с ожирением с учетом их физиологических особенностей. Описаны советы, делающие фитнес наиболее продуктивным. Показана результативность лечения ожирения средствами фитнеса и сопутствующих ему элементов. Проведено исследование на тему способов лечения ожирения средствами фитнеса среди

мужчин и женщин, посещающих фитнес зал и проведён уровень влияния средств фитнеса на лишний вес.

Ключевые слова: фитнес, похудение, ожирение, силовые тренировки, аэробные нагрузки, спорт.

На текущий момент времени от лишнего веса страдают многие люди, постепенно эта проблема переходит в разряд глобальных, ожирение является актуальной проблемой современного общества, что определяется, в первую очередь, ростом заболеваемости. Практически во всех странах отмечается рост числа детей и подростков с избыточной массой тела и ожирением (Рис.1) [1]. ВОЗ рассматривает ожирение как глобальную эпидемию, охватившую миллионы людей.

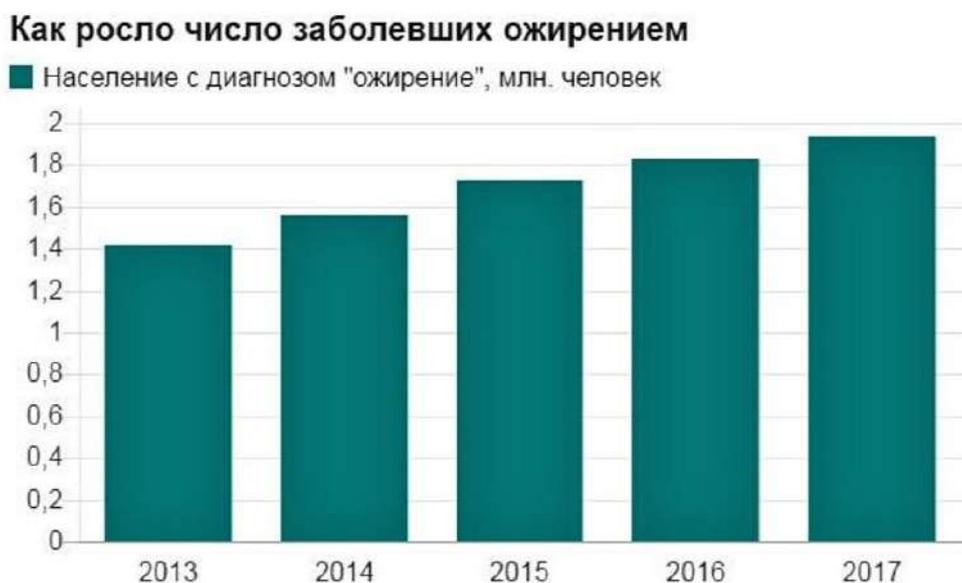


Рисунок 1. Ежегодное увеличение количества заболевших ожирением

Как правило, продуктивность в лечении ожирения спортом является продуктивным без сопутствующей регуляции питания, то есть смена рациона в сторону снижения углеводов и замена их на пищу, содержащую больше белка. Смена пищевых привычек в сторону увеличения дефицита калорий играет важную роль в лечении ожирения.

Не менее важными приемами по борьбе с лишним весом являются здоровый сон и регулярность тренировок. Здоровый сон подразумевает собой не менее 8 часов в сутки. Многие эпидемиологические исследования выявили связь короткой продолжительности (дефицита) сна с избыточной массой тела и ожирением, при этом она более отчетливо проявляется у детей, чем у взрослых. [2]

Основная польза физкультуры и спорта заключается в том, чтобы помочь людям улучшить свое физическое и психическое здоровье и укрепить волю. Физическая культура формировалась с целью физической подготовки молодого поколения к труду.[3] Физкультура, включая средства фитнеса смогут помочь в лечении ожирения.

По результатам мета-анализа (F. Cappuccio et al., 2008), включающего 30 исследований, выявлен повышенный риск развития ожирения у лиц с коротким сном (<6 часов) как у взрослых, так у детей. Для определения количественного отношения между истощают кислород в мышцах, но потребление кислорода достаточно для удовлетворения энергетических потребностей мышц и не требует получения энергии из другого источника.

С другой стороны, анаэробные упражнения (или упражнения с отягощениями, т.е., поднятие тяжестей) – это потребление кислорода, которого недостаточно для удовлетворения энергетических потребностей мышц, и мышцы должны расщеплять другие источники энергии, такие как сахар, для производства энергии и молочной кислоты.

Ожирение и избыточный вес, как известно, обусловлены чрезмерным и необычным количеством жира в организме, которое может быть вредным для здоровья, и основаны на определении этих терминов в отношении ИМТ человека: избыточный вес соответствует индексу массы тела, превышающему 25 кг/м² и ожирение соответствует индексу массы тела, превышающему или равному 30 кг/м².

Исследования по лечению ожирения среди подростков и студентов, посещающих фитнес-зал, показывают, что целенаправленные тренировки под руководством тренера повышают продуктивность лечения используя методы фитнеса, действуя на физические и гормональные показатели, тем самым уменьшая индекс массы тела.

Исследование показывает, что студенты, практикующие фитнес в своей жизни, имеют заметно меньший индекс массы тела, по сравнению с теми, кто не занимается спортом. За основу была взята выборка из 30 студентов младших курсов, 10 мужчин и 20 женщин возрастом 20 лет. (Табл. 1) [5].

Наиболее эффективный способ борьбы с лишним весом – это изменение расхода энергии, чаще всего путем физических упражнений. К одному из эффективных средств фитнеса относятся аэробные упражнения (например, бег, езда на велосипеде, гребля и т.д.).



Таблица 1. Результат исследований

Таким образом, исследование продемонстрировало, что лень и ожирение связаны в большинстве случаев, поскольку развитие ожирения обычно равно отсутствию физической активности, а уровень физической активности отражает увеличение веса [4].

Анализ исследования, проведенного в группе опрошенных студентов, занимающихся фитнесом либо же нет, показал эффективность занятий фитнесом с целью лечения ожирения, а также, что уровень физической активности отражает увеличение веса, помогает поддерживать массу тела на приемлемом уровне и повышает способность мышц окислять жир.

Список литературы

1. Ахмедовой Р.М. Ожирение у детей и подростков: распространенность, клиничко-метаболические особенности, возможности терапии и профилактики. // ФГБОУ ВО СПбГПМУ Минздрава России – 2015. – 146 с.
2. Агальцов М.В. Арутюнян.Г.Г. Драпкина О.М. Ожирение и сон: влияние дефицита сна на массу тела // ФГБУ «НМИЦ ПМ» Минздрава России, Москва – 2019 – С. 10-15.
3. Глазунова С.И., Борисова М.В., Мусохранов А.Ю. Комплексное сочетание фитнес-технологий на занятиях по физической культуре в вузе //КЕМГУ – 2022. – С. 20-25.
4. Бейтман Л.А., Сленц, Калифорния, Уиллис Л.Х., Шилдс, Пинер Л.В., Бейлс С.В., Хумард Я.А., Краус МЫ. Сравнение влияния аэробных и силовых тренировок на метаболический синдром (из исследований целенаправленного вмешательства по снижению риска с помощью определенных упражнений – STRIDE-AT // American Journal of Cardiology – 2011 – 95 с.
5. Грейс М. Ниemiро; Айсан Реване; Амит М. Альготар.Влияние упражнений и фитнеса на ожирение//. Штат Аризона – 2022. – 30 с.

TREATMENT OF OBESITY WITH FITNESS

N. Sadovikov, M. Borisova, M. Aparina, N. Kolesnikova
Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education
"Kemerovo State University", Kemerovo

Abstract: The article presents an analysis of the effectiveness of training athletes, including fitness, as a method of combating obesity, taking into account their physiological characteristics. Described tips that make fitness the most productive. The effectiveness of the treatment of obesity by means of fitness and related elements is shown.

Keywords: Fitness, weight loss, obesity, strength training, aerobic exercise, sports.

МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТХЭКВОНДИСТОВ

А.А. Салимова

*Поволжский государственный университет физической культуры,
спорта и туризма*

Аннотация. По данным анализа литературы и мнения тренеров выявляется проблема определения отношения к тактической подготовки высококвалифицированных тхэквондистов. Тренировочные установки и усиление соревновательной борьбы требуют тщательного изучения технической подготовки и методов тренировки, чтобы найти новые инструменты для улучшения их способности неуклонно увеличиваться и усиливаться

Ключевые слова: *Тактическая подготовка, высококвалифицированные тхэквондисты, методика, тхэквондо.*

В этой статье: тактические знания при выполнении приемов на месте в виде навыков. Командное тактическое мышление наряду со знанием навыков и возможностей в области стратегий в тхэквондо. Улучшенная реакция и оценка восприятия спортсменов тхэквондистов, преобразование информации для быстрого принятия решений, чтобы видеть и прогнозировать действия противника, все это характеризует успешное тактическое мышление.

Существуют виды тактической подготовки: общая подготовка и специальная подготовка. Направление общей тактической подготовки – это приобретение тактических знаний и опыта в определенном виде боевых искусств, специализированная тренировка направлена на достижение наилучших результатов в различных боях и у конкретного противника.

Боевая тактика тхэквондо – это техника использования технических средств, учитывающих индивидуальные технические, тактические, морально-волевые и физические способности в борьбе с противниками разных стилей [1].

Тактика тхэквондо показывает не только уровень его техники, физическую и психологическую готовность, но и особенности героя. Тактические навыки заключаются в умении нейтрализовать сильные стороны противника, использовать слабые стороны, а также сражаться особыми стилями. [3]. Боевое управление, искусство лидерства, заключается в разработке боевого плана и, при необходимости, изменении его в ходе боя. Умение сражаться зависит от скорости боевого мышления, скорости делового качества [2].

Цель исследования – Разработать методику совершенствование тактической подготовки высококвалифицированных тхэквондистов.

В ходе нашего исследования нами была внедрена в тренировочный процесс методика тактической подготовки тхэквондистов, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, направленная на улучшения показателей.

Таблица 3. Методика тактической подготовки тхэквондистов, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства

Недельный микроцикл	Тренировочные микроциклы				
	1,6,11,16,21	2,7,12,17,22	3,8,13,18,23	4,9,14,19,24	5,10,15,20,25
Понедельник (1 комплекс)	Соревновательный	восстановительный	Собственно- тренировочный		Подводящий
			ординарный	ударный	
Понедельник (1 комплекс)	ПМ(50%)	КМ(30%)	ПМ(50%)	КМ(80%)	СМ(80%)
Вторник (2 комплекс)	КМ(70%)	СМ(40%)	ПМ(60%)	ПМ(80%)	КМ(40%)
Среда	ИГРОВОЙ ДЕНЬ				
Четверг (2 комплекс)	СМ(90%)	ПМ(40%)	КМ(60%)	СМ(90%)	ПМ(70%)
Пятница (1 комплекс)	ПМ(80%)	СМ(50%)	СМ(70%)	ПМ(80%)	ПМ(80%)
Суббота	БОЕВАЯ ПРАКТИКА				
Недельный микроцикл	Тренировочные микроциклы				
	26,31,36,41,46	27,32,37,42,47	28,33,38,43,48	29,34,39,44,49	30,35,40,45,50
Понедельник (1 комплекс)	ПМ(50%)	КМ(30%)	ПМ(50%)	КМ(80%)	СМ(80%)
Вторник (2 комплекс)	КМ(70%)	СМ(40%)	ПМ(60%)	ПМ(80%)	КМ(40%)
Среда	ИГРОВОЙ ДЕНЬ				
Четверг (2 комплекс)	СМ(90%)	ПМ(40%)	КМ(60%)	СМ(90%)	ПМ(70%)
Пятница (1 комплекс)	ПМ(80%)	СМ(50%)	СМ(70%)	ПМ(80%)	ПМ(80%)
Суббота	БОЕВАЯ ПРАКТИКА				

Упражнения были распределены на два комплекса по категориям. Первый комплекс включал упражнения на противодействие сложной атаке, «замаскированной» под простую. Второй комплекс включал упражнения, направленные на противодействие простой атаке, «замаскированной» под сложную. Методика тактической подготовки тхэквондистов, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства рассчитывалась на 50 тренировочных микроциклов, включающих соревновательный, восстановительный, собственно-тренировочный (ординарный, ударный), подводящий.

На тренировочных занятиях экспериментальной группы использовались повторный, комбинированный и соревновательный методы выполнения упражнений, включенных в комплексы.

Интенсивность нагрузок варьировалась перед боевыми практиками и внутренними соревнованиями, для создания спадов и пиковых состояний спортсменов.

Вывод. Для того чтобы повысить качество тактической подготовки, необходимо учитывать взаимосвязь всех аспектов подготовки по тхэквондо. Основной акцент тактической подготовки был сделан на поиске способа ведения боя, при котором в подразделении обеспечивается техническая, физическая, психологическая и интеллектуальная готовность.

Список литературы

1. Афанасьева, И. А. Спортивный отбор таэквондистов с учетом их генетических особенностей тренируемости: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / И.А. Афанасьева. – СПб.: СПбГАФК, 2002. – 24 с. – Текст : непосредственный.

2. Головихин, Е. «С самого начала (путь тренера)» / У. Головихин. – Текст : электронный // Спорт : [сайт]. – 2021. – 1 апрл. – URL: https://bookz.ru/authors/evgenii-golovihin/s-samogo_806/1-s-samogo_806.html (дата обращения: 01.04.2021).

3. Мо Сунг Чой. Тхэквондо: Основы олимпийского спарринга / Мо Сунг Чой, Е.И. Глебов. – Ростов н/Д : Феникс, 2002. – 320 с

METHODOLOGY FOR IMPROVING TACTICAL TRAINING OF HIGHLY QUALIFIED TAEKWONDISTS

A.A. Salimova

*Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education
"Volga State University" physical culture, sports and tourism*

Abstract. The article considers one of the problems associated with the training of highly qualified taekwondo athletes. According to the analysis of literature and the opinions of coaches, the problem of determining the attitude to the tactical training of highly qualified taekwondo practitioners is revealed.

Keywords. Tactical training, highly skilled taekwondo fighters, technique, taekwondo.

ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ РАЗВИТИЯ КАНЬОННОГО ВИДА ТУРИЗМА В АЗЕРБАЙДЖАНЕ

Т. Салифов

Азербайджанский Университет Кооперации

Аннотация. В индустрии туризма существует множество отраслей, сильно отличающиеся друг от друга. Туризм каньона, самый новый и молодой, привлекает внимание своим величием, привлекательностью и очарованием. Специалистов по каньонному туризму в Азербайджане практически не существует. Это статья является пионером в этом новом виде туризма в Азербайджане. Она на наш взгляд, может способствовать поступательному развитию перспективных проектов индустрии туризма Азербайджана.

Ключевые слова: туризм, рекреационные ресурсы, виды туризма, альпинизм, каньонный туризм, экотуризм.

В туристической индустрии существуют десятки видов туризма. В связи с гористой местностью развиваются альпинизм, событийно-опасный туризм и др. При этом, с пространственной точки зрения, есть такие территории, где в

настоящее время несколько видов туризма развиваются стихийно-естественно. Как например, на территории административного района Цалга (Заля Бармагсыз), который находится на территории соседней Республики Грузия, на расстоянии 80 км от Тбилиси, и 87 км от города Марнеули, который является самым густонаселенным азербайджанцами, городом. Территория под именем Цалга, расположена в 350-400 км от принадлежащих Грузии комплексных туристско-рекреационных и санаторно-курортных предприятий на побережье Черного моря.

Туристическая зона отдыха Цалга используется местными жителями и жителями соседних районов около 5 лет. Слухи об этом виде туризма в живописном «каньоне» (узком с крутым спуском) известны не только во всей Грузии, но и в некоторых соседних странах.

Когда в июле-августе мы побывали на Черном море, и на так называемой каньонно-туристической территории Грузии «Цалга», нас поразили ознакомлены разнообразие экотуризма и туристических рекреационных ресурсов, чисто диких факторов туризма, природных условий и климата. Наряду с рельефом впечатлила также экзотичность и климатическая комфортность ландшафта на высоте 1350-1800 м над уровнем моря.

Известно, что природные условия Азербайджана и Грузии естественно имеют определенное сходство. За исключением относительных климатических различий, здесь похожи рельеф и ландшафтные ресурсы. С этой точки зрения привлекает внимание наличие многих каньонов различных типов и форм речных долин на Большом Кавказе, как на территории Грузии, так и в Азербайджане.

Каньоны, расположенные на территории Азербайджана, привлекают внимание своей природой, разнообразием и эстетическими достоинствами. Здесь, под влиянием гидрологических и тектонических факторов, некоторые реки, текущие со склонов Большого и Малого Кавказа, прорываясь сквозь скальные массивы, образовали узкие каньоны с отвесными склонами и уникальной красотой. Эти каньоны включены в геологическое наследие Азербайджана, их можно оценивать, как разновидность каньонного туризма, развитие которого целесообразно и необходимо.

Природное разнообразие каньонов привлекает туристов своим эстетическим комфортом. Здесь среда, характеризующаяся наличием природных и антропогенных ландшафтов и живописных памятников природы, основана на адаптации различных форм ландшафта, образованного естественным горными и речными долинами.

Туристические ресурсы прибрежных низменностей Каспийского моря включают наличие абразионных форм рельефа, прибрежных лесов и луговых ландшафтов, прекрасных песчаных пляжей, сезонной температуры морской воды, фауны водоемов, богатой флоры и климатического комфорта. К основным компонентам горных экосистем относятся природные памятники, экзотические ландшафты, леса и луга.

По словам члена-корреспондента НАНА Т. Кенгерли, в настоящее время на территории Азербайджана насчитывается 7-8 знаменитых каньонов. Восстановление здоровья людей, с точки зрения отдыха, кемпинга и туризма в этих каньонах, началось с середины XX века. Несомненно, на территории Азербайджана расположено больше каньонов. Однако, с точки зрения туризма, больше внимание привлекают каньоны, которые уже исследованы и оценены.

Исследования, проведенные Т. Кенгерли и отдельно нами показали, что эти каньоны в определенной степени отличаются друг от друга своей привлекательностью, природным ландшафтом и разнообразием. Ниже описаны основные особенности некоторых из них.

Каньон Тэнгеалты -это памятник природы, созданный рекой Валвала, которая пересекает старые известняки мальм-неокоа, и образующие Боковой хребет на северо-востоке Азербайджана. Ширина ущелья составляет 50 м, длина 500 метров, а высота покрытых лесом отвесных стен достигает более 1500 метров. Каньон, соединяющий многочисленные горные деревни в бассейне Валвалачая с Прикаспийской низменностью и служащий единственным здесь проходом, всегда имел стратегическое значение.

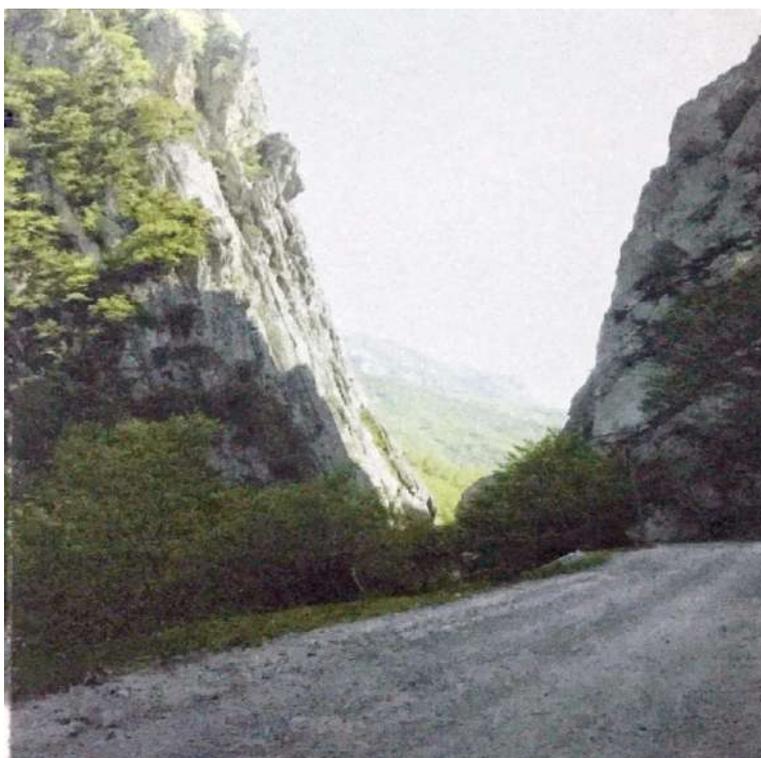


Рис. 1. Каньон Тэнгеалты

Гудиалчайский каньон расположен на северо-восточном склоне Большого Кавказа, в среднем течении одноименной реки. Здесь каньон образует глубокое ущелье с крутыми склонами высотой более 1000 метров. Массив Гызылгая, расколотый каньоном, сложен разноцветными мраморными известняками неокомского типа, которые придают этому уголку природы Юго-Восточного Кавказа неповторимый колорит. Первая часть двухчастного каньона, Грыздахна, начинается от экзотической скалы Минарет и тянется более чем на 660

8-10 км в юго-восточном направлении, там, где его правый приток встречается с Агчаем. В этом районе дорога из Губы в Хыналыг проходит по дну каньона, склоны покрыты густым лесом, а посередине находится широкая кольцевая яма Грыздахна, с которой открывается прекрасная панорама на альпийские луга.

Верхняя Грызская часть каньона соответствует узкой части реки, протекающей между крутыми склонами известнякового массива Гызылгая, которая сумела сохранить свою первозданную красоту и величие, так как практически не подвержена антропогенным воздействиям.



Рис. 2. Каньон Гудиалчай. Грызская часть

Карачайский каньон расположен в 30 км-х к юго-востоку от Гудиалчайского каньона, и которого он отстает по размерам, сохраняя свои первоначальные природные черты в виде небольшого острова. В этом каньоне наблюдается выходы мраморных известняков.

Каньон тянется на 7 км, пересекая узкую часть переднего хребта Джарака-Джангазур и образуя изогнутую форму. В самой узкой части каньона находятся руины средневековой крепости, которая в прошлом охраняла проход, ведущий к горным деревням и перевалам Северо-Восточного Кавказа.



Рис. 3. Каньон Карачай. Панорама. Вход в каньон со стороны Прикаспийской низменности



Рис. 4. Каньон Карачай. Панорама. Вид с юга

Каньон Гирдыманчай расположен на южном склоне Юго-Восточного Кавказа, в среднем течении одноименной реки, где он пересекает хребет Ниялдаг между селами Лахидж-Намазгях. Каньон длиной 5 км пересекает северное крыло среднемеловой синклинали Намазгях, сложенный, туф песчаниками и туфовыми конгломератами. Одним из главных достоинств каньона является его роль естественной преграды, защищавшей село Лагидж от врага в XIX-XX веках.

На крутом северном склоне ущелья осталась лишь труднопроходимая тропа (ее следы видны до сих пор), которая строго охранялась вместе с входом в каньон. Эта ситуация изменилась только в начале XX века, когда с помощью взрыва на крутом южном склоне каньона проложить путь для конных экипажей, а затем и для автомобильного транспорта. В результате обнажился узкий карниз, который считается уникальным памятником дорожного строительства в Азербайджане. Эти территории начали привлекать отечественных туристов и посетителей в 60-70-х годах XX века. В настоящее время в результате проведенных работ по благоустройству и созданию дорожно-транспортной инфраструктуры он по-прежнему не привлекает иностранных туристов.



Рис. 5. Каньон Гирдиманчай

Зангичайский (Джулян) каньон расположен чуть ниже каньона Гирдиманчай, местами представляя глубокое (400-500 м) изрезанное ущелье. Он пересекает южное крыло синклинория Намазгах с севера на юг, на севере вбирая в себя все воды круглой впадины Мудру, которая уникальна своей красотой. Пока этот каньон обделен вниманием туристических работников, специалистов и проезжающих туристов.

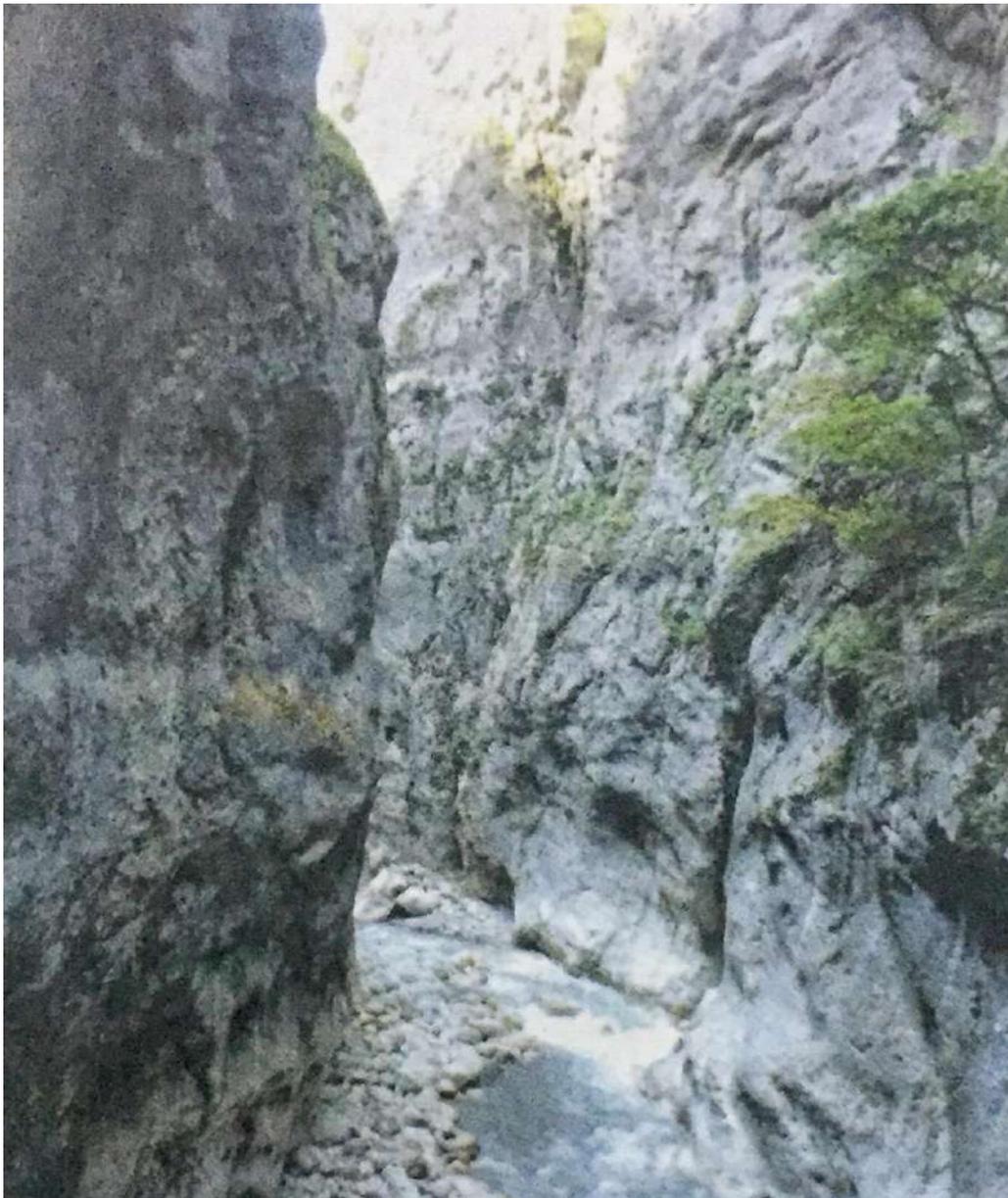


Рис. 6. Каньон Зангичай

Гаргарчайский каньон образовался на восточном склоне Малого Кавказа в ущелье одноименной реки. В настоящее время он является одним из многочисленных геолого-геоморфологических и гидрологических объектов Азербайджана. Каньон, расположенный в среднем течении одноименной реки, тянется с юго-востока на северо-запад, а над ним возвышается Шушинское плато, состоящее из верхнеюрских известняков Гарабахского хребта. Его длина более 5 км. Потенциал ресурсов экотуризма в этих областях очень широк. К сожалению, этот район находился под армянской оккупацией около 30 лет. 10 ноября 2020 года он был освобожден нашей доблестной армией.

Следует отметить, что наряду с упомянутыми каньонами в горных и речных долинах, на территории Нахчыванской АР также имеются каньоны. Изучая каньоны на территории Республики, с физико-географической, геолого-геоморфологической и гидрологической точек зрения, можно получить очень

подробные материалы в общем об азербайджанских каньонах и туризме, о природных объектах и памятниках наследия, которые являются источником визуального осмотра для людей, посещающих нашу страну. Они смогут кратко знакомиться с историей, географией, рельефом и климатом нашей страны. Ученые и соответствующие специалисты должны разработать конкретные маршруты для каньонного туризма, внесут его в республиканский туристический каталог, что заложит основу для развития этого вида туризма. В ближайшем будущем этот вид туризма может занять свое достойное место в развитии Азербайджана.

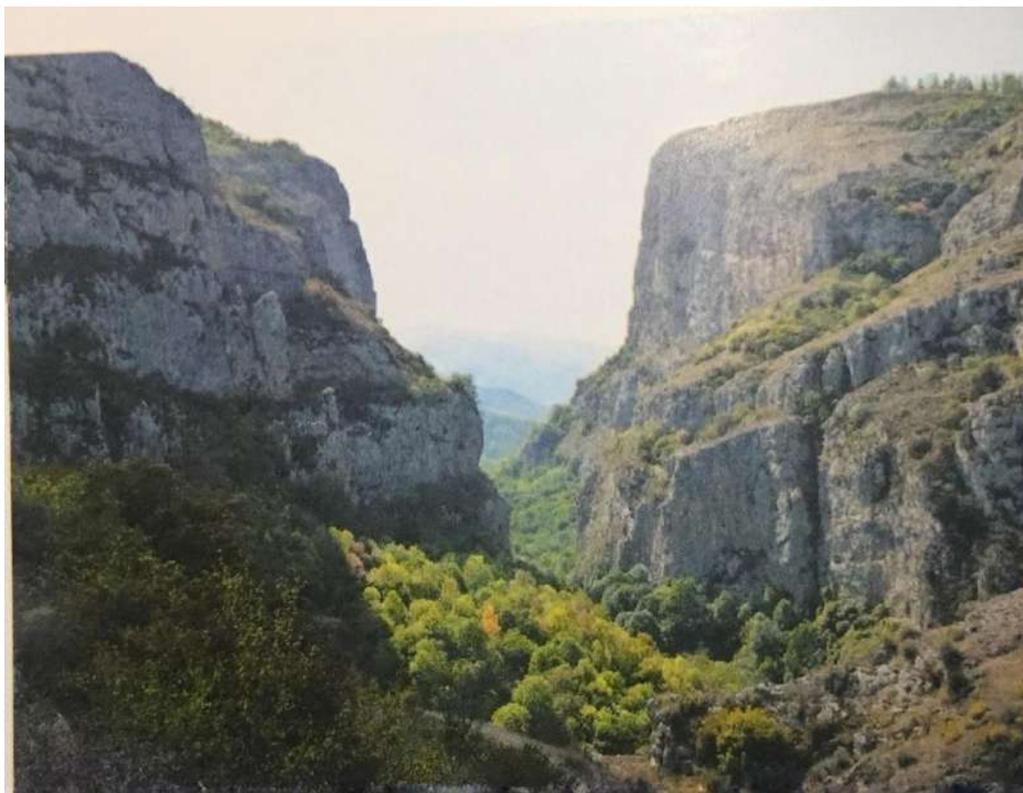


Рис. 7. Каньон Гаргарчай

Известно, что иностранных и отечественных туристов однозначно интересуют географическое положение нашей страны, ее долины, каньоны и овраги, сложенные пластами ценных горных пород. Сложные физико-географические особенности местности еще больше увеличивают привлекательность этих мест для туристов.

Следовательно, для развития каньонного туризма на территории нашей страны должна быть организована базовая инфраструктура для чего в республике необходимо провести соответствующую комплексную работу, включая и просветительскую деятельность среди населения в этих областях. Развитие многих видов туризма в регионах, помимо получения подробных научных знаний, может привести к получению фундаментальных работ в области перспективного планирования туристических зон в нашей стране.

Список литературы

1. Kəngərli T.N., Babayev Ş.A. (2013). Azərbaycan Respublikasının geoloji irsi. Bakı, səh. 31-38. 148s.
2. Салманов А. А (1987). Курортно-туристические ресурсы. Природно ресурсный потенциал Большого Кавказа. Баку Элм. с. 117-118.с.178.
3. Климат Азербайджана (под редакцией Э. М.Щихлинского и А.А.Мадатзаде.(1968). Баку.с. 180-181.с.334.
4. Кашкай М.А. (1952). Минеральные Источники Азербайджана Баку.с. 51-56. 73-74,с.537.
5. Paşayev N.Ə., Ağakışiyev G.R.(2014).Təbii fəlakətlərin Azərbaycan Respublikasının turizm təsərrüfatının ərazi təşkilinə təsiri. “Azərbaycan Hava Yolları “ QSC. Milli Aviasiya Akademiyasının Elmi Məcmuələr jurnalı. XV1 Cild. 2(1). Bakı,səh. 84- 90.
6. Nəbiyev H.L. (2006). Böyük Qafqazın cənub yamacında sellərin statistik təhlili və onların yaranmasının sinoptik-iqlim şəraiti. Azərbaycan Coğrafiya Cəmiyyəti. 10 (1). Bakı. səh.538-542.
7. Paşayev N.Ə. (2003) Dağlıq ərazilərdə təbii fəlakətlərin məskunlaşmaya və təsərrüfatın ərazi təşkilinə təsirinin öyrənilməsinin metodoloji və praktik əhəmiyyəti. Azərbaycan Coğrafiya Cəmiyyəti. 8 (1). Bakı. səh.153-159.
8. Museyibov M. A. (1998) Azərbaycanın fiziki coğrafiyası. Bakı, Maarif, səh.76-92 s.
9. Azərbaycanda Kanyon Turizm növünün inkişaf etdirilməsinin məqsədüuyğunluğu. (2020). Beynəlxalq jurnal. 9 (1). səh. 32-38.
10. Məmmədov Q.Ş. (2012). Azərbaycan Ekoturizm potensialı. II Cild. Bakı.”Şərq-Qərb” nəşri. səh.142-205. 420 s.
11. Bilalov B.Ə., Güləliyev C.C.(2015). Turizmin əsasları. Bakı “ QHT Nəşriyyatı” səh.366-389,432-436.496 s.
12. Manuel Ramon Gonzalez Herreraa,Vinod Sasidharand, Julian Alberto Alvarez Hernandez, Luis Daniel Azpeitia Hernandez , Luis Daniel Azpeitia Herreraa. (2018). Quality and sustainability of tourism development in Copper Canyon, Mexico: Perceptions of community stakeholders and visitors. *Tourism Management Perspectives*. file:///D:/T=U=R-AL/ Dissertasiya % 20 % C% 9% Fi/ Canyon % 20 Tourism % 20 M% 20 Glez % 202018. pdf. 27(1), pp. 91-103.
13. Ni Wayan Rena Mariani və Firlie Lanovia Amir.(2016). Role of Sosial Media in the Promotion of “Hidden Canyon” Tourism Object. *Advances in Economics, Business and Management Research*. 1st International Conference on Tourism Gastronomy and Tourist Destination (1CTGTD). 28(1). pp.152-155.
14. Canan Tanrisever, Bilgin Ünal İbret, Duran Aydınözü, Emin Cansiz. (2016). Geomorphologic Features And Tourism Potensial OF The Valla CanyonKastamonu (Turkey). *Karadeniz Araştırmaları*. 50(2), 191-202.

15. Raziye Çakıcıoğlu Oban və Hediye Arzu Gökçe Gündüzoğlu. (2017). The perception of lokal people about the toirism potensial in Ulubey canyon (Usak province). Journal of Human Sciences. 14 (2), pp. 2078-2089.
16. Naxçıvan abidələri ensiklopediyası.(2080). Naxçıvan, səh.68,82-85,476-477. 521 s.
17. Elnarə İsmayılova. (2017). Tarixi və Mədəni Turizm. Bakı, səh. 175-186, 248-263,496 s.
18. Doç.Dr.Kemal Güven Gülen, Selma Demirci. “Turkiyede sağlık turizm sektoru”. № 39, İstanbul 2012.
19. Драчева Елена. Специальные виды туризма. Лечебный туризм. КноРус. 2010.

FEASIBILITY OF THE DEVELOPMENT OF CANYON TOURISM IN AZERBAIJAN

T. Salifov

Azerbaijan University of Cooperation

Abstract. There are so many completely different tourism types in the industry. The newest and most recent type is the canyon tourism which draws attention in terms of its majesty, attractiveness and charm. There are roughly no specialists who work in the Canyon Tourism field of Azerbaijan. M.O.Sadigov this article can be called as an initial step for Azerbaijan alongside its priority. In our opinion these steps will help to elevate prospect project of Azerbaijan Tourism Industry to the top.

Keywords: tourism, recreation resources, types of tourism, mountaineering, canyon tourism, ecotourism.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ КРИТЕРИЕВ К ПРИРОДНЫМ ОБЪЕКТАМ ДЛЯ КЛАССИФИКАЦИИ СЛОЖНОСТИ МАРШРУТОВ ТУРА ВЫХОДНОГО ДНЯ (НА ПРИМЕРЕ НАЦИОНАЛЬНОГО ПАРКА «ТАГАНАЙ»)

Е.С. Салтыкова, О.В. Котлярова

Южно-Уральский государственный университет

(национальный исследовательский университет)

Аннотация. Для комфортного прохождения туров выходного дня необходимо заранее оценить свои силы и возможности. Для этого нами была разработана классификация уровней сложности маршрута, применена к территории, исследуемой в рамках данной статьи и составлен рейтинг природных объектов по доступности и степени сложности маршрута от самого лёгкого к самому сложному. Такая классификация поможет заранее определить для кого подходит такой маршрут и поможет минимизировать случаи, когда тур не мог состояться из-за невозможности его прохождения участником или участниками тура.

Ключевые слова: рекреационный туризм, классификация сложности маршрута, активный туризм, тур выходного дня, Таганай, национальный парк.

Челябинская область обладает достаточным количеством ресурсов для осуществления различных видов рекреационной деятельности, в том числе и для развития активного туризма. В данной статье мы проводим оценку природных объектов территории как объекта развития активных видов туризма на примере национального парка «Таганай». Для массового развития активного туризма важно определить и оценить возможности территории, которые можно использовать для проведения туров выходного дня. В рамках данной статьи определим, что тур выходного дня (далее ТВД) – это поход, который является рекреационной деятельностью в виде активного туризма, направлен на ознакомление жителей и гостей области с достопримечательностями определенной территории в сопровождении инструктора-проводника и по продолжительности занимает один световой день.

Природный национальный парк «Таганай» рассматривается в качестве объекта для рекреации и развития активных видов туризма так как обладает всеми необходимыми ресурсами для данного направления. Парк находится в горнозаводском районе Челябинской области, в г. Златоуст, который является центром этого района. Создан парк в 1991 году. Площадь парка – 568,43 кв. км (56, 8 тыс. га) территории, что составляет 0,0033% от общей площади территории России.

Территория Национального парка «Таганай» расположена в горно-лесной зоне Челябинской области, в 130 км от областного центра и примыкает к границе Европы с Азией.

Таганайский горный массив, носит статус одного из наиболее живописных уголков Урала. Здесь самой природой был создан уникальная смесь, состоящая из горных рек, причудливых каменных останцев, удивительных каменных рек, подгольцового редколесья, горной тундры, реликтовых лесов и старинных минеральных копей. К тому же это место овеяно множеством сказаний и легенд.

Основной составляющей национального парка для рекреации и туризма являются природные объекты. Наиболее часто посещаемые природные объекты перечислены ниже:

1. Откликной гребень – вторая вершина хр. Большой Таганай. Находится в 16 км к ССВ от Златоуста. Высота 1155 м.

2. Черная скала – одна из северных вершин Назминского хребта. Расположена в 12 км к северу от Златоуста и в 4,4 км к западу от Двуглавой сопки. Высота 853 м.

3. Группа скал-останцев «Три брата» – группа скал-останцев, находящихся в Большом логу – широкой заболоченной межгорной долине между Круглицей и Дальним Таганаем на высоте 750-780 м.

4. Долина сказок – седловина между Откликным Гребнем и Круглицей (хр. Большой Таганай).

5. Майские поляны – майские поляны расположены у Северной оконечности Откликного гребня. Популярное место отдыха туристов.

6. Большая Каменная Река – наиболее крупная россыпь, находится между хребтами Большой и Средний Таганай и тянется с ССВ на ЮЮЗ на протяжении 5-6 км, достигая в ширину от 20 до 250 и 700 м.

7. Тешин язык – смотровая площадка на Нижней тропе. В 3 км от г. Златоуста.

8. г. Юрма – самый северный хребет западной цепи хребтов Урала.

9. Дальний Таганай – самая северная и наиболее обширная по площади вершина хребта Б. Таганай. Находится в 26 км к ССВ от Златоуста. Высота 1146 м.

10. Ицыл – южная оконечность одноименного хребта, в 26 км к СВ от Златоуста. Высота 1068 м.

11. Круглица (1178 м) – центральная вершина хребта Большой Таганай, наивысшая точка (1178 м) всего Таганайского горного массива.

12. Митькины скалы – митькины скалы представляют собой скальную гряду между Двуглавой сопкой и Откликным гребнем. Высота останцев около 1020 м.

13. Двуглавая сопка Бараньи лбы (северная вершина) – северная вершина Двуглавой сопки достигает высоты 1041 м и представляет собой дугообразный гребень, вытянутый в юго-восточном направлении.

14. Двуглавая сопка Перья – самая южная вершина хребта Большой Таганай. Находится в 13 км к ССВ от Златоуста. Ее высота 1034 м.

15. Скалодром – крупная скала-останец на юго-западном склоне Двуглавой сопки в 500 м к ЮЮЗ от южной вершины сопки.

16. Монблан – расположена на водораздельном перешейке, соединяющем хребты Малый и Средний Таганай. Находится в 15,5 км к СВ от центра Златоуста. Высота 1025 м.

17. Средний Таганай – самый короткий хребет (2,5 км) в системе Таганайского горного узла, срединной параллелью приютившийся между Малым и Большим Таганаем.

18. Семибратка – группа скалистых останцев. Расположены в пределах Уральского хребта в километре к северу от железнодорожной станции Уржумка.

Помимо природных объектов в национальном парке существует несколько маршрутов для осуществления рекреационной деятельности, которые включают в себя основные тропы: верхняя тропа, нижняя тропа и экологическая тропа «Здесь Европа встречается с Азией» и старые или малоизвестные тропы: среднемалотаганайская или тропа через «Монблан», Карабашская тропа, Ицильская тропа, Миасская тропа, Ахтенско-Шумгинская тропа, Магнитская тропа и Уральская тропа. Старые или малоизвестные тропы неотмаркированы или частично отмаркированы, тогда как основные тропы имеют маркировку на протяжении всего маршрута.

К средствам и условиям осуществления рекреации и туризма относятся приюты, палаточные стоянки и пикниковые точки, расположенные на основных тропях и маршрутах, визит-центры, сувенирный магазин, организованные

экскурсии и туры, организацию доставки грузов на приюты транспортом парка, работа по направлению экологического воспитания и просвещения (различные акции, волонтерская деятельность) и работа с информационным полем (поддержка и развитие сайта национального парка, социальные сети и т.д.).

Прежде чем сформировать и предложить маршрут необходимо определить критерии к природным объектам, до которых будет следовать предложенный маршрут. Выбранные критерии должны удовлетворять благоприятным условиям для прохождения маршрута и подходить для большинства туристов, которые захотят воспользоваться данным предложением и принять участие в походе выходного дня. Данные для таблицы (длина маршрута и перепад высот) были взяты из OpenStreetMap (табл. 1).

Таблица 1. Критерии к природным объектам для формирования маршрута для ТВД

Природный объект	Общая длина маршрута до объекта и обратно	Перепад высот на маршруте, м	Наличие тропы к объекту	Наличие санитарных зон на маршруте	Подходит для ТВД (в соответствии с классификацией сложности ТВД)
Откликной гребень	23,2	601	Есть, маркированная	Есть	1
Черная скала	1,8	70	Есть, маркированная	Есть	3
Группа скал-останцев «Три брата»	45	503	Есть, частично маркированная	Есть	0
Долина сказок	26,4	642	Есть, маркированная	Есть	0
Майские поляны	22,2	582	Есть, маркированная	Есть	1
Большая Каменная Река	10,6	99	Есть, маркированная	Есть	3
Тещин язык	5	32	Есть, маркированная	Есть	3
г. Юрма	20,8	679	Есть, частично маркированная	Нет	1
Дальний Таганай	50,2	804	Есть, маркированная	Есть	0
Ицыл	49,8	765	Есть, маркированная	Нет	0
Круглица	28,2	772	Есть, маркированная	Есть	0
Митькины скалы	20,6	560	Есть, маркированная	Есть	1
Двуглавая сопка (Бараньи лбы)	18,6	574	Есть, маркированная	Есть	1

Двуглавая сопка (Перья)	13,8	575	Есть, маркированная	Есть	2
Скалодром	13	400	Есть, маркированная	Есть	2
Монблан	26	550	Есть, частично маркированная	Есть	0
Средний Таганай	18,6	488	Есть, частично маркированная	Есть	1
Семибратка	4	44	Есть, маркированная	Есть	3

Соответствие природного объекта как объекта для посещения в рамках тура выходного дня определялось по нескольким параметрам. К сожалению, до сих пор не установлена классификация уровней сложности маршрута для маршрутов, проводимых в рамках туров выходного дня. Такая классификация существует только для более сложных, многодневных категорированных походов. Изучив всевозможные источники, мы взяли за основу классификацию сложности маршрута с сайта туристического клуба Russia-экстрим [3] и скорректировали в соответствии с исследуемой территорией и личным опытом:

Лёгкий (3 балла) – общая длина маршрута до объекта и обратно (или до трансфера, если планируется маршрут линейного типа) до 10 км. включительно, средний перепад высот, как правило, достигает до 250 метров, тропа есть и промаркирована. Для таких маршрутов не потребуется физическая подготовка, отлично подходит для похода с детьми.

Умеренный (2 балла) – общая длина маршрута до объекта и обратно (или до трансфера, если планируется маршрут линейного типа) до 15 км. включительно, средний перепад высот, как правило, достигает до 500 метров, тропа есть и промаркирована. Для таких маршрутов не потребуется специальная физическая подготовка, допускается идти в поход с детьми.

Средний (1 балл) – общая длина маршрута до объекта и обратно до 25 км. включительно и средний перепад высот не превышает 600 м, тропа есть, маркирована или частично маркирована. Для таких маршрутов может потребоваться физическая подготовка.

Сложный (0 баллов) – общая длина маршрута до объекта и обратно более 25 км. и средний перепад высот может превышать 600м, тропа отсутствует, либо есть, но маркирована частично. Для таких маршрутов потребуется хорошая физическая подготовка, рекомендуется разделить поход на несколько дней.

Начало тропы берётся от того места, до которого можно доехать на любом транспортном средстве. А наличие санитарных зон на маршруте делают поход более комфортным и экологичным.

Исходя из данных, приведенных в таблице 1, мы составили рейтинг природных объектов по доступности и степени сложности маршрута от самого лёгкого к самому сложному (табл. 2).

Таблица 2. Рейтинг природных объектов по доступности и степени сложности маршрута

Позиция в рейтинге	Природный объект	Общая длина маршрута до объекта и обратно	Подходит для ТВД (в соответствии с классификацией сложности ТВД)
1	Черная скала	1,8	3
2	Семибратка	4	3
3	Тёщин язык	5	3
4	Большая Каменная Река	10,6	3
5	Скалодром	13	2
6	Двуглавая сопка (Перья)	13,8	2
7	Двуглавая сопка (Бараньи лбы)	18,6	1
8	Средний Таганай	18,6	1
9	Митькины скалы	20,6	1
10	г. Юрма	20,8	1
11	Майские поляны	22,2	1
12	Откликной гребень	23,2	1
13	Монблан	26	0
14	Долина сказок	26,4	0
15	Круглица	28,2	0
16	Группа скал-останцев «Три брата»	45	0
17	Ицыл	49,8	0
18	Дальний Таганай	50,2	0

Таким образом маршруты до Черной скалы, Семибратка, Тёщин язык и Большая каменная река – считаются наиболее лёгкими, для таких маршрутов не требуется физическая подготовка и рекомендуются для походов с детьми в том числе.

Умеренными по своей сложности считаются маршруты до Скалодрома и Двуглавой сопки (Перья). Двуглавая сопка (Бараньи лбы), Средний Таганай, Митькины скалы, Юрма, Откликной гребень и Майские поляны имеют сложность среднюю и уже требует усилий для комфортного прохождения маршрута в течение одного дня. Для остальных природных объектов рекомендуется либо разделять поход на несколько дней, либо иметь хорошую физическую подготовку.

Список литературы

1. Национальный парк «Таганай»: сайт – URL: <https://www.taganay.org> (дата обращения 19.10.2022). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.

2. Саранча, М. А. Методологические проблемы интегральной оценки туристско-рекреационного потенциала территории / М. А. Саранча. – Текст: непосредственный // Вестник Удмуртского университета. Серия Биология. Науки о Земле. – 2011. – № 1. – С. 118–127.

3. Туристический клуб «Russia-экстрим»: сайт – URL: <https://hqdrussia.ru/snaryazhenie/kategorii-slozhnosti-gornyh-pohodov.html> (дата обращения 20.10.2022). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.

**DETERMINATION OF CRITERIA FOR NATURAL OBJECTS
TO CLASSIFY THE COMPLEXITY OF WEEKEND TOUR ROUTES
(USING THE EXAMPLE OF THE TAGANAY NATIONAL PARK)**

E. Saltykova, O. Kotlyarova

South Ural State University (national research university)

Abstract. For a comfortable passage of weekend tours, it is necessary to assess your strength and capabilities in advance. To do this, we have developed a classification of the levels of complexity of the route, applied to the territory studied in this article and compiled a rating of natural objects according to the accessibility and degree of complexity of the route from the easiest to the most difficult. Such classification will help to determine in advance for whom such a route is suitable and will help to minimize the cases when the tour could not take place due to the impossibility of its passage by the participant or participants of the tour.

Keywords: recreational tourism, classification of route complexity, active tourism, weekend tour, Taganay, national park.

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО
СПОРТА, НА ПРИМЕРЕ ВИДА СПОРТА – ВОЛЕЙБОЛ**

П.А. Самойленко

*Поволжский Государственный университет физической культуры,
спорта и туризма*

Аннотация. В статье приведены проблемы развития детско-юношеского спорта, на примере волейбола. Рассмотрена динамика занимающихся данным видом спорта. Предложены рекомендации, которые можно использовать для решения актуальных проблем развития детско-юношеского волейбола.

Ключевые слова: детско-юношеский спорт; волейбол; проблемы развития спорта.

Введение. Волейбол – один из самых популярных видов спорта во всем мире. В него играют как взрослые, так и дети. Ни один раз мужской Сборной России по волейболу выпадала честь быть в тройке лидеров на летних Олимпийских играх. Однако в последнее время наблюдается уменьшение количества занимающийся в спортивных школах по волейболу. Это свидетельствует об актуальности изучения данной темы для выявления проблем развития детско-юношеского спорта и определения возможных путей их решения.

Объект исследования: проблемы детско-юношеского спорта.

Задачи исследования:

1. Проанализировать развитие детско-юношеского волейбола на территории России.

2. Выявить актуальные проблемы развития детско-юношеского волейбола.

3. Разработать возможные решения выявленных проблем.

Методы исследования: анализ научно-методической и специальной литературы по теме исследования, анализ интернет источников по теме исследования, анкетирование, теоретический анализ и обобщение.

Результаты исследования и их обсуждение. Согласно Федеральному закону №329-ФЗ “О физической культуре и спорте в Российской Федерации” детско-юношеский спорт – часть спорта, направленная на спортивную подготовку несовершеннолетних граждан в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, а также на участие таких граждан в спортивных соревнованиях, в которых спортсмены, не достигшие возраста восемнадцати лет или иного возраста, указанного в этих целях в федеральных стандартах спортивной подготовки, являются основными участниками [3]. Волейбол – это игровой вид спорта, в котором на площадке, разделенной сеткой, соревнуются 2 команды с целью перебросить мяч на сторону соперника и забить его.

Одним из самых главных показателей развития детско-юношеского волейбола на территории России является количество занимающихся в спортивных школах по волейболу. Ведь именно они составляют высококвалифицированный спортивный резерв сборных команд России по волейболу. С 2018-го по 2020-ый гг. наблюдается сокращение числа занимающихся в спортивных школах по волейболу (см. табл.1) [1]:

Таблица 1. Динамика численности занимающихся волейболом 2018-2020

Год	Вид олимпийской программы	Всего
	Волейбол	
2018	230775	230775
2020	223400	223400
2018-2020	-7375	-7375

Из таблицы 1 видно, что за два года произошло снижение числа спортсменов, занимающихся волейболом на 7375 человек, что составляет приблизительно 3,3% от общего числа занимающихся волейболом в 2020 году.

Исходя из вышеполученных результатов, мной было проведено анкетирование среди студентов-будущих тренеров Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, тренеров, спортсменов по волейболу и болельщиков этого вида спорта с целью выявления возможных проблем падения количества волейболистов в детско-юношеском спорте и путей их решения. Основные анкетные вопросы и ответы на них представлены в таблице 2 (см.табл. 2):

Таблица 2. Проблемы развития детско-юношеского волейбола на территории России

Вопрос	Ответ на вопрос
Как Вы думаете на каком уровне развития находится волейбол в РФ?	44,4% – средний уровень; 33,3% – низкий уровень; 22,2% – высокий уровень.
С 2018 по 2020 гг. произошел спад занимающихся волейболом в спортивных школах. Как Вы думаете, с чем это связано?	1. Непопулярность волейбола в РФ 2. Некомпетентность тренеров 3. Среднее освещение волейбола по телевидению, в СМИ 4. Отсутствие финансирования спортивных школ
Какие на Ваш взгляд существуют проблемы развития детско-юношеского спорта?	1. Отсутствие интереса к занятиям волейболом у детей 2. Недостаточное финансирование спортивных школ 3. Плохая материально-техническая база для занятий по волейболу 4. Отсутствие или нехватка высококвалифицированных тренеров
Предложите пути решения вышеупомянутых Вами проблем	1. Увеличение финансирования волейбола 2. Повышение квалификации тренеров 3. Обновление материально-технической базы 4. Развитие “дворового” волейбола

Выводы. В ходе исследования были выявлены актуальные проблемы развития детско-юношеского волейбола такие как: отсутствие интереса к занятиям волейболом у детей, недостаточное финансирование данного вида спорта, устаревшая материально-техническая база и нехватка высококвалифицированных специалистов по волейболу – тренеров. В Программе развития волейбола в Российской Федерации до 2024 года выделяется такая проблема как завоевание передовых позиций в мировом спорте [2].

Исходя из полученных данных, нами разработаны возможные решения вышеперечисленных проблем:

1. Обновить материально-техническую базу для занятий волейболом.
2. Чаше проводить повышение квалификации тренеров.
3. Привлечь как можно больше спонсоров, чтобы увеличить уровень финансирования детско-юношеского волейбола.
4. Увеличить трансляцию матчей по волейболу на телевидении.
5. Развивать “дворовый” волейбол.

Список литературы

1. Всероссийская федерация волейбола [Электронный ресурс] / Отчет о деятельности Всероссийской федерации волейбола. URL: <https://volley.ru/documents/1676/p1/4117/>. (дата обращения 27.10.2022).

2. Всероссийская федерация волейбола [Электронный ресурс] / Программа развития волейбола в Российской Федерации до 2024 года. URL: <https://volley.ru/pages/1970/>. (дата обращения 27.10.2022).

3. Консультант плюс [Электронный ресурс] / Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 30.12.2020) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации". URL: <http://www.consultant.ru/>. (дата обращения 27. 10. 2022).

ACTUAL PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF CHILDREN'S AND YOUTH SPORTS, BY EXAMPLE TYPE OF SPORT – VOLLEYBALL

P. Samoylenko

Volga Region State University of Physical Culture, Sport and Tourism

Abstract. The article presents problems of development of children's and youth sports, on the example of volleyball. The dynamics of those engaged in this sport is considered. Recommendations are proposed that can be used to solve urgent problems of the development of youth volleyball.

Keywords: youth sports; volleyball; problems of sports development.

ГОСТИНИЧНЫЙ БИЗНЕС В ПЕРИОД ДО И ПОСЛЕ ПАНДЕМИИ

Н.А. Самойлова

Московский государственный университет пищевых производств

Аннотация. В данной статье рассмотрен гостиничный сектор кратко до пандемии, как он активно развивался и из года в год был виден рост. Более емко рассмотрено время пандемии COVID-19, как гостиничный бизнес себя чувствовал в это время, какие поддерживающие программы были выпущены от государства, какие появились новые тенденции в развитии данного сектора. И рассмотрено время после снятия всех ограничений коронавируса, как гостиничный бизнес столкнулся с большим спросом на услуги, а потребители соответственно столкнулись с маленьким предложением и несоответствием цены и качества за услугу.

Ключевые слова: COVID-19, пандемия, гостиничный бизнес, ограничения, перспективы развития, кешбэк, тенденции.

В период пандемии коронавируса гостиничная и туристическая сфера во всей ее совокупности оказались в числе самых пострадавших в экономике секторов. Особой важностью в условиях международного ограничения является увлеченность отелей к развитию внутреннего туристического туризма, а также стремление гостиничного продукта к внутреннему туристическому потоку. На конец 2019 года гостиничный бизнес российского стандарта охватил около 592,7 тысяч номеров, а это 23,2 процента итогового номерного фонда.

В целом, российский бизнес гостиничного сектора увеличился с 2013 года с темпами роста в 11 процентов – в 2014 г. В РФ насчитывалось порядка 319 тысяч номеров, а по итогам 2019 г. объем номерных фондов российских гостиничных комплексов составлял 592,7 тысяч номеров. (Рис. 1) В 2014-2015 годах отмечался значительный рост номерных фондов гостиниц – в течение

этого периода номерной фонд гостиниц России увеличился на 16,5%. Последующий благополучный период для российских гостиниц стал 2018 год – число номеров гостиниц во время ЧМ по футболу увеличилось на 15,1 процентов [8].

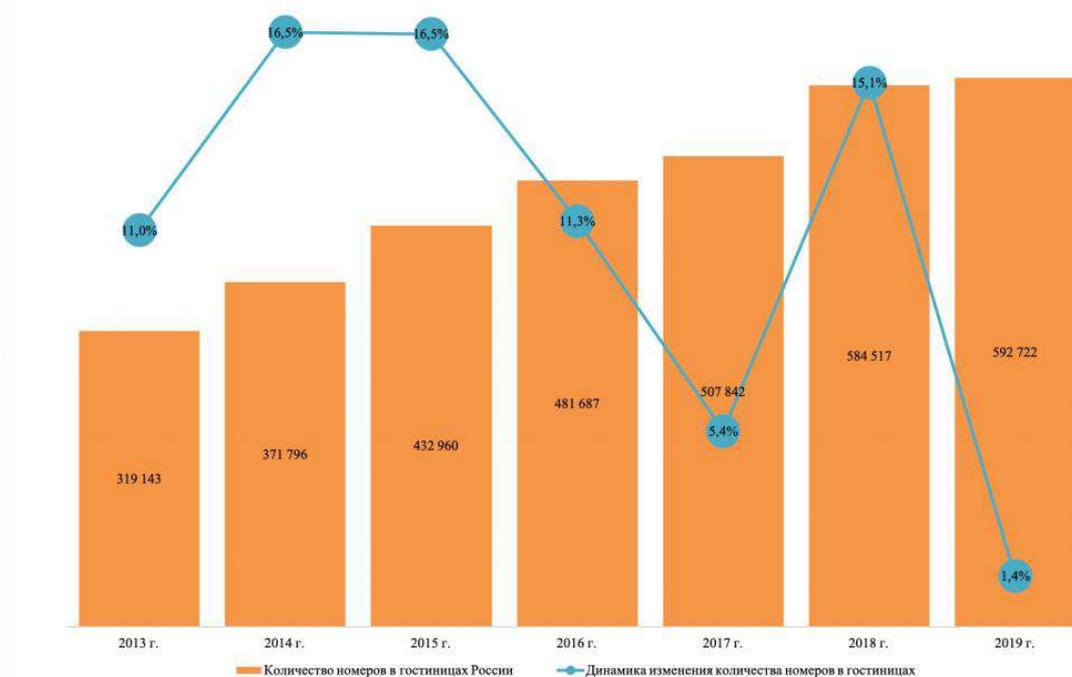


Рис. 1. Количество гостиничных номеров и динамика изменения номерного фонда в России в 2013-2019 гг. [9]

Вопросы по развитию отдельных секторов и всего глобального экономического потенциала в связи с распространением коронавируса было трудно прогнозировать, в любое время всё могло кардинально измениться [2]. Таким образом, в 2019 г. в период коронавируса число российских предприятий сократилось на 2 процента, с 7,69 до 7,54 млн. Отрицательный тренд сохранился в 2020 г. (Рис. 2).



Рис. 2. Число действующих предприятий в 2019-2020 годах [4]

В период пандемии было введено множество ограничений, например, сохранение дистанции, масочный режим, карантин, международные передвижения граждан и закрытие границ. И все связи между близкими людьми, друзьями, сотрудниками компании перевели в онлайн формат.

Ограничения в сфере деятельности объектов, правила социальной дистанции оказали негативное влияние на бизнес-модели всех недвижимостных услуг. Однако наибольшее воздействие пандемии коронавируса оказалось на гостиничном бизнесе и стало причиной его существенного падения. Около 20 процентов небольших курортов в РФ после снятия запрета не открылись [4].

Проблема актуальна не только из-за того, что коронавирус отрицательно влияет на колебания гостиничных рынков, но также и на вклад туристических компаний в экономику города Москвы. По итогам 2019 года прибыль от туризма составила 147 млрд. руб., а доходы составили порядка 5,3% от общего объема доходов бюджета. Стоит отметить, что Москва, помимо Лондона, Парижа, Амстердама, в 2019 году вошла в число самых популярных по посещаемости мегаполисов в Европе [8].

Кроме всего прочего, в 2020 году Москва, столица России, поднялась с пятого на четвертое место в рейтинге 100 лучших крупнейших городов мира The World's 100 Best Cities, который принимает во внимание туристическую привлекательность, и в пятерку лучших мегаполисов для посещения в рейтинге Resonance World's Best Cities 2020 [1].

В период пандемии бизнес гостиничного комплекса находился в сильном упадке, и для спасения бизнеса были предприняты мероприятия, которые будут рассмотрено ниже. Цель этого исследования – рассмотреть поддерживающие меры от государства в период коронавируса, определить направления и перспективы развития бизнеса в гостиничном секторе.

Правительство города Москвы мгновенно приняло меры денежной поддержки гостиничной отрасли, которые посодействовали предпринимателям сберечь свой бизнес, а мегаполису – туристическую инфраструктуру. А именно, были назначены льготы для уплаты налога на прибыль, субсидии на возмещение затрат на приобретение оборудования, предоставляли льготные кредиты, отсрочку по кредитам и мораторий на банкротство.

Преимущественно значимой в материальном плане стала программа размещения в гостиницах города Москвы медицинских работников, действующих в коронавирусных стационарах, на реализацию которой было выделено 2,2 миллиардов рублей [6].

Была разработана и реализована программа от Ростуризма и «Мира» Сбербанк. Целью программы является сделать отдых в стране привлекательным и доступным туристам. Туристам возвращалось до 20% кешбэком на карту «Мир», это мотивировало их бронировать туры, номера гостиниц.

В результате, акции гостиничных объектов увеличили доходы в кризисные периоды благодаря увеличению спроса на них.

За все время пандемии были выявлены некоторые тенденции в совершенствовании гостиниц.

Для городского сегмента актуальны следующие направления:

1. Организация непродолжительных поездок на выходные дни.
2. Рекламирование спецпредложений в социальных сетях, используя место нахождения по геолокации.
3. Сохранение бюджета и важных сотрудников компании.
4. Соответствие потребностям новых клиентов.
5. Развитие услуг, учитывающие новые потребности клиентов.

Так как в период коронавируса люди стали больше заботиться о своем здоровье, для загородного сегмента актуальны следующие направления:

1. Обретение нового жизненного опыта. Посещение живописных мест, таких как: Алтай, Камчатка, Сахалин и др.
2. Услуги, восстанавливающие после болезни.
3. Возможность длительного проживания. Подходит людям, которые могут работать удаленно.
4. Семейный отдых.
5. На фоне кризиса гости уменьшали бюджет на проживание. Доступный вариант отелям – апартаменты.
6. В условиях экономного командировочного расхода большинство бизнес-туристов начали перемещаться в апартаменты.
7. В кратчайшие сроки руководители фирм перешли на цифровые технологии.

Поскольку малый бизнес поддерживается государством, и для самозанятых появляется множество льгот, то это еще одна тенденция.

1. Самозанятость легче ИП: не требуется сдавать декларации в налоговую и работать с кассовым аппаратом.
2. По данным ФНС, ежедневно самозанятых становится около 5 000 человек.
3. СБП – система быстрых платежей [5].

В начале июня 2020 года началось восстановление сектора гостиничного обслуживания, благодаря отмене локдауна и активному перемещению россиян внутри страны. С августа по октябрь нагрузка превышала 40 процентов, в конце 2020 года было небольшое снижение, но не так отрицательно, как в начале года. Осенью 2020 г. спрос на отели города существенно вырос в связи с разрешением проведения деловых мероприятий. Работа на гостиничном рынке возобновилась благодаря внутреннему туризму. В 2021 году из-за закрытия границ гостуризм получил субсидии в размере 750 млрд. рублей и правительственную поддержку 20% кешбэка на путешествия внутри страны для россиян. Поэтому в летнее время наплыв туристов, используя все скидки, позволил на отечественных курортах все это время бить рекорды бронирования мест в гостиницах.

Активный спрос оказался не только в Краснодарском крае и в Крыму – местах классического летнего отдыха у моря, но и в Калининграде, Казани,

Алтае, Байкале, Кавказе, Карелии, Камчатке, Сахалине, Кольском полуострове. Стоит отметить, что это все привело к тому, что отдых в гостиницах подорожал, качество сервисов сохранялось очень низким, что привело к такой проблеме, как: несоответствие цены и качества. Кроме того, оказалось, что качественного номерного фонда в РФ недостаточно – гостиницы, которые тяжело перенесли первое полугодие 2020 г., в 2021 г. столкнулись с солд-аутом (полная продажа всех номеров в отеле) и овербукингом (продажа больше номеров, чем доступно в отеле).

По мнению аналитиков, у россиян значительным спросом пользовались курорты Красная Поляна и Шерегеш. В конце 2020 г. нагрузка была 65 процентов и в конце 2021 г. 95-100 процентов. Спрос был такой высокий, что очень многие гостиницы были совершенно полностью выкуплены, не успев открыться для продажи. В других областях отмечается небывалый рост спроса на отдых. Например, в ноябре в Териберке на Баренцевом море свободных мест не было. В 2020 году Кавказский горнолыжный курорт Архыз не был известен, но открытие нескольких крупнейших курортов в 2021 году привело почти к солда-ауту и бронированию 92-94 процентов номеров.

В то же время в 2021 году январе-сентябре только в 13 областях из 85 возросло число новых ночевок в сравнении до коронавируса в 2019 году. Наибольшее увеличение в абсолютной степени – рост Краснодарского края на 10 миллионов ночевок, Московской области – около 3 миллионов ночевок по сравнению с 3 кварталами 2019 г.

Пандемия повлияла и на санаторно-курортный комплекс страны. После перенесенных заболеваний россияне активно пользовались услугами санаториев, и не только традиционных санаториев Кавказских Минеральных Вод, Анапы или Евпатории, но и термальными источниками Тюмени и Алтая. Эксперты рынка посчитали, что к концу 2021 года доходы этого направления вышли на уровень 85–90% от показателей 2019 года [3].

По итогам проведенного исследования можно сказать, что вспышка коронавируса оказала внушительное влияние на изменение сектора гостиничного обслуживания в РФ, что повлияло на все средние значения ключевых показателей гостиничного обслуживания в РФ. Организационная гибкость гостиничных компаний позволяет гостиницам трансформировать свой бизнес в другие сферы деятельности, инициативно внедрять новые сервисы и товары на основе комбинированных технологий. Так Правительство города Москвы утвердило льготы для уплаты налогов, субсидии на возмещение затрат льготные кредиты, отсрочку по кредитам и мораторий на банкротство. И наиболее весомой оказалась программа размещения в гостиницах Москвы медицинских работников, работающих в коронавирусных стационарах. А также программа Ростуризма и «Мира» Сбербанк, 20% кешбека от поездок по России. Особой ценностью в условиях международного ограничения является вовлеченное участие гостиниц в развитии внутреннего туризма, тенденция гостиничного продукта на внутренний туристический поток. Возобновление гостиничного сектора постепенно происходит и в значительной степени

зависит от возобновления потока внутренних и иностранных туристов и бизнес-активности. Однако очевидно, что более быстро восстановятся гостиницы, использующие время для перестройки: создание новых продуктов, детальное проанализирование спросов, поиск лучших путей оптимизации расходов, внедрение передовых решений и повышение конкурентоспособности не только внутренних и международных рынков.

Список литературы

1. Информационное агентство, ТАСС.UK [Электронный ресурс]: URL: <https://tass.ru/obschestvo/12525125>. (дата обращения: 01.10.2022)
2. Горяинов К.С., Пасько О.В., Суворова И.Н. Факторы и перспективы развития гостиничного бизнеса г. Москвы в период распространения COVID-19 [Электронный ресурс]: URL: <https://1economic.ru/lib/111492>. (дата обращения: 01.10.2022)
3. Захарова О. Американские горки российских отельеров: как пандемия изменила бизнес [Электронный ресурс]: РБК. 2021. URL: <https://realty.rbc.ru/news/61b1e4679a79473b4f08405c>. (дата обращения: 01.10.2022)
4. Сергеев М. Сектор гостеприимства сократится почти наполовину. [Электронный ресурс]: Независимая газета. 2020. URL: https://www.ng.ru/economics/2020-08-19/4_7941_hotels.html?print=Y. (дата обращения 04.10.2022)
5. Соболевская Т. Г. Цифровизация – двигатель трансформации индустрии туризма в эпоху цифровых технологий // Маркетинг и логистика. 2021. № 3(35). С. 59-67.
6. Соболевская Т. Г. Отражение в бухгалтерском учете и налоговой отчетности финансовой поддержки бизнеса в период пандемии COVID-19 // Современная школа России. Вопросы модернизации. 2021. № 8-2(37). С. 127-129.
7. Соболевская Т. Г. Цифровые технологии в индустрии туризма // Проблемы и перспективы развития туризма в Российской Федерации: сборник научных трудов/ Симферополь: Изд-во ФГАОУ ВО «КФУ им. В.И. Вернадского», 2021. С. 224-229.
8. Туризм и COVID-19: как Москва поддерживает индустрию гостеприимства [Электронный ресурс]: Официальный сайт мэра Москвы, 2020. URL: <https://www.mos.ru/news/item/83938073>. (дата обращения: 01.10.2022)
9. Центр экономики рынков – аналитический центр полного цикла [Электронный ресурс]: Анализ гостиничного рынка и других средств коллективного размещения в 2019-2021 годах. 2021. URL: <https://research-center.ru/analiz-gostinichnogo-rynka/>. (дата обращения: 01.10.2022)

HOTEL BUSINESS IN THE PERIOD BEFORE AND AFTER THE PANDEMIC

N.A. Samoylova

Moscow State University of Food Production

Abstract. This article briefly examines the hotel sector before the pandemic, how it was actively developing and growing from year to year. It is more succinctly considered during the COVID-19 pandemic, how the hotel business felt at that time, what supporting programs were issued from the state, what new trends appeared in the development of this sector. And the time after the removal of all restrictions of the coronavirus was considered, as the hotel business faced a great demand for services, and consumers, respectively, faced a small supply and a discrepancy in price and quality for the service.

Keywords: *COVID-19, pandemic, hotel business, restrictions, development prospects, cashback, trends.*

РЕСТОРАННО-ГОСТИНИЧНЫЙ БИЗНЕС И ЕГО ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ В КАЗАХСТАНЕ

З.Р. Саниева

Университет «Мирас», Казахстан

Аннотация. В данной статье рассматриваются особенности развития ресторанного и гостиничного бизнеса с социально-экономической и культурной точек зрения. Отдельным моментом выделена взаимосвязь данных сфер деятельности и их единая клиентоориентированная направленность.

Ключевые слова: *ресторан, бизнес, гостиница, предприниматель, клиент, услуга, качество, развитие, туризм, организация.*

Гостиничный и ресторанный бизнес – две взаимосвязанные, тесно сплетающиеся и имеющие свои характерные особенности сферы предпринимательской активности современного жилого городского массива.

Истоки гостеприимства в Казахстане уходят своими корнями в глубокую древность. Но как сферу экономики и туризма гостеприимство стали рассматривать не так давно.

В странах с развитой экономикой сфера обслуживания представляет собой ту сферу, где прямым или косвенным образом занято 70-80 % населения, поэтому и доход от предоставления услуг в общем масштабе колоссальный.

Ресторанный и гостиничный бизнес – клиентоориентированное дело. Субъекты и управленческие стратегии рассматриваемых предприятий могут быть как одинаковыми, так и отличающимися друг от друга, иметь как единую, так и стороннюю территориальную локацию и быть зависимыми либо независимыми по отношению один к другому.

Говоря о гостиничном бизнесе как таковом, следует отметить основные факторы, которые делают его прибыльным. Мировой опыт показывает, что конкуренция в гостиничном бизнесе очень высока. Международные сети открывают отели по всему миру, и уже само название отеля делает его привлекательным для клиента. А так как эти сети имеют возможность

устанавливать низкие цены, создавать отели разных ценовых категорий, предпринимателю, открывшему свою первую небольшую гостиницу часто нечего им противопоставить.

Одним из важнейших показателей в гостиничном бизнесе считается рейтинг отеля. Привлечение клиентов – неотъемлемая и первостепенная задача любого гостиничного предприятия. Существует ряд маркетинговых стратегий и рекламных кампаний по привлечению клиентуры и созданию привлекательного имиджа отеля. Очень важны отзывы непосредственно самих отдыхающих. Если отдых в вашем отеле понравился одному гостю, его положительный отзыв может привлечь и других потребителей данной услуги. Поэтому, необходимо стараться удовлетворять пожелания гостей. Уровень обслуживания в отеле обязательно должен соответствовать заявленному в рекламном буклете или на сайте. Если при бронировании номера вашему гостю обещали определенный набор услуг, все они обязательно должны оказываться, иначе клиент будет разочарован. К сожалению, большинство малых и средних казахстанских гостиниц не учитывают эти основные требования при создании и открытии отельного бизнеса [1].

Для многих клиентов уровень отеля напрямую связан с качеством ресторанов. Системы питания в отелях могут быть разными, разным может быть количество ресторанов и приемов пищи, но качество услуг обязательно должно быть высоким. Важно помнить о том, что ресторан при гостинице могут посещать не только гости отеля. Ресторан должен иметь достаточное количество мест, меню должно быть разнообразным, а обслуживание – приятным и ненавязчивым. Человеческий фактор в ресторанном бизнесе играет определяющую роль. Работники ресторана могут сделать посещение заведения приятным для клиента (гостя, отдыхающего), и тогда он обязательно посетит его еще раз, или неприятным, а недовольный клиент – удар по репутации ресторана (а, возможно, и всего отеля). Поэтому, открывая и развивая гостиничный бизнес, необходимо уделять внимание обеим его составляющим, составлять целостный положительный имидж отеля.

На сегодняшний день в Казахстане, в частности, у нас на юге, очень часто открываются рестораны, ресто-бары, кафе, кофейни и другие предприятия общественного питания. Но уровень сервисного обслуживания не всегда соответствует надлежащему. Культуру обслуживания необходимо внедрять, повсеместно развивать и ей, как и любому другому делу, необходимо учиться.

Все большее количество современных людей предпочитают места отдыха, где вкусно и изысканно готовят еду, и быстро и высококлассно обслуживают. К примеру, лет 13-15 назад походы в рестораны, без особого повода, могли себе позволить только люди достаточно обеспеченные. В последнее время тенденция изменилась, и люди среднего класса все чаще предпочитают поужинать в ресторане.

Поэтому, подойдя к организации ресторанного бизнеса грамотно и профессионально, можно добиться высоких результатов и стать успешным в своем деле [2].

Грамотный ресторанный бизнес – дело рентабельное. Минимум – это 20% рентабельности, а при благоприятном стечении обстоятельств, этот показатель может составлять 50-60%.

Если подходить к открытию ресторана с профессиональной точки зрения, то это довольно таки серьезный бизнес. Первый полезный шаг – это обучение (опыт специалистов, чтение необходимой литературы, курсы для рестораторов, знание основ менеджмента и маркетинга).

Второй немаловажный вопрос, с которым сталкивается начинающий ресторатор, это, естественно, финансовый. «В какую сумму обойдется ресторан?», – подумает начинающий предприниматель. Весь учет ведется с экономической точки зрения при планировании затрат и составлении бизнес-плана. Специалисты делают стандартный подсчет – площадь умножают на цену за квадратный метр. Как показывает практика, в итоге, при правильной организации бизнеса, заведение окупает себя за 3-5 лет.

Следующий организационный момент подготовки – это выбор места. Помещение для ресторана – это очень важный и ответственный шаг. От помещения зависит то, какое мнение о ресторане сложится у посетителей, а репутация порой важнее уровня обслуживания и ассортимента предлагаемых блюд. После выбора помещения нужно будет получить разрешения контролирующих органов, разработать концепцию ресторана, определиться с дизайном и интерьером.

Только после урегулирования технических вопросов можно приступать к подбору и обучению персонала. Особое внимание уделите шеф-повару. Квалифицированного специалиста найти не так просто, но результат стоит затраченных усилий. Подбор официантов можно доверить кадровому агентству с хорошей репутацией. После этого, еще до запуска ресторана, нужно будет закупить оборудование, заключить контракты на поставку продуктов [3].

Немаловажным вопросом развития ресторанного бизнеса является вопрос о его рентабельности. Рентабельность данного вида деятельности напрямую зависит от доходов населения. Но при грамотно разработанной концепции ведения бизнеса, все риски можно свести к минимуму.

Привлечение инвестиций в ресторанный бизнес и получение при необходимости кредитов, возможно при наличии высокого уровня рентабельности ресторана.

Одна из наиболее распространенных ошибок, которая приводит к низкой рентабельности, это проигнорированный рестораторами бизнес-план. Если он не составлен или составлен не надлежащим образом, то впоследствии это приведет к невозможности принимать рациональные управленческие решения.

Особое внимание стоит уделить статьям затрат, грамотным решением будет разделение технологических процессов ресторана на несколько секторов, в каждом из которых должен быть финансово-ответственный работник.

Сделать это лучше всего в самом начале развития бизнеса, несмотря на то, что это займет дополнительное время. Зато после проведения подобной работы, ресторатору останется только контролировать выполнение

поставленных задач и сверять фактические показатели с теми, которые были запланированы. Целесообразно также будет, как следует продумать систему скидок. Не следует необдуманно раздавать дисконтные карты каждому посетителю, это в конечном итоге также может привести к снижению рентабельности.

Итак, какое количество денег понадобится, чтобы открыть свой ресторан? Как правильно и мудро распоряжаться деньгами, чтобы обеспечить своему бизнесу максимальный доход?

Специалисты предлагают расчет будущих вложений в ресторанный бизнес, предварительно, производить из расчета 1000\$ на 1 кв. м предполагаемого помещения под ресторан. В этом случае, при профессиональном подходе к делу, успех гарантирован.

Также во многом размер предстоящих инвестиций зависит от того, насколько масштабным планируется быть бизнес. Будет ли это элитный ресторан, ресторан для среднего класса или классический фаст-фуд.

И, наконец, чтобы картина необходимых инвестиций стала более наглядной, рассмотрим их в соответствии с имеющейся стандартной классификацией [4].

Ориентироваться будем на то, что ошибок в позиционировании и выборе места заведения не допущено.

Вырисовывается следующая картина.

Кофейня – 10000-25000\$ прибыли в год, при первоначальном вложении – 50000-100000\$.

Бар – 20000-60000\$ прибыли в год, при первоначальном вложении 50000-100000\$.

Фаст-фуд – 60000-200000\$ прибыли в год, первоначальные вложения составляют 50000-200000\$.

Ресторан для среднего класса – может рассчитывать на прибыль 100000-350000\$ в год, затратив на его открытие 200000-250000\$.

Элитный ресторан – его прибыль составит 400000-800000\$ и более в год, при условии, что будет найдена своя публика, и он будет по-настоящему элитным. Потратиться на открытие такого ресторана придется значительно, первоначальные инвестиции составят около 1 млн. \$.

Делая итог, хотелось бы отметить следующее. Развитие ресторанного и гостиничного бизнеса, хотя и находится в Казахстане все еще в зачаточном состоянии, имеет под собой все предпосылки развития. Небольшие наблюдения и калькуляции показывают, что при грамотном использовании имеющихся ресурсов, капитала, правильно разработанного бизнес-плана, энтузиазма, креативного управленческого подхода и обученного персонала можно добиться высоких результатов, принося выгоду и удовлетворение не только себе, но и той социальной среде, в которой мы находимся и развиваемся.

Список литературы

1. Балашова Е. А. Гостиничный бизнес. Как достичь безупречного сервиса. – М.: ООО «Вершина», 2011. – 176 с.
2. Гостиничное дело: учебник / под ред. д. иск., проф. Н. М. Мышьяковой. – СПб.: Изд-во СПбГУСЭ, 2013. – 314 с.
3. Лесник А. Л., Смирнова М. Н., Забаев Ю. В. Менеджмент питания и обслуживания напитками в гостиничном бизнесе. – М.: ИПФ «Талер», 2011. – 158 с.
4. Оробейко Е. С., Шредер Н. Г. Организация обслуживания: рестораны и бары: Учебное пособие. – М.: Альфа-М, ИНФРА-М, 2016. – 320 с.

RESTAURANT AND HOTEL BUSINESS AND ITS DEVELOPMENT PROSPECTS IN KAZAKHSTAN

Z. Sanieva

Miras University, Shymkent, Kazakhstan

Abstract. This article discusses the features of the development of the restaurant and hotel business from a socio-economic and cultural point of view. A separate point highlights the relationship of these areas of activity and their common customer-oriented focus.

Keywords: restaurant, business, hotel, entrepreneur, client, service, quality, development, tourism, organization.

ИННОВАЦИИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: «МОЛОДЕЖЬ – НАУКЕ-ХIII»

Е.Б. Саркисян, Н.А. Иванов, К.Г. Томили

Сочинский государственный университет

Аннотация. Проведен анализ современного опыта по подготовке спортсменов различного возраста и квалификации, представленном в материалах Всероссийская научно-практическая конференция студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь-науке-13». Актуальные проблемы туризма, гостеприимства, курортного дела и инфраструктуры».

Ключевые слова: Конференция «Молодежь-науке-13»; подготовка спортсменов.

Введение. Введение. 14–16 апреля 2022 г года в Южной столице России в Сочинском государственном университете состоялась Всероссийская научно-практическая конференция студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь-науке-13. Актуальные проблемы туризма, гостеприимства, курортного дела и инфраструктуры», в которой приняли участие (в очной и заочной форме) преподаватели, аспиранты и студенты из многих городов России, а также из стран Ближнего зарубежья.

Благодаря онлайн-трансляциям общая аудитория мероприятия увеличилась почти на 200 человек. На 6-ти секционных заседаниях, круглом столе и пленарном заседании было заслушано более 100 докладов.

Особую ценность представляли публикации с исследованиями по повышению эффективности подготовки спортсменов различного возраста и квалификации.

Цель исследования. Обобщение опыта повышения эффективности подготовки спортсменов различного возраста и квалификации.

Результаты исследования. Д.В. Васильев представил работу: «Вратарская подготовка: методические рекомендации по возрастным категориям» [1, с. 453–459]. В статье рассмотрена система подготовки вратарей младшей возрастной категории (U7-U12), определены задачи подготовки вратарей в возрасте 7–12 лет.

Главная задача тренера – улучшить положительные технические качества и тактические знания своих игроков, а также их физическую подготовку. Не менее важным является развитие футбольного интеллекта, так называемого «умного игрока», который характеризуется такими качествами, как: – правильно и быстро принимать решения; – в поисках лучшего решения задач, видеть несколько альтернативных решений; – выбирать оптимальный технический приём, чтобы воплотить выбранное решение; – уметь прогнозировать последующие тактические действия; – анализировать расположение партнёров и соперников (ближних и дальних по расположению); – предвидеть последствия развития игрового эпизода и др. Развитие этих качеств возможно в том случае, если детский тренер в своей работе опирается на возрастные особенности развития детей, их способности и интересы.

Е.Е. Исаева, И.З. Хабибуллина, Э.А. Науразбаева, В.Г. Шамратова (БГМУ, г. Уфа) исследовали «Взаимодействие различных звеньев кислородтранспортной системы при регулярных занятиях физической культурой» [1, с. 491–494]. В статье проанализированы факторные структуры показателей кислородтранспортной системы (КТС) студентов с разным уровнем двигательной активности. Показано, что регулярные занятия спортом способствуют взаимодействию всех звеньев КТС. При гиподинамии усиление сердечной деятельности способствует ухудшению вентиляционной функции легких.

Из анализа полученных факторных структур по данным студентам, ведущих разный образ жизни, можно констатировать, что систематические занятия спортом способствуют мобилизации и взаимодействию всех звеньев, участвующих в доставке кислорода тканям. У физически тренированных юношей активизация одних звеньев стимулирует деятельность других структур. В тоже время при гиподинамии усиление сердечной деятельности приводит к ухудшению вентиляционной функции легких и ослаблению сатурации гемоглобина.

В.Л. Потаскаев и К.Г. Томилин (СГУ, г. Сочи) изучали «Определение роли выносливости в подготовке спортсменов-картингистов» [1, с. 529–533]. Проведен 3-х месячный эксперимент на 24 картингистах 8–10 лет. Исследования показывают, что включение физических упражнений, направленных на воспитание выносливости, в тренировочный процесс

спортсменов-картингистов, позволит улучшать их гоночные результаты. Юные спортсмены экспериментальной группы, применявших упражнения направленные на развитие выносливости, превосходили своих товарищей контрольной группы ($p < 0,05$) по 5 показателям из 10.

Е.Б. Саркисян (СГУ, г. Сочи) сделала работу «Оценка развития спортивных бальных танцев в Красноярске» [1, с. 544–547]. В Красноярске в настоящее время существует 21 танцевальный спортивный клуб, из них самыми крупными являются ТСК «Металлург» и «Локомотив». Спортсмены этих клубов: Семен Яценко чемпион России по европейской программе и серебрянный призер чемпионата Мира по десяти танцам. Филиппов Владимир победитель международных турниров в Австрии, Нидерландах и Италии, а также Полина Казаченко со своим партнером Евгением Смагиным являются победителями чемпионата Европы и Кубка Мира в Кремле. Анна и Роман Зотовы победители международных соревнований Китая, Англии и Италии, в настоящее время продолжают танцевальную карьеру в США. С 2012 года создана региональная общественная спортивная организация «Союз танцевального спорта Красноярского края» для популяризации спортивных бальных танцев и развития школ (в том числе ДЮСШ, ШВСМ).

И.А. Свешникова (БелГУ, г. Белгород) и В.М. Коршиков (ЛГПУ, г. Липецк) изучали «Динамику изменения кинематических характеристик бегового шага спортсменок после прекращения занятий спринтерским бегом» [1, с. 547–552]. Исследование проводилось с помощью скоростной видеосъемки, цифровой видеокамерой FASTEK, с частотой 250 кадр/сек., время экспозиции 0,001 секунды. При сравнении длинны, скорости бегового шага и частоты шагов и других показателей установлено, что данные показатели значительно выше у действующих спортсменок высокой спортивной квалификации, чем у спортсменок, прекративших занятия спринтерским бегом (экс. спортсменок).

Выявленные изменения в технике выполнения бегового шага спортсменок высокой спортивной квалификации, прекративших занятия спринтерским бегом желательно учитывать в тренировочном процессе при подготовке девушек на различных этапах спортивной подготовки в спринте, а также после перерыва в тренировочном процессе.

А.О. Туаева и К.Г. Томилин представляли «Использование подвижных игр для развитие координационных способностей у начинающих тайбоксеров 8–9 лет» [1, с. 563–568]. Проведен педагогический эксперимент на детях занимающихся тайским боксом для оценки эффективности применения подвижных игр. При сравнении полученных данных и требуемых нормативных показателей установлено, что уровень координационных способностей до начала проведения педагогического эксперимента был ниже, чем требуемые показатели нормативов для группы начальной подготовки.

Использование игрового метода для технической подготовки позволяет создать двигательную основу для перспективного воспитания

координационных способностей, необходимых для формирования спортивной техники в тайском боксе.



Рисунок 1. Олимпийские объекты, которые традиционно посещают иногородние участники сочинской конференции

И.О. Черепанова, К.С. Дунаев, А.Н. Таланцев (МГАФК, Малаховка) представили «Научно-методические аспекты подготовки фигуристов на тренировочном этапе подготовки» [1, с. 571–574]. В данной статье освещается изыскание новых средств и методов развития в координационном аспекте фигуристов 10–11 лет с целью исполнения заданного контента на новом качественном техническом уровне. Вариативность технических действий находится в прямой взаимосвязи с качеством подготовки в координационном аспекте. Проприоцептивная чувствительность нижних конечностей в частности позволяет фигуристам чувствовать нужный момент выталкивания на прыжок, длину наездной дуги, и достаточную ее кривизну, которая позволяет должным образом выполнить момент выталкивания и дальнейшего скручивания, без потери осевой линии корпуса.

Заключение. В работе Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых в СГУ г. Сочи приняли участие студенты, аспиранты и молодые ученые из следующих городов России: Москва, Санкт-Петербург, Ставрополь, Бийск, Екатеринбург, Оренбург, Казань, Краснодар, Калининград, Сыктывкар, Нижневартовск, Новосибирск, Омск, Орёл, Ростов-на-Дону, Армавир, Сочи, Симферополь, Таганрог, Ярославль, Красноярск, Уфа, Таганрог, Челябинск, Майкоп, Волгоград, Саратов, Анапа, Томск, Елец, Чита, Рыбинск, Мценск, Сургут, Хабаровск, Петрозаводск, а также из стран ближнего зарубежья: г. Алматы, г. Туркестан (Казахстан), г. Донецк (Донецкая Народная Республика), г. Минск (Беларусь).

Конференция в Сочи прошла на высоком научном уровне, с интересными докладами и публикациями по направлению научного обеспечения физической

культуры и спорта. По итогам научно-практической конференции выпущен сборник, который размещается на платформе РИНЦ [1]. Для иногородних участников организована традиционная экскурсия в Олимпийский парк и Красную Поляну (рисунок 1).

Список цитируемых источников

1. Молодежь-науке-ХIII. Актуальные проблемы туризма, гостеприимства, курортного дела и инфраструктуры: Материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, г. Сочи, 14–16 апреля 2022 г. В двух томах. – Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2022. Т. 2. 587 с.

INNOVATIONS IN THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS: YOUTH-SCIENCE-XIII

*E. Sarkisyan, N. Ivanov, K. Tomilin
FGBOU VO «Sochi State University»*

Abstract. The analysis of modern experience in the training of athletes of various ages and qualifications, presented in the materials of the All-Russian scientific and practical conference of students, graduate students and young scientists «Youth-science-13. Actual problems of tourism, hospitality, resort business and infrastructure».

Keywords: Conference «Youth-science-13»; training of athletes.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВИДЕОКОНФЕРЕНЦСВЯЗИ В ОБУЧЕНИИ

Д.С. Седов, С.Р. Овчинникова

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В статье представлена актуальность использования видеоконференцсвязи в обучении. Описаны наиболее популярные сервисы видеоконференцсвязи возможные к применению в учебном процессе, проанализированы их сильные и слабые стороны. Представлены аналоги российских сервисов видеоконференцсвязи.

Ключевые слова: видеоконференцсвязь, сервисы видеоконференцсвязи, процесс обучения

В настоящее время в сфере высшего образования применяются различные средства цифровых технологий, благодаря которым становится возможным повышение качества образовательного процесса. Из всего потенциала средств цифровых технологий, применяемых в образовании, одним из самых актуальных является видеоконференцсвязь. Особую значимость для обучения она приобрела в 2020 году, когда дистанционное обучение стало не только возможным, но еще и вынужденным, ввиду появившейся коронавирусной инфекции COVID-19, при которой были максимально ограничены к проведению все очные мероприятия, в том числе занятия учебного плана в образовательных организациях высшего образования.

В.П. Густяхина и П.А. Пазин определяют видеоконференцсвязь как «телекоммуникационную технологию интерактивного взаимодействия двух и более удаленных абонентов, при которой между ними возможен обмен аудио- и видеoinформацией в реальном времени, с учетом передачи управляющих данных» [3 с. 52].

С.С. Кортыкбаева в статье «Системы видеоконференцсвязи для дистанционного образования» подтверждает актуальность использования видеоконференцсвязи, отмечая, что в современном мире традиционное обучение не может в полной мере удовлетворить потребность в образовании населения, заинтересованного в этом. Включение в образовательный процесс такого средства цифровых технологий, как видеоконференцсвязь, при помощи которой появляется возможность мгновенной передачи данных до обучающегося, независимо от его местопребывания, является неотъемлемой частью современного обучения [5].

С начала 2020 года многие авторы упоминали и анализировали в своих работах преимущества в обучении очень быстро набравшего популярность сервиса ZOOM, среди них: О.В. Борщева, Т.В. Гришанова, А.А. Древалев, Г.А. Кручинина, М.В. Кручинин, Ю.В. Наволочная, Г.З. Садыкова, Д.С. Седов, Н.О. Туровец и др. В работах отмечались такие преимущества сервиса ZOOM как: наличие функции демонстрации экрана, возможность разделения студентов по сессионным залам, наличие чата для обмена информацией и одновременное включение в конференцию большого количества участников [1, 2, 4, 6, 7, 8, 9].

Существует множество аналогов данного сервиса, но наиболее популярными и востребованными среди них являются: Skype, Discord, Google Hungouts, Microsoft Teams. Рассмотрим преимущества и недостатки данных сервисов в обучении.

Сервис Skype. Удобен тем, что он есть у многих пользователей, так как в России, обрел популярность значительно раньше своих конкурентов. Данный сервис может использоваться в качестве веб-сервиса, а также с помощью приложений доступных для скачивания на Android, iOS, ПК, macOS и Linux. Видеоконференции в Skype доступны в объеме до 50 человек, а удобными функциями, необходимыми для образовательного процесса, являются наличие чата, необходимого для обмена информацией и учебными материалами, а также возможность демонстрации экрана для трансляции информационного учебного материала. Существенным минусом данного сервиса является его ресурсоемкость, проведение конференций или лекционных занятий объемом от 30 до 50 человек, потребует задействование большого потенциала персонального компьютера или мобильного устройства, которого может быть недостаточно у преподавателя или студента.

Сервис Discord. Данный сервис был адаптирован разработчиками для использования в учебном формате, так как изначально он был разработан для игровых целей. Количество участников в одной конференции было увеличено до 50 человек, а изначально составляло 10. В сервисе Discord появляется возможность регулировки уровня громкости микрофона у каждого участника.

Данный сервис позволяет создавать публичные и приватные каналы, что является хорошим аналогом сессионных залов, для разделения студентов при групповой и проектной работе. Также присутствуют необходимые функции демонстрации экрана и чат. Минус данного сервиса – ограничение объема отправляемых файлов в чат до 8 мегабайт, что создает трудности при отправке и обмене учебным материалом между студентами, а также прикреплении учебных материалов преподавателем.

Сервис Google Hangouts. Сервис преимуществом которого является простота. В данном сервисе присутствуют всего лишь две основные функции – видеочат и демонстрация экрана. Новым пользователям будет очень легко освоить управление данной программой. Минусом здесь является слишком низкое количество участников для одной конференции, всего 15 человек, а расширение до 25 человек требует приобретения платного аккаунта, однако и это количество участников не всегда является достаточным, при использовании Google Hangouts в обучении.

Сервис Microsoft Teams. Сервис с самым массовым одновременным присутствием участников конференции до 250 человек. Данный сервис связан с Microsoft Office, PowerPoint и Excel, что дает возможность задействовать функции этих сервисов в чате конференции, таких как: форматирование, изменение шрифтов, построение таблиц и др. Однако минусом Microsoft Teams, по сравнению с Google Hangouts является его технологичность и насыщенность функциями, поэтому для его освоения понадобится время.

Все сервисы, представленные в обзоре, являются зарубежными поэтому появляются сложности с использованием их в образовательном процессе из-за введения санкционных ограничений в настоящее время. Так, например, самый популярный из сервисов для видеоконференцсвязи Zoom, отключил возможность оплаты расширенной версии из регионов Российской Федерации, что ограничивает его использование в конференциях до 40 минут.

М.В. Кручинин и Г.А. Кручинина в работе «Исследование потенциала применения видеоконференцсвязи в дистанционной форме обучения в высшей школе» приводят Российские аналоги популярных зарубежных платформ, среди которых: Webinar Group, ClickMeeting, VirtualRoom. Авторы отмечают, что данные сервисы полностью покрывают весь потенциал зарубежных платформ, а также имеют весь необходимый потенциал для организации учебного процесса в онлайн формате [6].

Таким образом, видеоконференцсвязь является одним из самых востребованных и необходимых средств цифровых технологий, применяемых в образовательном процессе. Потенциал существующих сервисов для видеоконференцсвязи позволяет организовать учебный процесс так, чтобы эффективность обучения не снижалась по сравнению с очным форматом проведения занятий. Ограничения связанные с недоступностью использования некоторых зарубежных сервисов видеоконференцсвязи не являются глобальной проблемой для снижения качества учебных занятий проводимых в онлайн формате, ввиду достаточного количества российских аналогов данных сервисов.

Список литературы

1. Борщева О.В., Наволочная Ю.В. Обучение иностранному языку с помощью онлайн платформы ZOOM: преимущества и трудности // Вопросы педагогики. 2020. № 11-2. С. 54-59.
2. Гришанова Т.В. Преимущества использования площадки ZOOM в процессе обучения // Вестник образовательного консорциума Среднерусский университет. Информационные технологии. 2021. № 1 (17). С. 31-33.
3. Густяхина В.П., Пазин П.А. Видеоконференцсвязь в образовании // Информационно-коммуникационные технологии в педагогическом образовании. 2017. № 2 (49). С. 52-54.
4. Древалев А.А. К вопросу о конкурентоспособности российского программного обеспечения для видеоконференцсвязи в образовании // В сборнике: УРАЛ – Драйвер неиндустриального и инновационного развития России. Материалы II Уральского экономического форума, в 2 т. Екатеринбург, 2020. С. 192-196.
5. Кортыкбаева С.С. Системы видеоконференцсвязи для дистанционного образования // В сборнике: анализ общественных явлений в 2014 г. построение прогнозов. Сборник статей по материалам участников международной научно-практической конференции. 2015. С. 26-28.
6. Кручинин М.В., Кручинина Г.А. Исследование потенциала применения видеоконференцсвязи в дистанционной форме обучения в высшей школе // Казанский педагогический журнал. 2022. № 2 (151). С. 76-84.
7. Садыкова Г.З. Использование ZOOM платформы при обучении иностранному языку в ВУЗе: преимущества и недостатки // Вестник ТИСБИ. 2020. № 3. С. 141-145.
8. Седов Д.С. Средства цифровых технологий при формировании управленческой компетентности будущих бакалавров // В сборнике: Web-технологии в реализации удалённого формата образования. Сборник статей участников Международной научно-практической конференции. Научный редактор С.В. Миронова, отв. редактор С.В. Напалков. Арзамас, 2021. С. 504-508.
9. Туровец Н.О. Преимущества и недостатки сервиса ZOOM для использования на дистанционном обучении в БГУИР // В сборнике: Электронные системы и технологии. Сборник материалов 57-й научной конференции аспирантов, магистрантов и студентов БГУИР. Редколлегия: Д.В. Лихачевский [и др.]. Минск, 2021. С. 425-427.

USE OF VIDEO CONFERENCE IN EDUCATION

D. Sedov, S. Ovchinnikova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article presents the relevance of using video conferencing in education. The most popular video conferencing services that can be used in the educational process are described, their strengths and weaknesses are analyzed. Analogues of Russian video conferencing services are presented.

Keywords: videoconferencing, videoconferencing services, learning process.

ПРИНЦИПЫ ФОРМИРОВАНИЯ СОБЫТИЙНОГО КАЛЕНДАРЯ НА ТУРИСТСКОЙ ТЕРРИТОРИИ

С.Д. Семенцова

Российская международная академия туризма

Аннотация. В статье подробно раскрывается понятие событийного туризма, особенности его явления и влияния на региональные экономики. Так же автором объясняются несколько функций событийного туризма и их эффективность для территорий. В процессе анализа автором делается акцент на специальном инструменте событийного туризма – календарь событий, который с недавнего времени активно применяется и доказывает свою эффективность. Автор обосновывает свои тезисы, объясняет рациональность составления событийного календаря на примере отдельного региона.

Ключевые слова: событийный туризм, событийный календарь, регион, территория, туризм, мероприятия, события, традиции, культура.

В современном мире тенденции туризма с каждым годом все больше склоняются к удовлетворению многогранных потребностей туристов. Многими исследователями было выявлено, что сегодня большинству людей уже мало путешествий в традиционном стиле, когда, как правило, упор делается на индивидуальные экскурсии, программы и отдых с оздоровлением. Современный турист стремится посещать территории, которые готовы показать свои преимущества, познакомить с традициями и культурой. Следовательно, возникла необходимость в систематизации этих процессов, что привело к возникновению событийного туризма. Сам по себе событийный туризм имеет древние корни (традиционные ярмарки, театрализованные представления и т.д.), но научная база исследований появилась относительно недавно. Основной целью такой поездки, как правило, всегда будет являться посещение определенного события или мероприятия [7].

Благодаря событийному туризму гость может стать непосредственным участником мероприятия, свидетелем значимого события, например, в мире спорта, культуры, науки или экономики [1].

Для социума событийный туризм играет важную роль, реализуя сразу несколько функций: экономическая, познавательная, рекреационная и развлекательная [2]. Три последние являются достаточно субъективными, потому что их результативность и эффективность будет зависеть напрямую от впечатлений каждого отдельного туриста. С другой стороны, экономическая эффективность будет являться бесспорной, поскольку событийный туризм при правильной актуализации позволяет оптимально выравнивать колебания туристских потоков по сезонам. Многим территориям и зонам это позволяет найти дополнительные источники денежных поступлений, повышения узнаваемости как в России, так и за рубежом.

На основе статистических и аналитических данных, предложенных национальными туроператорами, гости предпочитают посещать наиболее масштабные и широко известные мероприятия, например: олимпийские игры,

спортивные чемпионаты, кинофестивали, церемонии вручения престижных наград и т.д. [1].

Традиционно выделяются несколько направлений событийного туризма (Рис.1).

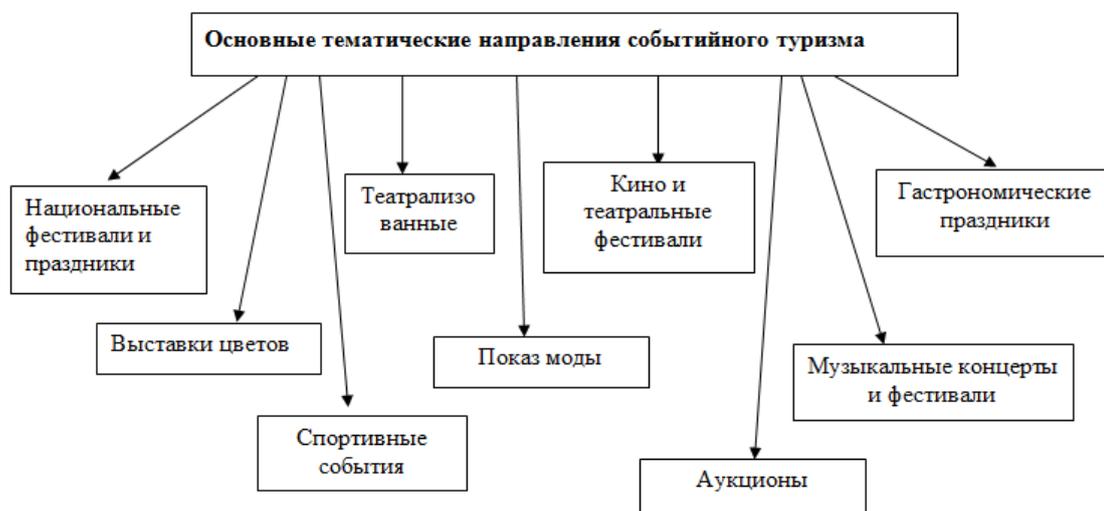


Рис. 1. Основные тематические направления событийного туризма [4]

По мнению некоторых авторов событийный туризм можно классифицировать по следующим критериям:

В соответствии с имеющимися туристскими ресурсами в дестинации.

– Событийный туризм, ориентированный на природные ресурсы и уникальные природные явления (северное сияние, масштабные водопады, извержение вулканов и т.д.)

– Событийный туризм, ориентированный на общественные ресурсы (культурные, религиозные, художественные, спортивные и т.д.)

По тематике основного мероприятия [3]

- Спортивные;
- Религиозные;
- Художественные;
- Гастрономические;
- Политические;
- Торгово-экономические;
- Историко-культурные;
- Модные показы;

По масштабу события [3]

- международного уровня;
- национального уровня;
- регионального уровня;
- местного уровня;

Делая краткий вывод, можно отметить, что индустрия событийного туризма – это активно развивающаяся новая веха в обеспечении рекреационной и экономической отрасли любого региона. При правильной структуризации и систематизации есть возможность наладить регулярный и равномерный туристический поток. Приуроченное к какому-либо мероприятию или нескольким событиям, прибытие больших групп туристов может не только обеспечить эффективное проведение, но и повысить популярность самого региона, если властям удастся создать привлекательную атмосферу и вне территории проведения мероприятия.

Для развития событийного туризма в дестинации необходим целый комплекс инструментов и методов по разработке, реализации и продвижению организуемых мероприятий [6].

Интенсивность событийного туризма, по мнению многих специалистов, будет в большинстве зависеть от графика проведения массовых событий. Одним из достаточно молодых, но актуальных инструментов является календарь событий. Уже сейчас его наличие может показывать уровень заинтересованности властей в повышении привлекательности региона и развитии событийного туризма. Событийный календарь (календарь событий) – это, своего рода, информационный носитель, который позволяет всем желающим туристам и гостям ознакомиться с предстоящими событиями [5].

Событийный календарь может быть очень полезен как для туристов, так и для туроператоров и компаний, занимающихся рекреационной деятельностью в регионе. Как правило, в Календаре отображается вся информация о предстоящих событиях, месте и времени проведения, поэтому основной целью составления такого информационного носителя будет систематизация и сортировка данных.

В целом, не существует единого правила составления календаря событий для региона. Кроме того, варианты размещения его в цифровой среде так же варьируются. Он может быть представлен как на сайте туристического органа региона, так и на новостных местных сайтах.

Единым правилом будет структуризация информации. Например, тема, место проведения (город, район, площадка), сезон, дата и время, ЦУ, краткое описание мероприятия. Так же полезным будет прикрепить отчет прошлых мероприятий на эту же тему, чтобы показать посетителям масштабы события.

Что касается планирования и отбора самих мероприятий, то здесь нужно ориентироваться исключительно на особенности региона, его географическое положение, культурные особенности и традиции.

При организации событийного туризма необходимо учитывать и затрудняющие факторы, которые могут возникать:

- затруднения в размещении больших групп туристов;
- малый срок проведения мероприятий;
- серьезные финансовые затраты;

В качестве примера можно рассмотреть событийный календарь Тверской области на 2022 год. Особенностью календаря этого региона является то, что

все мероприятия проходят экспертный отбор, в ходе которого выясняется, насколько то или иное событие соответствует традициям региона и как они будут совмещаться с уже имеющимися праздниками. Так же в задачи Правительства Тверской области входило сформировать календарь событий для людей всех возрастов.

Сама по себе Тверская область занимает достаточно выгодное положение между Москвой и Санкт-Петербургом, привлекающее туристов. Основными направлениями туризма становятся:

- Рекреационный отдых (более половины всех гостей)
- Экскурсионный отдых (26%)
- Курорты и лечение (15%)

Основными определяющими состав календаря отраслями стали гастрономия, агротуризм, спортивные мероприятия, музыкальные, религиозные, исторические и патриотические. Отмечается, что в календарь вошло 125 мероприятий, что в 3 раза больше, чем в 2018 году.

Далее приведена таблица (Таблица 1) [8] с некоторыми мероприятиями Тверской области по классификациям.

**Таблица 1. Мероприятия из событийного календаря
Тверской области на 2022 год**

Патриотические мероприятия		
Тверская застава	9-11 мая	Фестиваль исторической реконструкции.
Культурные мероприятия		
Ночь музеев	21-22 мая	Ночь музеев—международная акция, основная цель которой—показать ресурс, возможности, потенциал современных музеев, привлечь в музеи молодежь
Ликующая муза	30-31 мая	Фестиваль художественного чтения, поэзии и авторской песни.
Нашествие	19-21 июля	Крупнейший на территории бывшего СССР фестиваль отечественной рок-музыки под открытым небом.
Мотофестиваль "Синяя Волна 2022"	22 – 24 июля	
Распахнутые ветра	24-31 июля	Межрегиональный молодежный фестиваль авторской песни памяти Ю.И.Визбора
Былинный берег	26-31 июля	Фестиваль исторической реконструкции раннего средневековья
Гастрономические мероприятия		
Верещагин СырFest	24 сентября	Гастрономический фестиваль
Калитка	20 августа	Фестиваль карельского пирога
Селигерский рыбник	30 июля	Гастрономический фестиваль
Спортивные мероприятия		
Athletics League	12 июня	Спортивный марафон

При анализе мероприятий региона становится понятно, что отбор событий происходил на основе традиций, идентичности и культуры самого региона. К примеру, мероприятия исторических реконструкций, которые являются значимыми событиями для территорий Тверской области, так как она является древнейшей из земель Центральной России. Фестиваль «Нашествие» существует с прошлого века и уже успел завоевать огромную аудиторию гостей. Новое спортивное мероприятие Athletics League проводится на базе одноименного всероссийского события. Особенностью так же является и то, что все мероприятия проводятся на территориях разных районов региона, что позволяет организовывать несколько событий в один день. Это помогает сбалансировать туристический поток и распределить приезжающие группы по территории региона.

Следовательно, календарь событий будет являться неотъемлемой частью становления районов Тверской области как полноценных туристских дестинаций. Как можно заметить, все мероприятия разделяются на несколько подвидов: гастрономия, спортивные, патриотические и культурные, и абсолютно отсутствуют мероприятия, которые были бы неактуальны и непопулярны на территории региона.

Таким образом, исходя из анализа, можно сделать вывод, что событийный календарь – это список собранных воедино мероприятий, которые были систематизированы и предоставлены с полным описанием, местом и датой проведения на сайте региона, компании или в иных общедоступных источниках. Главной задачей является донести до гостей и туристов информацию о планируемых мероприятиях на территории региона, что делает этот инструмент неотъемлемой частью развития туристической отрасли.

THE PRINCIPLES OF THE FORMATION OF THE EVENT CALENDAR IN THE TOURIST AREA

S. Sementsova

Russian International Academy for Tourism

Abstract: the article describes in detail the concept of event tourism, the features of its phenomenon and its impact on regional economies. The author also explains several functions of event tourism and their effectiveness for territories. In the process of analysis, the author focuses on a special tool of event tourism – the calendar of events, which has recently been actively used and proves its effectiveness. The author substantiates his theses, explains the rationality of drawing up an event calendar on the example of a separate region.

Keywords: *event tourism, event calendar, region, territory, tourism, events, events, traditions, culture.*

ПРОБЛЕМЫ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ ГЛАЗАМИ СТУДЕНТОВ

М.И. Сергеева, П.В. Фурсова

Московский автомобильно-дорожный государственный технический университет (МАДИ)

Аннотация. В условиях пандемии коронавируса системы образования всего мира принимали различные меры по организации учебной деятельности с учетом сложившихся обстоятельств: некоторые страны полностью или частично закрывали учебные заведения, некоторые переходили на дистанционное обучение. Данная ситуация конкретно определила проблемы, обусловленные преимущественно недостаточным техническим оснащением вуза и слабой подготовкой педагогов к работе в онлайн-формате.

Ключевые слова: высшее образование, дистанционное обучение, дистанционный формат обучения, обучение, университет, цифровизация.

Дистанционное обучение подразумевает образовательный процесс, который основывается на телекоммуникационных технологиях, целью которого является передача информации без непосредственного взаимодействия преподавателя и обучаемого.

Дистанционное обучение становится все более популярным в виду гибкости и удобства. Многие могут позволить себе продолжить обучение в виду возможности обучаться в любом месте, а также более низкой стоимости обучения.

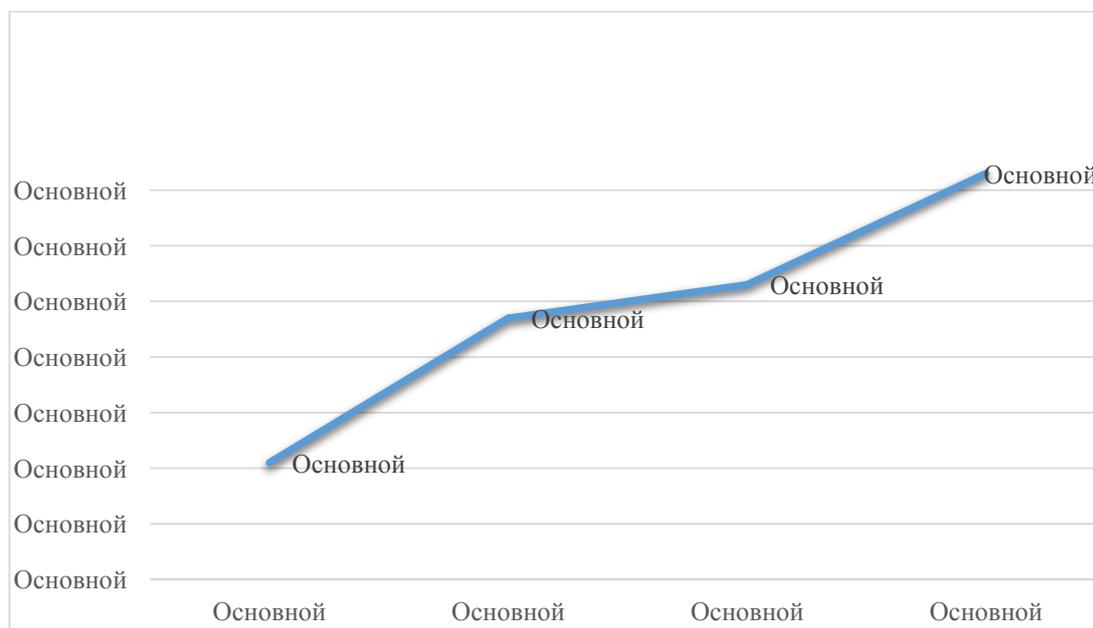


Рис. 1. Динамика развития рынка онлайн-образования России в млрд руб.

Дистанционное обучение стало неотъемлемой частью процесса образования. До перехода на дистанционное обучение преподаватели обращались к большому количеству онлайн-школ и образовательных порталов, успешно практикующих электронные технологии получения знаний, такие как

Учи.ру, Coursera, Skillbox, Открытое образование и другие [3]. Но по-настоящему широкое распространение «дистанционка» получила во время пандемии COVID-19, когда образовательные учреждения вынуждены были закрыться и возникла необходимость восстановления учебного процесса в электронном режиме.

С целью обеспечения защиты населения был подписан Указ «О мерах по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия населения на территории РФ в связи с распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», продление периода дистанционного обеспечения было уже регламентировано приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 8 мая 2020 г. № 648 «О деятельности подведомственных Министерству науки и высшего образования Российской Федерации организаций в условиях предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) на территории РФ».

Трансформация высшего образования затронула в России свыше 4 миллионов студентов и 235 тысяч преподавателей в период 2019-2020 годов [4].

В столь стремительном переходе возникал ряд проблем таких как слабая техническая оснащенность, негибкость образовательных программ, высокая нагрузка на технический отдел образовательного учреждения. Но в дальнейшем, а именно в процессе обучения, были выявлены другие недостатки, которые остро ощутили главные потребители образовательных услуг – студенты. Исследование Barnes & Noble Education (оператор книжных магазинов при колледжах США) показало, что 60% студентов, которые перешли на систему онлайн-обучения, считали этот опыт скучным и с трудом мотивировали себя к учебному процессу [5].

На территории Российской Федерации переход учебного процесса в дистанционный формат оказал существенное влияние на развитие цифровизации сферы образования и России в целом: преподаватели школ, колледжей и вузов проходили обучающие семинары и курсы с целью повышения компьютерной грамотности. Стоит отметить, что данные мероприятия некоторые учебные заведения проводили с существенной задержкой, например, через полгода после введения удаленки, однако это не все проблемы, которые проявились в виду данных изменений.

Одной из проблем перехода на дистанционное обучение стала адаптация студентов к изменившемуся формату обучения. Адаптация к онлайн-обучению рассматривается с двух аспектов: технической и психологической. К технической адаптации относят освоение нового программного обеспечения, изменение формата посещения занятий и сдачи учебных работ. Психологическая адаптация предполагает приспособление к изменению в персональном взаимодействии с преподавателями и одногруппниками.

Хотя современное поколение студентов умеет работать с компьютерами, это не означает наличие высокого уровня цифровой грамотности. Чтобы эффективно учиться с помощью онлайн-платформ, требуется понимание работы нескольких программ. Кроме того, учащиеся должны понимать этикет

общения в интернете и знать права и обязанности учащихся в среде онлайн-обучения.

Более серьезная проблема заключается в постоянных технических проблемах, с которыми сталкиваются как преподаватели, так и студенты на этих платформах. Для устранения этих проблем часто требуется техническая поддержка, что приводит к сбоям в процессе обучения [6].

Физическое присутствие в аудитории часто создает атмосферу, которую невозможно воспроизвести виртуальными средствами. Оно обеспечивает дисциплину, поскольку студенты находятся в поле зрения друг друга и лектора. Интерактивные модули электронного обучения могут помочь улучшить вовлеченность учащихся, но не позволяют заменить «живое» общение в полной мере.

Отсутствия межличностного контакта между участниками учебного процесса также сказывается на мотивации обучающихся. Потребность в физическом взаимодействии между студентами также является необходимостью поддержания вовлеченности, на которую у методологии онлайн-обучения до сих пор нет решения.

Из-за систематических технических проблем и монотонных лекций посещаемость онлайн-занятий резко упала. Большинство студентов находят подобный формат обучения скучным и часто жалуются на отсутствие мотивации для должного освоения дисциплины. Также преподаватели отмечают отсутствие инструментов, позволяющих сделать занятия интересными, что приводит к потере интереса с обеих сторон. В сочетании с использованием ноутбуков и мобильных телефонов во время занятий отвлекающих факторов стало бесчисленное множество, часто за счет концентрации внимания во время занятий.

Более всего ощутили негативное влияние студенты первого года обучения. К основным проблемам адаптационного процесса в университете (увеличение объема и сложности учебной информации; отсутствие технических навыков в учебной деятельности; низкая способность к самостоятельной познавательной деятельности; неумение использовать информацию образовательного и организационного характера; отсутствие навыков самостоятельной работы и др.) прибавились дополнительные требования в отрасли компьютерной грамотности и переход к новым формам общения в еще не сложившейся за первые полгода обучения группе [2].

Прогнозируется, что онлайн-обучение продолжит расти до массового уровня, в основном за счет совершенствования технологий обучения. Такая форма обучения обладает гибким графиком, расширенными возможностями для обучения одаренных студентов, развивает самостоятельность, и не менее важный фактор – такое обучение позволяет студентам с ограниченными возможностями здоровья получать образование на равных [1]. Тем не менее, дистанционное обучение все еще не является полноценной альтернативой традиционному обучению в аудиториях, однако использование правильных

инструментов и программного обеспечения в онлайн-обучении может повысить эффективность и поддерживать вовлеченность и мотивацию учащихся.

Список литературы

1. Образование онлайн: может ли интернет заменить школу? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://trends.rbc.ru/trends/education/5de126b59a79475b973cd3d3> (дата обращения 27.11.2022).

2. Панасова О.В. Влияние дистанционного обучения на адаптацию студентов-первокурсников: сборник трудов конференции. // Педагогика, психология, общество: новая реальность : материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участ. (Чебоксары, 22 янв. 2021 г.) / редкол.: Ж.В. Мурзина [и др.] – Чебоксары: ИД «Среда», 2021. – С. 206-210.

3. Проблемы перехода на дистанционное обучения в Российской Федерации глазами учителей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ioe.hse.ru/mirror/pubs/share/368265542.pdf> (дата обращения 27.11.2022).

4. Штырно Д.А., Константинова Л.В., Гагиев Н.Н. Переход вузов в дистанционный режим в период пандемии: проблемы и возможные риски. Открытое образование. 2020. №24(5).

5. Barnes & Noble Education Survey Reveals College Student Preparedness Split: Technically Ready for Online Learning, But Emotionally Unsure [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://investor.bned.com/investor-relations/news-and-events/news/press-release-details/2020/Barnes--Noble-Education-Survey-Reveals-College-Student-Preparedness-Split-Technically-Ready-for-Online-Learning-But-Emotionally-Unsure/default.aspx> (дата обращения 24.11.2022)

6. What are the Biggest Challenges Facing Online Education Today? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.hurix.com/what-are-the-biggest-challenges-facing-online-education-today/> (дата обращения 22.11.2022).

THE PROBLEMS OF DISTANCE LEARNING DURING THE PANDEMIC THROUGH THE EYES OF STUDENTS

M. Sergeeva, P. Fursova

Moscow Automobile and Road Construction State Technical University

Abstract. In the context of the coronavirus pandemic, education systems around the world took various measures to organize educational activities taking into account the circumstances: some countries completely or partially closed educational institutions, some switched to distance learning. This situation has specifically identified the problems caused mainly by insufficient technical equipment of the university and poor training of teachers to work in an online format.

Keywords: higher education, distance learning, distance learning format, education, university, digitalization.

СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ НА ПРИМЕРЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГРЕБНОГО КЛУБА ВОЛЖСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ВОДНОГО ТРАНСПОРТА

С.А. Серебряков

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В данной статье рассматриваются факторы, способствующие сохранению и развитию здоровья среди студентов, вовлечению их во внеучебную деятельность высших учебных заведений.

Ключевые слова: Физическая культура и спорт, здоровье, гребной спорт.

В Указе Президента РФ «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2025 года» сообщается, что ожидаемая продолжительность жизни россиян должна составить 78 лет. Для реализации поставленной задачи В. В. Путин утвердил ряд стратегий. Проект стратегии «О развитии физической культуры и спорта в Российской Федерации» гласит о том, что к 2030 году число граждан, систематически занимающихся физической культурой, должно вырасти с 43% до 80%. [1]

Реализация стратегии невозможна без формирования ценностных представлений молодежи о здоровом образе жизни, так как она является составляющей здорового общества и будущего нашей страны.

Задачи, касающиеся оздоровления студентов, развития их физических качеств, создания условий, направленных на формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, всегда являлись приоритетными для вузов.

С 2016 года в студенческом сообществе создана Студенческая гребная Лига (далее СГЛ). Основными целями и задачами СГЛ является предоставление возможности ее участникам для соревнований, совместных тренировок, общения и обмена опытом. Лига ставит своей задачей также содействие развитию спортивной инфраструктуры вузов, подготовке специалистов, развитию и распространению волонтерства и студенческого самоуправления в университетских гребных клубах. [2]

Соревнования под эгидой Лиги проходят круглый год: летом в самом престижном классе восьмерок с рулевым, зимой – на гребных тренажерах Concept2. Всего получается четыре летних этапа и семь зимних (шесть – региональных, которые проходят в 16 регионах страны и транслируются в прямом эфире в сети Интернет и финал, который проходит в Санкт-Петербурге традиционно в начале апреля). В соревнованиях имеют право принимать участие студенты, магистранты, аспиранты дневных отделений вузов и ссузов (находящихся в структуре вузов), не имеющие успехов в гребном спорте (не должны быть мастером спорта, призерами Первенств России и т.д.).

В том же 2016 году впервые в истории в соревнованиях под эгидой СГЛ принял участие Волжский государственный университет водного транспорта. Инвентарь для участия в летнем сезоне был выдан в пользование Лигой (лодка восьмерка, весла, электронное переговорное устройство для рулевых), для участия в зимнем сезоне Лига выделила четыре гребных тренажера, а для эффективности тренировок и в связи с большим количеством желающих университет провел покупку еще восьми новых гребных тренажеров Concept 2.

Поначалу состав команды состоял из студентов факультета судовождения, что влекло за собой потерю всего состава на второй год обучения из-за судоходной практики. Далее была пересмотрена концепция отбора студентов в сторону факультетов, не уходящих на длительную практику, что сразу же сказалось на результатах. Так, например, в зимнем сезоне 2021-2022 годов в гонках на гребных тренажерах Concept 2 команда Водного университета заняла четвертое место в командном зачете (всего участвовала 41 команда), а в летнем сезоне 2022 года в гонках на лодках восьмерках с рулевым добилась высшего для себя результата – девятого места из тридцати трех команд участниц соревнований. Причем в восьмерке ВГУВТ не было гребцов, прошедших ранее подготовку в спортивной школе олимпийского резерва по гребному спорту, в отличие от многих других команд.

В 2018 году студент факультета судовождения Тимур Абдуллаев в финале зимнего сезона, проходившего в Санкт – Петербурге, в гонках на гребных тренажерах занял третье место в спринте и принес вузу первую медаль в рамках Студенческой гребной Лиги. Также Тимур в ходе региональных этапов в 2021 году дважды выигрывал этапы на спринтерской дистанции 250 метров в общероссийском зачете.

В текущем летнем сезоне 2022 года, представительница НРУ им. И.П. Кулибина Таисья Сотникова попала в сборную Нижегородской области, отобравшись в команду на Первенство России до 23-х лет в классе четверки парной легкого веса. Итогом стала бронзовая медаль на российском профессиональном уровне. Причем по возрасту Таисья проходит еще для соревнований в категории до 19 лет.

Студенты Водного университета регулярно проводят матчевые встречи с еще одним вузом из Нижнего Новгорода – НГТУ им. Р.А. Алексеева. Гонки проходят на нижегородском гребном канале, а также в спортивно – оздоровительном лагере Водник в акватории Горьковского водохранилища.

За годы выступлений в СГЛ в гребном клубе ВГУВТ занимались более 150 студентов университета, ежегодно более двадцати первокурсников вступают в ряды Клуба.

Гребля, как вид спортивной деятельности, предъявляет целый ряд требований к проявлению различных двигательных способностей. Занятия греблей способствуют развитию силовых, скоростных, координационных способностей, а также выносливости.

С помощью гребного тренажера на занятиях по физической культуре можно развивать скелетные мышцы, особенно мышц спины, верхнего

плечевого пояса, мышц живота и нижних конечностей, т.е. крупных мышечных массивов. Систематические тренировки на гребном тренажере способствуют увеличению мышечной массы.

Следует отметить, что тренировки на «Concept2» в полной мере способны заменить ходьбу, бег на длинные дистанции и езду на велосипеде. Интенсивность аэробной нагрузки способствует насыщению крови кислородом, тем самым приводя к сжиганию подкожного жира. Положительный эффект занятий на гребном тренажере отмечается в работе функциональных систем организма. Так, длительность и ритмичность тренировки на гребном тренажере приводит к укреплению сердечной мышцы, особенно левого желудочка. Отмечается, что работе сердца помогает и то, что мышцы, активно сокращаясь, ускоряют отток крови, помогая возвратному кровообращению. Со стороны дыхательной системы в процессе занятий на «Concept2» наблюдается укрепление диафрагмы, главной дыхательной мышцы [3].

В свою очередь гребля в лодке, особенно в самом крупном классе – восьмерке с рулевым, помимо вышеперечисленных качеств улучшает координацию, командное взаимодействие, а также улучшает атмосферу в коллективе.

Занятия студентами спортом и физической культурой – важное слагаемое в формировании здоровья и здорового образа жизни студентов. Большая роль отводится занятиям физической культурой и спортом на свежем воздухе. Командные виды спорта положительно влияют на психическое здоровье студентов и их социализацию. Создание благоприятных условий для занятий физической культурой и вовлечение молодежи в спортивную жизнь университета ложится на руководителей учебных заведений, общественные организации и педагогический состав. Только комплексное взаимодействие позволит решить поставленные государством задачи, сохранить и развить здоровье граждан нашей страны.

Список литературы

5. «О стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации в период до 2025 года»: указ Президента Российской Федерации № 254 от 6 июня 2019 года // С. 17

6. Регламент Студенческой гребной лиги // Сезон 2022-2023 годов, раздел I, глава 1, С. 8-9

7. «Гребля – это аэробная нагрузка. Спортивное питание и гидратация гребцов. Чем полезна академическая гребля» // режим доступа: <https://barberjonny.ru/greblya-eto-aerobnaya-nagruzka-sportivnoe-pitanie-i-gidratiaciya.html> свободный, дата обращения 9.11.2022

**SPORTS ACTIVITY AS A FACTOR IN THE DEVELOPMENT
OF STUDENTS' HEALTH ON THE EXAMPLE OF THE ACTIVITY OF THE ROWING
CLUB OF THE VOLGA STATE UNIVERSITY OF WATER TRANSPORT**

S. Serebryakov

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Annotation. This article examines the factors contributing to the preservation and development of health among students, their involvement in extracurricular activities of higher educational institutions.

Keywords: physical culture and sports, health, rowing.

**ВЛИЯНИЕ ТИПА ТРЕНИРОВКИ И СТЕПЕНИ НАГРУЗКИ
В РАЗНЫЕ ПЕРИОДЫ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА
НА ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ СПОРТСМЕНОВ
САМБИСТОВ НАЧАЛЬНОЙ ГРУППЫ ПОДГОТОВКИ
И СПОРТСМЕНОВ ВЫСШЕЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

Р.В. Сидоров

Уральский государственный экономический университет

Д.А. Корюкин

Курганский государственный университет

Аннотация. Проведена оценка функциональных изменений у лиц, занимающихся борьбой самбо, имеющих различный уровень подготовки. В исследовании были определены некоторые физиологические показатели спортсменов (артериальное давление, частота сердечных сокращений, систолический объем крови, минутный объем крови, задержку на вдохе и выдохе) в зависимости от типа тренировки и степени нагрузки в разные периоды тренировки. Юноши начальной группы подготовки, достоверно отличались по показателям в основной части тренировки по сравнению с показателями на начало тренировки. Показатели юношей высшей квалификации имели достоверные изменения в основном по периодам тренировки перед соревнованием.

Ключевые слова: физическая подготовка спортсменов, борьба самбо, физиология человека.

Высокий уровень общей физической подготовленности создает возможность максимально проявить функциональные возможности организма при выполнении упражнений специального уровня физической подготовки. Общая физическая подготовка всесторонне расширяет физические характеристики в том числе и спортсмена самбиста, что позволяет увеличивать нагрузку, способствует росту спортивных результатов.

Специальная физическая подготовка спортсменов, занимающихся борьбой самбо направлена на развитие физических качеств, проявляемых в выполнении специфических для борьбы действий. Она используется как составная часть всего учебно-тренировочного процесса на всех этапах учебной и тренировочной работы, включая соревновательный.

Средствами специальной подготовки являются упражнения по выполнению элементов, частей приемов и фрагментов борцовской схватки, направленных на повышение возможностей занимающихся в проведении отдельных специальных действий в избранном виде спорта.

Внешнее сходство упражнений специальной подготовки с элементами борьбы еще не гарантирует их успешного применения. Правильность использования упражнений проверяется при проведении приемов на тренировке и особенно в условиях проведения соревнований.

Участие в соревнованиях способствует отбору наиболее эффективных схем действий, подбору подходящих упражнений для правильного направления в применении средств специальной подготовки. С этой целью организуются специальные контрольные соревнования по самбо по специально составленным программам физической подготовки.

Целью исследования явилось сравнение функциональных изменений у юношей начальной группы подготовки и у спортсменов высшей квалификации (КМС и МС) в зависимости от интенсивности физической нагрузки.

В исследовании приняли участие борцы-самбисты ($n=27$), занимающиеся в группах начальной подготовки и спортсмены высшей квалификации (16-21 год). Все испытуемые состояли на учете в Областном врачебно-физкультурном диспансере города Екатеринбурга и Кургана, были отнесены к основной медицинской группе и на момент исследования жалоб на здоровье не предъявляли.

В ходе исследования, у обследованных лиц определяли следующие показатели: артериальное давление (АД); частоту сердечных сокращений (ЧСС); систолический объем крови (СО); минутный объем крови (МОК); задержку вдоха (ЗД вд); задержку выдоха (ЗД выд). [3] Все измерения проводились в различные периоды тренировки: вводно-подготовительной основной и заключительной. Кроме того, эксперимент проводился в зависимости от типа тренировки: учебно-тренировочная и тренировка перед соревнованием.

В ходе нашего исследования частота сердечных сокращений при обычной тренировке существенно не менялась у спортсменов более высокой квалификации, а у юношей начальной группы подготовки, достоверно изменились показатели в основной части по сравнению с началом тренировки на 11,4% (рис. 1). Реакции на стационарные нагрузки у более тренированных спортсменов характеризуются следующими особенностями (все показатели деятельности функциональных систем в начале работы оказываются выше, чем у менее тренированных, в процессе работы уровень физиологических сдвигов менее высок). [1, 5]

На тренировке перед соревнованием также не отмечено существенной динамики частоты сердечных сокращений у спортсменов КМС и МС. Но наблюдается большой подъем данного показателя в основной части тренировки, что можно объяснить уровнем функционального состояния организма и предстартовым состоянием. Далее ЧСС уменьшается на 4%, что

говорит об адаптивности организма спортсменов данной квалификации. У самбистов начального уровня подготовки ЧСС достоверно изменилось по сравнению с водной частью тренировки перед соревнованием (увеличилось на 33%). Далее оставалось на том же уровне до конца занятия. Это говорит о несовершенном механизме приспособляемости сердечно – сосудистой системы у юных спортсменов.

В результате исследований отмечены достоверные различия в систолическом давлении испытуемых, находящихся в группах разного уровня подготовки. В начале тренировки у самбистов начального уровня подготовки СД ниже на 15%, чем у КМС и МС. В основной и заключительной частях составляет 11%. Такие различия в СД в зависимости от возраста и уровня квалификации отмечают многие авторы.

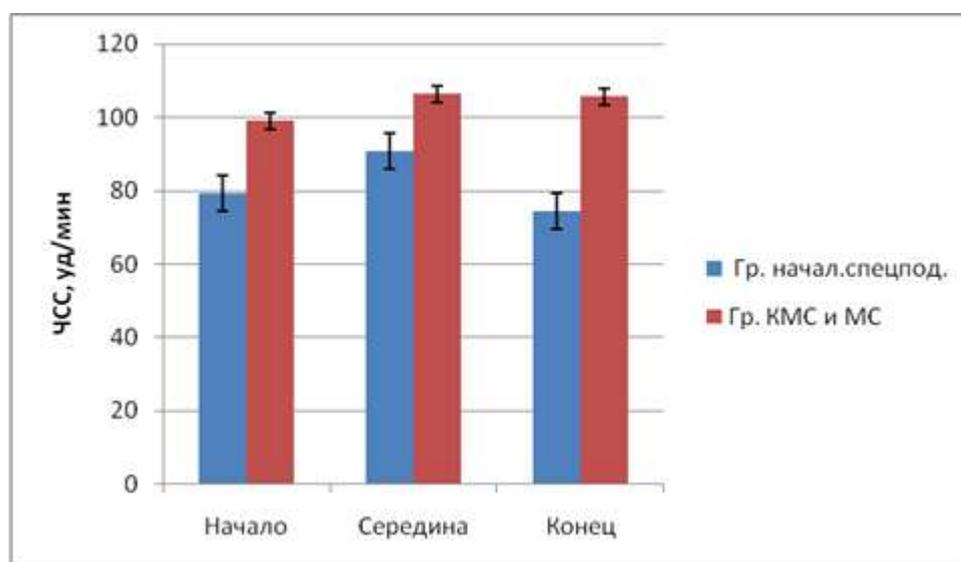


Рис. 1. Динамика частоты сердечных сокращений в зависимости от периодов обычной тренировки

По сравнению со взрослыми функциональные резервы сердечно – сосудистой системы у юных спортсменов являются причиной того, что одна и та же работа выполняется менее экономично. Это проявляется в том, что юные спортсмены приспособляются к работе за счет учащения ЧСС и меньшего объема СД, чем это наблюдается при аналогичных нагрузках у взрослых. Многие исследователи, пришли к выводу, что у тренированных людей повышение АД менее выражено, чем у нетренированных, выполняющих ту же мышечную работу (рис. 2).

На обычной тренировке мы наблюдали понижение СО в старшей возрастной группе. Это объясняется адаптацией их к нагрузкам, так как тренированный организм более экономично расходует свои резервы.

На тренировке перед соревнованием наблюдалась аналогичная динамика. В водной части у юношей младшей возрастной группы: в водной части 71,5 мл, в основной части понижение данного показателя на 8%, а в заключительном

периоде тренировки СО увеличился на 2 % по сравнению с водной частью. Это объясняется спецификой тренировки данного вида спорта. СО зависит от положения тела и при переходе из положения лежа в положение стоя систолический объем понижается. Это происходит в результате затруднения венозного притока к сердцу.

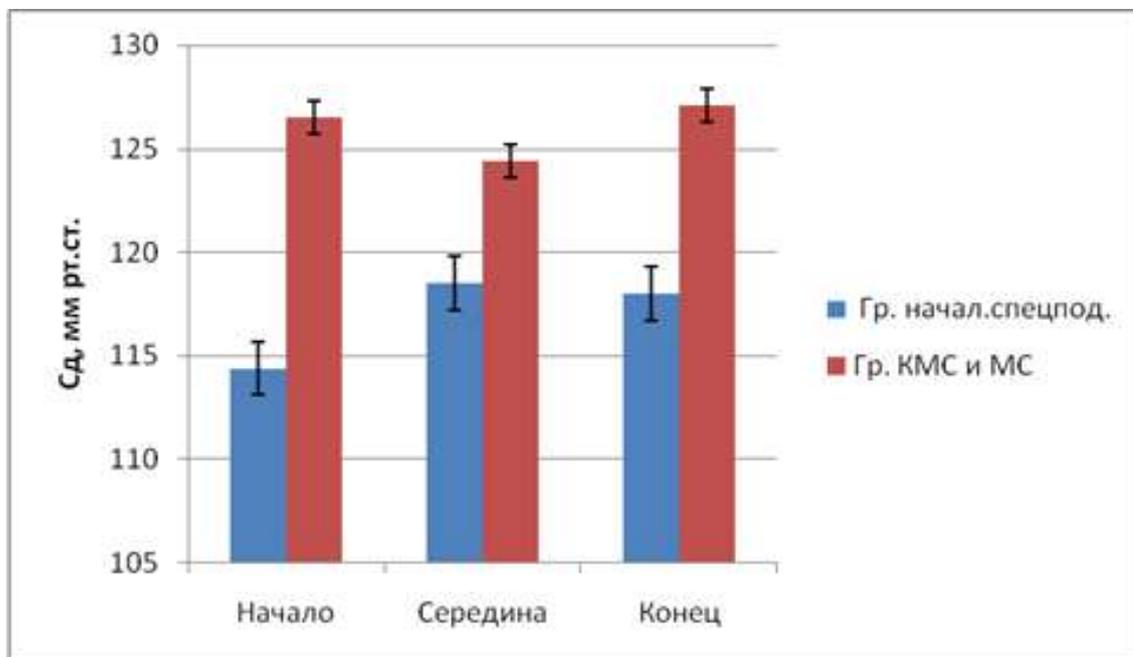


Рис. 2. Динамика систолического давления в зависимости от периодов тренировки перед соревнованием

У испытуемых начального уровня подготовки на обычной тренировке мы наблюдали повышение МОК на 7 % в основной части по сравнению с водной и понижение в заключительной части 7 % по сравнению с началом. У этих самбистов организм еще недостаточно адаптирован. У юношей КМС и МС наблюдается иная тенденция, понижение данного показателя в основной части на 8 % по сравнению с водной, затем МОК увеличивается в направлении заключительной части тренировки. Стадия адаптированности организма в значительной мере тождественно состоянию его тренированности. Работоспособность спортсменов стабильна и даже увеличивается. [4]

В связи с эмоциональными нагрузками происходит возбуждение симпатoadренальной системы, за счет чего увеличивается кровоток. В нашем исследовании мы наблюдали, что уровень МОК на протяжении всей тренировки перед соревнованием увеличивался у юношей младшей возрастной группы: в основной части на 27 % и в заключительной на 30 % по сравнению с началом занятия. У самбистов высшей квалификации МОК достоверно не изменялся (рис. 3).

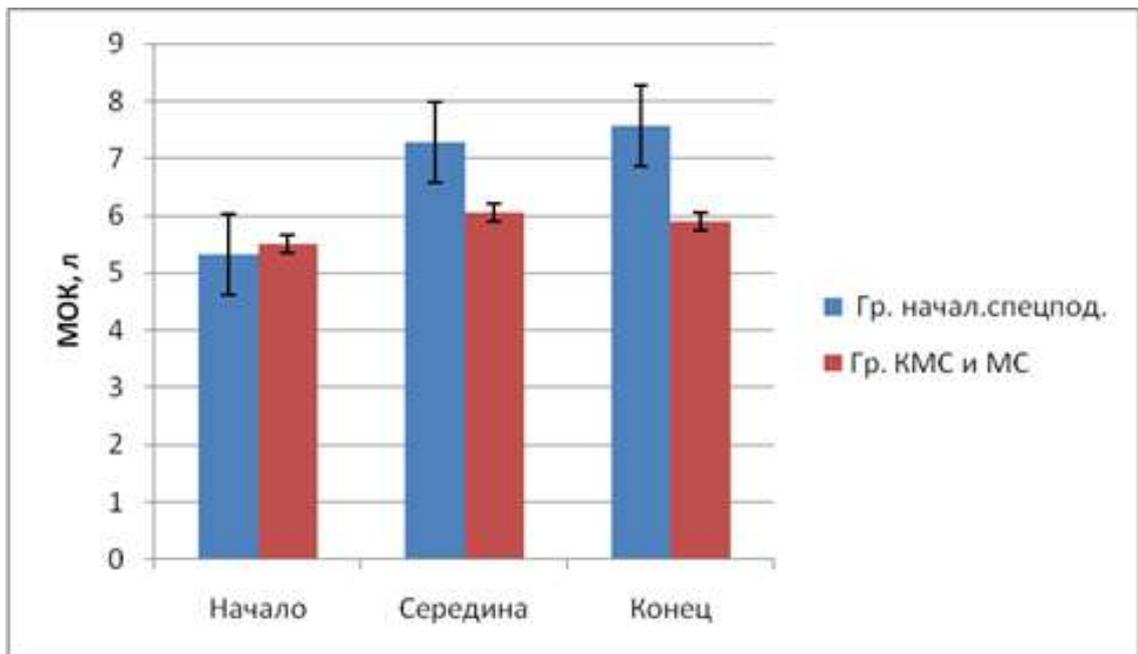


Рис. 3. Динамика МОК в зависимости от периодов тренировки перед соревнованием

К концу тренировки перед соревнованием функция данной системы понижалась у юных спортсменов на 44%, у КМС и МС на 33% по сравнению с началом тренировки (рис. 4). С возрастом и уровнем тренированности увеличивается длительность дыхательного цикла, снижается чувствительность дыхательного центра к недостатку кислорода и избытку углекислого газа. Совершенствуется регуляция дыхания, экономизируются дыхательные реакции на нагрузки. На обычной тренировке показатели задержки выдоха юных спортсменов достоверно ниже, чем у юношей высшей квалификации в среднем на 30 %. Следует также помнить, что дыхательный функции испытывают некоторые трудности в период полового созревания (рис.5). Задержка роста грудной клетки, при значительном вытягивании тела, затрудняет дыхание у подростков. Повышение возбудимости дыхательного центра и временные нарушения регуляции дыхания вызывает у юношей, находящихся в переходном возрасте особую непереносимость кислородного дефицита. На тренировке перед соревнованием наблюдается понижение показателей в зависимости от интенсивности нагрузки. [2]

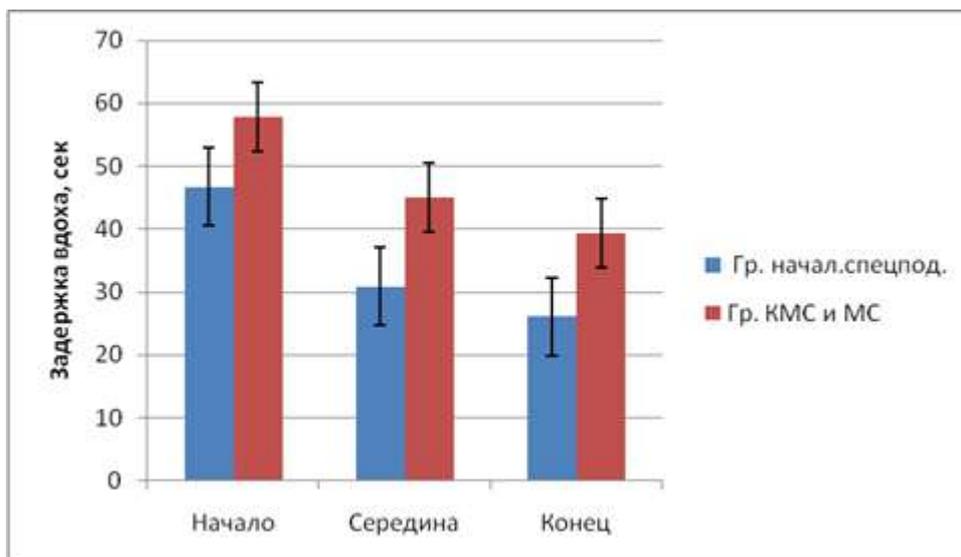


Рис. 4. Динамика изменений задержки вдоха в зависимости от периодов тренировки перед соревнованием

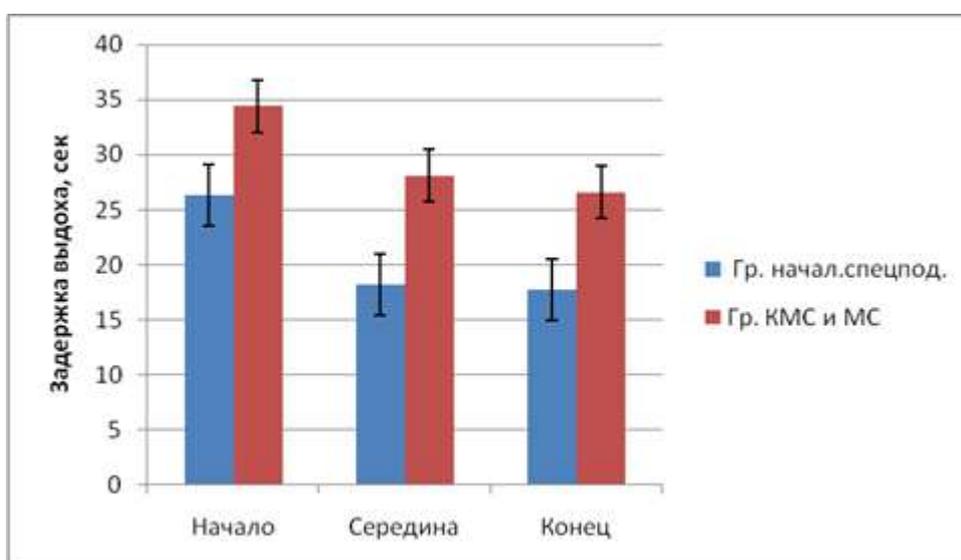


Рис. 5. Динамика изменений задержки выдоха в зависимости от периодов обычной тренировки

Определяемые физиологические показатели (ЧСС, задержка дыхания на вдохе, на выдохе, $\dot{V}O_2$) у испытуемых при увеличении интенсивности тренировки любого типа достоверно изменялись. Так, например, частота сердечных сокращений при обычной тренировке существенно не менялась у спортсменов более высокой квалификации, а у юношей начальной группы подготовки, достоверно изменились показатели в основной части по сравнению с началом тренировки. У юношей высшей квалификации (КМС и МС), достоверные изменения ЧСС отмечены только в период тренировки перед соревнованием.

У КМС и МС выявлены тенденции к незначительному повышению показателей $\dot{V}O_2$ и МОК к середине тренировки и небольшому снижению их к

концу тренировки, что является показателем адаптации организма к тренировочным нагрузкам.

Список литературы

1. Князев, В.М. Физическая культура в высших учебных заведениях России: учебное пособие / В.М. Князев, С.С. Прокопчук. – Санкт-Петербург: НИУ ИТМО, 2013. – 167 с.
2. Ненашева, А.В. Устойчивость к гипоксии и вестибулярная устойчивость воспитанников и воспитанниц 6-14 лет социально-реабилитационного центра / А.В. Ненашева [и др.] // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура. – 2007. – № 2(74). – С. 120-124.
3. Сидоров, Р.В. Адаптационные механизмы в сфере двигательной активности и функционального состояния у занимающихся единоборствами в группах начальной подготовки в процессе выполнения тренировочных занятий / Р.В. Сидоров // Интеграция науки и спортивной практики в единоборствах : Материалы XXI Всероссийской с международным участием научно-практической конференции молодых ученых, посвящённой памяти заслуженного мастера спорта СССР, заслуженного тренера СССР, профессора Евгения Михайловича Чумакова, Москва, 16 февраля 2022 года. – Москва: Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, 2022. – С. 136-141.
4. Шаханова, А.В. Студенческий спорт, адаптация, кардиореспираторная система / А.В. Шаханова, С.С. Гречишкина. – Майкоп: Адыгейский государственный университет, 2015. – 155 с.
5. Юров, Ю.Н. Кластерно-модульный метод в физическом воспитании студентов с ослабленным здоровьем: специальность 13.00.04: диссертация на соискание ученой кандидата педагогических наук / Юров Юрий Николаевич. – Тамбов, 2007. – 161 с.

INFLUENCE OF THE TYPE OF TRAINING AND THE DEGREE OF LOAD DURING DIFFERENT PERIODS OF THE TRAINING PROCESS ON THE PHYSIOLOGICAL INDICATORS OF SAMBO ATHLETES IN THE INITIAL TRAINING GROUP AND ATHLETES OF THE HIGHEST QUALIFICATION

R. V. Sidorov

Ural State University of Economics

D. A. Koryukin

Kurgan State University

Abstract. An assessment of functional changes in persons engaged in sambo wrestling with different levels of training was carried out. The study determined some physiological parameters of athletes (blood pressure, heart rate, systolic blood volume, minute blood volume, delay in inhaling and exhaling) depending on the type of training and the degree of load during different periods of training. The boys of the initial training group significantly differed in terms of indicators in the main part of the training compared to the indicators at the beginning of the training. The indicators

of highly qualified young men had significant changes mainly in the periods of training before the competition.

Keywords: physical training of athletes, sambo wrestling, human physiology.

КРИЗИС МЕЖДУНАРОДНОГО ТУРИЗМА В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЯЮЩИХСЯ ФАКТОРОВ ВНЕШНЕЙ СРЕДЫ

А.С. Сизикова

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. Туризм, один из секторов экономики, который в период международных кризисов страдает в первую очередь. В наибольшей степени развитие международного туризма сдерживают негативные факторы внешней среды, такие как политика, экономика, угроза безопасности при распространении инфекций. В статье рассмотрены и систематизированы основные факторы, влияющие на банкротство белорусских туристических компаний в период распространения инфекции COVID-19.

Ключевые слова: международный туризм, внешняя среда, пандемия, COVID-19, туристическая компания, банкротство, кризис.

Туризм, так же, как и другие секторы экономики в период международного кризиса несет большие убытки. Особенностью туризма как сферы экономики является то, что он легко реагирует на угрозы, достаточно уязвим, а период его восстановления относительно непродолжительный. В наибольшей степени на развитие туризма оказывают влияние негативные внешние факторы. Основными среди этих факторов являются:

- 1) международный терроризм,
- 2) мировые спады в экономике,
- 3) изменение курса национальной валюты,
- 4) различия в национальных и мировых туристических нормах,
- 5) эпидемии инфекционных заболеваний.

Всемирная туристская организация UNWTO утверждает, что рост экономических показателей более чем на 4 % в год приводит к увеличению туристических прибытий в страну. Если же экономический рост снижается до 2 %, то наблюдается существенное сокращение путешествий [1].

Все эти факторы приводят к снижению мировых туристических потоков, что в свою очередь усиливает конкуренцию в туризме. Для управления данной сферой, необходимо участие государственных органов управления, так как имеется необходимость координации отрасли и создание туристической инфраструктуры, которая требует больших финансовых затрат.

Эластичность спроса в сфере современного туризма является главным фактором устойчивости. У потребителей создается постоянная потребность в отдыхе и путешествиях. Даже в период экономического спада, туристический поток не достигает показателей абсолютного нуля, наоборот, в этот момент растет спрос на бюджетные туры. Если же внешним фактором негативного влияния является политическая обстановка в стране и мире, то распределение

туристического потока переходит в другое направление или во внутренний туризм.

UNWTO в июне предоставила отчет об исследовании сферы туризма за период январь-май 2021 года. По результатам исследования количество международных поездок сократилось на 85 % по сравнению с 2019 годом, а число прибытий международных туристов снизилось на 65 %. В указанный период было зафиксировано на 147 млн меньше туристических прибытий, чем за аналогичный период в 2020 года и на 460 млн меньше, чем в 2019 году. Наиболее пострадавшим регионом стал Азиатско-Тихоокеанский регион, в котором количество туристических прибытий снизилось на 95 % по сравнению с 2019 годом [1]. Помимо снижения количества туристических прибытий и прибыли государства от туристической деятельности, значительные убытки понесли и частные туристические компании.

В Республике Беларусь в последние 10 лет прослеживается тенденция к росту и развитию сектора туризма, что свидетельствует о его высоком потенциале. Если еще 5 лет назад вклад туристической индустрии в ВВП страны составлял 0,5 %, то по итогам 2019 г. этот показатель составил 2,2 %. Въездной туристический поток за 2019 г. – 11 832,1 тыс. поездок, выездной – 9221,2 тысяч. Для сравнения, в 2016 г. въездной поток составлял 10 935,4 тыс., а выездной – 8 339,6 тыс. поездок [2]. Согласно Национальной стратегии развития туризма, вклад туризма в ВВП к 2035 г. составит 3,1 % [3], что еще раз подтверждает его значимость как сферы экономики.

В целом мировой и, в частности, белорусский туризм ежегодно показывал значительный рост. Прогнозы на 2020 г. также имели положительную тенденцию – рост мирового туристического сектора на 3-4 %. Однако в этот период функционирование сферы туризма происходило в нетипичных условиях – в период пандемии, вызванной распространением новой коронавирусной инфекции COVID-19, произошло беспрецедентное снижение туристических прибытий: от 65 % в Америке, до 95 % в Азии и Тихоокеанском регионе [1]. 30 января 2020 г. ряд стран ввел ограничительные и запретительные меры, в том числе прибегли к закрытию государственных границ. Республика Беларусь не вводила карантинные и ограничительные меры, государственные границы были открыты до ноября 2020 года.

Белорусский туристический рынок прогнозируемо демонстрировал падение туристических потоков как на аутгониговом направлении, так и на инкаминге. Несмотря на позитивные изменения, коснувшиеся либерализации визового режима для граждан 80 государств, создания безвизовых зон и популяризации туристического потенциала страны, Республика Беларусь относится к периферии мирового туристического пространства. Соответственно, слабо развитая туристическая сфера страны оказалась крайне уязвима для негативных последствий пандемии коронавируса. Согласно данным Республиканского союза туристических организаций, падение в первые 9 месяцев 2020 года составило 98 % на инкаминге и 80 % на аутгоинге [5], что выглядит катастрофически.

Негативные последствия пандемии коронавируса для международного туризма являются глобальными, что может привести к трансформации мирового туристического пространства (изменение центр-периферийной модели организации мирового туристического пространства) [6].

Белорусский туристический рынок находится в крайне неустойчивом положении: отсутствие государственной поддержки, катастрофическое падение объемов продаж, неопределенность времени восстановления отрасли, серьезная финансовая нагрузка (отсутствие налоговых «каникул» и невозможность реструктуризации долговых обязательств) и реальные угрозы банкротства значительной части туристических предприятий свидетельствуют о бедственном положении туристического рынка.

Специалисты индустрии туризма главной причиной банкротства туристических компаний в Беларуси называют следующие факторы:

- 1) экономический спад,
- 2) девальвация национальной валюты,
- 3) повышение стоимости использования IT-технологий в туризме.

Изменения курса национальной валюты является наиболее влиятельным фактором: цены на услуги на зарубежных курортах привязаны к иностранным валютам (американский доллар и евро), следовательно рост курса валют увеличивает стоимость путевки в национальной валюте. Помимо этого актуальной проблемой в летнем сезоне стали авиаперелеты. В связи с проведение спецоперации на территории Украины, самолетам необходимо совершать облет бесполетной территории, делать дозаправку в аэропортах на пути следования. Эти факторы увеличивают стоимость авиабилетов. Также влияние оказывают и международные санкции, наложенные на самолеты авиакомпаний Белавиа. Многие лизинговые судна компании приостановили свою работу, в связи с чем, образовалась нехватка судов на все рейсы и направления. Это привело к снятию части полетной программы не только регулярных, но и чартерных рейсов. Именно комплекс этих факторов может привести к потерям туристических компаний, и, как следствие, банкротству.

Влиянию затяжного кризиса 2020-2022 годов подверглись не только маленькие туристические агентства: их количество снизилось на 12 % по отношению к 2019 году, но и крупные туристические операторы, количество которых уменьшилось на 8 %. Как ответ на экономический кризис, вызванный пандемией коронавируса COVID-19, правительство страны разработало программу о поддержке экономики (указ Президента Республики Беларусь №143 от 24.04.2022), но для поддержки малого бизнеса в туристической сфере этого оказалось недостаточно. Например, из 1544 организаций, осуществлявших туристическую деятельность в 2019 году, к 2021 году сохранилось 1315 [2, с. 11; 7, с. 11]. Практика выхода туристических организаций из кризисных ситуаций показала, что имеется значительная разница между туристическим агентством и туристическим оператором: если турагентские предприятия более гибкие и могут приспособливаться к ситуации быстрее, то у крупных компаний больше обязательств и затрат на текущую

деятельность, оплату труда и дополнительных расходов. Это также может являться одной из причин ухода с рынка некоторых компаний.

Выводы. Сложившаяся ситуация на рынке международного туризма в комплексе является следствием влияния множества факторов внешней и внутренней среды. Под наибольшим давлением оказались компании, которые не были финансово готовы к возникновению кризиса. Также подверглись влиянию и те компании, деятельность которых не была структурирована, была выбрана стратегия управления, не учитывающая внешние риски. Не смотря на необходимую помощь государства, туристическим компаниями требуется самостоятельно выбирать эффективные стратегии работы на рынке, методы конкурентной борьбы, ценовую политику и уделять нужное внимание работе с клиентами компании, как реальными, так и потенциальными. А взаимодействие с государственными органами может обеспечить не только выживание туристической сферы во время кризиса, но и ее развитие.

Список литературы

1. UNWTO, Excerpt Global Tourism Sees Upturn in Q3 2021 but Recovery Remains Fragile / Excerpt UNWTO // World Tourism Barometer. – 2021. – № 6. – P. 1-2
2. Туризм и туристические ресурсы в Республике Беларусь : буклет / Нац. стат. ком. Респ. Беларусь. – Минск : Белстат, 2022. – 31 с.
3. Национальная стратегия развития туризма в Республике Беларусь до 2035 года [Электронный ресурс] / Интернет-портал М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь. – Режим доступа: https://www.mst.by/uploads/files_news/strateg-1671.pdf. – Дата обращения: 18.10.2022.
4. Международный туризм в условиях мирового финансового кризиса. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: https://www.yaneuch.ru/cat_107/mezhdunarodnyj-turizm-v-usloviyah-mirovogo/392747.2672447.page2.html. – Дата обращения 11.10.2022.
5. Катастрофический сезон: как белорусская туротрасль переносит пандемию коронавируса [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rest.ej.by/competent/2020/10/28/katastroficheskiy-sezon-kak-belorusskaya-turotrasl-perenosit.html>. – Дата обращения: 10.10.2022.
6. Тарасенок, А.И. Геоэкономика туризма. – Минск: Новое знание; М.: ИНФРА-М, 2011. – 272 с.
7. Туризм и туристические ресурсы в Республике Беларусь : буклет / Нац. стат. ком. Респ. Беларусь. – Минск : Белстат, 2020. – 31 с.

THE CRISIS OF INTERNATIONAL TOURISM IN THE CONDITIONS OF CHANGING ENVIRONMENTAL FACTORS

A. Sizikova

Belarusian State University of Physical Culture

Abstract. Tourism, one of the sectors of the economy, suffers first during international crises. To the greatest extent, the development of international tourism is hindered by negative

environmental factors, such as politics, the economy, the threat of security in the spread of infections. The article examines and systematizes the main factors influencing the bankruptcy of Belarusian travel companies during the spread of the infection with COVID-19.

Keywords: international tourism, external environment, pandemic, COVID-19, travel company, bankruptcy, crisis.

ПЕРЕХОД ОТ «ЛАЗЕРА» К «ILCA» – ВЛИЯНИЕ СМЕНЫ БРЕНДА НА ПОДГОТОВКУ ЯХТСМЕНОВ

В.А. Симакин, И.В. Русакова

*Национальный государственный университет физической культуры,
спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта*

Аннотация. В статье представлены результаты анализа научной литературы с целью сравнения понятий класса «Лазер», которые дают научные деятели, тренеры и спортсмены, а также описаны факторы появления нового класса – «ILCA». Особое внимание уделено характеристикам класса «Лазер» и его вооружению. Выделены характерные особенности и уровень развития физических качеств, которыми должен обладать яхтсмен данного класса. В статье приведены примеры видов спорта, упражнения по специальной физической подготовке из которых могут применяться в тренировочном процессе яхтсменом класса «Лазер».

Ключевые слова: класс «Лазер», парусный спорт, яхта-одиночка, специальная физическая подготовка, характеристики класса «Лазер», класс «ILCA».

Класс «Лазер» входит в программу Олимпийских видов спорта, разработанный Брюсом Керби, как швертбот, который легко транспортировать, имея в своем распоряжении только машину. Данный класс стал популярным, за свои технические характеристики, которые подтверждают ряд тренеров, научных деятелей и яхтсменов:

Фролов Игорь Иванович, мастер спорта СССР, президент таганрогской федерации парусного спорта, а также чемпион СССР в классе «Луч» (советский аналог класса «Лазер»), в своей диссертации дает следующее определение классу «Лазер»: «Швертбот класса «Лазер» – это малая гоночная яхта – одиночка. Конструктивные особенности этой яхты определяют ее высокую маневренность, несущественные для других швертботов изменения ветроволновой обстановки, мелко-вариативные трансформации позы гонщика и его мышечных усилий практически мгновенно отражаются в скоростных характеристиках движения швертбота класса «Лазер»» [2]. Достаточно полное определение, в котором Фролов И.И. делает акцент на том, что любое изменение в лодке и за ее бортом сказывается на скорости яхты.

Тренеры Санкт-Петербургской академии парусного спорта, Шаталов Роман Александрович и Старцев Андрей Николаевич, работающие со спортсменами класса «Лазер», говорят о том, что: «Лазер – это одноместный гоночный швертбот. Это лёгкая и удобная в транспортировке яхта [4]. Тренеры

подчеркивают важные особенности необходимые для гоночной яхты, а именно: ее легкость и удобство транспортировки.

Мастер спорта по парусному виду спорта, Ломатченко Валерия Руслановна, выступавшая в классе «Лазер», дает следующее определение данному швертботу: «Класс «Лазер» – олимпийский класс яхт, с экипажем 1 человек. Класс монотип, позволяющий увеличивать скорость яхты только за счёт техники рулевого. Физически сложный класс». Стоит обратить внимание, что спортсмен такого высокого уровня обращает внимание на физическую составляющую рулевого в данном классе.

Исходя из проанализированной литературы и интернет-источников, можно дать следующее определение: «Класс яхт «Лазер» – это одноместный швертбот-монотип, являющийся гоночным олимпийским классом, имеющий вооружение типа кэт, обладающий очень легкой и динамической конструкцией».

Класс «Лазер» имеет ряд модификаций, таких как: «Лазер-Стандарт», «Лазер 2», «Лазер 4.7», «Лазер 4000», «Лазер Пико», «Лазер-Радиал», «Лазер SB3» и «Лазер Vortex». Самыми известными модификациями «Лазера» являются «Лазер 4.7», «Лазер-Радиал» и «Лазер-Стандарт». Класс «Лазер 4.7» разработан для юных спортсменов весом от 45 до 65 килограмм, обычно перешедших с класса «Оптимист», класса «Зум-8», класса «Кадет» и т.п. классов. С ростом мастерства и изменением антропометрических параметров яхтсмен переходит на более взрослые модификации «Лазера», такие как: «Лазер-Радиал» и «Лазер-Стандарт», которые являются олимпийскими классами. В программе олимпийских игр в классе «Лазер-Радиал» гоняются исключительно девушки, а в классе «Лазер-Стандарт» – юноши.

Разберем по подробней характеристики класса «Лазер».

Анализ технических характеристик класса «Лазер» свидетельствует о том, что класс обладает полностью герметичным корпусом объемом 150 кубических дециметров, данный объем обеспечивает яхту высокими показателями плавучести, что дает яхтсменам возможность быстро «восстанавливать» лодку после опрокидывания во время регаты, вес корпуса составляет 59 кг, с водоизмещением равным 59 килограмм. Корпус яхты сделан из стекловолокна (GRP). Размеры корпусов яхт «Лазер-Радиал», «Лазер 4.7» и «Лазер-Стандарт» одинаковы и их параметры составляют в длину 4 метра 20 сантиметров, а в ширину составляют 1 метр 39 сантиметров, осадка 80 сантиметров.

Парусное вооружение представлено одним парусом типа кэт, у «Лазер-Радиала» площадь паруса составляет 5,76 квадратных метра, при рекомендованном весе рулевого от 55 до 70 килограмм, а у «Лазера-Стандарт» площадь паруса составляет 7,06 квадратных метра, при рекомендованном весе рулевого от 72 до 83 килограмм.

Так как класс «Лазер» – это одиночный класс, то яхтсмен должен быть универсальным гонщиком, потому что он один за все отвечает на яхте.

Универсальный яхтсмен-гонщик в классе «Лазер» должен обладать высоким уровнем развития таких специальных физических качеств, как общая выносливость, статическая выносливость икроножных мышц, четырехглавых мышц бедер, прямых мышц живота и широчайших мышц спины, динамической выносливостью прямых мышц живота, прямых мышц спины, четырехглавых мышц бедер и икроножных мышц, ловкостью, а также высокоразвитыми скоростно-силовыми качествами. Кроме того, ему необходимо иметь минимальные абсолютные и дифференциальные пороги раздражения двигательного анализатора и высокую устойчивость вестибулярного анализатора, а также совершенность механизма отсчета времени [3].

Для развития общей выносливости необходимо использовать циклические виды спорта, такие как: спортивная ходьба, бег на средние и длинные дистанции, марафонский бег, велоспорт, плавание, гребля на академических лодках, байдарках, каноэ, лыжный спорт, конькобежный спорт, биатлон, триатлон, спортивное ориентирование [1].

При развитии статической выносливости мышц ног, живота и спины можно использовать: пауэрлифтинг, гиревой спорт, спортивную гимнастику и кроссфит, а для развития статической выносливости мышц ног, живота и спины можно использовать: лыжный спорт, альпинизм, бег, плавание, велосипед, роллерный спорт, греблю.

Высокоразвитые скоростно-силовые качества развивают спортивные игры – футбол, баскетбол легкая атлетика (спринт, прыжки, бег, многоборье), коньки (спринт), современное пятиборье, гимнастика, фигурное катание, тяжелая атлетика и т.д.

Многие успешные и знаменитые яхтсмены пришли в парусный спорт из других видов спорта, то есть, их организм уже был готов к управлению яхтой и участию в гонках, в частности «Лазером» в той или иной степени, так как они занимались видами спорта, которые развивают ряд физических качеств необходимых для определенного класса.

В ноябре 2021 года класс «Лазер» получил новое название – «ILCA», соответственно «Лазер-Радиал» стал называться «ILCA-6», а «Лазер-Стандарт» – «ILCA-7». Данное событие было обусловлено конфликтом между производителем данного класса швертботов Laser Performance и ILCA – международной ассоциацией класса «Лазер» (International Laser Class Association). Конфликт произошел из-за большого количества яхтсменов, участвующих в Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро в 2016 году, жалующихся на то, что яхты по своим техническим характеристикам сильно отличаются от общепринятых характеристик. В следствии данного инцидента международная ассоциация класса «Лазер» запросила допуск на верфи Laser Performance, для контроля качества производства яхт, но получила отказ.

Права на бренд Laser принадлежат Laser Performance и соглашение, по которому ILCA могла использовать этот бренд перестали действовать в августе 2019 года. Тем самым ILCA создала «новый» бренд, права на который принадлежат только самой ассоциации, при этом не внося никаких технических характеристик в конструкцию швертбота «Лазер».

Таким образом, в предстоящих олимпийских играх 2024 года в Париже пройдут соревнования на прежних швертботах только под другим названием – «ILCA». Смена названия никак не повлияет на подготовку яхтсменов, специализирующихся в данном виде олимпийской программы, так как произошла смена бренда, а не технических характеристик самого швертбота.

Список литературы

1. Сбитнева О.А. Виды спорта на выносливость, стимулирующие оздоровительно-тренировочный процесс, *Международный журнал гуманитарных и естественных наук*. 2019. №39. 138-140 с.
2. Фролов И.И. Формирование координационных способностей яхтсмена-гонщика в классе швертботов «Лазер». Диссертация на соискание степени кандидат педагогических наук. Таганрогский технологический институт Южного федерального университета, Майкоп, 2008.
3. Фролов И.И. Характеристики универсального яхтсмена-гонщика в классе «Лазер». *Вестник спортивной науки*. 2007. №4. 10-12 с.
4. Шаталов Р.А., Старцев А.Н. Класс «Лазер». *Академия парусного спорта*. URL: <https://www.sailing-academy.ru/klassyi/klassyi-yacht/laser> (дата обращения 07.02.2022).

TRANSITION FROM LASER TO ILCA – IMPACT OF BRAND CHANGE ON SAILORS' TRAINING

V. Simakina, I. Rusakova

Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health

Abstract. This article presents the results of an analysis of the scientific literature to compare the concepts of the Laser class given by academics, coaches, and athletes, and describes the factors behind the emergence of the new class, the ILCA. Particular attention is paid to the characteristics of the Laser class and its armament. The characteristic features and the level of development of physical qualities, which the yachtsman of this class should possess, are highlighted. The article gives examples of sports, special physical training exercises from which can be used in the training process by a yachtsman of Laser class.

Keywords: Laser class, sailing, single yacht, special physical training, characteristics of the "Laser" class, ILCA class.

ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ И ЦЕЛИ У ПЛОВЦОВ 13-15 ЛЕТ

К.К. Симанова

Мурманский арктический государственный университет

Аннотация. В статье представлены результаты исследования, цель которого – выявление уровня мотивации и цели занятий пловцов 13-15 лет на базе Комплексной спортивной школы Олимпийского резерва города Мурманск. Рассматриваются проблема занятий плаванием с точки зрения мотивационной сферы спортсмена. Спортсмены с желанием посещают учебно-тренировочные занятия по плаванию несмотря на то, что для части из них занятиям плаванием даются тяжело.

Ключевые слова: мотивация, цель, пловцы 13-15 лет.

Плавание как вид спорта представляет собой уникальный вид физических упражнений и при этом является наиболее массовым видом спорта. Специфика плавания обусловлена тем, что двигательная активность происходит в водной среде – это объясняет прикладную, спортивную, гигиеническую и оздоровительную ценность плавания [2].

Со стороны современного научного и спортивного сообществ выражается большой интерес к исследованию мотивации и цели подростков, занимающихся плаванием [7].

Как и любой вид целенаправленной деятельности человека, занятия спортом, в том числе плаванием, характеризуются определенными целями и мотивами (то, что побуждает к постановке и достижению тех или иных целей) выполнения этой деятельности [4]. По определению К. К. Платонова, мотивы – это психические явления, ставшие побудителями к осуществлению того или иного поступка, действия, поведения.

С раннего возраста необходимо вести активный образ жизни: закаливаться, заниматься физической культурой и спортом, соблюдать правила личной гигиены, добиваться разумными путями подлинной гармонии здоровья [6].

Мотивация к физической активности – особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовки личности и работоспособности. Наряду с вопросами формирования у учащихся мотивации к учению, также необходимо решать вопросы формирования потребности к самостоятельным и систематическим занятиям физической культурой на базе создания представлений о здоровом образе жизни [7].

Цель исследования – определение уровня мотивации и цели занятий пловцов 13-15 лет. Для достижения озвученной цели в ноябре 2022 года было проведено исследование, направленное на выявление уровня мотивации и цели занятий пловцов 13-15 лет на базе Комплексной спортивной школы Олимпийского резерва города Мурманск (КСШОР г. Мурманска).

Для определения уровня мотивации пловцов 13-15 лет использовалось анкетирование по методике Лускановой Н.Г. «Оценка уровня спортивной мотивации школьников», состоящее из 9 вопросов. Данная методика позволяет определить уровень спортивной мотивации школьников и используется исследователями для изучения интереса к физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся и исследования мотивов занятия спортом воспитанников системы дополнительного образования [1, 5]. В нашем исследовании приняло участие десять спортсменов, занимающихся в КСШОР г. Мурманска, возраст спортсменов составляет 13-15 лет. Анкетирование проводилось анонимно.

Анализируя результаты исследования по каждому спортсмену, мы выяснили, что самый низкий балл уровня спортивной мотивации составляет 10, а самый высокий – 23. Таким образом, опираясь на систему балльных оценок разработанной Лускановой Н.Г., уровень мотивации спортсменов, занимающихся в КСШОР г. Мурманска показал, что у большей части

спортсменов (80%) сформировано положительное отношение к занятиям плаванием. Спортсмены посещают учебно-тренировочные занятия для общения с друзьями и тренером, предложенную нагрузку выполняют для поддержания определенного уровня спортивной подготовленности

Для определения цели занятий плаванием спортсменов 13-15 лет КСШОР г. Мурманска было проведено анкетирование. На первые три вопроса: «Нравится ли тебе занятия плаванием? Смогут ли навыки плавания пригодиться тебе в жизни? Надо ли человеку заниматься спортом?» все 10 человек ответили положительно. На остальные вопросы ответы респондентов разделились на положительные и отрицательные.

На вопрос «Планируешь ли ты достичь успехов в плавании?» большая часть спортсменов (90%) ответили «да», и лишь 1 спортсмен (10%) – «нет». 61,5% опрошенных пловцов 13-15 лет планируют связать свою дальнейшую деятельность с занятиями плаванием, а 38,5 % на данный вопрос ответили отрицательно. Для 53,8% спортсменов занятия плаванием приносит удовольствие и не вызывают психологического или физического напряжения, а для 46,2% занятия плаванием даются тяжело.

Распределение ответов респондентов представлено на графиках (рис. 1, рис.2, рис.3).

Результаты анкетирования заставляют задуматься, что одной из самых важных проблем занятий плаванием является формирование мотивации к учебно-тренировочному процессу. Тренировочный процесс требует много мотивов, высоких целей, что позволяет им преодолевать трудности, такие как поддержание режима дня и отдыха, исполнительность и ответственность. Поэтому тренеру необходимо строить тренировочный процесс так, чтобы оно приносило воспитанникам определенное моральное и физическое удовлетворение. Исключительно важно осознанное участие спортсмена в процессе достижения высоких результатов в учебно-тренировочном процессе, основанное на полную самоотдачу и понимание необходимости прорабатываемой работы.

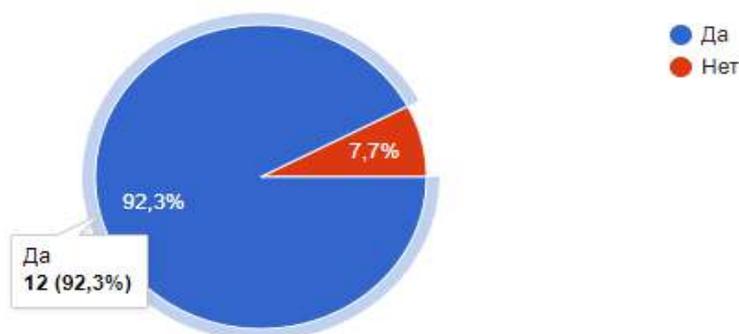


Рис. 1. Результат ответов на вопрос «Планируешь ли ты достичь успехов в плавании?»

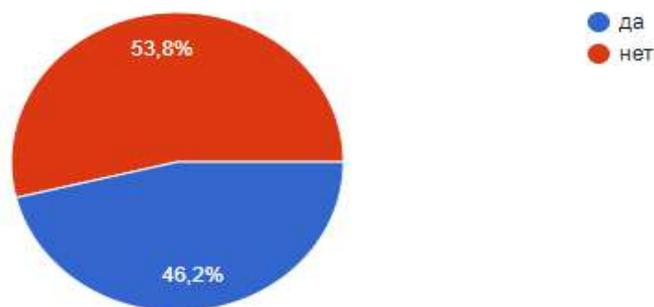


Рис. 2. Результат ответов на вопрос «Тяжело ли тебе даются занятия по плаванию?»

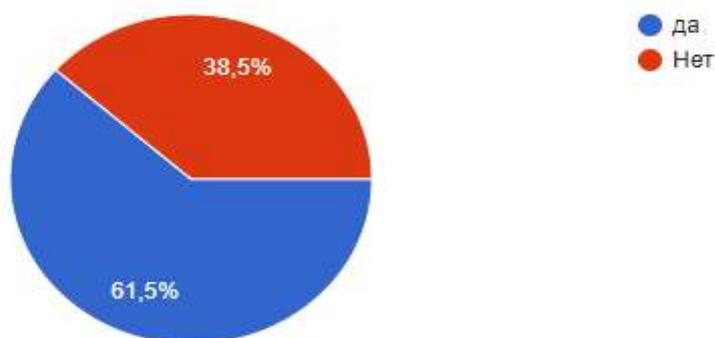


Рис.3. Результат ответов на вопрос «Планируешь ли ты связать свою деятельность с плаванием?»

Отрицательное влияние описанных состояний на эффективность тренировочного процесса объясняет большое внимание тренеров и психологов к их профилактике. Вероятность возникновения состояний монотонии и пресыщения уменьшается, если есть возможность разнообразить работу на тренировках, включить в нее эмоционально насыщенные игровые и соревновательные элементы. Проведение тренировочных сборов на разных базах также снижает однообразие в жизни и подготовке высококвалифицированных спортсменов. Но бывают ситуации, когда выполнение больших объемов не очень интересной однообразной работы оказывается обязательным и неизбежным. Для неустойчивых к монотонии спортсменов это становится дополнительной психической нагрузкой [3].

Подводя итоги озвученных результатов исследования, необходимо отметить, что у большей части пловцов 13-15 лет (80%) сформировано положительное отношение к занятиям плаванием. Спортсмены с желанием посещают учебно-тренировочные занятия по плаванию. Большая часть из опрашиваемых спортсменов (61,5%) целью занятий по плаванию считают продолжение своей профессиональной деятельности в данном виде спорта в перспективе, так как они хотят достичь больших успехов в плавании (90%), несмотря на то, что занятия плаванием для части из них (46,2%) даются тяжело.

Список литературы

1. Блинова, М.Л. Изучение мотивов занятия спортом учащихся системы дополнительного образования [Текст] / М.Л. Блинова, Т.С. Парсаева // Вестник педагогических наук. – 2022. – № 4. – С. 137-142.
2. Еременко, В.Н. Роль физической культуры в жизни человека [Текст] / В.Н. Еременко, А.С. Медведева, А.А. Левченко // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2019. – Т. 8, № 3. – С. 353-355.
3. Крохина, Т.А. Особенности формирования положительного отношения у детей школьного возраста к занятиям плаванием [Текст] / Т. А. Крохина // Грани познания. – 2015. – № 2(36). – С. 74-76.
4. Манжелей, И.В. Физическая культура: компетентностный подход: учебное пособие [Текст]. – М.; Берлин: Ди-рект-Медиа, 2017. – 183 с.
5. Чернова, О. А. Повышение интереса у обучающихся 3-х классов к физкультурно-оздоровительной деятельности [Текст] / О.А. Чернова, А.В. Чуракова, Л.В. Сунагатова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2019. – № 11-2(89). – С. 85-90.
6. Черноусова, О. Ю. Формирование здорового образа жизни у обучающихся Самарского государственного аграрного университета [Текст] / О.Ю. Черноусова, С.Е. Бородачева // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях: Материалы Международной научно-практической конференции, Чебоксары, 20–21 января 2020 года. – Чебоксары: Чувашская государственная сельскохозяйственная академия, 2020. – С. 348-352.
7. Яковлев, Б.П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: учеб. пособие [Текст] / Б.П. Яковлев. – 2-е изд., стер. – М.: Лань, 2019. – 312 с.

MOTIVATION AND PURPOSE RESEARCH FOR SWIMMERS OF 13-15 YEARS OLD

K.K. Simanova

Murmansk Arctic State University

Annotation. The article presents the results of a study aimed at identifying the level of motivation and the purpose of classes for swimmers aged 13-15 years on the basis of the Integrated Sports School of the Olympic Reserve of the city of Murmansk. The problem of swimming lessons is considered from the point of view of the motivational sphere of the athlete. Athletes are willing to attend swimming training sessions despite the fact that for some of them swimming lessons are difficult.

Keywords: motivation, purpose, swimmers of 13-15 years old.

РАЗРАБОТКА МАРКЕТИНГОВОЙ СТРАТЕГИИ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Ю.М. Симдянова, О.Ю. Ангелова

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В данной статье разработана маркетинговая стратегия для развития спортивной организации. Даются характеристики оценки маркетинговой стратегии, предлагается анализ показателей, раскрываются проблемы её отсутствия в спортивной организации. Предложено рассмотреть оптимальное использование возможностей спортивной организации.

Ключевые слова: маркетинговая стратегия, спортивная организация, самокупаемость, эффективность.

Спортивные организации в Нижегородской области имеют некоторые финансовые затруднения и имеют низкую эффективность в коммерческом плане. Такие проблемы испытывают организации, в которых отсутствуют системные знания по управлению спортивной организацией как бизнес-структурой, в том числе по внедрению маркетинговых стратегий для повышения эффективности.

Во-первых, понимая маркетинговую стратегию организации, как долгосрочный маркетинговых целей (например, таких, как становление лидером рынка), становится очевидным, что у каждой компании должен быть детальный стратегический план и комплекс мероприятий для того, чтобы достичь поставленных задач. Также, компания любого масштаба, должна иметь четкие цели собственной маркетинговой стратегии для формирования маршрута по их достижению. Это важно для того, чтобы понимать разницу между стратегией и тактикой. Разработка стратегии в маркетинге включает в себя установление чётких задач и целей, в рамках которых задаётся основа для создания политики маркетинговой деятельности компании. После того, как компания разработала свою собственную маркетинговую стратегию, она может спланировать ежедневную операционную деятельность и тактику для достижения целей. Во-вторых, необходимо подчеркнуть такой современный аспект большинства российских компаний, который относится к организациям сектора малого и среднего предпринимательства, как то, что большая часть организаций не имеет чётко оформленной, в виде внутренней документации маркетинговой стратегии. Следовательно, одной из главных задач для российских компаний должна стать разработка своей уникальной маркетинговой стратегии для того, чтобы иметь возможность превосходить конкурентов в определённых рыночных условиях. [1].

На сегодняшний день достаточно много спортивных организаций в том числе и в Нижегородской области, но есть ряд трудностей, с которыми они сталкиваются во время развития и популяризации спорта. Одна из важных проблем это – самокупаемость этих организаций, а именно умение

существовать и функционировать без федерального и регионального бюджетирования. В этой статье мы разберем данную проблему и разработаем пути решения с помощью разработки маркетинговой стратегии.

Для начала дадим определение, что же такое маркетинговая стратегия? Маркетинговая стратегия – это отправная точка к финансовой независимости спортивной организации. Если спортивная организация решит пойти по пути самоокупаемости своей деятельности, то первое что необходимо сделать – это разработать собственную маркетинговую стратегию. [2]. Одной из основных функций управления является применение стратегического планирования, ведь оно представляет собой процесс, при котором выбирается цель спортивной организации и разработка стратегии для её достижения. Цель разработки стратегии – определение основных приоритетных направлений и пропорций развития спортивной организации, с учетом материальных источников его обеспечения и спроса рынка. [3]. Весь смысл создания маркетинговой стратегии для того, чтобы проанализировать ресурсы, систематизировать работу спортивной организации для повышения эффективности уровня организации массовых мероприятий и других мероприятий, связанных с популяризацией того или иного вида спорта.

Проанализировав выборочно спортивные организации в Нижегородской области и других регионах, основная проблема в спортивных организациях – это отсутствие специализированных кадров, а именно сотрудников, умеющих развивать маркетинговую стратегию.

Изучив зарубежный авторов, которые описывают маркетинговые стратегии, можно сделать вывод, что общей системы развития маркетинговой программы не существует, точнее все достаточно индивидуально в зависимости от рынка сбыта.

Проанализировав особенности спортивной индустрии, а также пользуясь теоретическими знаниями по разработке маркетинговой стратегии, предлагается следующий алгоритм:

1. Анализ текущей ситуации. В данный этап входит анализ внешней среды конъюнктуры рынка, наличие спортивных организаций по данному виду спорта, сбор информации о других спортивных организациях, какие недостатки на основании опроса участников соревнований и зрителей присутствуют в организации.

2. Постановка цели. В этом этапе необходимо определить, что необходимо спортивной организации для выхода на самоокупаемость и при этом повышение популяризации данного вида спорта. Важно точно и грамотно прописать все цели и определить сроки выполнения.

3. Тактика. Здесь главное определить с помощью каких инструментов спортивная организация будет привлекать потенциальных спонсоров и инвесторов. Например, создание коммерческой лиги для проведения соревнований, для компании спонсора – участие бесплатное.

4. Этап планирование. Учитывая иногда нехватку специализированных кадров для создания или поддержания маркетинговой стратегии спортивной

организации, важно распределить все задачи таким образом, чтобы выполнение их можно было проконтролировать. Например, определение источников дохода можно поручить штатному сотруднику председателю или заместителю председателя, а вот обработка анкет по недостаткам и предложениям спортивной организации поручить привлеченному сотруднику. Также важно на данном этапе все поставленные задачи расставить по приоритетам и разработать ключевые показатели по эффективности, использование данных показателей поможет определить эффективность данной стратегии.

5. Контроль. На данном этапе важно установить сроки реализации данной стратегии, назначить ответственных по реализации, и кто будет контролировать исполнение данного процесса.

Разработанная методика проста, но весьма эффективна и может быть применима в любой спортивной организации, потому что адаптивна под спортивную индустрию. Данной методикой можно воспользоваться при отсутствии специализированных кадров, потому что проста в своем применении и при точном анализе внешней среды и конкурентоспособность спортивной организации, эффективность данной стратегии будет максимальна. Выполнение действий, указанных в методике позволит спортивной организации выйти на самоокупаемость и даже больше, на получение прибыли и существовать как самостоятельная единица в коммерческой структуре данной сферы, что так же повысит узнаваемость.

Список литературы

1. «Научно-практический электронный журнал Аллея Науки» №7(23) 2018. Alley-science.ru
2. Антушевич, Е. В. Разработка маркетинговой стратегии спортивной организации / Е. В. Антушевич, Е. Н. Карчевская // Вестник Гомельского государственного технического университета им. П.О. Сухого. 2016. № 3(66). С. 80-86.
3. Котлер, Ф. Маркетинг менеджмент / Ф.Котлер, К. Л. Келлер. СПб. : Питер, 2017. 800 с.

DEVELOPMENT OF A MARKETING STRATEGY FOR A SPORTS ORGANIZATION

Yu. Simdyanova, O. Angelova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. This article has developed a marketing strategy for the development of a sports organization. The characteristics of marketing strategy assessment are given, the analysis of indicators is offered, and the problems of its absence in a sports organization are revealed. It is proposed to consider the optimal use of the possibilities of a sports organization.

Keywords: Marketing strategy, sports organization, self-sufficiency, efficiency.

АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ МЕЖДУНАРОДНОЙ ПОЛИТИКИ НА СПОРТ ВЫСОКИХ ДОСТИЖЕНИЙ

И.В. Скворцов

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского»*

А.С. Кочуров

Приволжский исследовательский медицинский университет

Аннотация. В статье показано, как современный спорт используют в качестве инструмента политического воздействия. Рассматривается взаимосвязь спорта высших достижений и политики, через исторические и современные факты главных международных спортивных стартов Олимпийских игр. В статье на основе ретроспективного анализа, по результатам проведения зимних сочинских Олимпийских игр, представлено мнение обучающейся молодежи об уровне политического влияния на спорт высоких достижений. В заключении делается вывод, что в контексте международных отношений политическая борьба превалирует над олимпийскими и паралимпийскими идеалами.

Ключевые слова: Спорт, Олимпийские игры, политика, политическое влияние, политическая борьба, международные отношения.

Спорт – это многогранное общественное явление [1]. В провозглашенной Олимпийской хартии одним из главных принципов считается «спорт – вне политики» [4]. Олимпиада много значит для любого государства в политическом аспекте. Любая победа или призовая медаль, отдельно взятого спортсмена либо команды, либо всей олимпийской сборной страны значится победой и достижением государства. На родине она воспринимается, как общенациональная победа, служит инструментом повышения государственного авторитета в мире. Однако, по мнению многих специалистов [6,7] в сегодняшних реалиях, деятельность различных государств, имеющих большой вес на политической мировой арене, оказывает негативное влияние на организацию и проведение спортивных состязаний. Спорт все в большей степени превращается в предмет недобросовестной конкуренции. Отечественные и зарубежные исследователи отмечают, что подготовка, организация и проведение международных соревнований такого уровня определяется в большей степени политическими раскладами, а отношение к государствам-организаторам зависят от общеполитической конъюнктуры, складывающейся задолго до начала спортивных соревнований [9]. В связи с этим рассмотрение вопросов межгосударственно политической борьбы в сфере спортивных интересов на мировых состязаниях, таких как Олимпийские игры, являются важными на протяжении многих лет и в настоящее время не теряют свою актуальность.

В авторском исследовании на основе применения аналитического метода, ретроспективного анализа и изучения данных из открытых источников показано, что спорт стал инструментом политической борьбы, манипулирования и влияния политики на международной арене. На основе опроса проведен мониторинг мнения обучающейся молодежи о влиянии

политики на спорт высоких достижений на примере имних сочинских Олимпийских игр.

Анализ влияния международной политики на спорт высоких достижений показал, что подготовка, организация и проведение международных соревнований такого уровня как Олимпийские игры, определяется в большей степени политическими раскладами, складывающимися до начала спортивных соревнований. В таблице 1 представлены результаты ретроспективного анализа, которые свидетельствуют о зависимости решений МОК от политической конъюнктуры, когда спорт становится заложником политической борьбы, политических амбиций сложившихся на международной арене.

Таблица 1. Анализ влияния международных политических событий на организацию проведения Олимпийских игр за период 1956-2022 г.

Год проведения	Город проведения	Политическое событие	Последствия
1956	Мельбурн	Участие советских войск в урегулировании событий в Венгрии	Бойкотирование участия со стороны сборных команд Швейцарии, Нидерландов и Испании из-за участия в играх команды СССР. Протест сборной Венгрии
		Приглашение со стороны МОК сборной Тайваня	Бойкотирование участия со стороны Китайской Народной Республики. Выход Китая из олимпийского движения вплоть до 1980 года.
1964	Токио	Политика апартеида в ЮАР, пожизненное тюремное заключение за правозащитную деятельность лидера Африканского национального конгресса Нельсона Манделы	Изоляция ЮАР. Решение об исключении ЮАР из МОК из-за несовместимости принципов Олимпийской хартии и апартеида.
1968	Мехико	Решение МОК выступать сборной Корейской Народной Демократической Республики их под названием «Северная Корея».	Бойкотирование участия в играх Корейской Народной Демократической Республики
		Участие советских войск в урегулировании событий в Чехословакии, вступление в Прагу войск Варшавского договора.	Исключение спортсменов из сборных США и Чехословакии
1972	Мюнхен	Нападение на Олимпийскую деревню и взятие в заложники одиннадцать членов	Олимпиаду покинули сборные Израиля, Египта, некоторые спортсмены США, Нидерландов, Алжира, Филиппин.

		сборной Израиля террористами из палестинской организации «Черный сентябрь»	
1976	Монреаль	Регбийный матч сборной Новой Зеландии и команды Южной Африки (где существовал всеми признанный режим апартеида)	28 сборных команд из африканских государств покинули Олимпиаду
1980	Москва	Начало военных действий войсковых подразделений СССР на территорию Афганистана	Бойкот Олимпиады представителями 64 государств. Участие спортсменов в соревнованиях под нейтральным олимпийским флагом
1984	Лос-Анджелес	Отказ США дать гарантии безопасности для олимпийцев из стран, принадлежащих социалистическому лагерю	Отказ СССР и еще 14 социалистических стран принимать участие в Олимпийских играх
1992	Барселона	Международные санкции ООН против Югославии . Отделение Боснии и Герцеговины	Отстранение сборной Югославии от участия в играх . Разрешение участия под олимпийским флагом в качестве независимых спортсменов
2000	Сидней	Приход к власти в Афганистане воинствующих таллибов	Не приглашение Афганистана для участия в играх
2004	Афины	Отсутствие дипломатических отношений между Ираном и Израилем	Официальный запрет для спортсменов принимать участие в соревнованиях, если соперником становится представители недружественной страны
2008	Пекин	Проблемы с правами человека в Корейской народной республике;	Бойкотирование участия страны в играх
2014	Сочи	Укрепление политики России, популярность Президента РФ в мире	Политический демарш на открытии игр, не прибыли главы Германии, США, Великобритании
2022	Пекин	Поддержка Россией Донецкой народной республики и Луганской народной республики. Начало проведения специальной военной операции на Украине по искоренению фашизма	Не допущены до игр 71 российских спортсменов паралимпийцев. Не допущена команда паралимпийцев из Белоруссии.

В январе 2022 года, еще до проведения специальной военной операции на базе «Российского международного олимпийского университета», было проведено социологическое исследование, целью которого было выявить

мнение обучающейся молодежи о влиянии политики на спорт высоких достижений во время проведения и после окончания зимних сочинских Олимпийских игр. Опрос осуществлялся на 4 курсах университета. Для достижения репрезентативности выборки общая численность опрошенных составила 100 человек. Результаты опроса представлены в таблице 2.

Таблица 2. Результаты положительных ответов опроса студентов Российского международного олимпийского университета о влиянии политики на спорт высоких достижений

Вопросы	Курс «Управление, политика и Олимпийское движение»	Курс «Экономика спорта и Олимпийских игр»	Курс «Бизнес в спорте и Олимпийских играх»	Курс «Спортивное право»
Имеет ли место политика на Олимпиаде?	100%	100%	99%	98%
Поддерживаете ли мнение, что спорт должен оставаться вне политики?	100%	100%	99%	100%
Должен ли спортсмен поддерживать политику своего государства во время участия на Олимпиаде?	45%	33%	27%	19%
Была ли политизирована Олимпиада в Сочи?	11%	15%	9%	12%
Поддерживаете ли мнение, что политических деятелей надо строго наказывать за ложные высказывания в отношении другого государства и спортсменов на Олимпиаде?	99%	95%	91%	98%

Исследование показало практически полное единодушие респондентов, что спорт должен оставаться вне политики. Однако настораживает мнение о том, что спортсмен должен поддерживать политику своего государства во время участия на Олимпиаде. Практически каждый третий студент усомнился в этом. Данное обстоятельство говорит о том, что в программах воспитания молодежи не уделяется достаточного внимания патриотическим темам.

Мир «большой политики» и политической борьбы в международных отношениях разнообразен во всех ее проявлениях. За последние 70 лет влияние политических движений на главные международные соревнования все усиливается, игры превращаются в «политический фарс». Спорт становятся одним из инструментов реализации политических амбиций. В итоге, страдают спортсмены, которым приходится настаивать не только на спортивную борьбу, но и борьбу с политическими преградами и подвохами, где «политмашина» перемалывает их человеческие судьбы.

Список литературы

1. Баранов В.А. Спорт высших достижений: социологический анализ миссии и потенциала спорта // Теория и практика физической культуры. 2021. №3. С. 3-9.
2. Воинов Д.Е. Типологизация влияния политики на современные Олимпийские Игры // Журнал социологии и социальной антропологии. 2013. №5. С. 21-37.
3. Глазатов А.В. К вопросу об особенностях отечественного опыта использования спорта высших достижений в политике формирования позитивного имиджа государства// Вестник Российской нции. 2017. №5(57). С.101-112.
4. Еременко А.А. Спорт и политика в современном обществе / А.А. Еременко, Е.А. Колесов// Наука и молодежь: новые идеи и решения, материалы XIII Международной научно-практической конференции молодых исследователей.- 2019. С.129-130.
5. Зыкова Т.В. Нормативное регулирование безопасности спортивных туров/ Т.В Зыкова, Е.А. Кочкурова, Н.А. Шимин //Актуальные вопросы современного социально-экономического развития России: проблемы теории и практики. Сборник научных трудов Национальной (всероссийской) научно-практической конференции. 2019. С. 170-178.
6. Кобелева Н.И. Сочинская Олимпиада в глобальной политике /Н.И. Кобелева//Вопросы устойчивого развития общества. 2020. №10. С. 334-338.
7. Кузнецова Т.Д. Взаимосвязь спорта и политики: исторический аспект и современность //Молодой ученый. 2020. № 47 (337). С.424-426.
8. Кочкуров А.С., Барулин Д.О., Кочкурова Е.А. Анализ современных факторов мотивации занятий физической культурой и спортом у студентов медицинского университета // Современные проблемы физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Материалы XVIII Международной научно-практической конференции. 2019. С. 332-336.
9. Толмачев Д.В. Олимпиада как средство геополитической борьбы: взгляд будущего юриста // Ростовский научный журнал. 2018. №1. С. 165-172.

ANALYSIS OF THE IMPACT OF INTERNATIONAL POLITICS ON HIGH-ACHIEVEMENT SPORTS

I.V. Skvortsov

National Research Nizhny Novgorod State University named after N.I. Lobachevsky

A.S. Kochkurov

Volga Region Research Medical University

Abstract. The article shows how modern sport is used as a tool of political influence. The interrelation of high-performance sports and politics is considered, through historical and modern plots of the main international sports starts, the Olympic Games. The preparation, organization and holding of international competitions of this level is determined to a greater extent by political layouts, and the attitude towards the organizing states depends on the general political environment that develops long before the start of sports competitions. Based on a retrospective analysis of the

results of the Sochi Winter Olympic Games, the article presents the opinion of young students about the level of political influence on the sport of high achievements. In conclusion, it is concluded that in the context of international relations, political struggle prevails over Olympic and Paralympic ideals.

Keywords: Sport, Olympic Games, politics, political influence, political struggle, international relations.

ПРИМЕНЕНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ СОШ

***А.И. Слободенюк, В.О. Ноткина, В.С. Невиницына**
Томский государственный педагогический университет*

Аннотация. В данной статье рассматривается вопрос о применении различных педагогических технологий, позволяющих развить творческие навыки обучающихся. Приведены различные педагогические технологии, в том числе и инновационные. Более подробно описаны такие современные технологии как: метод проектов, проблемное обучение, «Портфолио предмета», информационно-коммуникативные технологии.

Ключевые слова: инновационные интерактивные технологии, здоровьесберегающий подход, современный учитель.

Актуальность проблемы применения современных технологий в образовательном процессе вызвана интеграционными и информационными процессами, происходящими в обществе, становлением новой системы образования, ориентированной на вхождение в мировое образовательное пространство. Развитие информационных технологий дает предпосылки для создания различных программ для повышения качества обучения. Изучение развития человеческого мышления и анализ его результатов дали возможность расширить возможности проблемного обучения. В настоящее время инновационные подходы в обучении должны базироваться на новых педагогических технологиях.

Повышение эффективности обучения и реализации его в кратчайшие сроки невозможно без использования современных новых технологий [5, с. 254]. Одними из таких технологий является интерактивные технологии, с помощью которых можно проводить научные опыты, проверка экспериментальных данных, полученных этим же методом, и получить практические навыки с меньшими трудовыми затратами. В моделируемой среде можно использовать любые инструменты воздействия материального мира, при этом соблюдая законы физики, педагогики без материальных затрат.

В настоящее время существуют различные педагогические технологии: информационно-коммуникационная технология, технология развития критического мышления, проектная технология, технология развивающего обучения, здоровьесберегающие технологии, технология проблемного

обучения, игровые технологии, модульная технология, технология мастерских, кейс – технология и др. [10, с. 68].

Современные технологии обучения постоянно развиваются, создаются новые, а старые совершенствуются. Педагогические технологии, появившиеся недавно: виртуальный класс, «перевернутый» класс (перевернутое обучение), технология 1:1. Одной из них является «Виртуальный класс», это среда обучения, которая реализуется в дистанционной форме. Особенностью данной среды является то, что среда базируется в интернете, освоение нового материала происходит дистанционно, а домашнее задание обучающимися выполняются в очном формате. Данная технология направлена на индивидуальность и увеличение количества самостоятельной работы обучающихся за пределами школы. Это позволяет повысить независимость обучения, но в то время же требует обеспечения отдельными компьютерными средствами каждого ученика. Целью работы является исследование эффективности применения современных педагогических технологий для повышения эффективности обучения и развития творческих способностей, обучающихся на уроках технологии.

Можно перечислить некоторые педагогические технологии, существующие на сегодняшний день. Наряду с традиционными технологиями применяются современные новые педагогические технологии [1, с. 62]. Категорично заявлять, что одна технология лучше, чем другая также нельзя. В зависимости от поставленных целей обучения, можно использовать ту или иную технологию обучения. Это зависит от опыта педагога, от уровня подготовки обучающихся, сложности изучаемой темы и материальной базы общеобразовательной школы. И самым оптимальным вариантом является использование нескольких этих технологий. Наиболее вероятным вариантом является тот случай, когда применяют две-три технологий. Одновременное применение большого количества технологий обучения усложняет учебный процесс.

Для обеспечения оптимального взаимодействия между учителем и обучающимся применяются игровые формы обучения на уроке. Во время применения игровых технологий у обучающихся появляется больше самостоятельности: сосредоточенность на задании, осмысливание самого процесса, применения своих знаний на практике и т.д. Участники игровых технологий вовлечены в сам процесс и поэтому не замечают, что происходит познание нового, решают задачу проблемной ситуации, личный рост и др. В такой ситуации даже отстающие ученики с интересом включаются в обучение. Достоинствами игровых технологий являются повышение работоспособности обучающихся, интерес к предмету, возникновение эмоциональной заинтересованности [8, с. 14].

Из игровых технологий, используемых в школе, наибольшей популярностью пользуются «Учебные деловые игры». Результатом такой технологии обучения являются «Игры итоговые» для определения оценки знаний по всему разделу программы или ее части. Такими программами можно

назвать, например, «Счастливым случаем», «Кто хочет стать миллионером», которые повышают профессиональные качества обучающихся.

Здоровьесберегающие технологии прослеживаются на всех этапах учебного занятия и рассматривают логическое чередование видов деятельности. Этот вид технологии предусматривает паузы на уроках, чтобы снять напряжение у обучающихся в процессе обучения. Во время таких перемен проводятся упражнения для снятия напряжения мышц глаз, рук, ног и улучшения состояния опорно-двигательного аппарата. Для улучшения качества обучения на уроках технологии также предусмотрены физкультминутки (как правило, из трех упражнений и отдельные упражнения для глаз) [2, с. 19]. В процессе обучения ученикам необходима разрядка, физическая разминка и смена деятельности и здесь проявляется эффективность таких упражнений. В качестве профилактики нарушения зрения применяются упражнения наклоны [7, с. 51].

Не стоит забывать про дифференцированный подход в обучении. Задача, которая стоит перед учителем – это обучать детей, разных не только по степени подготовленности, но и по способностям к учебе. Решение этой задачи можно найти, только используя дифференцированный подход к обучению. Во время уроков материал должен подбираться с учетом подготовленности и знаний каждого ребенка. Для улучшения результатов обучения после ознакомления с новой темой раздать задания разных уровней в зависимости от способности обучающихся.

Одной из инновационных педагогических технологий является применение информационно-коммуникационных технологий обучения. Применение таких технологий обучения играет большую роль в современной системе образования. На данный момент такие педагогические технологии считаются новым способом передачи знаний. Использование этой технологии позволяет ребенку с интересом учиться, находить источники информации, воспитывает самостоятельность и ответственность при получении новых знаний [9, с. 28]. Информационно-компьютерные технологии можно включать в образовательный процесс в самой разнообразной форме: для контроля домашнего упражнения, изучения и освоения новой темы, контроля знаний по изученным материалам. Используя компьютерные технологии можно провести оценку знания обучающихся, анкетирования по различным вопросам, создать задания различной сложности по пройденным урокам с применением возможностей информационной коммуникационной технологий.

Следует отметить ряд достоинств этой педагогической технологии: происходит экономия времени; более глубокое изучение материала темы; повышается мотивация у обучающихся; широкое применение аудио-, видео-, мультимедиа-материалов; улучшается коммуникативная компетенция обучающихся. ИКТ может использоваться на всех уроках технологии при изучении абсолютно любой темы [3, с. 74].

В новой системе оценивания в соответствии с требованиями ФГОС большое внимание уделяется портфолио предмета. «Портфолио предмета» –

педагогическая технология, куда складываются все выполненные работы по определенному предмету. По результатам четверти и полугодия оцениваются достижения обучающихся [6, с. 162]. Данная технология дает возможность контролировать знания обучающемуся, проследить свои достижения или провалы в учебе и реально оценить ситуацию для принятия решений по улучшению своих результатов в учебе.

Наиболее часто применяемой педагогической технологией является «Проблемное обучение». Под проблемным обучением понимается такая организация учебных занятий, которая предполагает создание под руководством учителя проблемных ситуаций и активную самостоятельную деятельность учащихся по их разрешению, в результате чего и происходит творческое овладение профессиональными знаниями, навыками, умениями и развитие мыслительных способностей [4, с. 347].

Наиболее эффективным педагогическим методом является метод проектов. По образовательной программе предусмотрено выполнение одного проекта обучающимся в год, который связан с разделом или тематикой учебного предмета. Совместно с учителем ученик выбирает тему проекта. Учитель предлагает перечень тем проектов по предмету «Технология» для обучающихся разных классов. Выполнение проекта может быть как индивидуальным, так и коллективным. Если обучающиеся не успевают выполнить проект во время урока, то выполнение проекта продолжается дома, как выполнение домашнего задания. При использовании данного метода перед обучающимися ставят проблемы как теоретического плана, так и практического плана, например, изготовление детали [8, с. 45]. Когда дети работают в парах или группах, дети коллективно ищут пути решения поставленной проблемы, а также находят несколько решений проблемы и выбирают оптимальный вариант решения проблемы [2, с. 20].

Что такое проектная деятельность? При проектной деятельности учителем предлагается по проекту изготовить изделие обучающимся. Выполнение проекта изделия и изготовление происходит под контролем учителя. Несложные детали, не требующие вмешательства учителя, изготавливаются самостоятельно обучающимся. В процессе выполнения проекта обучающийся приобретает навыки оценки моделирования, проектирования, изготовления изделия с применением различных станков и инструментов. В проектную деятельность входит подготовка эскиза изделия, отдельных деталей, подготовка технологических карт изготовления, составления сборочного чертежа и подготовка сопроводительной документации. В ходе выполнения этих работ он осуществляет выполнение своего проекта.

В настоящее время требования к выпускникам общеобразовательных школ растут. От них требуется быть более обучаемыми, коммуникабельными, с развитыми творческими способностями, принимать нестандартные решения в сложившейся обстановке, быть творчески мыслящими и уметь пользоваться достижениями научно-технического процесса и компьютерными технологиями.

Из этого следует, что учитель общеобразовательной школы отвечает за подготовку обучающихся и должен владеть современными педагогическими технологиями и соответствовать требованиям новых ФГОС. Предметная область «Технология» является организующим ядром вхождения в мир технологий, в том числе: материальных, информационных, коммуникационных, когнитивных и социальных. В рамках освоения предметной области «Технология» происходит приобретение базовых навыков работы с современным технологическим оборудованием, освоение современных технологий, знакомство с миром профессий, самоопределение и ориентация обучающихся на деятельность в различных социальных сферах, обеспечивается преемственность перехода обучающихся от общего образования к среднему профессиональному, высшему образованию и трудовой деятельности.

Список литературы

1. Бахметова, Ю.Н. Интерактивные методы обучения студентов как часть практико-ориентированного подхода в образовании / Бахметова Ю.Н., Егорова Е.Н. // Культурная жизнь Юга России, 2014. – № 3 (54). – С. 61-63.
2. Атутов, П.Р. Технология и современное образование // Школа и производство. Москва: Изд-во «Кумир», 2021. – С. 17-24.
3. Фоменко, В. Т. Исходные логические структуры процесса обучения / В.Т. Фоменко; Отв. ред. Е. В. Бондаревская. – Ростов-на-Дону: Изд-во Рост. ун-та, 1985. – 222 с.
4. Митина, Н.А. Современные педагогические технологии в образовательном процессе высшей школы // Молодой ученый, 2013. – № 1. – С. 345-349.
5. Апатова, Н. В. Влияние информационных технологий на содержание и методы обучения в средней школе: диссертация доктора педагогических наук: 13.00.02. – Москва, 1994. – 354 с.
6. Организация проведения занятий по предмету «Технология» в СОШ / Слободенюк А.И., Исмаилов Г.М., Ноткина В.О., Невиницына В.С., Осипкина Ю.А. // Актуальные проблемы науки и образования в условиях современных вызовов: материалы XIII Международной научно-практической конференции. – Москва, 2022. – С. 158-165.
7. Развитие творческого потенциала личности на уроках технологии / Исмаилов Г.М., Минеев В.Е., Бодрова А.Ш., Исмаилова С.С. // Современные проблемы науки и образования, 2018. – №2. – С. 80
8. Коротяев Б. И. Взгляд в будущее высшего педагогического образования с позиций теории педагогической философии. – Луганск: «ЛНУ Тараса Шевченко», 2013. – 260 с.
9. Дуранов, М. Е. Профессионально-педагогическая деятельность и исследовательский подход к ней: Монография / М.Е. Дуранов. – Челябинск: ЧГАКИ, 2002. – 276 с.

10. Особенности развития навыков научно-технического творчества у будущих педагогов по предмету «Технология» / Минеев В.Е., Исмаилов Г.М., Исмаилова С.С. // Профессиональное образование в России и за рубежом, 2018. – № 4 (32). – С. 65-70.

**APPLICATION OF MODERN PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES
FOR THE DEVELOPMENT OF CREATIVE ABILITIES OF STUDENTS
OF SECONDARY SCHOOLS**

*A. Slobodenyuk, V. Notkina, V. Nevinitsyna
Tomsk State Pedagogical University*

Abstract. This article discusses the use of various pedagogical technologies that allow students to develop creative skills. Various pedagogical technologies, including innovative ones, are given. Such modern technologies as: project method, problem-based learning, "Subject portfolio", information and communication technologies are described in more detail.

Keywords: innovative interactive technologies, health-saving approach, modern teacher.

**ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ВФСК «ГТО»:
ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ**

Ю.И. Смолина

*Поволжский государственный университет физической культуры,
спорта и туризма*

Аннотация. В данной статье рассматриваются проблемы проведения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», на примере г. Казани. Также, статья содержит предложенные нами пути решения выявленных проблем, позволяющие модернизировать не только методику организации и проведения физкультурно-спортивного комплекса, но и более качественно подойти к решению проблемы улучшения здоровья населения страны.

Ключевые слова: ГТО, спорт, физическая культура, физическое воспитание.

В последнее время в мире наметилась тенденция к росту численности людей с избыточным весом и различными нарушениями здоровья. Снизить данную тенденцию при помощи одной медицины невозможно, так как люди, в основном, обращаются к врачам, когда заболевание уже запущено. Следовательно, для поддержания здоровья, человеку необходимо научиться о нем заботиться.

Как известно, неотъемлемой частью здорового образа жизни человека является физическая активность, которая помимо присутствия, должна быть подкреплена регулярной сдачей контрольных нормативов, для отслеживания её влияния на организм человека.

С целями укрепления здоровья, гармоничного и всестороннего развития личности, а также воспитания патриотизма и гражданственности населения, в 1931 году была создана программа «Готов к труду и обороне». Конечно, с

течением времени программа значительно преобразовалась, однако и по сей день, участники Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса сталкиваются с определенными проблемами в организации и проведении данной программы, требующими их решения [1].

В ходе исследования были произведены анализ научной литературы и отчетной документации Центра тестирования «Готов к труду и обороне» г.Казани, а также участие в организации и проведении приема нормативов «ГТО» у учеников общеобразовательных учреждений.

По результатам исследования были выявлены следующие основные проблемы:

1. Отсутствие достаточного количества кадров;
2. Отсутствие информационной, научной, медико-биологической формы поддержки.

Основной проблемой в организации и проведении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» является нехватка квалифицированных сотрудников. Прием нормативов «ГТО» в г. Казани осуществляется по районам поочередно. В среднем, с одного района г. Казани в сдаче нормативов принимает участие около 60 учеников. На данное количество участников требуется достаточное количество сотрудников, проводящих мероприятие. Так, по нашим расчетам, на прием нормативов ГТО первого дня (забег на 30 м., 60 или 100 м. и 2000 или 3000 м.) у 60 учеников старшей школы требуется от 3 до 5 судей, от 2 до 3 секретарей (в том числе главный секретарь) и от 4 до 10 сопровождающих.

В связи с тем, что в Центре тестирования «ГТО» г. Казани нет необходимого количества сотрудников, во время проведения приема нормативов «ГТО», мы столкнулись с недовольством со стороны педагогов физической культуры общеобразовательных организаций по вопросу организации и проведения фестиваля, продолжительными застоями, а также с психологическим напряжением сотрудников и участников фестиваля.

Для решения данной проблемы, мы предлагаем привлечь волонтеров, в лице студентов ФГБОУ ВО «Поволжского ГУФКСиТ» для помощи в организации и проведении Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Еще одной проблемой, на наш взгляд, является отсутствие информационной, научной и медико-биологической формы поддержки участников фестиваля. К данному выводу мы пришли, исходя из личных бесед с представителями учебных организаций. Как оказалось, большинство педагогов и директоров общеобразовательных учреждений заинтересованы не только в получении знаков отличия своими учениками, но и в научном, медицинском сопровождении участников, а именно:

- исследовании влияния сдачи нормативов комплекса «ГТО» на физиологические показатели организма учеников.
- исследовании влияния комплекса «ГТО» на мотивацию занятий физической культурой и спортом у молодежи;

▪ исследовании результативности выполнения нормативов ВФСК «ГТО» в конкретных общеобразовательных учреждениях.

Для решения данной проблемы, мы предлагаем внедрить в Центр тестирования ГТО г. Казани научных сотрудников, занимающихся вышеперечисленными формами поддержки, проводящих различные диагностики и тестирования, необходимые, в первую очередь, для отслеживания реализации поставленных ВФСК «ГТО» задач.

Таким образом, основными проблемами организации и проведения ВФСК «ГТО» являются нехватка достаточного количества кадров и отсутствие информационной, научной и медико-биологической формы поддержки участников, решить которые возможно путем активизации волонтерского движения и привлечения квалифицированных сотрудников.

Список литературы

1. Иванов, О.Н., Титенёва, М.А. ГТО: прошлое и настоящее / О.Н. Иванов, М.А. Титенёва – Текст: непосредственный // Вестник Югорского государственного университета – 2016. – С. 174-176.

ORGANIZATION AND HOLDING OF THE VFSK "GTO": PROBLEMS AND WAYS TO SOLVE THEM

Y. Smolina

Volga Region State University of Physical Culture, Sports and Tourism

Abstract. This article discusses the problems of conducting the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for work and Defense", using the example of Kazan. Also, the article contains the ways we have proposed to solve the identified problems, allowing us to modernize not only the methodology of organizing and conducting a physical culture and sports complex, but also to better approach the problem of improving the health of the country's population.

Keywords: TRP, sports, physical education, physical education.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИТИЯ МОЛОДЕЖНОГО ТУРИЗМА В ЛУГАНСКОМ РЕГИОНЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

А.В. Соколова

Луганский государственный университет имени Владимира Даля

Аннотация. В данной статье анализируется тема молодежного туризма как одного из самых быстро растущих видов туристической отрасли, в связи с чем отмечаются перспективы развития молодежного туризма в Луганском регионе Российской Федерации. На примере использования архивных материалов литературного музея Владимира Даля рассматривается важность привлечения молодежи с целью знакомства с историей и национальной культурой региона. Автор, отмечает, что развитие молодежного туризма в регионе, позволит Луганщине зарекомендовать себя как достойного внимания конкурента в сфере путешествий. В исследовании также приведены и рассмотрены проблемы, решив которые, Луганск сумеет на должном уровне принимать туристов и гостей с соблюдением профильных требований, и стандартов. Результат исследований, дал основание считать, что

практически любая территория при правильном использовании культурного и природного наследия региона, имеет право претендовать на внимание молодых людей, тем самым создавая условия к развитию молодежного туризма.

Ключевые слова: туризм, молодежь, Луганщина, музей, Владимир Даль, молодежный туризм, региональный туризм.

В современной жизни одной из быстроразвивающихся ветвей международного туризма является молодежный туризм, при всем этом значимость предоставленного направления продолжает быстрыми темпами идти вверх. На данный момент доля молодежного туризма составляет больше 20% от всех международных путешествий.

Побудительным мотивом для молодежи активно путешествовать стала не только функционирующая нормативно-правовая база, но и специальные маркетинговые программы, проекты туристических предприятий и фирм. Учитывая статистические данные и международные прогнозы, в 2030 г. количество юных путешественников поднимет свой коэффициент в 1,8 млн. человек. Молодежный туризм начал формироваться очень быстро и эффективно, например, если в 1950-х гг. путешествовало лишь 25 млн. человек, то по данным Всемирной туристской организации ООН, с января по май 2022 года зарегистрировано порядка 250 млн. международных прибытий.

Активный рост молодежного туризма вызван рядом факторов, а именно:

- возрастные психофизиологические особенности студенческой молодежи относятся к первому подпериоду – ранняя зрелость (молодость), который и является генератором присущих молодости определенных действий и процессов, таких как: потребность проявить себя, показать свою активность среди сверстников и взрослых;

- почувствовать свою самостоятельность в принятии собственных решений, изучить свои особенности и возможности;

- самостоятельно распоряжаться свободным временем;

- мобильность действий, что позволяет беспрепятственно перемещаться во времени и пространстве;

- получать личный опыт: коммуникация с представителями разных территорий и народов, что дает возможность получить ценный опыт общения, которым можно поделиться со сверстниками и использовать в перспективе. Так же отмечается, что люди, которые много путешествуют, которые могут рассказать разнообразные интересные и полезные истории вызывают у подростков больше доверия, тем самым помогая им дальнейшим в жизни, а еще дают возможность отыскать себя в реальной жизни.

С целью способствования развитию молодежного туризма, его инициативного формирования и более широкой популяризации в абсолютно всех государствах, имеется большое число муниципальных, а также неправительственных систем и объединений. Из всего числа молодежных туристических учреждений можно отметить: Международную конфедерацию студенческого туризма (ISTC), Международную Федерацию социального туризма (FITS), Молодежный Форум и другие. Важнейшими аспектами многих

из организаций считается формирование тех условий, которые бы удовлетворяли потребности молодых туристов, применение концепций бонусов, к тому же льгот на услуги транспортных перевозок, размещении и в области культурного обслуживания.

Однако в Луганске делегации данных учреждений практически отсутствуют. По этой причине разумным и правильным решением будет начать стимулирование международного партнерства для содействия формированию туризма среди молодежи.

Существует большое количество различных культурных, познавательных, спортивных объектов местного значения, которые могут заинтересовать молодежь. Наиболее яркий пример среди них – это литературный музей Владимира Даля. Литературно-мемориальная галерея в Луганске работает с 22 ноября 1986 года. Музей приурочен жизни и деятельности выдающегося научного работника, этнографа и лексикографа. Здесь возможно увидеть личные вещи и предметы Владимира Ивановича Даля и его семьи (к примеру, старинное фортепьяно – подарок учащихся Московского университета). Кроме этого в доме-музее хранится фотокопия «Русских сказок», первый тираж которых был практически полностью истреблен царской цензурой. Ценнейшим экспонатом музея В. Даля считаются литографии, иллюстрирующие записку «Исследования о скопческой ереси», которая была подготовлена писателем-лексикографом в бытие его государственным чиновником. Данная записка была сделана на достаточно высоком уровне и вышла лишь в 20 экземплярах. В настоящий период галерея В. Даля проводит весьма значительный научно-просветительский труд, который охватывает многие стороны «далеведения». Вне экскурсий, в музее проходят встречи со знаменитыми поэтами и писателями, осуществляются литературные вечера.

Интерес побывать в далеком прошлом, о котором часто рассказывают, стать частью исторических событий – все это может привлечь молодежь с разных стран мира. Но для того, чтобы Луганская Народная Республика уверенно чувствовала себя в сфере развития молодежного туризма необходимы соответствующего уровня и стандартов:

- транспортная и гостиничная инфраструктура;
- информационные технологии;
- программы для отдыха и экскурсионные маршруты;
- система обслуживания.

И наконец, внедрение новых маркетинговых стратегий развития туристической отрасли.

Луганск имеет достаточный природный и культурно-исторический потенциал для развития всех видов туризма. Разработав четкий план решения проблем, он имеет все возможности привлечения отечественной и иностранной молодежи, что положительно скажется на экономике региона и страны в целом, начнется стимулирование развития других отраслей народного хозяйства и

самое главное – это сохранить и преумножить культурное и природное наследие Луганщины.

Список литературы

1. Ермаченкова А. В. Международный молодежный туризм / А. В. Ермаченкова; – Минск, БГУ, 2008 г. – Сборник работ 65–ой научной конференции студентов и аспирантов БГУ. В 3 ч. Ч. 1. – БГУ, 2008. – С.74–77
2. Молодежный туризм // Путешествуй с нами [Электронный ресурс] / Режим доступа: http://www.travel-fonsite.ru/molodezhnyi_turizm.htm
3. Музей Даля // [Электронный ресурс] / Режим доступа: https://dorogovkaz.com/stati_musej_dalya.php

ORGANIZATION OF YOUTH TOURISM DEVELOPMENT IN LUGANSK REGION OF THE RUSSIAN FEDERATION

A. Sokolova

Vladimir Dahl Lugansk State University

Abstract. This article analyzes the topic of youth tourism as one of the fastest growing types of tourism industry, in connection with which the prospects for the development of youth tourism in the Luhansk region of the Russian Federation are noted. On the example of using archival materials of the literary museum of Vladimir Dahl, the importance of attracting young people to get acquainted with the history and national culture of the region is considered. The author notes that the development of youth tourism in the region will allow the Lugansk region to establish itself as a noteworthy competitor in the field of travel. The study also presents and discusses the problems, by solving which, Lugansk will be able to receive tourists and guests at the proper level in compliance with profile requirements and standards. The result of the research gave reason to believe that almost any territory, with the correct use of the cultural and natural heritage of the region, has the right to claim the attention of young people, thereby creating conditions for the development of youth tourism.

Keywords: *tourism, youth, Luhansk region, museum, Vladimir Dahl, youth tourism, regional tourism.*

РАЗВИТИЕ ГТО В АЛТАЙСКОМ КРАЕ

Г.Д. Сорокин, Н.Ю. Молчкова

*Алтайский филиал Российской Академии народного хозяйства
и народной службы при президенте РФ*

Аннотация. ГТО в России прошел долгий путь создания и развития. На текущий момент ГТО работает повсеместно и во всех регионах страны, но внедрение в регионах происходило не равномерно и не по одной схеме. В работе представлены основные этапы развития и становления ГТО в Алтайском крае.

Ключевые слова: *ГТО, Алтайский Край, спорткомплекс, спорт.*

Всероссийский физкультурно-спортивном комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) был создан еще в 1931 году под руководством Общества

содействия обороне, авиационному и химическому строительству (ОСОАВИАХИМ), но после распада Советского союза комплекс не проводился. Юридически Комплекс ГТО не был упразднен, но из-за возникших социальных и экономических проблем в стране, комплекс фактически был брошен.

Возрождение Комплекса ГТО состоялось в 2014 году, после Указа Президента РФ от 24 марта 2014 года, который постановил Правительству РФ совместно с органами субъектов разработать план по разработке, утверждению и подготовки мероприятий по проведению Комплекса ГТО.

В Алтайском Крае внедрение ГТО проходило поэтапно:

1. 2015 год – апробационный этап
2. 2016 год – сдача норм спорткомплекса в учебных заведениях
3. 2017 год – сдача нормативов на добровольных началах повсеместно

На первом этапе были созданы три тестовых центра: в Заринске на основе городского стадиона, в Барнауле на основе стадиона “Рубин” и в Бийске на основе СОШ №8.

Регион, совместно с федеральным бюджетом, выделил деньги на 2,3 млн. рублей, на которые были установлены оборудование для подготовки и сдачи нормативов и необходимое программное обеспечение.

В честь 70летия победы в Великой Отечественной Войне во всех городах и районах Алтайского края была проведена Декада ГТО, которую можно назвать тестом нормативов и узнать о желании населения в их сдаче. Согласно информации администрации Алтайского края, в декаде участвовали 13 тыс. жителей.

В этот год были разработаны нормативы, деление которые производили по полу и возрастным группам: от 6 до 8 лет, от 9 до 10 лет, от 11 до 12 лет, от 13 до 15 лет, от 16 до 17 лет, от 18 до 29 лет, от 30 до 39 лет, от 40 до 49 лет, ... , 70 лет и старше. Итого – 11 ступеней. Каждый норматив оценивался (по времени, количественному или фактическому показателю) и при достижении определенных результатов, участник награждался бронзовой, серебряной или золотой медалью ГТО.

В 2015 года Комплекс ГТО содержит в себе следующие нормативы: бег (челночный или на определенное расстояние), подтягивание (из различных положений), наклон туловища, прыжки в длину, метание мяча, бег на лыжах, плавание, рывок гири.

Стоит отметить, что уже в этом году, участнику был дан выбор, как и какие ему сдавать нормативы. Например, юноша 16 лет, мог выбрать бег на 2 или 3 км., подтягивание или рывок гири, прыжок в длину с места или с разбега, вес мяча для метания, бег на лыжах или кросс (если местность зимой не заснеженная, то только кросс).

В 2016 году все школьники и студенты смогли опробовать спорткомплекс ГТО по желанию. Для этого было создано штатное расписание в учебных заведениях о датах проведения комплекса. Так же производилось обучение преподавателей.

В этом же году Алтайский край принял участие во Всероссийской программе “Послы ГТО”, целью которой было, заинтересовать население в сдаче ГТО с участием известных спортсменов. Так, сертификат “Посол ГТО” получил Сергей Хорохордин, мастер спорта России по спортивной гимнастике.

Полностью заработал интернет-портал “АИС ГТО”, в котором на конец 2016 года были зарегистрированы 43,5 тыс. жителей Алтайского Край.

В 2016 году, численность учащихся, составил около 300 тыс. человек по всей России, что показывает о заинтересованности подростков. Еще такое количество обусловлено тем, что за значки ГТО стали давать дополнительные баллы к ЕГЭ, как некая награда за занятие спортом и мотивация к укреплению и развитию своего здоровья.

К нормативам в тот год прибавились: отжимания, бег по пересеченной местности, пресс.

2017 год, можно назвать годом официального запуска Спорткомплекса ГТО. Именно в этот год, принять участие мог каждый гражданин России, в целом, и житель Алтайского края, в частности. Более 61 тыс. жителей Алтайского края приняли участие в сдаче ГТО, 15 тыс. сдали нормативы, а 6807 человек получили значки различных степеней (1169 – золотых, 1790 – серебряных и 946 – бронзовых).

На 2017 год во всех муниципалитетах работают центры тестирования. Началась работа с СМИ, по продвижению ГТО, а также на всех официальных сайтах муниципальных образований, была представлена информация о ГТО.

В 2022 году в системе ВФСК ГТО «ГТО» зарегистрировалось более 125 471 жителей Алтайского края, приступили к выполнению нормативов в официальном режиме более 65 648 человек. С начала внедрения комплекса ВФСК «ГТО» в Алтайском крае его нормативы на различные знаки отличия выполнили 30 794 жителей региона.

В 69 муниципальных образованиях Алтайского края созданы центры тестирования. Министерство спорта Алтайского края оказывает содействие администрациям муниципальных образований региона в создании условий для реализации мероприятий ВФСК «ГТО».

Ведется популяризация комплекса ВФСК «ГТО» в СМИ, центры тестирования публикуют материалы о своей работе в местных и региональных средствах массовой информации. Посол ГТО – Татьяна Ильюченко во время рабочих выездов по районам и городам края проводит торжественные награждения знаками отличия ВФСК «ГТО».

Однако в регионе возникли серьезные проблемы с нехваткой кадров. Так в Алтайском крае в процессе сдачи норм ГТО задействовано 35 человек, а в Воронежской области, сопоставимой по населению с нашим регионом, 215 специалистов. Регион, конечно, вышел выход из ситуации – прием норм ГТО учителями, но для них это дополнительная нагрузка, которая не оплачивается.

Так же проблемой является текучка кадров – так, например, как только создается работоспособная система по доступу к протоколам и регистрации

нормативов, персонал муниципалитета, отвечающий за это, увольняется или уходит на другое место. Из-за этого приходится повторять работу заново, до тех пор, пока персонал, отвечающий за документооборот, муниципалитета не закрепится, что пока не удастся сделать во всех районах региона.

Еще одной проблемой стало разобщенность инфраструктуры. Разные нормативы сдаются в разных местах, что не удобно для участников. Не многие хотят ездить по разным частям населенного пункта, для сдачи одного норматива.

Все эти проблемы выливаются в неутешительную статистику. В конце 2021 Алтайский край занимает 82-е место из 85 в рейтинге реализации ВФСК, теряя по 2 пункта ежегодно с 2017.

Список литературы

1. Указ Президента РФ от 14.10.2015 №1147 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе Готов к труду и обороне (ГТО)».
2. Указ о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс] // <http://www.kremlin.ru/news/20636>.
3. ГТО Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс] // <https://www.gto.ru>.

DEVELOPMENT OF TRP IN ALTAI KRAI

G. Sorokin, N. Molchkova

*Altai branch of the Russian Academy of National Economy and People's Service
under the President of the Russian Federation*

Abstract. The TRP in Russia has come a long way in creation and development. At the moment, the TRP works everywhere and in all regions of the country, but the implementation in the regions did not occur evenly and not according to one scheme. The paper presents the main stages in the development and formation of the TRP in the Altai Territory.

Keywords: TRP, Altai Territory, sports complex, sport.

ТЕХНОЛОГИЯ ПОУРОВНЕВОГО ФОРМИРОВАНИЯ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

И.А. Сорокин

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Проблема эффективного формирования профессиональной компетентности студентов является одной из главных проблем современного высшего образования. В данной статье рассматривается предположение об эффективности

разработанной технологии поуровневого формирования экономической компетентности будущих бакалавров профиля «Менеджмент и экономика в области физической культуры и спорта». В данной технологии определен характер учебной деятельности, формы учебных занятий, средства обучения (в том числе средства цифровых технологий), соответствующих каждому из уровней экономической компетентности студентов.

Ключевые слова: высшее образование, экономическая компетентность, технология обучения, цифровые технологии.

В настоящее время одной из важнейших проблем высшего образования является повышение эффективности обучения студентов, формирования их профессиональной компетентности. Повышению эффективности обучения способствует реализация различных педагогических технологий. Исследованиями в области разработки и реализации технологий обучения занимались Ж.Б. Быкова, М.Я. Виленский, Г.А. Кручинина, П.И. Образцов, В.А. Слостенина и др. [3, 6 и др.]. Технология обучения – это обобщающий термин, который описывает коммуникационные, информационные и технологические инструменты, используемые для улучшения процесса обучения, преподавания и оценки. Она может включать реализацию различных педагогических подходов и дидактических принципов, применение методов и средств (в том числе средств цифровых технологий).

Применение средств цифровых технологий при обучении студентов направления «Физическая культура» исследовалось Г.А. Кручиной, Д.С. Седовым, И.А. Сорокиным и др. [2, 4, 5 и др.]. Технология обучения включает в себя ряд цифровых инструментов и средств массовой информации, используемых в процессе обучения будущих бакалавров. Применение средств цифровых технологий помогает обучающимся повышать их самостоятельность в обучении (способностей к учению). Для преподавателей цифровые технологии способствуют достижению образовательных целей. Разработка образовательных технологий фокусируется на теории и практике использования новых технологий, включающих в себя реализацию инновационных образовательных подходов к обучению обучающихся. Преимущества для студентов заключаются в расширении возможностей для индивидуального обучения.

В соответствии с предметом нашего исследования – формирование экономической компетентности будущих бакалавров профиля «Менеджмент и экономика в области физической культуры и спорта», необходимо описать экономическую компетентность студентов данного профиля подготовки.

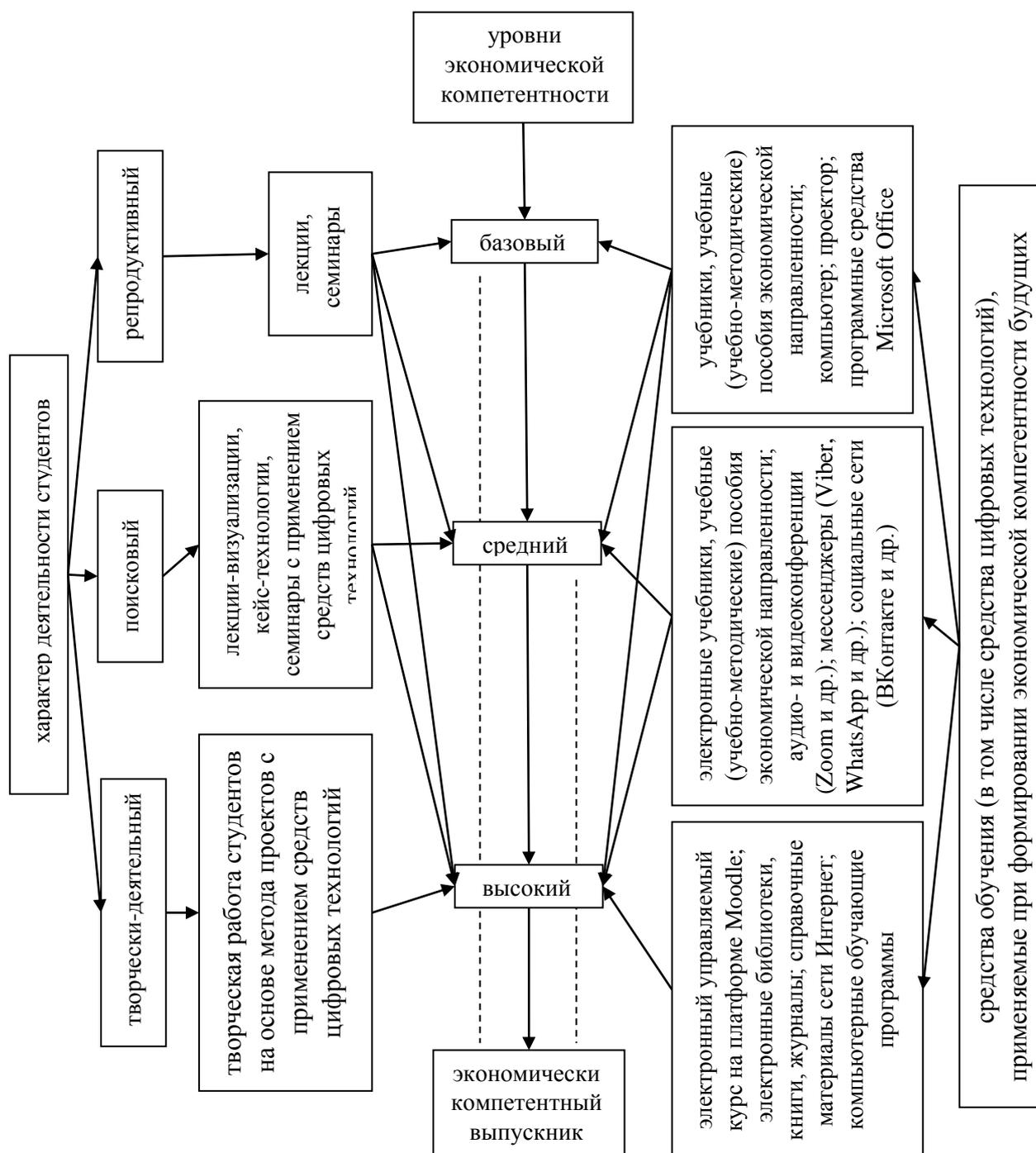


Рис. 1. Технология поуровневого формирования экономической компетентности будущих бакалавров профиля подготовки «Менеджмент и экономика в области физической культуры и спорта»

Экономическая компетентность (ЭК) является одной из важнейших составляющих профессиональной компетентности будущих бакалавров профиля «Менеджмент и экономика в области физической культуры и спорта». Согласно профессиональному стандарту «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», основным видом профессиональной деятельности является «управление деятельностью физкультурно-спортивной

организации» [1, с. 2]. Исходя из видов профессиональной деятельности экономическую компетентность будущих бакалавров профиля «Менеджмент и экономика в области физической культуры и спорта» можно определить, как способность решать профессиональные задачи в области управления и экономики физкультурно-спортивных организаций.

Нами была разработана технология поуровневого формирования ЭК будущих бакалавров профиля «Менеджмент и экономика в области физической культуры и спорта» в соответствии с выявленными нами уровнями ее сформированности: базовым, средним и высоким (рис. 1).

В соответствии с уровнями сформированности экономической компетентности студентов нами определен *характер учебной деятельности студентов*, характеризующийся степенью их самостоятельности. Базовому уровню сформированности ЭК соответствует репродуктивный характер учебной деятельности студентов; для среднего – основным является поисковый, для высокого – творчески-деятельностный. Выявленный характер учебной деятельности студентов не является исключительным для каждого из уровней сформированности ЭК (при построении учебного процесса типы характера учебной деятельности дополняют друг друга). Нами также определены *основные формы учебных занятий*, реализация которых достаточна для формирования: *базового уровня ЭК* – лекции, семинары; *среднего уровня ЭК* – лекции-визуализации, кейс-технологии, семинары с применением средств цифровых технологий; *высокого уровня ЭК* – творческая работа студентов на основе метода проектов с применением средств цифровых технологий. В разработанной технологии одним из ключевых моментов является описание средств обучения (в том числе средств цифровых технологий), применяемых при формировании ЭК, соответствующих каждому ее уровню:

- *базовому*: учебники, учебные (учебно-методические) пособия экономической направленности; компьютер; проектор; программные средства Microsoft Office;

- *среднему*: электронные учебники, учебные (учебно-методические) пособия экономической направленности; аудио- и видеоконференции (Zoom и др.); мессенджеры (Viber, WhatsApp и др.); социальные сети (ВКонтакте и др.);

- *высокому*: электронные управляемые курсы на платформе Moodle; электронные библиотеки, книги, журналы; справочные материалы сети Интернет; компьютерные обучающие программы.

Разработанная технология поуровневого формирования ЭК будущих бакалавров профиля подготовки «Менеджмент и экономика в области физической культуры и спорта» является предположением о возможностях более эффективной организации учебного процесса, направленной на формирование экономической компетентности будущих бакалавров, требующее дальнейшего исследования.

Список литературы

1. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29.10.2015 № 798н «Об утверждении профессионального стандарта «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».
2. Кручинина Г.А. Новые информационные технологии в учебном процессе. Мультимедийные обучающие программы. Учебное пособие. – Нижний Новгород: изд-во Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского, 2000. – 48 с.
3. Кручинина Г.А., Быкова Ж.Б. Формирование психолого-педагогической компетентности специалистов в условиях информатизации высшей профессиональной школы. Монография. – Нижний Новгород: НФ УРАО, 2009. – 256 с.
4. Седов Д.С. Цифровые технологии в обучении будущих бакалавров направления подготовки «Физическая культура» профиля «Менеджмент и экономика в области физической культуры и спорта» // Современные образовательные Web-технологии в реализации личностного потенциала обучающихся. – 2020. – С. 442 – 445.
5. Сорокин И.А., Седов Д.С. Формирование компетентности студентов // Приоритетные направления развития спорта, туризма, образования и науки. – 2021. – С. 553 – 555.
6. Технология профессионально-ориентированного обучения в высшей школе : учебное пособие / П.И. Образцов, А.И. Уман, М.Я. Виленский; под редакцией В.А. Слостенина. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 258 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-07122-1. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/492288> (дата обращения: 01.12.2022).

TECHNOLOGY OF THE LEVEL-BY-LEVEL FORMATION OF ECONOMIC COMPETENCE OF STUDENTS OF THE TRAINING DIRECTION "PHYSICAL CULTURE"

I. Sorokin

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The problem of effective formation of professional competence of students is one of the main problems of modern higher education. This article discusses the assumption about the effectiveness of the developed technology for the level-by-level formation of economic competence of future bachelors of the profile "Management and economics in the field of physical culture and sports". This technology defines the nature of educational activities, forms of training sessions, learning tools (including digital technologies) corresponding to each of the levels of economic competence of students.

Keywords: higher education, economic competence, learning technology, digital technology.

РАЗВИТИЕ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В РОССИИ И МИРЕ

И.А. Сорокин¹, Г.А. Блохин¹, А.И. Сорокин²

*¹Национальный исследовательский Нижегородский
государственный университет им. Н.И. Лобачевского*

²Пеля-Хованская спортивная школа

Аннотация. В статье рассмотрены исторические предпосылки развития студенческого спорта в России и мире. Выявлено, что возникновение в университетах студенческих спортивных клубов, добровольных спортивных обществ, формируемых по профессиональному признаку, способствовало развитию студенческого спорта в России.

Ключевые слова: здоровье, спорт, студенческий спорт, добровольные спортивные общества

Организация и развитие студенческого спорта по всей планете имеет долгую и обширную историю. Во многих странах есть свои спортивные традиции, которые отражались не только в массовом или профессиональном спорте (последний несколько интернационализировался в своей форме организации после распада СССР и распространения западных методик), но и в конкретных направлениях спорта, в том числе в спорте студенческом. Первая часть доклада будет повествовать о мировой традиции студенческого спорта, вторая – о российской, так как наша традиция долгое время развивалась по особому пути, отличному от западного. Первый студенческий спортивный клуб в мире был открыт в Бернском государственном институте в 1816 году, в Швейцарии. Подобные бернскому спортклубы основывались и в других европейских странах, представляя собой небольшой массив децентрализованных сообществ, пока в 1905 году США не положили начало централизации этого процесса, открыв у себя первую мире ассоциацию студенческого спорта. Некоторые страны мира начали перенимать этот опыт. В 1906 году подобная структура открылась в Австралии – подобная прогрессивность австралийского спорта обуславливалась экономическим подъемом в стране, большой урбанизацией населения и малым числом городских агломераций, внутри которых организовать подобную структуру было бы более простым занятием. На подконтрольной Австро-Венгрии территории будущей Польши также была основана подобная организация – в 1908 году. Двумя годами спустя подобная организация будет основана и в будущей Чехословакии, в 1913 году – в Швеции и Норвегии. Главной целью этих организаций было развитие университетского спорта. Первой мировой спортивной студенческой организацией стала Конфедерация студентов, учрежденная в 1919 году в перешедшем под контроль Франции городе Страсбург. В 1923 году были проведены первые всемирные игры студентов под эгидой этой организации, а годом позже, на международном университетском спортивном конгрессе в Варшаве, она была преобразована в Международную организацию студентов. Ее президентом стал ее же основатель – Жан Птижан. В период с 1924 по 1939 год было проведено 8 международных студенческих

соревнований под эгидой этой организации. Вторая Мировая Война прервала эту традицию на долгое время. Только двумя годами позже, в 1947 году, Международный союз студентов провел зимние игры в швейцарском Давосе и летние в Париже. В 1948 году, в Люксембурге была создана Международная федерация университетского спорта (далее – ФИСУ от его изначального французского названия – FISU, *Fédération internationale du sport universitaire*), ставшая преемницей Международной конфедерации студентов. Президентом оной стал Пауль Шлеймер – кандидат технических наук из Люксембурга. Официальный статус эта организация получила годом позже. Центр данной организации находится в городе Лозанна, Швейцария. Данная организация с 1959 года занималась и занимается организацией Летних и Зимних Универсиад – всемирных студенческих игр, в которых может принять участие любой студент возрастом от 17 до 25 лет. Последние Универсиады были проведены в 2021 году: 31-я летняя в китайском Чэнду и 30-я зимняя в швейцарской Люцерне. Ближайшая летняя Универсиада назначена в нашем Екатеринбурге, зимняя – в американском Лейк-Плэсид. Изменений по протоколу проведения Универсиад из-за нынешней политической обстановки пока не предпринималось. Также, ФИСУ занимается популяризацией спорта в различных университетах мира, сотрудничает с другими международными спортивными организациями для проведения различных чемпионатов и соревнований помимо Универсиад. К примеру, начиная с 2017 года ФИСУ сотрудничает с ФИБА по организации Международной студенческой лиги по баскетболу.

Интересный факт – с 2015 по 2021 год ФИСУ возглавлял Олег Матыцин – почетный президент РССС и министр спорта РФ (деятельность он приостановил из-за постановлений Всемирного антидопингового агентства о запрещении российским чиновникам занимать руководящие должности в международных спортивных организациях в течении двух лет от 23 марта 2021 года) [1]. Временным исполняющим обязанности руководителя ФИСУ был избран вице-президент ФИСУ Леонц Эдер. В России студенческий спорт зародился еще во времена дореволюционные, а именно в начале двадцатого века. При технических ВУЗах Москвы и Санкт-Петербурга возникли первые студенческие спортивные клубы. Число спортклубов было невелико – к 1904 году на территории всей Российской империи работало только 40 студенческих спортивных организаций, причем почти треть из них приходилась на Петербург, а вместе с московскими и киевскими клубами они насчитывали половину от всех существующих. Молодое советское правительство, придя к власти, развернуло развитие спорта во весь рост – новой, социалистической России нужны были не только образованные, но и физически здоровые и крепкие кадры, готовые трудиться во благо нового социалистического Отечества и идеалов Революции. В 1918 году был основан Государственный центральный институт физической культуры – первое высшее учебное заведение, направленное на теоретическое развитие спорта в стране и применение плодов этого развития на практике. В 1921 году физическая

культура впервые появляется как учебный предмет в Петроградском высшем педагогическом институте. После многочисленных успешных попыток практического внедрения данной дисциплины в учебные планы многих университетов, в том числе и успешного проведения первого всесоюзного студенческого соревнования зимой 1928 года, Совет народных комиссаров РСФСР декретом от июля 1929 года постановил, что физическое воспитание вводится во всех ВУЗах страны в качестве обязательного предмета. К концу двадцатых годов был окончательно завершён этап формирования советской спортивной доктрины, ориентированной, в том числе, и на студентов: массовость, доступность, инклюзивность стали главными ее чертами, позволяющими любому человеку добиться больших высот в спорте [2]. Это было характерно не только для спорта, но и для многих других сторон советского общества, однако тема нашего рассмотрения – студенческий спорт, посему углубляться в эгалитаризм советского общества далее будет несколько отстраненно от темы. В середине тридцатых годов в истории советского спортивного студенческого движения начинается новая страница. В 1936-1937 годах по всему СССР образуются добровольные спортивные общества (далее – ДСО), сформированные по профессиональному признаку: ДСО «Медик» (собственно, медики), ДСО «Учитель» (педагоги), ДСО «Молния» (связисты) и т.д. Внутри этих ДСО происходили постоянные студенческие соревнования, а лучших из членов этих обществ отправляли на всесоюзные состязания. Дальнейшее развитие советская студенческая спортивная система получила уже после Великой Отечественной Войны – сначала, в 1948 году, партийным постановлением были поставлены задачи по усовершенствованию учебных программ. Развитие это получило в 1957 году, с учреждением всесоюзного студенческого спортивного общества «Буревестник», не только соединявшего студентов, но и централизовавшего руководство спортивного движения. Данное общество, также, занималось развитием учебных программ по физическому воспитанию для школ, ВУЗов и средних профессиональных образовательных учреждений. Советские спортсмены из студенческой среды занимали призовые и первые места во множестве дисциплин и чемпионатов еще начиная с двадцатых годов, но данные меры поставили советских спортсменов, в том числе и из студенческой среды, на пьедестал мирового лидерства в спорте, который удерживался ими вплоть до конца восьмидесятых. С 70-х годов начала преобладать такая точка зрения на молодежный спорт, что главной его задачей является функция оздоровительная. Это, с одной стороны, повысило среднее качество физической подготовки студентов, а с другой – снизило количество усилий, вкладываемых именно в подготовку спортсменов высшего класса из числа самых молодых и свежих кадров. Это, однако, было хоть и решением противоречивым, но имевшим свои плюсы, так как спорт стал ассоциироваться со здоровым образом жизни еще сильнее, чем прежде. С началом перестройки и резким снижением государственного финансирования, молодежный спорт в СССР стал переживать крайне тяжелые времена. Развал СССР не мог не отразиться на спорте в стране, и долгое время все находилось в состоянии плачевном – никакой организованной централизованной системы, ни

для школьников, ни для студентов. Даже учреждение Российского студенческого спортивного союза как преемника «Буревестника» в 1993 году далеко не сразу начало исправлять положение. РССС, однако, смог постепенно выправить положение к лучшему в студенческой среде, за счет объединения усилий кафедр физического воспитания высших учебных заведений по всей стране. Рыночный подход, однако, не позволяет сделать спорт таким инклюзивным, массовым и эгалитарным, каким он был в СССР, что, однако, не вина РССС, но следствие экономических причин, в дебри которых, однако, углубляться не стоит, по крайней мере в этом докладе. Россия еще держит относительно неплохую планку в различных международных соревнованиях, но до уровня спорта в СССР в его лучшие годы дойти ей не суждено, по многим причинам.

Список литературы

1. Летягина Е.Н., Колодеев Е.П. Проблемы организации и проведения онлайн занятий по физической культуре и спорту в образовательных организациях// Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 2 (192). С. 151-156.
2. Сорокин И.А., Летягина Е.Н. Здоровьесберегающие технологии в физической культуре и спорте// В сборнике: Олимпизм: истоки, традиции и современность. Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очной научно-практической конференции. Редколлегия: Г.В. Бугаев [и др.]. 2018. С. 284-288.

DEVELOPMENT OF STUDENT SPORTS IN RUSSIA AND THE WORLD

I. Sorokin¹, G. Bloxin¹, A. Sorokin²

¹*Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod*

²*Pelya-Khovanskaya Secondary school (Nizhny Novgorod region, Pelya-Khovanskaya)*

Abstract. The article examines the historical prerequisites for the development of student sports in Russia and the world. It is revealed that the emergence of student sports clubs at universities, voluntary sports societies formed on a professional basis, contributed to the development of student sports in Russia.

Keywords: health, sports, student sports, voluntary sports societies

РАЗВИТИЕ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ГРУЗИИ

И.А. Сорокин, И.Э. Бичашвили

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В статье представлен анализ становления сферы физической культуры и спорта в Грузии. Рассмотрены виды физической активности, которые распространены в Грузии с древних времен. Описываются цели развития сферы физической культуры и спорта, закрепленные законодательно.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, принципы регулирования физической культуры

Самые популярные виды спорта в Грузии: футбол, баскетбол, регби, борьба, дзюдо и тяжелая атлетика. Исторически Грузия известна своей спортивной культурой. В Грузии с древних времен были популярны различные физические упражнения и игры: стрельба из лука, фехтование, верховая езда, метание копья, охота, теннис, борьба и другие [1]. С 19 века в Грузии получили распространение классические виды спорта: гимнастика, тяжелая атлетика, конькобежный спорт, велоспорт, теннис, футбол и др. Развитие спорта в Грузинской ССР осуществлялось централизованно. В 1923 году было создано физкультурно-спортивное общество «Динамо». Детские спортивные школы были открыты в 1934 году. В 1938 году был создан Институт физической культуры [3].

Закон Грузии «О спорте» определяет общие правовые, социальные, экономические и организационные основы спортивной деятельности на территории Грузии [2]. В Грузии спорт считается важнейшим национальным делом и его развитие поддерживается. Спорт в Грузии основан на гуманистических и культурных ценностях народа, историческом опыте, многовековых традициях грузинского народа. Целями законодательства Грузии в области спорта являются: а) здоровье нации; б) формирование духовно и физически гармонично развитой личности; в) обеспечение и защита реализации конституционных прав граждан Грузии на участие в сфере спорта; г) определение компетенции центральных органов государственного управления в области спорта; д) создание правовых гарантий свободного функционирования государственных, общественных и иных негосударственных спортивных организаций; е) определение прав и обязанностей физических и юридических лиц в области спорта и регулирование отношений между ними; ж) внедрение научно-технических достижений в области спорта.

Основными принципами развития спорта в Грузии являются: а) обеспечение универсальности и доступности; б) защита спортивных традиций, углубление, преемственность наследственности между поколениями, развитие спорта; в) демократичность управления; г) укрепление материально-технической базы, развитие спортивной индустрии; д) уважение к общественным ценностям. Государственные гарантии прав граждан Грузии в сфере представлены ниже:

1. Государство обеспечивает право граждан заниматься спортом путем создания соответствующих социально-экономических условий.

2. Государство оказывает соответствующую помощь и льготы пенсионерам, работающим в сфере спорта, детям-сиротам, малообеспеченным семьям и лицам с ограниченными возможностями в соответствии с условиями, предусмотренными Законом Грузии «О правах лиц с ограниченными возможностями».

3. Государство обеспечивает развитие различных видов спорта в сельской местности, создает необходимые условия для вовлечения сельского населения в занятия спортом, уделяет особое внимание горным районам.

4. Гражданин Грузии (спортсмен, тренер, судья, другой спортивный работник) имеет право заниматься любительским и профессиональным спортом как в Грузии, так и за ее пределами.

5. Гражданин другого государства или лицо без гражданства занимается спортом в Грузии на основании договора или соглашения в соответствии с законом.

6. Не допускается использование спортивной деятельности или достижений в спорте в незаконных целях [2].

Список литературы

1. Горгадзе М. Очерки из истории физической культуры Грузии. – Тбилиси, 1959. 362 с.
2. Закон Грузии «О спорте» [Электронный ресурс]. – URL: <https://matsne.gov.ge/ru/document/view/31552?publication=18>
3. Цибадзе А., Хачидзе Г. Олимпийская Грузия. – Тбилиси, 1979.

DEVELOPMENT OF THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN GEORGIA

I. Bichashvili, I. Sorokin

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article presents an analysis of the formation of the sphere of physical culture and sports in Georgia. The types of physical activity that have been common in Georgia since ancient times are considered. The objectives of the development of the sphere of physical culture and sports, fixed by law, are described.

Keywords: physical culture, sport, principles of regulation of physical culture

РЕГУЛИРОВАНИЕ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ГРУЗИИ

И.А. Сорокин, И.Э. Бичашвили

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В статье представлен обзор основных направлений государственной политики в области регулирования и финансирования сферы физической культуры и спорта в Грузии. Описаны основные органы государственного управления в сфере физической культуры и спорта.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, регулирование сферы физической культуры, финансирование

Основные направления и приоритеты государственной политики в области спорта определяются Парламентом Грузии. Органом государственного управления в сфере спорта является Министерство культуры, спорта и молодежи Грузии, компетенция которого в данной сфере определяется Законом

Грузии «О спорте», иными законодательными и подзаконными нормативными актами Грузии и нормативными правовыми актами указанного министерства [2].

К компетенции Министерства в области спорта относятся:

- разработка и реализация основных направлений развития спорта;
- разработка государственных программ оздоровления нации и развития спорта;
- определение приоритетных видов спорта;
- содействие в создании материально-технической базы учреждений, входящих в сферу ведения Министерства в целях развития спорта;
- содействие созданию общественных и иных негосударственных спортивных организаций;
- координация подготовки, распределения и переподготовки кадров в сфере спорта; организация аттестации работников спорта и определение их профессионального уровня;
- научно-методическое обеспечение сферы спорта; организация издания научной, учебной и популярной спортивной литературы;
- установление государственных нормативов финансирования спорта;
- поощрение спортсменов, специалистов спорта и других работников спорта, представление их к государственным премиям и наградам;
- в случаях нарушения основных принципов государственной политики в области спорта национальными спортивными федерациями Грузии и грубого нарушения законодательства Грузии совместно с регистрирующим органом приостанавливает полномочия руководителей этих федераций до созыв внеочередного съезда.

Национальный олимпийский комитет Грузии – независимая общественная организация, координирующая олимпийское движение в Грузии. Национальный олимпийский комитет Грузии руководствуется законодательством Грузии, Законом Грузии «О спорте», Олимпийской хартией и собственным уставом. В Международном олимпийском комитете Грузию представляет только Национальный олимпийский комитет. Он сотрудничает с Министерством и Национальными спортивными федерациями Грузии на основании договора. Также участвует в подготовке и выступлении национальных сборных на Олимпийские игры [2].

Паралимпийский комитет Грузии – независимая общественная организация, координирующая паралимпийское движение в Грузии. Паралимпийский комитет Грузии руководствуется законодательством Грузии, Законом Грузии «О спорте» и собственным уставом.

Национальная спортивная федерация Грузии является непредпринимательским (некоммерческим) юридическим лицом частного права, созданным на основании Гражданского кодекса Грузии, который осуществляет свою деятельность в соответствии с Законом Грузии «О спорте», иными законодательными и подзаконными нормативными актами Грузии, международных спортивных федераций и собственными уставами.

Национальная спортивная федерация Грузии является единственным руководящим органом в соответствующем виде спорта и несет ответственность за его развитие. Национальная спортивная федерация Грузии представляет соответствующий вид спорта как в стране, так и за рубежом; разделяет принципы олимпийского движения [1]. Статус Национальной спортивной федерации Грузии присваивается ассоциации, учредительные документы которой соответствуют требованиям законодательства Грузии и соответствующей международной федерации. Полномочия Национальной спортивной федерации Грузии в пределах ее компетенции распространяются на всю территорию Грузии. Национальная спортивная федерация Грузии выполняет государственный заказ и сотрудничает с Министерством на основании договора. Высшим органом Национальной спортивной федерации Грузии является Конгресс. Национальная спортивная федерация Грузии формирует сборную по соответствующему виду спорта, представляет ее международным организациям и спортивным соревнованиям. В пределах своей компетенции Федерация способствует созданию и деятельности спортивных обществ, ассоциаций, клубов, школ и других организаций.

Государство содействует и заботится о развитии спорта и выделяет для этого бюджетное финансирование [3]. Средства, направляемые на развитие спорта, отражаются отдельной статьей в государственном бюджете. Министерство выделяет государственные средства в области спорта по предложению спортивных организаций. Для финансирования спорта также используются: а) взносы государственных, частных и общественных организаций, учреждений и частных лиц; б) прибыль, полученная от собственной спортивной, хозяйственно-коммерческой, рекламной, посреднической деятельности; в) средства, полученные от спонсоров и иной помощи [4]. Средства, полученные из внебюджетных источников, не влияют на размер ассигнований государственного бюджета на спорт. Средства, выделенные из государственного бюджета на развитие спорта, распределяются между министерствами и ведомствами Министерством финансов Грузии по представлению Министерства. Национальная сборная выделяет целевые средства из государственного бюджета на подготовку команд и участие спортивных делегаций Грузии в Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы, розыгрышах кубков, мировых университетах и других международных мероприятиях и награждение победителей и призеров эти события. Бюджетные и внебюджетные отчисления, предназначенные спорта, не могут быть использованы не по назначению, они должны использоваться только на развитие спорта. Государство способствует развитию спорта путем расширения материально-технической базы спорта, обеспечения соответствующего финансирования, грантов, морального и материального поощрения спортсменов и специалистов в этой области.

Финансирование и регулирование сферы культуры и спорта в Грузии является одной из особых и важных обязанностей государства. Закон Грузии «О спорте» четко описывает способы вовлечения населения в сферу спорта. В

нем также четко описаны способы проведения спортивных мероприятий и финансирование этих мероприятий.

Список литературы

4. Горгадзе М. Очерки из истории физической культуры Грузии. – Тбилиси, 1959.

5. Закон Грузии «О спорте» [Электронный ресурс]. – URL: <https://matsne.gov.ge/ru/document/view/31552?publication=18>

6. Летягина Е.Н., Сорокин И.А., Кутасин А.Н. Повышение эффективности бюджетных расходов на физическую культуру и спорт. – М., изд-во ТРИУМФ, 2021.

7. Сорокин И.А., Летягина Е.Н., Орлова Е.А. Механизм финансирования сферы физической культуры и спорта в России // В сборнике: Современные проблемы физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Материалы XVII Международной научно-практической конференции. 2018. С. 59-62.

DEVELOPMENT OF THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN GEORGIA

I. Bichashvili, I. Sorokin

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article presents an overview of the main directions of state policy in the field of regulation and financing of physical culture and sports in Georgia. The main bodies of state administration in the field of physical culture and sports are described.

Keywords: physical culture, sports, regulation of the sphere of physical culture, financing

ФОРМИРОВАНИЕ ГРУПП ДЛЯ ЗАНЯТИЙ КИОКУШИН КАРАТЭ С УЧЕТОМ ЖЕНСКОГО ОРАГНИЗМА

О.Ф. Стромкова

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. В статье рассматривается вопрос о подготовке каратэк женского пола в стиле Киокушин. Проводится анализ действующих и утративших силу федеральных стандартов спортивной подготовки по нескольким видам единоборств. Цель исследования – подтвердить необходимость формирования групп с учетом гендерной принадлежности. Ожидаемый результат – успешное функционирование женских групп.

Ключевые слова: Киокушин, каратэ, единоборства, гендерные различия, женский пол.

Что такое каратэ? Великие мастера отвечают, что это путь длиною в жизнь, на протяжении которого человек стремится к саморазвитию и самосовершенствованию. Но кроме того, это передача своего мастерства

следующему поколению. Для таких мастеров каратэ – это боевое искусство, это то, чему они посвятили свою жизнь.

Но есть и другая категория лиц, которая не стремится, чтобы каратэ стало единственным делом в жизни. Каждый при этом следует своим интересам. Кому-то нужны спортивные звания, медали, другим интересно развитие и получение поясов, а третьих каратэ привлекает как вид физической активности и средство поддержания физической формы, ведь тренировки разнообразны и не дают заскучать от выполнения монотонной работы. Поэтому каждый может найти что-то интересное для себя.

Говоря о каратэ Киокушин, мы имеем в виду спортивное каратэ, которое отличается от традиционного наличием правил и отсутствием применения запрещенных техник. Это своего рода трансформация, которая сделала Киокушин доступным. Но это не значит, что он деградирует. Нет, бойцы на соревнованиях становятся жестче, они постоянно увеличивают нагрузки, чтобы стать лучшими, внедряются новые методы тренировок.

В России действует государственная программа развития физической культуры и спорта (далее – Программа). В соответствии с ней планируется увеличить долю населения систематически занимающихся физической культурой и спортом. Одним из структурных элементов Программы является развитие физической культуры и массового спорта.

Каратэ Киокушин имеет широкое распространение не только в России, но и по всему миру. Число занимающихся насчитывает миллионы человек. Поэтому развитие каратэ Киокушин как вида массового спорта имеет важное значение не только для японцев – источника зарождения боевого искусства, но и для России – как средство развития физических и духовных качеств населения. Поэтому рациональная организация тренировочного процесса будет привлекать на занятия большее количество населения, что позволит выполнить Программу и увеличить качественный отбор в спорт высших достижений.

Основатель стиля каратэ Киокушин Масутацу Ояма, придумывая свою систему, положил в основу закаливание духа путем преодоление физических возможностей тела. Киокушин по задумке автора должен был стать стилем немногих, лишь самых крепких духом.

Киокусин привлекал и привлекает многих, однако к тяжелейшим испытаниям готовы далеко не все. Сначала по настоянию Европы были введены три весовые категории – до 70, до 80 и свыше 80 кг (чемпионат мира по-прежнему проводится лишь в абсолютном весе, причем выигрывает не обязательно самый тяжелый – последний чемпионат выиграл японец Кенти Мидори ростом 165 см и весом 70 килограмм, победивший тех, чей вес переваливал за центнер). Затем европейцы стали пользоваться щитками на ноги, потом появились соревнования по ката для мужчин, затем – ката для женщин, а позже – и женское кумитэ по облегченным правилам – и это при том, что Ояма долгие годы был категорически против женского каратэ.[7]

Таким образом, разработанный сравнительно недавно стиль каратэ Киокушин, подвергся серьезным изменениям для того, чтобы стать массовым.

Из чисто мужского боевого искусства с жесточайшими правилами поединков и набивкой тела оно стало доступно всем. А поскольку изначально этот стиль каратэ не подразумевал, что им будут заниматься женщины и в основе его лежала силовая подготовка, то возникает вопрос об адаптации тренировочного процесса стиля Киокушин женскому организму. Раз уж детище Оямы является массовым видом спорта, то важна оптимальная организация занятий.

При изучении вопроса организации тренировочного процесса в научно-исследовательской литературе, посвященной каратэ Киокушин и другим единоборствам, можно выделить несколько направлений, в которых авторы статей видят проблемы.

Как упоминалось ранее, основатель каратэ Киокушин Масутацу Ояма большое значение уделял развитию физического качества сила. И многие статьи посвящены именно этой тематике, а именно: силовой подготовке (юношей). Предлагаются различные методы использования утяжеления (штанги, гири и т. п.), а так же внедрение в тренировочный процесс новых разработок, таких как Кросс-фит.

Еще одна из часто встречающихся проблем – это технико-тактическая подготовка. Отсутствует методическая литература, по которой тренеры готовили бы спортсменов. Поэтому для организации тренировочного процесса в том числе используются материалы из других видов единоборств.

Кроме того, часто встречается проблема отсутствия индивидуализации при подготовке бойца, так как традиционный метод занятий каратэ не учитывает особенностей каждого отдельного спортсмена.

Сегодня в группы для занятий каратэ Киокушин набирают детей и взрослых без учета гендерной принадлежности. Но, по моим наблюдениям, следует отметить, что мужчин особенно в молодом возрасте в каратэ больше привлекает кумитэ (спарринг), в то время как женщинам больше интересно каратэ как вид физической активности и настораживает участие в кумитэ.

Таким образом, уже на этапе выбора заниматься или нет, женский пол склоняется ко второму из-за боязни боя, или вернее из-за не умения, не знания как вести себя в спарринге. Как отмечает С.В. Олин в своей статье Обоснование планирования тренировочного процесса оборонительных тактико-технических действий в Киокусинкай каратэ-до на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей «оборона является одной из важных сторон подготовленности». Оборонительные действия – это сложный технический элемент. И если не владеть этим навыком, то от ударов кулаком, локтем, коленом или стопой можно получить повреждение не только внешнее в виде синяка, но и внутреннего органа, такого как: печень, селезенка, головной мозг и т. п. [4] В этот момент отсеивается большое количество женской аудитории, которая хочет заниматься и им это интересно. И опять же встает вопрос об организации. Проведя опрос среди родителей занимающихся спортсменов, однозначно все высказались «за» формирование отдельной группы женского пола. При этом мамы были заинтересованы в том, чтобы тоже принять участие в тренировках.

Говоря об организации тренировочного процесса, нельзя обойти стороной требования Федерального стандарта спортивной подготовки (далее – ФССП) по соответствующему виду спорта.

В своей статье «Этап начальной спортивной подготовки девушек, специализирующихся в виде спорта рукопашный бой, в контексте требований федерального стандарта» авторы анализируют ФССП по нескольким видам единоборств. Одним из итогов такого анализа является то, «что при организации тренировки в связи со спецификой этих видов спорта необходимо комплектовать группы подготовки и осуществлять планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития спортсмена». В 2020 году данная информация была актуальна.

На сегодняшний день по некоторым из анализируемых в вышеуказанной статье видам единоборств в ФССП внесены изменения.

Проведен анализ ФССП по нескольким видам единоборств и установлено, что пункт о формировании групп по гендерным и возрастным различиям отсутствует. Данные представлены в таблице ниже:

Вид единоборств	Наличие пункта о формировании групп по гендерным различиям	
	ФССП, действующие в 2020 году	ФССП, действующие в 2022 году.
Киокушин	да	нет
Тхеквондо	да	да
Кикбоксинг	да	да
Каратэ	да	нет
Тайский бокс	да	нет
Самбо	да	нет
Всестилевое каратэ	да	нет

Как видно из представленной выше таблицы, ФССП по вышеперечисленным единоборствам в 2022 году, кроме тхеквондо и кикбосинга, не имеют в разделе «особенности спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта» указаний на разделение групп по гендерным и возрастным различиям.

В ФССП, действующих в 2022 году, подверглись гендерному разделению лишь сдача нормативов по физической подготовке, как и в действовавших ранее ФССП. Субъект теперь самостоятельно принимает решение о формировании групп.

В своей книге Микрюков В.Ю. «Энциклопедия каратэ. История и философия, теория и практика, педагогические принципы и методики обучения» предлагает при организации занятий каратэ с девушками больше всего времени уделять отработке формальных упражнений – ката (до 70% бюджета времени на занятиях) за счет сокращения времени на физическую

подготовку и кумитэ, оставляя на долю последних 30%, в то время как с юношами это соотношение должно быть 50 на 50. [2]

Кроме того, автор предлагает разделить каратэк по половому признаку, а в идеале организовать ведение занятий с женским полом опытным мастером каратэ того же пола. При этом в тренировочном процессе следует уходить от реальных спаррингов к обусловленным поединкам с использованием щитков.

Микрюков В.Ю. дает очень точную фразу, с которой нельзя не согласиться: «большинству из занимающихся каратэ женщин тяжело противостоять мужчине».

В соревнованиях по кумитэ мужчины и женщины разделены по полу и весу. Но вот во время тренировок в кумитэ участвуют все. Женскому полу в этот момент приходится проявлять весь свой характер, ведь мужской пол физиологически превосходит его:

- Размер тела женщины меньше, чем у мужчины, туловище длиннее, а конечности короче;

- у женщин меньше развито такое качество как быстрота (по абсолютным показателям отстают от мужчин);

- При одинаковых аэробных нагрузках ЧСС (частота сердечных сокращений) у женщин выше, что связано с меньшим по объему и массе сердцем в сравнении с мужчинами.[5]

Одной из проблем всех видов единоборств является подготовка женского пола на учебно-тренировочных занятиях на основании тех же методик, что и мужского. И это касается подготовки как женщин, так и девочек, девушек.

Тихонова И.В., Омарова П.Г., Близнюк А.А., Иванов И.И. в своей статье «Технология совершенствования технико-тактической подготовки дзюдоисток с учетом особенностей женского организма» отмечают, что не только фазы женского организма, но и антропометрические особенности влияют на подготовку спортсменок. Авторами предложено для подготовки женщин на этапах спортивного совершенствования учитывать и использовать эти особенности в тренировочном процессе путем изменения технико-тактического арсенала. [6]

Считаю, что данный подход можно уже использовать и на начальном этапе подготовки, то есть учитывать пол спортсмена и тренировать технико-тактические навыки с учетом этих особенностей.

В возрасте 7-10 лет происходят существенные преобразования детского организма, психо-физиологические функции в этот период наиболее чувствительны. По мнению авторов Ворожейкина А.В., Тютя П.И. И Волкова А.П. в этом возрасте большую часть тренировочного процесса следует посвятить развитию скоростных способностей, выносливости, координационных способностей и гибкости. [1]

Пренебрегая гендерными различиями во время проведения учебно-тренировочных занятий, есть риск не только внутренних изменений в женском организме, но и внешних его проявлений.

Е.А. Олейник и К.А. Бугаевским проведены исследования спортсменок, занимающихся различными видами боевых искусств, куда в том числе вошли представительницы Киокушин каратэ, и сделаны соответствующие выводы о том, что параметры исследуемых больше соответствуют мужскому типу фигуры, чем классическому женскому, так как их плечи оказались шире таза.

Исследование проводилось с использованием маркеров маскулизации, которые подтвердили, что длительные и интенсивные занятия единоборствами влекут за собой адаптивные соматические изменения женского организма к мезоморфному или андоморфному половому соматотипу. [3]

Родители, отдавая свою девочку в секцию Киокушин каратэ, не осознают, что ребенок будет участвовать в спаррингах в полный контакт. И конечно, они не догадываются, что длительные и интенсивные тренировки приводят к изменениям в сторону мужского типа фигуры.

В первую очередь родители думают о том, чтобы занять время ребенка чем-то полезным, что не навредит здоровью. Каратэ как инструмент воспитания физического и духовного качества очень хорошо подходит для этой цели.

Быть хорошими спортсменами дано далеко не каждому, но каратэ позволяет развиваться тем, кто усердно занимается, кому не нужны верхушки Олимпа, и кто хочет обладать определенными навыками и умениями. Конечно, Киокушин каратэ – это единоборство, но по сравнению с другими видами, оно имеет в своем арсенале комплекс формальных упражнений – ката.

Несмотря на то, что в ката нет спарринг-партнера и он находится в твоём воображении, упражнения ката требуют хорошей физической подготовки и самообладания. Выходя на татами, твой соперник – это ты сам, и твоя задача преодолеть себя, а справился ты с этим или нет, покажут оценки судей. Так главными качествами в этом виде состязаний являются быстрота, точность, а сила уходит на второй план. Таким образом, даже слабый пол может себя проявить, ведь в этой категории тоже проводятся турниры среди спортсменов.

Ката – это то, что не пугает девочек на начальном этапе занятий Киокушин каратэ, когда они только ступили на татами в Додзё. А дальнейшее их развитие покажет характер.

На основании вышеизложенного проводится эксперимент на базе учреждения дополнительного образования. Суть эксперимента в формировании групп в соответствии с гендерной принадлежностью и соответственно другой подход к проведению учебно-тренировочных занятий. Одной из задач является сохранение интереса к выбранному виду спорта и развитие в этом направлении. Другая задача состоит в том, чтобы сохранить здоровье женского организма. Женский пол – это продолжение человечества. Физически развитые и психологически устойчивые к стрессу женщины смогу дать жизнь следующему здоровому поколению.

Список литературы

1. Ворожейкин А.В., Тюпа П.И., Волков А.П. Этап начальной спортивной подготовки девушек, специализирующихся в виде спорта рукопашный бой, в

контексте требований федерального стандарта / Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта, 2020. №2(18) – с. 99-114.

4. Микрюков В.Ю. Энциклопедия каратэ. История и философия, теория и практика, педагогические принципы и методики обучения. – Спб.: ИГ «Весь», 2013. 576с. (Путь воина). С. 293-296.

5. Олейник Е.А., Бугаевский К.А. Использование ряда маркеров маскулинизации при исследовании спортсменок юношеского возраста, занимающихся разными видами единоборств / Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта., 2021. № 5 (195). С. 292-297.

6. Олин С. В. Обоснование планирования тренировочного процесса оборонительных тактико-технических действий в киокусинкай каратэ-до на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей / Вестник ЮУрГУ, 2012, № 4. С. 117-120.

7. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник Изд. 2-е, испр. И доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528с., ил. – С. 313-329.

8. Тихонова И.В., Омарова П.Г., Близнюк А.А., Иванов И.И. Технология совершенствования технико-тактической подготовки дзюдоисток с учетом особенностей женского организма/ fizkultura, 2019. N4(3). С.123-126.

9. «Кекусинкай. Детище Оямы». Статья из газеты «Спорт-экспресс», 1994. URL: <http://superkarate.ru/books-kyokushin/13132-kyokushin-1994.html> (Дата обращения – 20.09.2022).

FORMATION OF GROUPS FOR KYOKUSHIN KARATE CLASSES TAKING INTO ACCOUNT THE FEMALE BODY

O.F. Stromkova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The article discusses the issue of female karate training in the Kyokushin style. The analysis of the current and expired federal standards of sports training in several types of martial arts is carried out. The purpose of the study is to confirm the need to form groups taking into account gender. The expected result is the successful functioning of women's groups.

Keywords: Kyokushin, karate, martial arts, gender differences, female gender.

УЧЕТ СОВРЕМЕННЫХ ТЕНДЕНЦИЙ РАЗВИТИЯ АНИМАЦИОННЫХ ПРОГРАММ НА КРУИЗНЫХ ТЕПЛОХОДАХ В ПРОЕКТИРОВАНИИ СОДЕРЖАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ДЛЯ СФЕРЫ ТУРИЗМА

В.Б. Субботин, А.А. Панфилова, Е.В. Субботина

Российская международная академия туризма

Московский филиал Российской международной академии туризма

Аннотация. В статье обозначена необходимость учета современных тенденций развития анимационных программ на круизных теплоходах, охарактеризованы подходы к

формированию высоких квалификационных характеристик молодых специалистов, показана возможность приобретения студентами практических навыков проектирования услуг речных круизов путем участия в рекламных турах.

Ключевые слова: анимационные программы в речных круизах, практическая подготовка, содержание профессиональной подготовки.

Эффективность профессиональной подготовки специалистов для сферы туризма определяется адекватностью содержания образования потребностям личности, запросам профессиональной сферы, учётом при формировании содержания современных тенденций развития видов туризма, изучения рекреационных природных и культурно-исторических туристских ресурсов страны, поскольку разнообразие окружающего мира лежит в основе развития этой важной отрасли народного хозяйства.

Неопределенность с открытием других стран, с перелетами и с возможностями оплаты за рубежом сделали морские круизы в этом году практически недоступными для россиян. Поэтому круизный отдых на российских реках становится все более востребованным. По оценке Ростуризма, в летнем сезоне 2022 года в речные круизы по России отправились более 700 000 человек.

Неизменный рост интереса к речным круизам, увеличение количества постоянных клиентов компаний, избирательность путешественников и широкое разнообразие маршрутов несколько лет назад привело к объединению крупных представителей круизного рынка в «Речной Альянс», в составе которого «ВодоходЪ» из 27 судов, одна из старейших круизных компаний России «Мостурфлот» с 14 теплоходами и «Созвездие», в котором 7 судов. В результате такого объединения судов различных технических характеристик и размеров оказался представленным полный спектр маршрутов с едиными стандартами безопасности и сервиса.

Как известно, речной круиз включает в себя весь спектр необходимых путешественнику услуг: размещение, питание, экскурсионную программу, анимационную программу на борту, путевую информацию, бытовое и медицинское обслуживание. Мы остановимся на анимационных программах, так как 70% времени турист проводит на борту теплохода. Стандартный рейс длится не менее от 4 до 7 дней. Основная задача менеджера круизного теплохода – эффективно организовать досуг туриста, а будущего специалиста в сфере туризма выявить, каковы современные тенденции анимационных программ и как эти тенденции целесообразно учитывать в проектировании речных круизов.

Классические традиции анимационных программ речных круизов включают в себя: путевую информацию с «живыми» радиопередачами, «капитанский коктейль», приветственный концерт, «капитанский ужин», Гала-концерт, вечер «Забытые традиции», Праздник Нептуна. Дополнительные анимационные мероприятия: «Играй, баян!», лото-клуб, вечерние мероприятия с розыгрышем призов, в том числе путёвки на следующий сезон, зарядка,

танцевальный класс, концерты классической музыки, вечера в барах, дискотеки.

Современные познавательные анимационные программы: экскурсии в рулевую рубку, машинное отделение, учебные тревоги, мастер-классы по народному творчеству.

Незаменимыми в круизном путешествии являются детские программы: детский клуб, детские конкурсы, выставки, мастер-классы.

В последние годы всё больше приобретают популярность шоу-программы с участием фокусников, танцевальных дуэтов и эстрадно-джазовых артистов.

Современные особенности анимационных программ для туристов основаны на продвижении дестинаций и объектов национального достояния России.

Опыт летнего круиза на теплоходе «Константин Коротков» в рамках проекта «Россия – страна возможностей» по программе «Москва – столица пяти морей», проходивший по маршруту Москва – Углич – Рыбинск – Москва позволил классифицировать анимационные программы на следующие группы:

1. Социально-культурный контекст путешествия: культурно-патриотическое воспитание молодежи, в рамках которого характеризуются туристические дестинации, а именно:

- Столица нашей Родины – Москва.
- Канал имени Москвы.
- История Угличских князей.
- Знакомство с историей СССР в Рыбинске.
- Музей Ф.Ф. Ушакова.

2. Мероприятия образовательно-полезной направленности:

• Интерактивная лекция «Канал им. Москвы – грандиозная стройка XX века».

• Лекция о процессе шлюзования «Как работают шлюзы и зачем они нужны?».

• Лекция «Волга: от бурлаков до высокотехнологичных лайнеров».

• Экскурсия в капитанскую рубку с лекцией о процессе управления судном и экскурсия в машинное отделение теплохода с лекцией «Где спрятан двигатель?».

3. Развлекательные мероприятия:

- Латиноамериканские ритмы – мастер-класс по танцам.
- Интеллектуально-развлекательный клуб «Камера, мотор, снято!».
- Вечера эстрадной музыки и танца.
- Заседания клуба «Мафия».
- Интеллектуально-развлекательный клуб «Квиз-плиз».
- Мюзиклы, фокус-покус-шоу и моноспектакли ежедневно.
- Интеллектуально-развлекательный клуб «Лото-клуб».
- Концерты пианиста ежедневно.

4. Познавательные мероприятия:

- Магия платка
- Кап и резьба по кости.
- Магия камня и эмали.

Визуальное наблюдение за численностью участников отдельных программ и интересом, проявляемым к их содержанию, позволили ранжировать их по востребованности следующим образом: развлекательные мероприятия, мероприятия образовательно-полезной направленности, воспитательно-патриотические и наименее привлекательные – познавательные. Следует отметить, что круиз был рассчитан на молодежный сегмент, в том числе многодетных родителей, участников программы «Экософия» и других. Следует отметить, анимация в речном туризме является одним из эффективных средств привлечения туристов, она влияет и на позитивную оценку работы круизной компании в целом. Неверно было бы называть эту услугу дополнительной, на наш взгляд это одна из основных составляющих круизного продукта, наравне с услугами питания и размещения. Именно такое отношение к этой услуге следует формировать у студентов при изучении дисциплин «Проектирование объектов туристской индустрии» и «Управление проектами» [1].

Поскольку для большинства преподавателей дисциплин туристского профиля, а тем более студентов отдых на речных круизах материально нереален, а практические знания об этом на сегодня востребованном сегменте рынка внутреннего туризма необходимы, имеет смысл компании «Речной Альянс» организовывать рекламные туры для групп ППС и студентов туристских вузов в самом начале или конце сезона. «Речной Альянс» [2]. Именно так удастся повысить квалификацию преподавателей, а в дальнейшем сформировать у студентов такие компетенции как способность применять технологические новации в туристской сфере, а также осуществлять исследование туристского рынка, организовывать продажи и продвижение туристского продукта.

Список литературы

1. Субботина Е. В. Элиарова Т.С Роль международных практик в формировании компетенции студентов в профессиональном туристском образовании. Инноватика в современном профессиональном образовании: материалы Международной научно-практической интернет-конференции, 13 декабря 2017 Химки, Российская международная академия туризма- М.: Университетская книга, 2018, С. 207-214

2. Субботина Е. В. Использование европейского опыта в организации практической подготовки менеджеров для индустрии гостеприимства. Пушкино, НОУ ВПО ИТТ, Изд-во «Канцлер», 2016, С. 286-293

TAKING INTO ACCOUNT MODERN TRENDS IN THE DEVELOPMENT OF ANIMATION PROGRAMS ON CRUISE SHIPS IN THE DESIGN OF THE CONTENT OF PROFESSIONAL TRAINING OF SPECIALISTS FOR THE TOURISM SECTOR

Subbotin V. B., scientific advisor: A. Panfilova, E. Subbotina

Russian International Academy of Tourism

Moscow branch of the Russian International Academy of Tourism

Abstract: The article identifies the need to take into account current trends in the development of animation programs on cruise ships, describes approaches to the formation of high qualification characteristics of young professionals, shows the possibility of students acquiring practical skills in designing river cruise services by participating in promotional tours.

Keywords: *animation programs on river cruises, practical training, content of professional training.*

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ PR-СПЕЦИАЛИСТА И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СВЯЗЕЙ С ОБЩЕСТВЕННОСТЬЮ В ОБЛАСТИ СПОРТА

А.А. Судариков, И.А. Сударикова

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Сфера спорта предъявляет особые требования к специалисту в области связей с общественностью. Трансформирующийся мир определяет основные направления развития деятельности pr-специалиста и тенденции в формировании особенностей дальнейшего развития отрасли.

Ключевые слова: *Связи с общественностью, спорт, pr, коммуникации, тенденции.*

Связи с общественностью сами по себе являются творческой работой: они ежедневно требуют от специалиста поиска конкретных коммуникационных решений для постоянно изменяющегося мира.

Специалист по связям с общественностью должен собирать информацию из окружающего социума, а не только из баз данных. Он должен проявлять тонкую наблюдательность, способность анализировать человеческую природу, устанавливать тонкие связи, иметь проницательность, которой нет ни у кого. А это одна из сторон творчества. PR – исследование означает отсутствие стереотипов, взгляд за пределы того, что стоит перед глазами. Ценное исследование означает изучение информации за пределами рамок и границ.

Планирование в связях с общественностью ассоциируется у большинства людей с деятельностью, которая в большей степени связана с организационными возможностями, чем с творчеством. Но большие идеи, блестящие кампании, которые мы порой можем наблюдать, становятся таковыми не только потому, что кто-то подобрал правильные слова, но и благодаря используемым образам через стратегию, стоящую за ними.

Логическая связь целей со средствами коммуникации, определяет, будет ли кампания по связям с общественностью эффективной или останется в числе

незамеченных. В современных условиях тренд задает онлайн среда, требующая недюжинной креативности от работника. Помимо влияния традиционных аспектов, цифровая среда выдвинула новые требования к компетенциям и навыкам PR-специалиста. Ему необходимо знать свою аудиторию в деталях, предвидеть ее реакцию и быть постоянно наготове, чтобы действовать в потоке с меняющейся средой. Таким образом, именно онлайн-среда ясно дала понять, что креативность это не просто каприз, это необходимость. [2]

Работа по связям с общественностью почти во всех своих подходах основана на творчестве. Как и в других сферах коммуникации, успех PR не имеет конкретного рецепта, он является результатом объединения соответствующих инструментов в нужное время. Различные коммуникационные кампании, проводимые спортивными брендами, очевидно, имеют в качестве отправной точки прикладной подход к философии компании, но их успех зависит от способности специалистов к творчеству.

Поскольку связи с общественностью распространены достаточно широко, специалисты по связям с общественностью должны привносить в них элементы оригинальности, искать новые углы подхода и доказывать в каждой имиджевой компании креативность и профессионализм. Для этого PR-специалист обращается к мероприятиям ориентированным на внешнюю аудиторию. Эти события могут принимать форму пикников, тимбилдингов, спортивных событий, "дня открытых дверей", публичных демонстраций, и т.д. Требуется немало изобретательности, чтобы удивить заинтересованных людей и чтобы организованные мероприятия не превратились в нечто тривиальное. Именно поэтому специалисты по связям с общественностью и стараются раскрыть свой творческий потенциал, используя методы стимулирования идей, такие как мозговой штурм, оценка идей, индивидуальное творчество, фокус-группа.

Требования к инновациям в сфере связей с общественностью были реализованы, отчасти благодаря продвижению контент-маркетинга. Контент-маркетинг – это медиа, такие как блоги, социальные каналы, изображения, речи, видео, электронные книги и так далее, используются в согласованном плане для публикации контента в определенных местах, чтобы нацелиться на определенную аудиторию и получить конкретный результат. Можно утверждать, что индустрия контент-маркетинга существует уже более века. Американская фермерская компания Джона Дира часто признается пионером, ведь их издание "The Furrow" было впервые напечатано в 1895 году. Необычайно важно активное создание возможностей для СМИ, сюда относятся оптимизация веб-сайта и пресс-релизы, значимое взаимодействие с общественностью в социальных сетях и повышение рейтинга в поисковых системах.

Поскольку контент все больше смещается в сторону визуальной составляющей, бесплатные инструменты, такие как Infogram, облегчают организациям передачу информации, от статистики до историй, в привлекательном формате, подходящем для социальных и цифровых каналов. Средства массовой информации также все чаще включают этот тип контента в

освещение новостей, тем самым укрепляя позиции пресс-релизов. Пресс-релизы считаются самым надежным каналом для СМИ. Люди в целом мало доверяют источникам новостей, и профессионалы СМИ не являются исключением. Однако традиционные формы PR, такие как пресс-релизы, по-прежнему сильны, и с 42% они считаются самым надежным источником информации в СМИ, они опережают сайты компаний (21%), блоги (4%), социальные сети (4%) и пресс-секретарей (29%) [1].

Главенствующий принцип связей с общественностью заключается в использовании новостей и их содержания для представления сообщения о чем-либо товаре, услуге, организации, личности, с использованием любых эффективных средств достижения аудитории.

По нашему мнению, PR связанный с миром спорта будет развиваться в направлении следующих тенденций.

- Приближение к регулированию контента в социальных сетях
- Большой акцент на социальной ответственности и деловой этике
- Рост искусственного интеллекта и науки о данных
- Цифровые мероприятия – станут новой нормой
- Платная реклама в онлайн-медиа, скорее всего, заменит рекламу в СМИ.

Связи с общественностью не занимаются рекламой. Связи с общественностью рассказывают истории. С технологическим прогрессом, который переворачивает почти все аспекты коммуникации и взаимодействия, не оставляя ничего нетронутым, мы можем спросить: "Является ли PR по сути не рекламой, а инструментом моделирования историй, а также инструментом моделирования имиджа, который мы когда-либо знали?" Само собой разумеется, что связи с общественностью – это все еще непрерывное влияние, сумевшее выдержать испытание временем. С нашей точки зрения, закон спроса и предложения придал пиару новый импульс: компании все больше стремятся произвести впечатление и привлечь клиентов, уделяя гораздо больше внимания созданию и завоеванию аудитории.

Список литературы

1. Culnan M. J., McHugh P. J., Zubillaga J. I. How large US companies can use Twitter and other social media to gain business value //MIS Quarterly Executive. – 2010. – Т. 9. – №. 4.

2. Буров А. Г., Амелина А. А. Использование PR-стратегий в сфере физической культуры и спорта //Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов. – 2022. – С. 88-92.

NUANCES OF PR-SPECIALIST WORK IN THE FIELD OF SPORT AND INDUSTRY PERSPECTIVES.

A. Sudarikov, I. Sudarikova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. The sphere of sports makes special demands to a specialist in the field of public relations. The transforming world defines the main directions of pr-specialist's activity and tendencies in forming the peculiarities of further development of the industry.

Keywords: public relations, sports, pr, communications, trends.

РАЗВИТИЕ ТУРИЗМА В РЕГИОНАХ АРКТИЧЕСКОЙ ЗОНЫ РОССИИ

А.П. Тараненко, И.Н. Сафронова, Т.В. Трофимова

*Нижегородский институт управления – филиал Российской академии
народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ*

Аннотация. Статья посвящена обзору и изучению проблем развития арктического туризма. В работе представлены сведения о дальнейшей перспективе освоения и развития туризма в Арктике, о его проблемах и путях решения. На сегодняшний день Арктика является одним из самых привлекательных мест на планете, желание побывать и почувствовать природу и дух арктических зон возникает у многих туристов. Поэтому Россия старается масштабировать и развивать данную сферу.

Ключевые слова: Арктический туризм; Развитие туризма; Проблемы Арктического туризма; Перспективы Арктики; Туризм.

Туристические маршруты по Арктике пока далеки от первых мест рейтингов востребованных направлений: выбирая, куда поехать, многие останавливаются на привычных вариантах – Центральная часть России, Европа, Турция и Египет. Между тем арктический регион знаменит уникальной и совершенно невероятной природой. О том, что делается сегодня для развития туризма в Арктике, насколько развита туристическая инфраструктура и с какими сложностями приходится сталкиваться в процессе развития этого направления поговорим в этой статье.

Современная Россия активно прошла этап глобализации, границы открылись для всех желающих туристов, и создаётся множество туристических маршрутов, в том числе и в Арктику. Для России Арктический туризм может стать хорошим туристическим бизнесом, так как его просторы и красоты очень привлекательны. Россия имеет огромные территориальные возможности в Арктике, ей принадлежат 2 области, 1 республика, 3 автономного округа, 1 полуостров и более 6 островов. Поэтому для России важно развивать туризм в Арктике, так как за этим будущее всей туристической индустрии.

Несмотря на то, что Россию в Арктическом туризме опережает Норвегия, Исландия и Аляска, Российские туристические зоны всё равно набирают ход. По сравнению с началом 2000 годов, когда в туристических круизах в Арктику

большинство туристов приезжало из-за рубежа, около 90%, ситуация в корне поменялась, в настоящее время процент российских граждан посещающих туры Арктики возрос до 25-30% – об этом сообщает статистика Ростуризма.

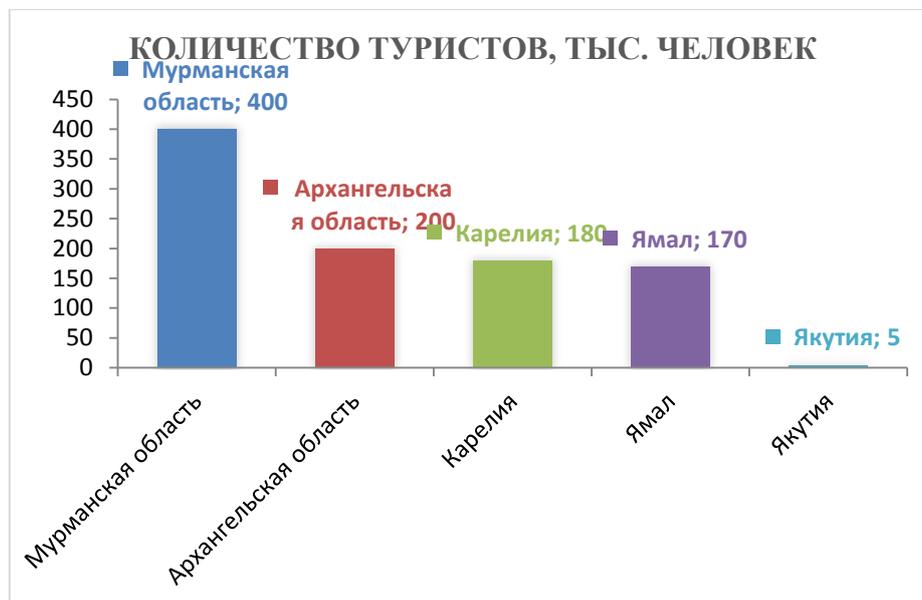


Рис. 1. Количественные показатели Российских туристов в Арктике

Таких показателей РФ достигла в Арктическом туризме. Безусловно, пандемия COVID-19 также повлияла на туризм, поток иностранных туристов в Арктике значительно увеличился, и соответственно увеличились выручки Российских туристических компаний [1].

Таким образом, развитие туризма в Арктике является основной задачей правительства России, Дальнего Востока и Арктики, Россия ставит перед собой следующие цели и перспективы по развитию Арктики на ближайшее время:

- создать доступную и развитую для туристов инфраструктуру за счёт малого и среднего бизнеса, которая будет способствовать притоку туристов, и создавать новые рабочие места для местного населения.
- завязать рабочий процесс развитой инфраструктуры и малого, среднего бизнеса с целью пополнения регионального бюджета
- популяризировать Арктику в сфере туризма для граждан России
- создать деловой туризм на базе Арктических территорий, который в свою очередь будет привлекать крупных бизнесменов, а значит будет способствовать росту экономики

По прогнозам чиновников туристический поток в Арктику должен увеличиться до 3 млн человек в год. [1]. По их мнению, такое количество человек не нанесёт вреда и будет способствовать сохранению экологической составляющей Арктики. Для достижения показателя в 3млн человек ежегодного посещения Арктики туристами отведён срок в 15 лет, рабочий процесс уже запущен не только на базе министерств, но и уже на самих местах. Так примером может служить создание детального документа по стратегии

развития направлений туризма в регионе, которым занимается муниципалитет Таймыра и Агентство развития Норильска.

Также создаётся специальная концепция, которая будет контролировать развитие инфраструктурных локаций. Она создаётся с целью того, чтобы сбалансировать вход для крупных инвесторов на территорию Арктики, несбалансированная концепция может привести к хаотичному росту локаций, которая в свою очередь перекроет вход для крупных инвестиций. Соблюдение этого правила придаст региону более выигрышный вид.

В Арктике существуют достаточно много красивых мест, которые при верной подаче будут способствовать притоку, как и инвестиций, так и туристов в регион. Основной проблемой для создания без перебойного туристического потока – это отсутствие достойного пассажирского круизного порта, который в свою очередь будет являться «воротами в Арктику».

Также при развитии, различных туристических направлений, следует помнить о проблематичном доступе в эти точки. Так, национальный парк «Русская Арктика» расположен в труднодоступном месте, соответственно, туда можно добраться только либо по воде, либо по воздуху. Если использовать средством доставки судно из ближайшего порта Мурманска, то идя оно по воде на максимальной скорости прибудет только через двое суток, а использование вертолётов невозможно, потому что разброс архипелагов такой большой, что объёма топлива просто не хватит. Соответственно, если думать о создании нормальных условий для гостей, то необходимо позаботиться и для развития гражданской авиации. Размещение специально предназначенных судов и вертодромов для архипелагов сформирует дополнительную надёжность и привлекательность Арктических курортов.

Немаловажным фактором для притока туристов является безопасность туристических направлений. Нужно отдавать себе отчёт в том, что суровый климат и погодные условия в Арктике требуют специальной подготовки туристов. Следить за их безопасностью должны работники и гиды туристических маршрутов, а значит, их профессионализм должен быть на высоком уровне. Контроль и различные трудности должны регулироваться службами МЧС, следственно требуется создание в Арктике специальных отделов по обеспечению безопасности гостей.

Одной из главных проблем Российского туризма – это стоимость путешествий, выбрать российскому гражданину Арктику для туристической поездки достаточно проблематично, так как сравнивая цены путёвок в Турцию, Египет и Арктику становится ясно, что путешествие в арктическую зону недоступно туристам России из-за высоких цен. Поездка на Чукотку примерно обойдётся в 250 тысяч рублей, путешествие на плато Путорана выйдет в районе 90 – 100 тысяч и это мы говорим о семи дневном отдыхе.

Интерес к арктическому туризму спровоцировал туроператора на создание новых маршрутов по Арктике. Например, в программе предложений появились два новых маршрута по Ненецкому автономному округу. Его

средняя стоимость составит 50–60 тыс. руб. за пять-шесть дней. Настоящие экстремалы могут присоединиться к экспедиции по Таймыру. Она проходит по непопулярным для посещения большей части туристов, но безумно красивым местам и обойдется достаточно дорого – более чем 300 тыс. руб. По словам господина Мамонтова, уже заметен интерес к такому формату путешествий. Ну а для тех, кто стремится на природу, но не хочет при этом лишаться благ цивилизации, в Арктике есть чудесное предложение – глэмпинг на Кольском полуострове. Он устраивается ежегодно и в 2020 году проходит уже третий раз.

Учитывая, какая масштабная работа идет по развитию арктической зоны, линейка популярных маршрутов в ближайшем будущем пополнится интересными предложениями путешествий по этому региону. Но уже сейчас можно смело говорить о том, что на российском туристическом рынке загорелась новая звезда – арктическая.

Сейчас мы видим, что происходит достаточно резкое снижение цен на туризм по России для самих граждан страны. Создание различных программ, новых более дешёвых маршрутов, накопительной системы баллов путешествия всё это даёт шанс путешествовать. Так автономная некоммерческая организация «Россия – страна возможностей» запустила 7 сентября 2021 года проект, под название «Больше, чем путешествие», который предполагает более 250 туристических маршрутов и в него как раз-таки входят туры Мурманска, Кольского, Таймырского полуострова. За победу в различных конкурсах победителям из разных уголков страны и с разным финансовым положением предлагаются поездки финансируемые АНО «РСВ». Победителей в этом проекте 50 тысяч, а это значит, у них появляется возможность бесплатного и очень интересного путешествия.

Таким образом, создание таких программ способствует развитию и активизации российского туризма. Люди могут выбирать те места, которые им хочется посетить, они перестают быть привязанными к своему финансовому положению. Арктика для России может и должна стать крупным источником дохода в туристической сфере. Обилие красот и просторов, доступность и комфортность инфраструктуры должны притянуть поток иностранных туристов что тоже в свою очередь приятно скажется на российской экономике.

По мнению руководителей Федерального агентства по туризму – арктический туризм на российском севере в перспективе может обеспечить доход не меньше, чем добыча полезных ископаемых [2].

Список литературы

1. Онлайн конференция: Арктический туризм – новые вызовы для бизнеса [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://events.kommersant.ru/events/arkticheskiy-turizm--novye-vyzovy-dlja-biznesa> (дата обращения: 27.11.2022).

2. РИА НОВОСТИ: История освоения Арктики. Справка [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://ria.ru/arctic_spravka/20100415/220156203.html (дата обращения: 27.11.2022).

3. THE ARCTIC / При Поддержке Русского Географического Общества [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://ru.arctic.ru/geographics/> (дата обращения: 27.11.2022).

4. Русская Арктика/Национальный парк [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.rus-arc.ru/ru/tourism/tourism> (дата обращения: 27.11.2022).

5. Экспертный совет при Правительстве. Рабочая группа "Развитие Арктики и северного морского пути" РФ [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://lawfilter.ertelecom.ru/> (дата обращения: 27.11.2022).

DEVELOPMENT OF TOURISM IN THE REGIONS OF THE ARCTIC ZONE OF RUSSIA

A. Taranenko, I. Safronova, T. Trofimova

*Nizhny Novgorod Institute of Management – Branch of the Russian Presidential Academy
of National Economy and Public Administration*

Abstract. The article is devoted to the review and study of the problems of the development of Arctic tourism. The paper provides information on the further prospects for the development and development of tourism in the Arctic, on its problems and solutions. Today, the Arctic is one of the most attractive places on the planet, and many tourists want to visit and feel the nature and spirit of the Arctic zones. Therefore, Russia is trying to scale and develop this area.

Keywords: arctic tourism; Tourism development; Problems of Arctic tourism; Prospects for the Arctic; Tourism.

АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ КАК СПОСОБ БОРЬБЫ С ПОЛИТИЗАЦИЕЙ СПОРТА – ИСТОРИЯ ВОПРОСА

Ю.С. Тараник

*Нижегородский институт управления Российской академии народного
хозяйства и государственной службы при Президенте РФ*

Аннотация. В статье рассматривается вопрос о том, насколько возможно считать проведение альтернативных Олимпийских игр способом борьбы с политизацией спорта, или же напротив они также являются частью политического процесса.

Ключевые слова: Олимпийские игры, альтернативные Олимпийские игры, бойкотирование, политизация спорта.

Первоначальная цель проведения Олимпийских игр современности состояла в организации культурно-спортивного любительского мероприятия, основанного на принципах гуманизма, налаживании дружеских контактов между странами-участницами, неангажированности спортсменов-любителей, формировании внутренней эстетической и этической сущности спорта. Исходя из перечисленного, можно отметить, что в принципах олимпизма прослеживается альтруистическая идея создания некоего «праздника единения и спорта», далекого от войн, политического соперничества, межрасовой борьбы и дискриминации. Однако, как показывают история и современность – со

временем эта цель становилась все более недостижимой, а проблема политизации спорта – все более актуальной.

Олимпийские игры 1952 г. в Хельсинки часто именуют «последней настоящей олимпиадой». Считается, что это последние игры, соответствовавшие истинному духу олимпизма, первоначальным идеям, целям и принципам Пьера де Кубертена – инициатора первых современных Олимпийских игр, подразумевавшего под Олимпийскими играми, сепарирование спорта от политических распрей и участие в соревнованиях исключительно «любителей», не занимающиеся спортом профессионально.

На протяжении практически всей истории Олимпийских игр существовали прецеденты, когда страны бойкотировали игры, исходя из вопросов геополитики. Эти процессы были обусловлены разными причинами: борьбой со странами-агрессорами, несоответствием идеологических линий, допинговыми скандалами, недостаточно организованной безопасностью в стране-хозяйке олимпиады. Однако вне зависимости от причины, бойкотирование Олимпийских игр породило, такое явление как проведение альтернативных Олимпийских игр.

В подавляющем большинстве случаев проведение альтернативных Олимпийских игр декларируется странами как стремление избавиться от политического гнета в области спорта. Однако так ли это на самом деле? Для ответа на этот вопрос, рассмотрим историографию проблемы.

Рабочие Олимпиады 1920-1930 гг. История альтернативных Олимпийских игр берет свое начало в 20-е годы XX века – время возвышения роли политического влияния пролетариата как класса. В глазах рабочего класса идея Олимпийских игр Кубертена, идеалом участника которых являлся «аполитичный джентльмен, увлекающийся спортом» выглядели как «буржуазные», чуждые идеологической составляющей класса, основанной на борьбе за свои права и отрицании шовинизма, который в свою очередь негласно прослеживался в спортивном соревновании между странами и нациями. Следствием этого стало проведение шести Рабочих Олимпиад, организованных Люцернским социалистическим рабочим спортивным интернационалом – спортивной организации, основанной представителями европейских социал-демократических партий (Франции, Бельгии, Германии, Австрии и др.), являвшей политику нейтралитета по отношению к партийным организациям и участию в революционной борьбе. Также отметим, что первая Рабочая Олимпиада была проведена во Франкфурте-на-Майне в Германии. Таким образом, в данном случае причиной проведения альтернативных Олимпийских игр явилось идеологическое несоответствие политик международного олимпийского комитета (МОК) и стран-участниц социалистического рабочего спортивного интернационала. Стоит отметить, что проведение данных игр было довольно успешным и по количеству участников, и по количеству зрителей, и по уровню подготовки спортсменов. Однако необходимо учитывать, что на тот момент Олимпийские игры не возымели еще

тех масштабов популярности, что имеют сейчас, так что в данном контексте успешное проведение альтернативных игр выглядит осуществимым.

Всесоюзная Спартакиада 1928 г. Данное спортивное мероприятие было проведено Советским Союзом и мы можем сказать, что эти игры явились своеобразной «альтернативой альтернативе». Социалистический рабочий спортивный интернационал являлся продуктом Социнтерна, враждующего с советским Коминтерном, а, следовательно, у СССР возникла необходимость организации собственных альтернативных игр посредством собственной спортивной организации – Спортинтерна. Противостояние между социал-демократами и коммунистами, активизировавшееся в 20-е годы, быстро отразилось на мире спорта, и в середине 20-ых Социалистический Рабочий Спортивный Интернационал отказался от сотрудничества со Спортинтерном [3]. Вследствие этого коммунистами были проведены две Международные Спартакиады – летняя в Москве и зимняя в Осло. Вдобавок ко всему в эти годы СССР бойкотировал Олимпийские игры, и проводимые Спартакиады всячески противопоставлялись официальным Олимпийским играм, и Спартакиада 1928-го года проводилась в те же дни, что и Олимпиада в Амстердаме. Мы можем оценить масштабность спортивного мероприятия проводимого Советским Союзом, ведь в московских соревнованиях по 21 виду спорта приняло участие более 7 тысяч спортсменов, из которых почти десятая часть – представители зарубежных рабочих спортивных организаций 17-ти стран. Тогда как в Амстердам приехало 2,8 тысяч человек, и соревновались они по 17 видам спорта. Таким образом, в данном случае причиной для организации альтернативы послужила идеологическая подоплека.

Игры новых развивающихся сил 1963г. Идея проведения данных альтернативных Олимпийских игр состояла в организации своего рода «Антиимпериалистического Международного олимпийского комитета» для стран третьего мира. Необходимость проведения подобных игр стал факт, что Индонезия была втянута в конфликт с МОК, связанный с невыдачей виз спортсменам Израиля и Тайваня, которые должны были принять участие в Азиатских играх в Индонезии. Лидеры развивающихся стран стремились организовать союз стран, не поддерживающих ни сторону СССР, ни являющихся приспешниками США. Эта идея получила поддержку у Китая, СССР, и стран социалистического блока. Отметим, что настоящим конкурентом официальным Олимпийским играм эти альтернативные игры назвать нельзя, потому что многие страны-участницы, опасаясь быть еще сильнее втянутыми в конфликт с МОК отправили не сильнейшие, но, однако вполне конкурентоспособные спортивные команды.

Олимпийские игры бойкота 1980 г. В 1979 году СССР ввел войска в Афганистан, что и послужило поводом для бойкотирования США и союзниками Олимпийских игр 1980-го года в Москве. В совокупности в московских Олимпийских играх отказались принимать участие 65 стран. Стоит отметить, что планы США не ограничивались лишь только бойкотированием Олимпиады, но и включали в себя проведение альтернативных игр в Кот-

д'Ивуар, Италии, Японии, ФРГ или Китае. Однако по ряду причин альтернативные игры организовать не удалось, и накануне открытия Олимпиады-80 была проведена своего рода «мини-Олимпиада» в Филадельфии, получившая название «Колокол свободы». Это было скорее легкоатлетическим турниром, в котором приняло участие 29 стран.

Дружба-84. Симметричным ответом СССР на бойкот со стороны 65-ти стран Олимпийских игр в Москве 1980-го года стало проведение игр «Дружба-84», ставшими альтернативой Олимпиаде 1984 года в Лос-Анджелесе. Среди участников соревнований были и спортсмены стран, не бойкотировавших игры, и даже три олимпийских чемпиона Лос-Анджелеса. Всего в "Дружбе-84" приняли участие представители более 50 стран [1].

Игры доброй воли. Данные соревнования позиционировали себя как альтернатива дискредитировавшим себя Олимпиадам. Первые Игры доброй воли прошли в 1986 году в Москве. В них приняли участие более 3000 спортсменов из 79 стран, которые разыграли 182 золотые медали в 18 видах спорта. В конце соревнований было побито шесть мировых рекордов. Впоследствии, когда олимпийское движение вновь обрело былую силу, целесообразность и смысл проведения Игр доброй воли потерял свою значимость. Однако соревнования состоялись в 1990 году в Сиэтле, в 1994 году в Санкт-Петербурге, в 1998 году в Нью-Йорке, в 2001 году в Брисбене, и были отменены в 2005 году в Финиксе.

Проанализировав историю проведения альтернативных Олимпийских игр, изучив причины и поводы для их организации, мы можем судить о том, насколько заявляемое в каждом из случаев стремление стран организовать четные спортивные аполитичные игры соответствует действительности. В подавляющем большинстве случаев мы можем увидеть, что проведение альтернативных игр это ответ «политикой на политику». Проведение подобных игр обусловлено не идеей организации честных аполитичных спортивных соревнований, а лишь действиями в пику политическим конкурентам принявшим участие в официальных Олимпийских играх. Проведение подобных мероприятий является эффективным инструментом поднятия морального духа народа своей страны, а также противодействия странам-конкурентам на политической арене, однако же, в область освобождения спорта от политики это привносит лишь крупицы пользы. На сегодняшний день сложилась ситуация когда участники и Олимпийских игр и альтернативных Олимпийских игр являются заложниками политической ситуации.

В настоящее время в России также вносятся предложения о проведении альтернативных Олимпийских игр, обусловленных отстранением России от участия в играх на 4 года после допингового скандала, однако пока этот вопрос существует лишь на уровне предложений.

Список литературы

1. Белюков Д.А. В духе Олимпийских традиций: из истории соревнований "дружба-84" // Олимпийский бюллетень. 2016. №16. С. 7-14.

2. Хитрова П. В. История возникновения и развития современного олимпийского движения // Инновации. Наука. Образование. 2021. № 47. С. 2826-2832.

3. Хорошева А. "Пролетарская" Спартакиада 1928 года и "буржуазное" олимпийское движение // Свободная мысль. 2018. № 2(1668). С. 5-22.

ALTERNATIVE OLYMPIC GAMES AS A WAY TO COMBAT THE POLITICIZATION OF SPORTS – HISTORY OF THE QUESTION

Y. Taranik

Nizhny Novgorod Institute of Management RANEPА

Abstract. The article discusses the question of how possible it is to consider the holding of alternative Olympic Games as a way to combat the politicization of sports, or on the contrary, they are also part of the political process.

Keywords: Olympic Games, alternative Olympic Games, boycotting, politicization of sports.

ГЕОИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ТУРИЗМЕ: АГРЕГАЦИЯ СОБЫТИЙ И ИХ ВИЗУАЛИЗАЦИЯ НА ЦИФРОВОЙ КАРТЕ

Ю.Е. Тепаева, С.А. Ямашкин, А.А. Камаева

Национальный исследовательский Мордовский государственный университет

Аннотация. В данной статье описываются методы сбора данных через web-интерфейс новостных ресурсов для последующего размещения их на карте событий, которая может быть использована в туристических целях. А также рассматриваются типы инструментов для автоматизированного извлечения информации с web-страниц и структура новостного портала.

Ключевые слова: геоданные, геопортал, туризм, парсер, web, геоинформационная система, новости.

Введение

В связи с быстрым развитием интернета и ростом числа пользователей активно увеличивается количество информации, представленной в сети интернет. Поэтому туристы, приезжающие в разные города, могут столкнуться с проблемой поиска актуальной информации об интересных событиях в городе. В связи с этим важно уделить внимание проблеме оптимизации информационных систем для интеграции и визуализации данных. Информационная система представляет собой хранилище информации, снабженное процедурами ввода, поиска, размещения и выдачи информации [1]. Информационная система – это среда, составляющими элементами которой являются компьютеры, компьютерные сети, программные продукты, базы данных, люди, различного рода технологические и программные средства и т.д. Она предназначена для хранения, обработки и выдачи информации.

При сравнении скорости анализа и обработки текстовой информации человеком и программой можно сделать вывод, что человек выполняет извлечение информации из текста гораздо дольше, чем специализированная программа. Однако стандартная программа не может изменять, перефразировать и редактировать извлеченный текст.

Целью исследования, описанного в статье, является разработка информационной системы для интеграции и визуализации новостных данных.

Для достижения поставленной цели были проделаны следующие этапы:

1. анализ и разработка методов и алгоритмов извлечения данных из тематических информационных источников;

2. проектирование и разработка геопортального новостного ресурса для решения задачи визуализации актуальных новостей на цифровой карте.

Создание геопортального веб-приложения, с помощью которого туристы смогут в любой момент узнать о событиях, происходящих рядом с ними, способно привести к популяризации региона с точки зрения туризма. Однако при разработке информационной системы, позволяющей отображать новости в интерактивном формате на основе цифровой карты событий, возникает проблема публикации уже не актуальных новостей. В связи с этим необходимо решить задачу автоматизированной публикации событий на сайте.

Особенности разработки геоинформационной системы для агрегации и визуализации событий

Парсер – это программа, осуществляющая парсинг, предназначенная для автоматического анализа и извлечения данных из определенного формата данных, чтобы в последствии предоставить эти данные пользователю [5]. Таким образом, парсинг – это метод, при котором строка или текст анализируются и разбиваются на синтаксические компоненты. Затем полученные данные преобразуются в пригодный формат для дальнейшей обработки и использования в прикладных исследованиях. Получается, что один формат данных превращается в другой, более читаемый. Допустим, вы получаете данные в необработанном коде HTML, а парсер принимает его и преобразует в формат, который можно легко проанализировать и понять.

Плюсы парсинга очевидны – если сравнивать его с ручным сбором и сортировкой данных:

- данные получают гораздо быстрее;
- можно провести выборку по множеству параметров;
- возможность настроить парсинг с определенной периодичностью.

Рассмотрим этапы извлечения данных с web-сервиса. Сначала необходимо создать запрос для извлечения необходимых данных. Потом происходит выполнение запроса извлечения, а затем – процесс получения результата работы программы. После этого ожидается обработка результата и извлечения из него данных. И последним этапом является передача полученных данных пользователю.

Рассмотрим методику сбора данных с новостного ресурса [2]. Существует несколько способов для реализации извлечения новостных данных с web-

сайтов. Далее рассмотрим несколько методик, наиболее применяющихся для данной задачи.

Суть первого метода состоит в извлечении данных, используя только код HTML-документа. Данный подход реализуется следующим образом: берется исходный код web-страницы, извлекаются необходимые данные, происходит выделение текста из гипертекстовой разметки путем использования регулярных выражений и специальных библиотек. Затем происходит сохранение полученных данных.

Второй метод заключается в реализации сбора данных при помощи компьютерного зрения. Производится рендеринг страницы, затем происходит ее преобразование в изображение и распознавание контента (текста, картинок), а также его расположения.

Третий метод подразумевает извлечение данных на уровне сайта полностью. Используя специальные формулы, таблицы и приложения, можно найти на web-странице необходимый участок кода, содержащий необходимую информацию. Данный метод позволяет сделать это автоматически, что позволит сэкономить время и предупредить возможные ошибки копирования данных.

Для автоматизированного извлечения информации с web-сайтов существует 4 типа инструментов:

1. Headless-браузеры. Браузеры в headless-режиме ведут себя, как и обычные браузеры, за исключением того, что пользователь может использовать их программно. Рассмотрим использование одного из таких браузеров на примере «Chrome Headless». «Chrome Headless» – это вариант браузера Chrome, который отличается от обычного Chrome только отсутствием пользовательского интерфейса, который обычно отвечает за возможность пользователя обращаться к функциям браузера. Функциональной особенностью «Chrome Headless» является то, что этот headless-браузер позволяет получить весь функционал сайта в виде API при обращении к драйверу. Примером таких Headless-браузеров являются Selenium и Puppeteer;

2. Библиотеки. Позволяют эмулировать сессию пользователя на сайте, отсылать заголовки обычного браузера, давать удобный способ отсылки POST-запросов. С их помощью можно выполнить парсинг заголовков, парсинг cookies, определить кодировку документа, а также осуществить обработку редиректа [3]. Использование библиотек нецелесообразно в случаях, когда необходимо быстро создать парсеры для сайтов с разной архитектурой. Существует множество библиотек для современных языков программирования, например: Osmosis для JavaScript, Scrapy для Python, Nokogiri для PHP и т.д.;

3. SaaS решения. Это облачные программы, главное преимущество которых заключается в том, что они не требуют установки на компьютер пользователя. Они имеют возможность подключиться через браузер к серверу или приложению и получить нужные пользователю данные. В варианте использования браузера будет возможна работа с любой операционной системой. Однако стоит заметить, что облачные сервисы не могут извлекать

информацию из любого сайта, так как при наличии на сайте сложной структуры они не смогут распознать сервис. А также существует защита, которую данные облачные сервисы не могут преодолеть. Популярными примерами данного решения являются ScrapingHub, Scraper API, ScrapingBee;

4. Настольные приложения. Предоставляют возможность сохранения полученных данных в удобном формате, часто отображают общее время парсинга, текущий процесс, ориентировочное оставшееся время, позволяют использовать прокси, а также поддерживают интервальный запуск с заданной периодичностью. Несомненным плюсом настольных приложений является то, что они не требуют написания дополнительного кода в отличие от библиотек и Headless-браузеров, но они будут давать результат анализа и извлечения информации хуже, чем решения, созданные под определенный сайт. Примером данного вида приложений является ParseHub.

Для собственной системы извлечения данных в качестве инструментария был выбран Томита-парсер, который с помощью словарей и шаблонов позволяет создать систему извлечения данных. Обычно данный парсер используется для новостного мониторинга и обработки транзакций [4].

Для разработки была выбрана среда разработки Visual Studio Code, которая представляет собой мощный, компактный и бесплатный редактор кода. Visual Studio Code – это инструмент для разработки, созданный компанией Microsoft. Он поддерживает Windows, macOS и Linux. Главным преимуществом Visual Studio Code является поддержка расширений и библиотек, которые позволяют расширить функциональные возможности редактора Visual Studio Code.

Выбрана объектно-реляционная система управления базами данных PostgreSQL, которая базируется на языке SQL и поддерживает многочисленные возможности.

В качестве источника данных для разрабатываемой информационной системы был выбран сайт «Столица С», публикующий Новости Саранска и Мордовии: новости города, политики, спорта, экономики, культуры.

После анализа информационного новостного ресурса была выделена следующая структура web-документа:

1. Категория новости, которая заключается в тег `<div>`, в котором находится тег `` (рис. 1).

```
▼<div class="article-category is-unselectable">  
  <span>Происшествия</span> == $0  
</div>
```

Рис. 1. HTML-код, отображающий категорию новости

2. Главный блок. Текст новостной статьи заключается в тег `<article>` (рис. 2).

HTML-элемент `<article>` представляет собой самостоятельную часть документа, страницы или сайта, предназначенную для дальнейшего

распространения или повторного использования. Этот элемент может представлять, например, статью в журнале, запись на сайте или любой другой самостоятельный фрагмент содержимого.

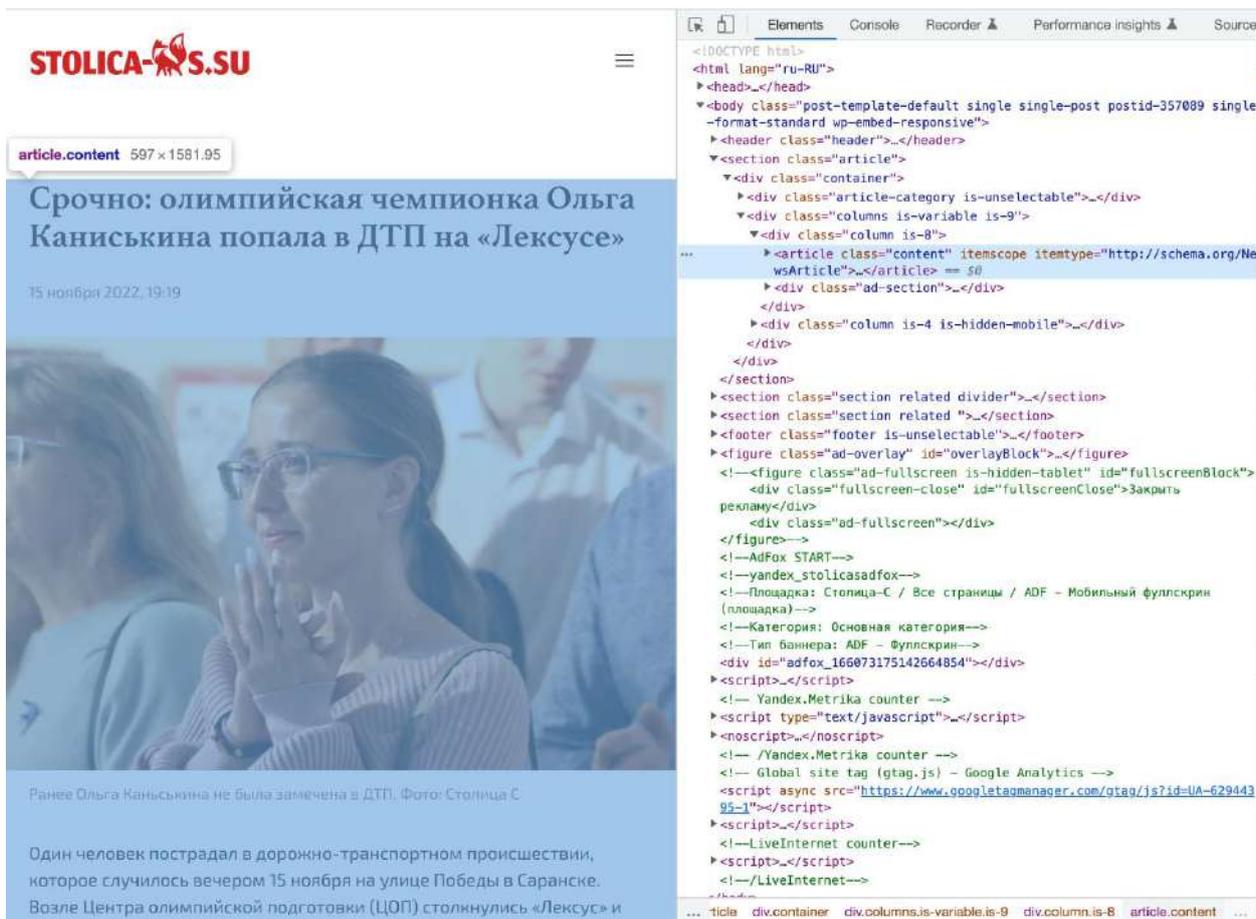


Рис. 2. HTML-код, отображающий главный блок новости

Внутри главного блока происходит разбиение на два блока с тегами `<header>` и `<div>`.

Внутри тега `<header>` отображается заголовок новости, заключенный в тег `<h1>`, и время и дата публикации новости, заключенные в тег `<time>`.

А внутри тега `<div>` содержатся элементы с тегом `<p>`, в которые заключается структура новости, разделенная по абзацам, и элементы с тегом `<figure>`, внутри которых находятся картинки с тегом `` и подписи к ним с тегом `<figcaption>`.

В последствии извлечённые данные автоматически публикуются в формате события с привязкой к карте на созданном сайте города, который должен повысить вовлечённость туристов в городскую жизнь, а также облегчить поиск интересующего их события. Для удобства использования сайт адаптирован под мобильные версии (рис. 3), а также имеет ряд фильтров для поиска конкретных групп событий.

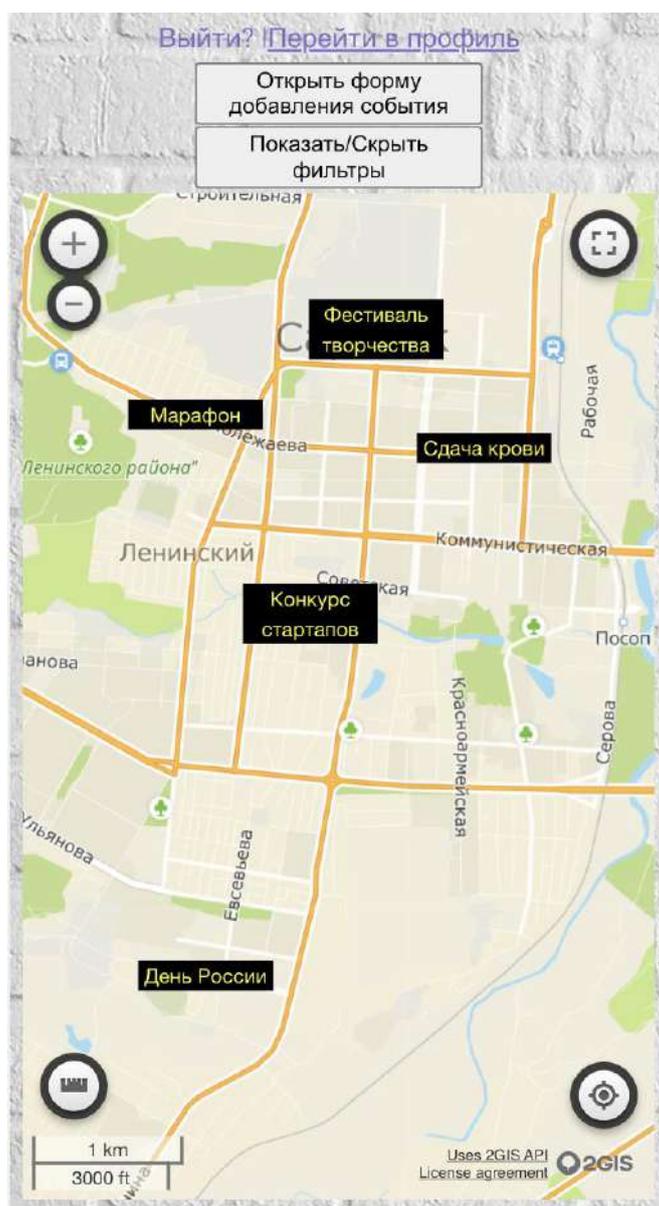


Рис. 3. Графические интерфейсы главной страницы мобильной версии

Эти функции позволяют пользователю легко взаимодействовать с разработанной системой для отображения новостей в интерактивном формате на основе цифровой карты событий на примере картографического ресурса для туристов и жителей города.

Выводы

Решение задачи популяризации региона с точки зрения туризма возможно на основе разработки и внедрения геопортальных веб-приложений, с помощью которых туристы смогут в любой момент узнать о событиях, происходящих рядом с ними. В статье дана характеристика основных моментов разработки геопортальной информационной системы для интеграции и визуализации новостных данных на цифровой карте.

Для достижения поставленной цели были последовательно решены задачи разработки алгоритмов извлечения данных из тематических

информационных источников и геопортального новостного ресурса для решения задачи визуализации актуальных новостей на цифровой карте.

Агрегируемая из тематических источников информации может быть визуализирована на цифровой карте и распространена с использованием современных веб-технологий. После изучения методики извлечения новостных данных с web-сайтов было определено, что оптимальным для сбора данных с новостных ресурсов является метод, использующий компьютерное зрение. Для извлечения информации лучшим вариантом являются библиотеки, так как именно они могут обеспечить эффективное преобразование новости в структурированный текст для конкретного сайта.

Благодарности. Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-27-00651, <https://rscf.ru/project/22-27-00651/>

Список литературы

1. Афонин В. В. Моделирование систем / В. В. Афонин, С. А. Федосин; Интернет-Университет Информационных Технологий. – Москва: ООО "Издательство "БИНОМ. Лаборатория знаний", 2010. 231 с. – ISBN 978-5-9963-0352-6.

2. Ладанова Е. О. Семантический анализатор для выделения фактов из текстовых сообщений / Е. О. Ладанова, С. А. Ямашкин // Международный научно-исследовательский журнал. – 2017. – № 12-5(66). С. 95-97.

3. Никитин Г. А. Парсер для агентства недвижимости / Г. А. Никитин // Молодежь XXI века: шаг в будущее : Материалы XIX региональной научно-практической конференции. В 3-х томах, Благовещенск, 23 мая 2018 года. – Благовещенск: Дальневосточный государственный аграрный университет, 2018. С. 202-203.

4. Сулейманов Р. С. Извлечение метаданных из полнотекстовых электронных русскоязычных изданий при помощи Томита-парсера / Р. С. Сулейманов // Программные продукты и системы. – 2016. – № 4. С. 58-62.

5. Шилина А. В. Парсер для информационной системы автоматизированного формирования меню студентов / А. В. Шилина, А. А. Погуда // Инноватика-2019 : сборник материалов XV Международной школы-конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, Томск, 25–27 апреля 2019 года. – Томск: Общество с ограниченной ответственностью "СТТ", 2019. С. 446-449.

GEOINFORMATION TECHNOLOGIES IN TOURISM: AGGREGATION OF EVENTS AND THEIR VISUALIZATION ON A DIGITAL MAP

*Y. Tereva, S. Yamashkin, A. Kamaeva
National Research Mordovia State University*

Abstract. This article describes the methods of data collection through the web interface of news resources for their subsequent placement on the event map, which can be used for tourist

purposes. The types of tools for automated extraction of information from web pages and the structure of the news portal are also considered.

Keywords: geodata, geoportal, tourism, parser, web, geoinformation system, news.

ЗНАЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В ЖИЗНИ СТУДЕНТА, РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ

М.В. Тимофеев, Л.А. Евграфова

Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева

Аннотация. В данной статье определяется роль физической культуры и физических упражнений в жизни студента, а также формирование его социальных качеств личности. В статье приводятся требования, необходимые для сохранения и укрепления здоровья, рассматривается влияние физической активности на системы организма человека. В работе мы выяснили положительное отношение студентов к физической культуре и спорту, как это значимо в современном мире, поскольку существуют множество препятствий на пути каждого человека, с которым помочь может только спортивная деятельность.

Ключевые слова: спорт, физическая культура, жизнь, здоровье, здоровый образ жизни, труд, социум, мотивация, укрепление здоровья.

Актуальность исследуемой работы. В настоящее время наблюдается недостаток физических нагрузок у молодых людей, что приводит к их слабой общей физической подготовке. Эти проблемы можно решить посредством занятия физической культурой. В связи, с чем мы выбрали данную тему, которая является актуальной, и по сей день, так как в настоящее время у студентов нет возможности заниматься спортом из-за нехватки времени. Поэтому важно доказать ценность занятия физической культуры и спорта в повседневной жизни студента.

Физическая культура как явление общей культуры уникальна. Это она, естественный мост, позволяющий соединить социальное и биологическое в развитии человека. Кроме того, это первый базовый тип культуры, который формируется у человека. Физическая культура, с присущим ей дуализмом, может сильно влиять на состояние тела, психики и самочувствия человека.

Цель исследования: определить влияние занятий физической культуры на физическое состояние и социальное развитие студентов.

Задачи исследования: изучить теоретические основы формирования здорового образа жизни; провести опрос среди студентов; сделать выводы по результатам исследования.

Методы исследования: изучение литературы; опрос среди студентов; наблюдение; анкетирование; поисковый метод; анализ информации.

Организация исследования.

Физкультура и спорт являются общепризнанной частью культуры общества, то есть им присущи социальные функции. К функция физической

культуры можно отнести: коммуникативную, воспитательную, оздоровительную, общеразвивающую, образовательную и др.

Тренированный человек значительно лучше переносит различные перегрузки, охлаждение, колебания атмосферного давления, инфекции, вирусы. Польза физкультуры, особенно выбор, индивидуально подходящих именно вам занятий, поможет развитию выносливости, увеличению объема легких, укреплению сердечной мышцы. Регулярные физические упражнения – важная составляющая здорового образа жизни.

Немаловажным плюсом занятия спортом является психологическая сторона этого занятия, ведь занятия спортом помогают человеку приобрести или улучшить чувство уверенности к себе, а также избавиться от страха неудач. Физическая культура благотворно влияет на нервную и эмоциональную системы, продлевает жизнь, омолаживает организм и делает человека стрессоустойчивее.

Занимаясь спортом, человек не только тренирует и улучшает свои физические данные, но и развивает волю, мужество и характер. Занимаясь спортом, человек узнает о себе как о личности, общается с другими, познает что-то новое. Именно поэтому он формирует свое собственное мировоззрение, новый образ мышления и индивидуальный характер. Все эти характеристики развивают человека как личность и отражают уровень общей культуры индивида.

Физическая практика является основным средством всех видов физической культуры. Они воздействуют на мозг, вызывая чувство бодрости и радости, создавая оптимистичное и уравновешенное нервно-психическое состояние. Физическим воспитанием следует заниматься с детства до глубокой старости.

Рассмотрение любого перспективного мероприятия начинается с цели, то есть формулируется его цель и, в этом вопросе, студенты должны иметь правильное представление о спорте. Что вы и можете проследить в проведенном нами опросе среди студентов, посвященный значимости физической культуры и спорта в жизни человека, а также роли спорта в жизни студентов. Всего было опрошено более ста студентов 1-3 курсов с разных регионов России, опрос проводился дистанционно в Google Форме.

Результаты и обсуждение исследования.

Первый вопрос в опросе звучал так: *«Как вы относитесь к физической культуре и спорту?»*. Данный вопрос, не смотря на свою простоту, позволяет нам понять, как люди относятся к спорту. Это поможет нам определить отношение людей к спорту, что очень важно в современном мире, в котором невероятно много отрицательных факторов, влияющих на здоровье человека и его дальнейшую судьбу.

На данной диаграмме предоставлены результаты первого вопроса. В нём мы можем увидеть, что большая часть молодых людей относятся к спорту положительно и нейтрально, и лишь малая часть из них относится отрицательно. Это является отличным результатом.

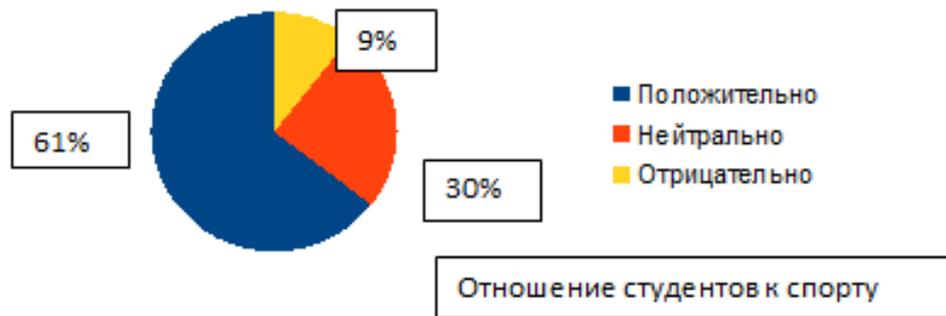


Рис. 1. Результаты опроса отношения студентов к спорту

Следующий вопрос: «Как часто вы занимаетесь спортом?». Ниже предоставлена диаграмма ответов на этот вопрос. Можно заметить, что всё же подростки предпочитают заниматься физической культурой и спортом. Всё-таки спорт занимает важное место в жизни человека. Даже не смотря на то, что большинство из студентов имеют вредные привычки, они стараются поддерживать себя в хорошей физической форме. Это даёт надежду, что в будущем у них получится отказаться от вредных привычек, которые губят их здоровье.



Рис. 2. Результаты опроса № 2

Далее вопрос «Ваше отношение к здоровью и здоровому образу жизни?».



Рис. 3. Результаты опроса № 3

Результаты показывают, что большинство молодежи всё-таки задумываются о своём физическом состоянии или, по крайней мере, стараются, но даже малейшая часть людей, ответивших на данный вопрос «нет» заставляет задуматься.

Следующий вопрос: «Ходите ли вы в какие-нибудь секции (занимаетесь вне университета)?».



Рис. 4. Результаты опроса № 4

Среди опрошенных есть студенты, которые занимаются спортом не только на занятиях по физической культуре, но и ходят на дополнительные секции. Хотя их процент, по сравнению с теми, кто никуда не ходит, мал – всё же это не может не радовать. Не всем студентам безразлично их физическое здоровье.

Следующий вопрос прозвучал так: «Повлияло ли занятие физической культуры на формирование вашей социальной личности?»

Варианты:

1. Да, я стал более уверенным в себе – 10% ответов.
2. Чувствую себя лучше после занятий спортом – 39% ответов.
3. Чувствую незначительные изменения – 17% ответов.
4. Особо не чувствую никаких изменений – 25% ответов.
5. Нет, никак не повлияло – 9% ответов.

Большинство студентов ответили, что занятия физической культурой положительно влияют на развитие социальной личности человека, что очень важно в современном мире, где преобладает страх, стеснение и боязнь быть отвергнутым обществом.

Следующий вопрос был: «Участвуете ли вы в каких-нибудь спортивных мероприятиях и соревнованиях?».

67% опрошенных студентов ответили, что не участвуют в спортивной жизни университета, не ходят на соревнования, что очень плохо характеризует нынешнюю молодёжь. Это говорит о том, что нужно повышать уровень посещаемости студентов на спортивных мероприятиях. А 33% студентов стараются посещать мероприятия и приносить призовые места. Это довольно таки хорошая статистика.

Следующий вопрос: «Какую Вы преследуете цель, занимаясь физической культурой?».

Варианты:

- Иметь красивую фигуру и хорошую физическую форму – 36% ответов.
- Хобби (эмоциональное удовольствие) – 20% ответов.
- Занимаюсь спортом для здоровья – 22% ответов.
- Спорт – способ снятия стресса – 9% ответов.
- Потому что это модно – 5% ответов.
- Хожу с друзьями за компанию – 6% ответов.
- Тренируюсь, чтобы побеждать – 2% ответов.

Данные показатели говорят о том, что есть множество разных причин занятий спортом у студентов. У всех они разные, но объединяет их одно. Спорт имеет множество направлений и каждый может выбрать себе то направление, которое ему больше понравится.

На последний вопрос «*Что значит для вас спорт и физическая культура?*» 68% студентов ответили, что спорт играет для них важную роль и очень значителен в их жизни. Конечно, нашлись такие, для которых спорт не играет такой роли и заниматься спортом они не собираются, совершенно не понимая какую разрушительную участь они подготовили своему организму.

В целом опрос проводился с целью узнать, как люди относятся к спорту, и влияет ли он на человека. По общим подсчётам около 71% студентов относятся к физической культуре положительно или нейтрально. Конечно, результаты вышли неоднозначными, но всё же можно отметить, что в жизни студентов спортивная деятельность всё равно играет немаловажную роль, несмотря на их лень, усталость и нехватку времени. Значение занятий физической культурой в социальной жизни студента нельзя недооценивать, оно играет одну из самых важных ролей, если не первую. С помощью опроса мы увидели, что благодаря спорту и физическому труду, человек чувствует себя увереннее и избавляется от страха неудач. Можно учесть, что студенты стараются заниматься спортом и вести здоровый образ жизни, большинство заботятся о своём физическом и моральном здоровье. Таким образом, в статье исследовано значение роли физической культуры и спорта в физической и социальной жизни студента, в целом мы можем наблюдать положительную статистику. Мы определили влияние занятий физической культуры в жизни студента.

Мы считаем, что у каждого человека нет большей ценности, чем его собственное здоровье. Важность внедрения физической культуры и спорта в повседневную жизнь растёт все больше и больше. Физкультура помогает человеку на протяжении всей жизни, укрепляет организм, улучшает здоровье и помогает воспитывать необходимые черты личности. Конечно, мы не должны забывать, что здоровье – это одно и дается на всю жизнь, поэтому заботиться о нем нужно с юных лет.

Заботьтесь о своём организме!

Список литературы

1. Виноградов, П. А., Душанин, А. П., Жолдак, В. И. Основы физической культуры и здорового образа жизни / П. А. Виноградов, , А. П. Душанин, В. И. Жолдак – М.: 2016. 587 с.
2. Жолдак В. И. Социология физической культуры и спорта. Кн. I. / В. И. Жолдак – М.: 1992. 295 с.
3. Лисицын, Ю. П. Образ жизни и здоровье населения / Ю. П. Лисицын – М.: 2012. 40 с.
4. Попов С. В. Человек и его здоровье / С. В. Попов – М.: Знание, 2015. 192 с.
5. Хрипцова А. Г. Забота о здоровом образе жизни / А. Г. Хрипцова – М.: 1980. 320 с.

THE IMPORTANCE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN STUDENT LIFE, THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE IN THE FORMATION OF SOCIAL QUALITIES OF PERSONALITY

M. Timofeev, L. Evgrafova

Yakovlev Chuvash state pedagogical university

Abstract. This article defines the role of physical culture and physical exercises in the life of a student, as well as the formation of his social personality traits. The article presents the tasks necessary for the preservation and promotion of health, as well as the impact of physical activity on the systems of the human body. In our work, we proved the positive impact of physical activity on the life of students, as it is important in the modern world, since there are many obstacles in the way of every person, with which only sports activities can help.

Key words: sport, physical culture, life, health, healthy lifestyle, work, society, motivation, health promotion.

ИССЛЕДОВАНИЕ КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЙ В ОБЛАСТИ ФУТБОЛА: ПРИЧИНЫ И РЕЗУЛЬТАТЫ ПОСТ-КРИЗИСНОГО РЕАГИРОВАНИЯ

А.Н. Тимохович, В.В. Игнатов

Государственный университет управления

Аннотация. В статье представлены результаты исследования кризисных ситуаций в сфере мирового футбола. Разработана классификация причин кризисных ситуаций в области футбола. Прослежена экономическая зависимость трансферной стоимости игроков от сопряженных с их личностями кризисных ситуаций.

Ключевые слова: антикризисный PR, кризис, антикризисные меры, репутация, футбол, спорт.

Современный мир обладает высокими рисками, что приводит к непредвиденным ситуациям в деятельности компаний в разных сферах. Принципы антикризисного реагирования активно используются в деятельности компаний.

Антикризисный PR рассматривается как совокупность действий, направленных на сохранение и восстановление репутации организации или личности на фоне кризисных ситуаций [1].

К основным приёмам антикризисного PR относят: немедленная реакция на кризисную ситуацию, выражение четкой позиции, структурирование коммуникационных потоков внутри организации и во внешней среде; освещение развития ситуации в информационном поле; работа со спикерами [2].

В области спортивной индустрии приемы антикризисного PR также являются востребованными. Однако, в каждой области жизнедеятельности приемы антикризисного PR имеют специфику.

В настоящей статье рассмотрим результаты исследования кризисных ситуаций в сфере мирового футбола; представим разработанную классификацию причин кризисных ситуаций в области футбола; проследим экономическую зависимость трансферной стоимости игроков от сопряженных с их личностями кризисных ситуаций.

В ходе исследования были решены следующие задачи: во-первых, рассмотрены примеры кризисных ситуаций в рамках российского и мирового футбола; во-вторых, построена классификация причин кризисных ситуаций в области футбола; во-третьих, описаны действия футболистов, которые привели к возникновению кризисных ситуаций; в-четвертых, проанализированы действия футболистов и футбольных клубов в рамках посткризисного реагирования; в-пятых, рассмотрены факты изменения трансферной стоимости футболистов в результате кризисных ситуаций.

Первой группой причин возникновения кризисных ситуаций в области футбола является нарушение этических норм. В 2016 году сборная России по футболу проиграла на Чемпионате Европы. Проигрыш на уровне спортивного мероприятия сопровождался репутационными рисками для российских спортсменов по причине необдуманного поведения. В частности, российские игроки Александр Кокорин и Павел Мамаев были замечены в одном из элитных клубов Монако, в котором они заказали шампанское на общую сумму 250 тысяч евро, шампанское в клубе выносилось под звуки российского гимна [3]. Большинство мировых СМИ отразили в своей повестке данный случай, наносящий урон репутации не только российским футболистам и российской футбольной лиге, но и стране в целом. В качестве антикризисных мер были использованы: вмешательство министра спорта России, его обещание лично разобраться с ситуацией; извинения футболистов перед общественностью в СМИ. Однако, антикризисные меры, предпринятые после кризисного события, были недостаточными, так как извинения футболистов были освещены в СМИ со значительной временной отсрочкой, действия же министра спорта не были освещены.

После кризисной ситуации трансферная стоимость каждого из задействованных в ситуации игроков снизилась на два миллиона евро. Следует отметить, что трансферная стоимость является динамичной. На размер

трансферной стоимости футболиста в первую очередь влияет качество игры, то есть выступление футболиста на поле. Однако, скандальные кризисные ситуации также оказывают влияние на трансферную стоимость футболиста, значительно снижая его стоимость.

Нарушение норм футбольного клуба представляет собой вторую группу причин возникновения кризисных ситуаций в области футбола. Переход футболиста Остона Урунова из футбольного клуба «Уфа» в футбольный клуб «Спартак» происходил на фоне кризисной ситуации, связанной со скандалом. Кризисная ситуация возникла по причине фотографии футболиста в брендовой одежде с пакетами магазина ЦУМ, которую футболист выложил в свои аккаунты в социальных сетях, что противоречит спортивной этике и нормам, регламентирующим деятельность спортсменов в рамках футбольного клуба [4]. Фотография футболиста с недопустимым контентом была оперативно выложена в новостные ленты спортивных СМИ, что вызвало эмоциональную резонансную реакцию у спортивных болельщиков и экспертов. Кризисная ситуация была решена с помощью экспертного мнения: в СМИ была выложена информация и интервью с капитаном футбольной команды, который уверял общественность в том, что разъяснительная беседа с игроком была проведена, были еще раз обозначены рамки поведения, допустимые для игроков футбольного клуба. Также мерой антикризисного реагирования со стороны футболиста является удаление поста с недопустимым по условиям футбольного клуба контентом. В результате обозначенной кризисной ситуации О.Урунов потерял в цене 200 тысяч евро.

Третьей группой причин возникновения кризисных ситуаций в области футбола является нарушение правовых норм. Нарушение правил автомобильного движения футболистом «Спартака» Аязом Гулиевым в апреле 2019 года привело к возникновению кризисной ситуации. Торопясь на тренировку в футбольный клуб, футболист проехал на своем автомобиле на красный свет светофора, задел мужчину, переходившего дорогу, вышел из машины и вступил в конфликтное взаимодействие с пострадавшим пешеходом. Пострадавшим оказался иностранец, ему потребовалась помощь врачей. Позже у него диагностировали перелом костей носа; футболиста задержали правоохранительные органы. Кризисная ситуация была решена футболистом следующим образом: в отделении полиции футболист принес извинения пострадавшему, оплатил требуемое лечение, предложил пострадавшему денежную компенсацию за моральный ущерб и ущерб здоровью. Однако, кризисная ситуация была освещена в ряде СМИ, что нанесло репутационный ущерб как футболисту, так и футбольному клубу. А.Гулиев после кризисной ситуации потерял 200 тысяч евро в трансферной цене.

Нарушение норм межличностного общения представляет собой четвертую группу причин, которые приводят к кризисным ситуациям в области футбола. Конфликтные взаимодействия между футболистом Марио Балотелли и одноклубниками, выражающиеся в том, что манера игры М. Балотелли на футбольном поле является грубой, привели в январе 2013 года к применению

физической силы со стороны тренера команды в футбольном клубе «Манчестер Сити» [5]. Подобные ситуации являются недопустимыми с точки зрения поддержания положительной репутации бренда футбольного клуба. Ситуация была доведена до сознания широких групп общественности. Извинения, опровержения, уточнения кризисной информации со стороны футболиста, тренера, пресс-службы футбольного клуба в СМИ не были представлены, что отрицательно влияет на репутацию клуба и всех задействованных в ситуации акторов. Из всех рассмотренных ситуаций М.Балотелли потерял в трансферной стоимости больше всех – 8 миллионов евро. На продаже М.Балотелли футбольный клуб «Манчестер Сити» потерял 9,5 миллионов евро (покупка футболиста была произведена за 29,5 миллионов евро, продажа – за 20 миллионов евро).

Сделаем вывод о том, что основными причинами, которые приводят к возникновению кризисных ситуаций в области футбола, являются: нарушение футболистами, тренерами и иными участниками футбольных клубов этических норм; нарушение норм футбольного клуба; нарушение правовых норм; нарушение норм межличностного общения. Кризисные ситуации негативно сказываются на трансферной стоимости футболистов, влекут за собой финансовые издержки футбольного клуба. Используя приемы кризисного и пост-кризисного реагирования пресс-службы футбольных клубов снижают репутационные риски, однако, не всегда удается полностью восстановить имидж игрока или футбольного клуба.

Список литературы

1. Бунтовский С. Антикризисный PR. – М.: RIDERO, 2021. 146 с.
2. Хойя Р., Смит А., Николсон М., Стюарт Б. Спортивный менеджмент: принципы и применение. – М.: Национальное образование, 2019. 576 с.
3. Мысенко Г.В., Носиков Д.В. Роль репутации спортсмена в репутации страны и PR-технологии восстановления персональной репутации в спорте // Актуальные проблемы социально-гуманитарного знания. Сборник статей с международным участием. – М.: Перо, 2022. с. 86-91.
4. Филенко А.С., Филенко Ц.С. Тренды блогосферы в условиях социальных потрясений // Всероссийская научная конференция молодых исследователей с международным участием, посвященная юбилейному году в ФГБОУ ВО «РГУ им. А.Н. Косыгина «Экономика сегодня: современное состояние и перспективы развития» (Вектор – 2020): сборник материалов Всероссийской научной конференции молодых исследователей с международным участием, посвященная юбилейному году в ФГБОУ ВО «РГУ им. А.Н. Косыгина». Том 3. – М.: РГУ им. А.Н. Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство), 2020. с. 148-151.
5. Разумов Д.С., Шанк Р.В. Построение эффективной PR-стратегии в спорте // Устойчивое развитие науки и образования. 2021. № 9(60). с. 24-29.

THE RESEARCH OF CRISIS SITUATIONS IN FOOTBALL: CAUSES AND RESULTS OF POST-CRISIS RESPONSE

*A.N. Timokhovich, V.V. Ignatov
State University of Management*

Abstract. The article presents the results of a study of crisis situations in the field of world football. A classification of the causes of crisis situations in the field of football has been developed. The economic dependence of the transfer value of football players on the crisis situations associated with their personalities is traced.

Keywords: anti-crisis PR, crisis, anti-crisis measures, reputation, football, sports.

УПРАВЛЕНИЕ РИСКАМИ СПОРТИВНОГО БИЗНЕСА И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА

У.Б. Турдубеков, К.М. Тургунов, Б.Ш. Халиков

Узбекский государственный университет физической культуры и спорта

Аннотация. В современных условиях рыночной экономики возрастают возможности спортивного предпринимательства и бизнеса. Одновременно физкультурно-спортивные услуги не застрахованы от действий связанные с риском. Анализ и оценка рисков, их классификация, возникновение и влияние факторов на конечные результаты деятельности спортивной организации являются основными вопросами решения данной проблемы. Предприниматель должен выявлять риски, которые должен решить способами-системой управления рисками.

Ключевые слова: спортивный бизнес и предпринимательство; теории риска; риск; маркетинговые технологии; маркетинговая среда; активность.

В современных экономических условиях управление рисками востребованная реальность. Оно предполагает разработку и применение различных методов анализа, оценки и средств предупреждения или снижения возможных потерь от множества типов риска в деятельности предприятий различной отраслевой направленности.

Совершенствование методов анализа и оценки рисков, их классификация, выделение факторов риска и причин их возникновения, определение количественной характеристики степени влияния этих факторов на производственный риск и влияние его на конечные результаты деятельности предприятия являются основными элементами при решении данной проблемы. На основе анализа определений понятия рисков производственной деятельности предприятий и их функций, выделяются области риска работы спортивного предприятия в сфере малого и среднего бизнеса.

Анализ показывает, что спортивное предпринимательство не получило такого широко развития как это имеет место в торговой, строительной и других отраслях деятельности. Спортивные услуги обладают рядом особенностей, среди которых основными можно назвать их высокие капиталоемкость и информоемкость. Затраты увеличиваются с учетом строительства, покупкой

оборудования и содержанием физкультурно-спортивных услуг, а также значительными капиталовложениями и тенденциями расширения ассортимента оказываемых услуг, включение дополнительных и сопутствующих услуг в комплекс обслуживания населения. А для работников сферы физкультуры и спорта требуется не только повышение непосредственно квалификации тренерского и управленческого персонала, что вызывает необходимость повышения оплаты труда, но и возрастают требования к их работе, в связи с увеличением информационной компетенции персонала, от работы которого напрямую зависит здоровье потребителя спортивных услуг.

Финансовые, трудовые, материальные, научно-информационные и другие ресурсы спортивной сферы являются основными факторами, которые могут рассматриваться как проблемы ресурсной обеспеченности, что именно они вызывают экономические риски. Однако проблемы поиска и эффективного управления ресурсами в сфере малого и среднего спортивного предпринимательства надо дополнить и актуальной проблемой оценки и анализа риска предпринимательской деятельности в названной сфере. На любом этапе принятия решений предприниматель, в том числе и в сфере спорта, сталкивается с выбором приемлемого для него уровня риска и путей его снижения. Необходимо исследовать данный аспект риска с позиций синергетического эффекта управления рисками.

В данном контексте главный тезис заключается в том, что каждый предприниматель имеет свои собственные предпочтения, направленные связанные с риском. Предприниматель должен выявлять риски, которым может быть подвержен, решать, какой уровень риска для него приемлем, и разработать способы избежания нежелательных последствий. Подобные действия в экономической науке называют системой управления рисками. Здесь, главными задачами являются те задачи, решение которых даёт ответ на такие вопросы, о сущности и функции риска, разработке классификации рисков, которая учитывала бы специфику рыночной экономики и методики их количественной оценки, в том числе и в сфере спорта.

Одновременно с зарождением предпринимательства возникло понятие риска. Однако, несмотря на это, его теоретическая изученность недостаточна. Не достаточная возможность теоретических исследований категории риска обусловили отнесение его к практической деятельности. Отсутствует даже единое понимание таких категорий риска, как производственный риск, хозяйственный риск или предпринимательский риск. Проблема риска широко обсуждается в зарубежной и отечественной экономической литературе. Риск при этом исследуется в связи с финансовой, банковской, управленческой деятельностью, биржевой игрой, страхованием.

В экономической науке сложились две основные теории риска: классическая и неоклассическая. В зарубежной экономической литературе исследования предпринимательского риска начались в пятидесятые годы двадцатого столетия, в результате чего возникает такое направление научных исследований, как рискология. Риски предпринимательской деятельности в

сфере спорта, недостаточно изучены как на теоретическом уровне, так и явно недооценена ее важность на практическом уровне. Интуитивная организация бизнес-процессов в сфере спорта, недоучет и игнорирование влияний маркетинговой среды не дают возможности активно и эффективно развиваться спортивному предпринимательству. Эксперты по экономическому и политическому риску проводят исследования, связанные с оценкой риска при строительстве предприятий, при страховании имущества, при заключении финансовых сделок и т. д.; их услугами пользуются банки, компании. Предприятия начинают нанимать менеджеров по риску, которые разрабатывают программу действий фирмы при столкновении с различными видами рисков.

Следует сказать, что предпринимательский риск, особенно в сфере спортивной предпринимательской деятельности, представляет собой характеристику деятельности, осуществляемой коммерческой организацией в ситуации неизбежного выбора, которая отображает неопределенность будущих результатов и вероятность позитивных и негативных последствий этой деятельности.

Маркетинговые системы управления рисками позволяют учесть наиболее значимые, характерные для спортивной деятельности риски, объективно их оценить и оптимизировать затраты на управление рисками. Внедрение маркетинговой системы управления рисками дает возможность учесть наиболее значимые, характерные для спортивной деятельности риски, объективно оценить эти риски и привести их к единому интегральному показателю, повысив эффективность затрат на управление рисками и предпринимательской деятельностью в целом.

Список литературы

1. Куклина Т.В. Модели страхования профессиональных рисков в зарубежных странах // Вопросы инновационной экономики. – 2020. – Том 10. – № 2. – С. 721-736.
2. Шамин Д.В. Система управления рисками – механизм повышения эффективности экономики // Российское предпринимательство. – 2018. – Том 19. – № 7. – С. 2133-2148.

RISK MANAGEMENT FOR SPORTS BUSINESS AND ENTREPRENEURSHIP

W. Turdubekov, K. Turgunov, B. Khalikov

Uzbek State University of Physical Culture and Sports

Abstract. In modern conditions of a market economy, the opportunities for sports entrepreneurship and business are increasing. At the same time, physical culture and sports services are not insured against actions associated with risk. Analysis and assessment of risks, their classification, the occurrence and influence of factors on the final results of a sports organization are the main issues in solving this problem. The entrepreneur must identify risks, which must be solved by means of a risk management system.

Keywords: *sporting business and entrepreneurship; risk theory; risk; marketing technologies; marketing environment; activity.*

ПОДГОТОВКА ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ШАШИСТОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ

Н.Ю. Федорова

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

М.Г. Федоров

Спортивная школа № 17 по шашкам имени А. Ф. Лазаренко

Аннотация: в статье теоретически обоснованы рекомендации по организации подготовки шашкистов высокого уровня к соревнованиям по шашкам. В связи с сокращением времени на партию, развитием информационных технологий, использованием таблицы жеребьевки ходов и позиций, актуальным стал вопрос специальной подготовки высококвалифицированных шашкистов к соревнованиям. В статье рассмотрены основные проблемы, с которыми встречаются шашкисты в начале партии. Особое внимание уделяется формированию дебютного репертуара.

Ключевые слова: информационные технологии, компьютерная программа, шашки, подготовка спортсменов.

Среди видов спорта интеллектуальные виды оказались наиболее адаптированы к развитию информационных технологий. Все чаще используется дистанционное обучение [3]. Особенно быстро развиваются русские шашки.

Это обусловлено следующими причинами:

- сокращением времени на обдумывание ходов,
- введением жеребьевки начальных ходов и позиций,
- бурным развитием компьютерных шашечных программ,
- удобством дистанционного режима тренировок.

В прошлом веке шашкисты, как правило, играли или по одной партии, или по одному микроматчу из двух партий в день. Каждый спортсмен обычно разыгрывал одно из нескольких хорошо известных ему начал партии. Поэтому очень важной была подготовка к конкретному сопернику и состояла в основном из анализа дебютного репертуара противника и нахождению новых, неожиданных для него продолжений. Основными источниками по изучению теории дебютов в русских шашках в конце XX века были книги Г. И. Хацкевича «25 уроков шашечной игры», Литвиновича В. С. и Негры Н. Н. «Курс шашечных дебютов», Цукерника Э. Г. «Русские шашки. Теория дебютов».

Если во времена становления шашек как вида спорта в соревнованиях применялся контроль 1 час на каждые 16 ходов и турниры проводились примерно в течение двух недель, то сейчас соревнования по дисциплине «русские шашки» можно проводить за три дня с контролем не менее 20 минут на партию, а дисциплины «русские шашки – быстрая игра» и «русские шашки – молниеносная игра» проводятся за один день. Контроль времени на партию здесь более скоростной: 7 и 3 минуты и более на партию соответственно.

С развитием компьютерных технологий заочные шашки и игра по переписке превратились в соревнования компьютерных программ. На смену дисциплине «игра по переписке», в которой одна партия длилась больше года, пришла быстрая и молниеносная игра. И хотя дисциплина «игра по переписке» еще осталась, норм для выполнения спортивных званий по этой дисциплине уже нет.

В условиях возросшего дефицита времени практически невозможно стало находить лучший ход методом перебора и расчета большого количества вариантов. Тот, кто это пытается сделать, как правило, попадает в острый цейтнот, в котором и совершаются грубые ошибки, приводящие к проигрышу партии.

С 1984 года на соревнованиях высшего уровня стала применяться таблица жеребьевки ходов и позиций. Соперники стали разыгрывать неизвестные ранее продолжения. Применение новой системы значительно уменьшило роль индивидуальной подготовки к встрече. Повысилась результативность, игра стала более интересной и творческой.

В начале 21 века на развитие шашек как вида спорта огромное влияние оказал бурный рост информационных технологий. Дистанционная подготовка стала преобладающей [1]. Стало возможным хранить и обрабатывать множество турнирных партий, сыгранных в различных соревнованиях. Наибольшей популярностью среди шашкистов пользуется "Aurora Borealis Professional" – первая среди шашечных программ для работы с базами данных партий и одна из наиболее удобных на настоящий момент.

Появилось несколько шашечных программ для анализа партий и поиска сильнейших продолжений. Чаще всего спортсмены используют программы «Эдеон-профи» и «Гошу». Многие известные шашечные варианты с помощью программ были уточнены и дополнены. Кроме того, в сети Интернет регулярно публикуются анализы партий с помощью компьютерных программ.

В настоящее время для жеребьевки применяется 745 дебютов у мужчин и 145 у женщин [4]. В 2014 и 2015 году вышли в свет две книги белорусских шашкистов В. Ф. Наумика и И. В. Парчука, посвященные жеребьевке дебютов: «Дебютная энциклопедия летающих шашек» и «Дебютная энциклопедия по русским шашкам».

В связи с этим сильно возросло значение индивидуальной дебютной подготовки. Она стала похожа на подготовку к экзаменам. Для достижения высоких спортивных результатов спортсмену приходится заучивать огромное множество дебютных вариантов и типовых позиций миттельшпиля. Без знания дебютов со значительным перевесом одной из сторон спортсмен практически обречен на поражение. Кроме того, важную роль стало играть физическое состояние спортсмена, определяющее специфическую выносливость к напряженной умственной нагрузке в условиях дефицита времени [2].

Для лучшего запоминания вариантов шашкисты играют тренировочные партии с укороченным контролем времени в режиме онлайн. Наибольшей

популярностью у спортсменов пользуются сервисы для игры в шашки онлайн: Gambler, PlayOK, lidraughts.

Преобразования, происшедшие в шашках за последние десятилетия, оказали заметное воздействие на особенности построения тренировок ведущих шашистов.

Учитывая вышесказанное нами разработаны рекомендации по подготовке высококвалифицированных шашистов к соревнованиям по шашкам:

- выучить все дебюты со значительным преимуществом;
- для лучшего запоминания регулярно играть партии с укороченным контролем времени в режиме онлайн;
- непосредственно перед участием в соревнованиях проводить интенсивные тренировки на решение тренировочных позиций в условиях ограниченного времени;
- при возможности сводить игру к известным типовым позициям;
- в случае, если рассматриваемый ход ведет к приемлемой позиции с перевесом, то стоит остановиться именно на этом варианте и не тратить время на дальнейший перебор и расчет вариантов.

Данные рекомендации носят общий характер, планируется их дополнить примерами из партий, разработать тренинг умений и навыков игры при дефиците времени.

Список литературы

1. Кузьмин В.Г., Улитин И.Б., Улитин Б.И. Применение инновационных IT-технологий в сфере современной физической культуры и спорта. // Культура физическая и здоровье. 2016. Т.1 (56). С.35-37.
2. Федорова Н.Ю., Федоров М.Г., Крылов В.Н. // Оптимизация учебно-тренировочного процесса. Тезисы докладов VII Всероссийской научно-практической конференции. Нижний Новгород. 2008. С. 46-50.
3. Федоров М.Г., Федорова Н.Ю., Лебедев Ю.А. // Оптимизации учебно-тренировочного процесса. Материалы XVI Международной научно-практической конференции. Нижний Новгород. 2017. С. 199-203.
4. Официальный сайт Шашки в России [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://shashki.ru>, свободный. – (дата обращения: 01.11.2022).

THE TRAINING OF HIGH-LEVEL DRAUGHTS PLAYERS FOR COMPETITIONS

N. Fedorova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

M. Fedorov

Sports Draughts School №17 of Nizhny Novgorod

Abstract. The article theoretically substantiates recommendations for organizing of the training of high-level draughts players for draughts competitions. In connection with the reduction of time for the game, the development of information technology, the use of the table of drawing moves and positions, the issue of special training of highly qualified drafts players for competitions has become relevant. The article deals with the main problems that draughts players face at the beginning of the game. Special attention is paid to the formation of the debut repertoire.

Keywords: information technologies, computer program, draughts, training of sportsmen.

МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА СБОРНОЙ КОМАНДЫ ПО ВОЛЕЙБОЛУ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ

В.А. Фиризанов, К.Ю. Хаченкова

*Нижегородская академия Министерства внутренних дел РФ
Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В современном мире огромное значение уделяется физическому воспитанию курсантов и слушателей учебных заведений МВД России, так как оно является необходимым для физического развития и здоровья сотрудников. Особое внимание уделяется организации процесса подготовки волейбольных команд в образовательных учреждениях МВД России. В данной статье рассматриваются методы организации подготовки к соревнованиям по волейболу.

Ключевые слова: волейбол, спартакиада ОВД, подготовка, команда, игрок, соревнования, спорт, физические качества, МВД

В настоящее время развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации происходит как на уровне профессиональных спортсменов, так и среди обычных граждан страны. Согласно действующей Стратегии развития спортивной индустрии, в 2017 году доля граждан, которые активно занимаются спортом, составляла 36,8%, а к 2024 году поставлена задача увеличить это число до 55% [1, 2]. Одним из приоритетных направлений развития спортивной индустрии в Российской Федерации является развитие игровых видов спорта. Среди них особое внимание уделим такому виду спорта, как волейбол. За последние десятилетия спортсмены нашей страны одержали множество громких побед в данном виде спорта.

В системе МВД России регулярно проводятся спортивные мероприятия в рамках ежегодной Спартакиады среди сотрудников, соревнования по различным видам спорта, в число которых входят соревнования по женскому и мужскому волейболу. Курсанты и слушатели активно участвуют в соревнованиях по данному виду спорта. Отметим, что успешное выступление команды зависит от слаженности работы, сыгранности и знания игровых особенностей игроков своей команды. Все эти навыки вырабатываются и совершенствуются в период тренировочного процесса, который оказывает значительное и даже решающее влияние на игру команды на соревнованиях. Исходя из этого, организация и планирование тренировочного процесса при подготовке сборной к соревнованиям занимает центральное место в процессе всей игровой деятельности.

Главной целью любой спортивной команды является достижение желаемого результата – победы по итогам проведения соревнований. Для реализации поставленной цели необходимо осуществить грамотное планирование и организацию тренировочного процесса в предсоревновательный период, который начинается с началом нового цикла

тренировок и заканчивается началом очередных соревнований. Данный период имеет большое практическое значение для спортсменов, так как именно в этот промежуток времени закладываются основы для будущих побед: осваиваются новые технические приемы, отрабатываются тактические действия, идет апробация новых методических приемов и установок тренера, совершенствуется физическая подготовка. Стоит отметить, что на подготовительном периоде именно специальная физическая подготовка имеет приоритет. В тактической и технической части тренировочного процесса происходит совершенствование ранее изученных приемов и действий, оттачивается индивидуальное мастерство спортсменов. Также на данном этапе большое значение имеет волевая подготовка, в процессе которой происходит воспитание уверенности каждого спортсмена в команде и прежде всего в самом себе.

Весь подготовительный период можно разделить на три фазы: общую, специальную и предсоревновательную. Рассмотрим данные этапы последовательно.

I. Общая фаза состоит в постепенном вхождении в тренировочный режим как новых игроков, так и состоящих в команде. Тренер должен настроить команду на новый соревновательный сезон, обозначить перспективы и возможности на предстоящий период. Физическая подготовка является доминирующей составляющей на данном этапе, ей отводится около 40% тренировочного времени. Она должна создать базу для совершенствования умений и навыков, повышения выносливости, расширения диапазона силовых качеств, то есть обеспечить подъем функциональных возможностей организма игроков. Данная цель достигается посредством использования упражнений из легкой и тяжелой атлетики, спортивной гимнастики, акробатики, других командных видов спорта.

В начале тренировочного периода всем игрокам необходимо сдать контрольные нормативы для оценки тренером их готовности к предстоящим нагрузкам. После этого тренер команды анализирует полученные результаты и составляет программу тренировок, которая включает в себя упражнения, направленные на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости. Обучающиеся участвуют в кроссах, забегах и эстафетах, тренируются в тренажерном зале со спортивными снарядами.

На общей фазе предсоревновательного периода техническая подготовка имеет приоритетное значение. Обучение и совершенствование техники – очень многоплановый процесс, поэтому выделяют несколько этапов технического обучения: 1) начального разучивания, 2) углубленного разучивания, 3) закрепления. Тут тренеру или лицу, на которого возложены тренерские обязанности, необходимо выявить тех игроков, которые нуждаются в прохождении всех элементов технического обучения и тех, кто может ограничиться последними двумя. В результате игроки должны освоить технические приемы, работать над совершенствованием индивидуальной

техники выполнения различных приемов: подачи, нападающего удара, блока, паса, доведения мяча до пасующего и т.д.

В рамках тактической подготовки уделяется внимание теоретической и психологической подготовке, а именно необходимо произвести анализ итогов прошлых соревнований (сезона), ознакомить обучающихся с планом тренировок на предстоящий период, обозначить позицию учебного заведения по поводу деятельности и успехов волейбольной секции, создать в команде рабочую атмосферу. Следует отметить, что при составлении расписания тренировок, нужно принимать во внимание, что в первой половине дня у обучающихся стоят учебные занятия, поэтому тренировки должны начинаться после них.

II. Специальная подготовка, целью которой является повышение общей тренированности, углубление и развитие специальных качеств и навыков, свойственных волейболистам. Основное отличие данной фазы от предыдущей является степень подготовленности обучающихся к выполнению поставленных тренером задач, как в физическом плане, так и в психологическом.

Общая физическая подготовка создает общий фундамент для подъема функциональных возможностей спортсмена, но уровень развития современного волейбола требует от его организма большего: высокой переносимости тренировочных и соревновательных нагрузок, быстрого восстановления после них. Это достигается только на основе специального фундамента, который складывается из специальной физической подготовки. Средства специальной физической подготовки предназначены для развития определенного качества волейболиста: быстрота движений, скорость реакции, координация, сила, прыгучесть и др. Специальные упражнения также помогают улучшать отдельные технические приемы обучающихся, для этого применяются упражнения, сходные с определенным техническим элементом.

Специальная физическая подготовка направлена на развитие специальной силы. Например, для выполнения верхней передачи двумя руками требуется определенный уровень развития силы мышц кистей рук, а для выполнения нападающего удара комплексное развитие силы мышц плечевого пояса, мышц кисти рук, туловища и ног. Также на данном этапе необходимо проводить упражнения на развитие специальной быстроты – быстроты реакции, быстроты выполнения технических приемов, быстроты перемещения игрока. Для развития не только быстроты движений и перемещений, но и быстроты реакции рекомендуется выполнять упражнения по зрительному сигналу. Развитие специальной выносливости (скоростной, прыжковой, игровой) достигается посредством многократного повторения переменных скоростных нагрузок.

Совершенствование техники на этом этапе проводится в процессе игровых упражнений. Главное условие положительных изменений – это правильное выполнение всех приемов. Тренерский контроль и самоконтроль обучающихся непременно поспособствует росту технического мастерства волейболистов. Также следует выполнять отдельные приемы вне игры, то есть сделать их «чисто техническими».

Приоритетное направление данной фазы – это тактическая подготовка. Происходит уяснение индивидуальных действий, учитывая амплуа игроков. Тренер комплекзует стартовый состав и наигрывает связки различных игроков. Обучающиеся в это время осваивают новые групповые взаимодействия и тренируют уже наигранные коллективные действия.

Особенность данной фазы состоит в повышении функциональных нагрузок волейболистов и интенсивности выполнения упражнений. В связи с постоянными нагрузками может возникнуть риск получения травм, поэтому тренеру необходимо проводить полноценную разминку и следить за состоянием здоровья обучающихся.

III. Заключительной фазой подготовительного периода является предсоревновательная, задача которой – завершение становления спортивной формы, закрепление полученного материала, утверждение окончательного варианта состава игроков на предстоящие соревнования.

Физическая подготовка волейболистов должна быть направлена лишь на поддержание общей физической формы. В условиях исключения возможности получения травмы обучающимся полагается делать длительную разминку, которая включает в себя индивидуальную растяжку, растяжку со жгутами, легкий бег, упражнения из легкой атлетики (приставные шаги, выпады, выпрыгивания). Затем необходимо провести разминку в парах с мячом.

К данному этапу основные технические приемы уже усвоены, и тренеру рекомендуется уделять внимание индивидуальным моментам в процессе игры, например, правильной постановке блока, точному выполнению паса, имитации нападающего удара со скидкой за блок.

И, наконец, большая часть тренировочного времени уделяется тактической и игровой подготовке. Тренер смотрит, как отдельные игроки и команда в целом ведут себя в защите и в нападении. Формируются новые связки игроков, даются установки на игру, создаются новые комбинации. Кроме того, в данной фазе уместна организация товарищеских встреч, в процессе которых команда набирается опыта и учится чувствовать друг друга на площадке перед предстоящими соревнованиями, а также проверяется технико-тактическое мастерство команды.

Таким образом, можно сделать вывод, что тренировочный процесс – это многоступенчатая система планирования, которая обеспечивается согласованными действиями тренера и всей команды в целом. Нами предлагается ввести трехуровневую систему предсоревновательной подготовки, каждый элемент которой имеет индивидуальную направленность воздействия на спортсменов:

1) Общая фаза, в процессе которой необходимо сделать уклон на восстановление физической формы, изучение новых технических приемов и формирование команды;

2) Специальная фаза, в основе которой лежит оттачивание командных и индивидуальных действий волейболистов в игровом процессе, наработка новых связок, определение амплуа игроков;

3) Непосредственно предсоревновательная фаза, где основной упор делается на тактическую и игровую подготовку.

Данная система, по нашему мнению, является наиболее эффективной для достижения командой высоких спортивных результатов, исключения травматизма в ходе соревнований, хорошей слаженности действий игроков внутри команды, а также позволяет спортсменам-новичкам постепенно «влиться» в коллектив. Данная система основана на учете индивидуальных особенностей каждого спортсмена и грамотном использовании этих особенностей в командных целях.

Список литературы

1. Об утверждении Стратегии развития спортивной индустрии до 2035 года: распоряжение Правительства РФ от 03.06.2019 № 1188-р // Собрание законодательства РФ. 2019. № 24, ст. 3111.

2. Летягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.

METHODOLOGY FOR ORGANIZING THE TRAINING PROCESS OF THE NATIONAL VOLLEYBALL TEAM OF THE EDUCATIONAL INSTITUTION OF THE SYSTEM OF THE MIA OF RUSSIA

V. Firizanov, K. Khachenkova

*Nizhny Novgorod Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Russia
Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod*

Abstract. In the modern world, great importance is given to the physical education of cadets and students of educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia, as it is necessary for the physical development and health of employees. Particular attention is paid to the organization of the process of training volleyball teams in educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia. This article discusses the methods of organizing preparation for volleyball competitions.

Keywords: volleyball, Olympics of the Department of Internal Affairs, training, team, player, competitions, sports, physical qualities, Ministry of Internal Affairs.

ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РОССИИ

В.А. Фиризанов, Ю.А. Бахарев

*Нижегородская академия Министерства внутренних дел РФ
Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В современном мире огромное внимание уделяется различным видам спорта, которые так или иначе имеют непосредственный контакт в паре. Одним из таких видов спорта выступает греко-римская борьба. Ежегодно в образовательных учреждениях

России проводятся спортивно-массовые мероприятия, в том числе и соревнования с иными вузами, где приоритетным направлением является данный вид спорта. Однако в организации подготовки к нему существует несколько проблем, которые автор описывает в статье.

Ключевые слова: греко-римская борьба, соревнования, проблемы организации, упражнения на силу, исследование, тактика, специальная физическая подготовка.

В современном мире приоритетной задачей в стране является повышение уровня физической подготовленности всех граждан страны. Активная положительная динамика участия граждан в занятиях спортом положительно влияет на общем физическом состоянии страны. Согласно действующей Стратегии развития спортивной индустрии, в 2017 году доля граждан, которые активно занимаются спортом, составляла 36,8%, а к 2024 году поставлена задача увеличить это число до 55% [1]. Особое внимание хотелось бы уделить такому виду спорта как греко-римская борьба и методике организации тренировочного процесса, а также ее проблематике.

Ежегодно в образовательных учреждениях проводятся спортивно-массовые мероприятия, в том числе и соревнования с иными вузами, где приоритетным направлением является греко-римская борьба.

Данный вид борьбы до 1940 года был известен под другими названиями – «Французская борьба», «классическая борьба» [2], «спортивная борьба греко-римского стиля». Этот стиль имеет характерную черту – при единоборстве двух спортсменов с использованием различных приемов не используется для приёмов нижняя часть тела. Главной целью поединка является прижать противника к ковру (татами) спиной (лопатками).

Но, конечно же, самой главной целью любого спортивного вида деятельности – это достижение определённых результатов, а именно – победы. Для достижения такого результата необходим грамотный подход тренерского состава к планированию и организации тренировочного процесса в подготовительный период. Стоит также отметить, что залогом отличного результата выступает активная проработка физических навыков и общая подготовленность ранее изученных приемов.

Есть огромное количество различных техник и тактик организации подготовки к периоду соревнований борцов, но у каждого есть свои нюансы, и назвать самый лучший подход для достижения поставленных задач по улучшению результата нельзя, однако с 2020 по 2019 год проводилось исследование, где за основу взяли воспитанников Муниципального бюджетного учреждения «СШОР по греко-римской борьбе» г. Бор Нижегородской области [3]. В исследуемые вошла группа лиц мужского пола в возрасте от 18 – 32 года. В качестве основы для оценки подготовки исследуемых взяли:

1. Забегания на борцовский мост за 1 мин.,
2. Перевороты на борцовском мосту за 1 мин.,
3. Бросок прогибом за 1 мин.,

4. Выполнение технического действия в УТС за 1 мин., а также были проанализированы результаты соревновательной деятельности спортсменов-участников исследования в 2019-2020 гг.

Результат был положительным, и он показал, что в 1 упражнении в виде забегания на борцовский мост за 1 мин борцы улучшили свой результат на 4,7%, что является показателем для борцов высокой квалификации. Во 2 упражнении перевороты на борцовском мосту за 1 мин. борцы увеличили свой результат на 3,2 %. Также при постоянной тренировке броска с прогибом спортсмены улучшили свой результат в 7 раз. В ходе аналитики соревнований путем просмотра записей основной борьбы, изучения протоколов соревнований было обращено внимание на увеличение эффективных атакующих действий спортсменов.

Однако одна проблема все же остается в организации данного вида спорта, и это отработка специальных силовых качеств. В греко-римской борьбе с ее многоуровневыми движениями было бы достаточно разработать тренажер, который позволил бы отрабатывать конкретные силовые свойства для большого количества спортсменов различных приемов, используя сложные механизмы управления в тренажере, но так как тренеру придется менять эти механизмы из-за смены весовой категории борцов такой вид упрощения подготовки пока современному миру недоступно.

Упражнение с борцовским манекеном, к сожалению, тренирует действия с усилиями, которые направлены только в верх. В горизонтальном положении применить силу к манекену нельзя, однако схемы бросков показывают, что вертикального отрыва противника от ковра, горизонтальное выведение противника из равновесия и одновременное выведение из равновесия по верхней составляющей пары сил с против направленным воздействием – по нижней составляющей (см.рис.1).



Рис. 1. Принципы

Также есть такие упражнения как:

- 1) упражнения с резиной и пружиной и тренажер «резиновый самбист»

2) упражнения с противовесами горизонтального закрепления, которое имеет отрицательный эффект крепления самого троса к неподвижной опоре, которая расположена вертикально.

Однако все вышеуказанные упражнения имеют свои недостатки, которые мог бы решить универсальный тренажер. Намного целесообразней было бы обратиться к постройке скоростно-силового тренажера, тренировки с которым позволили бы в большей мере учесть параметры приема с преимущественным воздействием борца на противника.

Таким образом, рассмотрев детально особенности организации борьбы посредством подготовки спортсменов мы заметили ряд проблем, сопутствующих данному виду спорта. Нельзя отрицать, что огромная роль в подготовке и организации тренировочного процесса лежит на составе тренеров, однако не стоит упускать из виду, что нет нужной оснащенности инвентарной техникой, которая необходима для эффективного развития спортивных специальных качеств для спортсмена греко-римской борьбы. Устаревшие упражнения и вспомогательный инвентарь уже теряет свою актуальность для подготовки организации современного спортсмена греко-римской борьбы.

Список литературы

1. Об утверждении Стратегии развития спортивной индустрии до 2035 года: распоряжение Правительства РФ от 03.06.2019 № 1188-р // Собрание законодательства РФ. 2019. № 24, ст. 3111.

2. History of Wrestling// Архивная копия от 6 ноября 2022 на Wayback Machine from the United World Wrestling Official Web-site.

3. Морозов А. М., Лобанов А. С. Развитие греко-римской борьбы в городе Бор Нижегородской области // Материалы XVI Международной научно-практической конференции «Оптимизация учебно-тренировочного процесса. Н. Новгород: ННГУ им. Н. И. Лобачевского, 2020. С. 100-104.

PROBLEMS OF ORGANIZING THE TRAINING PROCESS IN GRECO-ROMAN WRESTLING IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF RUSSIA

V. Firizanov, Yu. Bakharev

*Nizhny Novgorod Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Russia
Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod*

Abstract. In the modern world, great attention is paid to various sports that in one way or another have direct contact in pairs. One such sport is Greco-Roman wrestling. Every year, educational institutions of Russia hold mass sports events, including competitions with other universities, where this sport is a priority. However, there are several problems in the organization of preparation for it, which the author describes in the article.

Keywords: Greco-Roman wrestling, competitions, organizational problems, strength exercises, research, tactics, special physical training.

ПРОБЛЕМА ОЦЕНКИ ГОТОВНОСТИ К СОРЕВНОВАНИЯМ

В.А. Фиризанов, К.Ю. Хаченкова

*Нижегородская академия Министерства внутренних дел РФ
Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В данной статье рассматриваются оценка готовности спортсмена к соревнованиям разных категорий. Особое внимание уделяется факторам, которые непосредственно влияют на результате спортивной деятельности спортсмена: физиологические, тактические и психологические факторы. Данные факторы автор изучает более детально, где дает оценку каждому из них, но акцентирует внимание на последнем из представленных.

Ключевые слова: соревнования, подготовка спортсмена, психологическая подготовленность спортсмена, профессиональную спортивную деятельность.

На сегодняшний день эффективность спортивной деятельности характеризуется обострением конкурентной борьбы в мире профессионального спорта [1]. Чтобы успешно выступать на соревнованиях различного уровня, уже недостаточно иметь только хорошие физические данные. Высокий уровень тревожности спортсмена перед или во время соревнований приводит к снижению его результативности. Оценка готовности спортсменов к соревнованиям с учетом уровня их тревожности является важнейшей задачей правильной организации тренировочного процесса [2, с. 166].

Подготовка спортсмена к участию в соревнованиях состоит из ряда последовательных этапов, которые включают в себя первоначальную подготовленность спортсмена, результаты его тренировочной деятельности, физическую силу и выносливость и др. Однако совокупность данных факторов еще не гарантируют спортсмену успешное выступление на соревновании. Немаловажную роль играет психологическая подготовленность спортсмена непосредственно перед началом состязаний. В итоге, физиологические, тактические и психологические факторы оказывают в своей совокупности влияние на качество выступления спортсмена. Но возникает закономерный вопрос – как оценить готовность спортсмена к состязаниям, если такой значительный элемент как психологическая подготовленность остается вне поля зрения? Таким образом, основная проблема оценки готовности спортсмена к соревнованиям состоит в выявлении баланса между названными выше элементами функциональной подготовки: физиологической, тактической и психологической подготовленности.

Физиологическую подготовленность с точки зрения ее оценки отследить проще всего. В процессе тренировок спортсмен приобретает необходимые для конкретного вида спорта качества – скорость, ловкость, выносливость и т.д. Непосредственно перед соревнованиями у спортсменов проверяют давление и иные показатели. Данный элемент позволяет оценить текущее физическое состояние спортсмена.

Тактическая подготовленность спортсмена определяется как максимально адекватное прогнозирование соревновательных способностей спортсмена. При оценке готовности спортсмена к соревнованиям огромную роль играет тренер как субъект педагогической деятельности. В контексте выработки тактики проведения соревнований он должен выявить объективные способности и возможности спортсмена, оценить уровень подготовки конкурентов, таким образом, идентифицировать текущий уровень подготовленности. Выбор тактики проведения соревнований зависит от конкретного вида спорта, в котором выступает спортсмен. Например, при беге на длинные дистанции необходимо максимально адекватно и конкретно выявить соревновательную скорость на предстоящих соревнованиях. Перед началом, а также в течение соревнований, в условиях стресса, эмоциональных и физических нагрузок, спортсмен должен придерживаться определенной перед соревнованиями тактики, по возможности не отходить от нее, если того не требует объективно складывающаяся обстановка.

Наиболее сложным элементом оценки готовности спортсмена к соревнованиям является психологическая подготовленность. Сложность состоит, в первую очередь, в том, что она носит исключительно субъективный характер, зачастую остается невысказанной и только в мыслях спортсмена. Перед соревнованиями не стоит уменьшать значение данного фактора, поскольку первоначальная установка на успех в соревнованиях имеет такую же важную роль, как и физическая готовность. Состояние тревожности у спортсменов сопровождается рядом негативных явлений. Оно ведет к ухудшению эмоционального состояния спортсмена, что отрицательно сказывается на результате в ходе соревновательной борьбы. Практика показывает, что уровень эмоционального состояния людей во многом зависит от степени тревожности.

Психологическая подготовка спортсменов преследует ряд целей:

- ✓ формирование профессиональных и личностных качеств спортсмена;
- ✓ развитие у спортсмена критического образа мышления, умения находить выход из нестандартных ситуаций, повышение уровня его интеллекта;
- ✓ развитие волевых качеств спортсмена, умение управлять эмоциональной стороной личности во время соревнований;
- ✓ умение ориентироваться по ходу соревнования в процессе динамично изменяющейся обстановки, наблюдательность и правильная оценка окружающей действительности;
- ✓ осознанная оценка спортсменом условий каждого конкретного соревнования, исходя из своих навыков и сил, стимулирование воли к победе;
- ✓ регулирование эмоциональными предстартовыми состояниями, совершенствование способности концентрировать свои силы к моменту старта [3, с. 138].

Кроме того, выделим составные компоненты психологической готовности спортсмена к соревнованиям, по которым можно дать объективную оценку степени его готовности:

- ✓ мотивация достижения успеха, стремление к достижению высоких результатов;
- ✓ эмоциональное состояние и ситуативная тревожность, личностная способность к психорегуляции;
- ✓ чувство темпа, точность воспроизводимых действий;
- ✓ значимость предстоящего соревнования и отношение спортсмена к нему [4, с. 74].

Значительным фактором оценки психологической подготовленности спортсмена к соревнованиям является неоднократность исследования его состояния. Исследования показали, что наиболее оптимальным является изучение состояния спортсмена за месяц до соревнований, за 10 дней до соревнования, за 2 дня до соревнования, непосредственно перед соревнованием. Среди методов исследования выделяются: опрос, наблюдение, беседа, обобщение независимых характеристик.

Среди компонентов психологической готовности спортсмена к соревнованиям мы выделили ситуативную тревожность и эмоциональное состояние. Однако в процессе спортивной деятельности возникает и более длительное явление, связанное с эмоциональным истощением, обесцениваем достижений, уменьшением чувства удовлетворенности спортивной деятельностью. Данное явление получило название психологическое выгорание. Кроме того, в настоящее время возникает проблема разграничения таких состояний спортсмена, как напряжение, перетренированность, депрессия, синдром хронической усталости. Главной отличительной чертой психологического выгорания спортсмена является неспособность приспособиться к новым условиям без посторонней помощи или без изменения факторов окружающей среды. Таким образом, под психологическим выгоранием подразумевается долгосрочное последствие напряжения, оказывающее негативное влияние на спортсмена. Задача тренера при оценке состояния спортсмена состоит в выявлении симптомов перенапряжения и истощенности с целью не допустить перерастание этих симптомов в психологическое выгорание. В данном случае рассматривается проблема готовности спортсмена не только к конкретному соревнованию, но и в целом к продолжению профессиональной спортивной деятельности.

Исходя из вышеизложенного, отметим, что результативное участие спортсмена в соревнованиях зависит от его психофизиологического состояния перед началом и во время соревнований, правильной организации тренировочного процесса, тактических особенностей проводимых соревнований, адекватной оценки состояния спортсмена. Для этих целей необходимо правильно оценить готовность спортсмена к предстоящим соревнованиям. В этой связи возникает ряд проблем. В первую очередь, проблема состоит в том, что не все компоненты готовности спортсмена к соревнованиям могут быть адекватно и однозначно оценены тренером, а зачастую и самим спортсменом. Связано это, прежде всего, с психологическими факторами, которые носят сугубо индивидуальный

характер. Каждому человеку свойственны свои определенные реакции на внешние факторы, которые могут оказать негативное влияние на профессиональную спортивную деятельность. В качестве решения данной проблемы должны быть выработаны методики преодоления стресса и перенапряжения спортсмена, а также своевременное выявление негативных тенденций в поведении спортсмена.

Список литературы

1. Летягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.
2. Каргопольцев А.В., Дзюба А.С., Болотин А.Э. Оценка эффективности модели подготовки единоборцев к соревнованиям с учетом уровня их тревожности // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. 2018. № 1 (77). С. 165-168.
3. Горбунов Г.Д., Гогунев Е.Н. Психология физической культуры и спорта: учебник для вузов. М.: Академия, 2016. 254 с.
4. Бабушкин Г.Д., Шумилин А.П., Соколов А.Н. Влияние психической готовности на состояние и результативность спортсмена / Психопедагогика в правоохранительных органах. 2008. № 2 (33). С. 72-76.

THE PROBLEM OF ASSESSING READINESS FOR COMPETITIONS

V. Firizanov, K. Khachenkova

*Nizhny Novgorod Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Russia
Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod*

Abstract. This article discusses the assessment of the athlete's readiness for competitions of different categories. Particular attention is paid to factors that directly affect the result of an athlete's sports activity: physiological, tactical and psychological factors. The author studies these factors in more detail, where he evaluates each of them, but focuses on the last of those presented.

Keywords: competitions, training of an athlete, psychological preparedness of an athlete, professional sports activities.

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТА

В.А. Фиризанов, К.Д. Дятлова

*Нижегородская академия Министерства внутренних дел РФ
Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. Приобщение студентов к занятиям физической культурой является важной составляющей в формировании здорового образа жизни. Данная статья посвящена необходимости сделать акцент на значимости физической культуры у студентов. Авторами рассмотрены варианты занятий физической культурой во вне учебное время, приведены

данные исследований, свидетельствующие о том, что регулярные занятия физической культурой помогут не только укрепить здоровье, но и предотвратить некоторые заболевания.

Ключевые слова: физическая культура, здоровье, самостоятельные занятия, студент.

В условиях социально-экономических и политических преобразований современной России особое значение приобретают вопросы укрепления физического и духовного здоровья человека, формирования здорового образа жизни, поэтому развитие физической культуры и спорта – приоритетное направление социальной политики государства.

Физическая культура играет важную роль в жизни каждого человека, она положительно влияет на организм и моральное состояние. Не зря же нам постоянно приходится слышать фразу «в здоровом теле здоровый дух». Основными составляющими здорового образа жизни являются: физическая активность, отказ от вредных привычек, соблюдение рабочего дня, а самым важным является физическая подготовка. Занятия физической культурой и спортом укрепляют наше здоровье, помогает держать мышцы в тонусе и отвлечься от насущных проблем. В настоящее время большое количество людей страдают избыточным весом, им не хватает физической активности. Занятия физкультурой помогает восполнить этот дефицит.

Данная статья посвящена выявлению актуальных проблем современного спорта и физического здоровья студентов, и необходимости сделать акцент на значимости физической культуры у студентов.

Приобщение студентов к занятиям физической культурой является важной составляющей в формировании здорового образа жизни. Самостоятельные занятия могут проводиться во вне учебное время. Для правильной организации такого рода занятий можно проконсультироваться с педагогом-тренером, он сможет или составить план ваших действий или же скорректировать ваш план работы.

Во время физической активности организму требуется гораздо больше кислорода, чем в неподвижном и спокойном состоянии. Это сильно сказывается на работе органов сердечно-сосудистой системы. При частых занятиях спортом увеличивается объем легких, улучшается газообмен, что тонизирует органы кровообращения, способствует снижению артериального давления, предотвращает возникновение инсультов, сахарного диабета и сердечных приступов [1].

Основная цель самостоятельных занятий – укрепление здоровья, поддержка высокого уровня физической подготовки.

Конкретные виды управлений определяются в индивидуальном порядке в зависимости от веса, роста, физических возможностей.

Рассмотрим некоторые виды самостоятельных физических упражнений:

- 1) Ходьба, бег.
- 2) Утренняя гимнастика.
- 3) Плавание.

4) Занятия на тренажерах.

5) Велопогулки.

Ходьба является полезным и наиболее доступным видом физической активности. Ходьба – это единственный вид движений, который задействует все виды мышц, она улучшает метаболизм, усиливает кровообращение. Кроме того, это отличный способ сбросить лишние килограммы. Нужно как можно чаще стараться ходить пешком.

Бег также является доступным эффективным видом активности для самостоятельной физической подготовки. Также, это отличное средство для похудения и формирования красивого тела. Однако, увеличивать время, отводимое на тренировку, следует постепенно.

Приведем некоторые рекомендации по технике бега:

- Во время бега смотреть прямо, не опускать голову вниз;
- держать спину прямо, не сутулиться и не опускать плечи;
- руки согнуть в локтях и «работать» ими близко к телу;
- ногу полностью ставить на опору под центром тяжести.

Утренняя гимнастика. О пользе утренней гимнастике мы знаем с детства, однако подавляющее большинство студентов пренебрегают этим замечательным, полезным видом физической активности. Зарядка способствует улучшению обмена веществ в организме, а также повышает его устойчивость в стрессовых ситуациях и помогает держать тело в форме. Продолжительность зарядки должна быть как минимум 15-20 минут.

Плавание. С помощью плавания можно поддерживать свой уровень здоровья, а также тренироваться для достижения определенного уровня физического развития. В тренировочный процесс необходимо включать хотя бы 3-4 занятий в неделю, которые должны длиться не менее 45 минут.

Занятие на тренажерах. В тренажерном зале можно заниматься как на кардиотренажерах, так и с использованием дополнительных отягощений. Для укрепления сердечно-сосудистой системы лучше всего использовать кардиотренажеры (такие как беговая дорожка, велотренажер, эллипсоидный тренажер). После этого следует использовать силовые тренажеры. Упражнения с использованием силового оборудования помогут укрепить мышечный корсет, что в свою очередь может предотвратить некоторые заболевания. При занятиях в тренажерном зале важно обращать внимание на свое самочувствие, грамотно планировать тренировочный процесс. В тренировочный процесс необходимо включать не менее 2-3 занятий в неделю, которые должны длиться от 40 до 60 минут.

Велопогулки. Они помогают держать мышцы в тонусе, улучшают пищеварение и работу легких, укрепляют сердечно – сосудистую систему, нормализуют сон. Скорость и продолжительность езды должны строго соответствовать возрасту, состоянию здоровья и общей физической подготовленности человека.

Исследование, опубликованное в журнале «*JAMA Internal Medicine*», объединило данные о 1,44 миллионах человек в возрасте от 19 до 98 лет,

собранные за 11-летний период в течение которых произошло 187 000 новых случаев рака. Ученые собрали данные о физической нагрузке людей (быстрая ходьба, плавание и бег) и ее интенсивности.

Исследователи подтвердили, что физическая активность в свободное время, согласно результатам опросов, была связана с более низким риском рака толстой кишки, молочной железы и эндометрия. Они также определили, что физическая активность в свободное время была связана с более низким риском 10 дополнительных видов рака, с наибольшим снижением риска рака печени, рака желудка, рака почек и миелолейкоза. Миелома и рак головы и шеи, прямой кишки и мочевого пузыря также показали снижение риска, которое было значительным, но не таким сильным.

«Известно, что физическая активность в свободное время снижает риск сердечных заболеваний и риск смерти от всех причин, и наше исследование показывает, что она также связана со снижением риска многих видов рака», – сказал Мур. «Кроме того, наши результаты подтверждают, что эти ассоциации широко применимы к различным группам населения, включая людей с избыточным весом или ожирением, а также тех, кто курил в прошлом. Медицинские работники, консультирующие неактивных взрослых, должны пропагандировать физическую активность как компонент здорового образа жизни и профилактики рака» [2].

Занятия в свободное время можно определить, как упражнения для улучшения или поддержания физической формы и здоровья. Примеры включают ходьбу, бег, плавание и другие виды деятельности средней и высокой интенсивности.

Существует ряд механизмов, с помощью которых физическая активность может влиять на риск развития рака. Было выдвинуто предположение, что рост рака может быть инициирован или стимулирован тремя метаболическими путями, на которые также влияют физические нагрузки: половыми стероидами (эстрогенами и андрогенами); инсулином и инсулиноподобными факторами роста; и белками, участвующими как в метаболизме инсулина, так и в воспалении. Кроме того, было выдвинуто предположение о нескольких негормональных механизмах связи физической активности с риском развития рака, включая воспаление, иммунную функцию, окислительный стресс и, при раке толстой кишки, сокращение времени, необходимого для прохождения отходов через желудочно-кишечный тракт.

Большинство ассоциаций между физической активностью и более низким риском развития рака мало изменились с поправкой на индекс массы тела, что позволяет предположить, что физическая активность действует через другие механизмы, помимо снижения массы тела, для снижения риска развития рака. Ассоциации между физической активностью и раком также были сходными в подгруппах участников с нормальным весом и избыточным весом, а также у нынешних курильщиков или людей, которые никогда не курили.

Исследование представляло собой крупномасштабную работу в рамках Сотрудничества в области физической активности Когортного консорциума

NCI, который был создан для оценки ассоциаций физической активности и заболеваний с использованием объединенных данных и стандартизированного аналитического подхода.

«В течение многих лет у нас были существенные доказательства, подтверждающие роль физической активности в трех основных видах рака: рака толстой кишки, молочной железы и эндометрия, которые вместе составляют почти каждый четвертый случай рака в Соединенных Штатах», сказала Алпа В. Патель, доктор философии, соавтор исследования из Американского онкологического общества. Это исследование, связывающее физическую активность с 10 дополнительными видами рака, показывает, что ее влияние может быть еще более актуальным, и что физическая активность имеет далеко идущее значение для профилактики рака [2].

Активизация студенческой молодежи в области физической культуры является одной из самых важных в формировании здорового образа жизни. Несмотря на развитие и совершенствование системы физической культуры в целом, очень важно самостоятельно заниматься физической активностью. Данные многочисленных исследований показывают, что регулярные занятия физической культурой помогут не только укрепить здоровье, но и предотвратить некоторые заболевания.

Список литературы

1. Аракелян Г. Л., Бичан Н.В., Мантуров О.С. Стратегии конструирования телесности и формирования здорового образа жизни обучающихся образовательных организаций МВД России // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2022. № 1(67). С. 113-118.

2. Kostea V. The Effect of Exercise on Earnings: Evidence from the NLSY. Journal of Labor Research. 2012. Vol. 33, pp. 225-250

INDEPENDENT LESSONS IN PHYSICAL EDUCATION AS A BASIS FOR FORMING A HEALTHY LIFESTYLE OF A STUDENT

V. Firizanov, K. Dyatlova

*Nizhny Novgorod Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Russia
Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod*

Abstract. Introducing students to physical culture is an important component in the formation of a healthy lifestyle. This article is devoted to the need to focus on the importance of physical culture among students. The authors considered the options for physical education outside of school hours, presented research data indicating that regular physical education will help not only improve health, but also prevent certain diseases.

Keywords: physical culture, health, self-study, student.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ГИБКОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ У КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

В.А. Фиризанов, К.Д. Дятлова, А.А. Харитонова

*Нижегородская академия Министерства внутренних дел РФ
Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского
Московский технический университет связи и информатики*

Аннотация: зачастую складывается ситуация, когда курсанты и слушатели в образовательных организациях МВД России не понимают важность и взаимосвязь развития гибкости с другими физическими качествами, не стремятся ее развивать и совершенствовать. В статье анализируется важность развития и совершенствования гибкости у курсантов в образовательных организациях МВД России. Авторами приведены основные методические рекомендации при выполнении упражнений на гибкость, дан примерный комплекс упражнений, который рекомендуется выполнять в конце основной части занятия. Мы предлагаем ввести сдачу контрольного норматива на гибкость, в целях совершенствования данного качества, поскольку это не только обеспечит формирование всестороннего развития физических качеств курсанта, но и позволит предотвратить травмы на занятиях.

Ключевые слова: курсант, физическая подготовка, гибкость, совершенствование.

Задачей дисциплины «физическая подготовка» на занятиях в образовательных организациях МВД России является всестороннее развитие физических качеств, необходимых будущему сотруднику полиции для качественного выполнения служебных обязанностей [1]. В Приказе МВД России от 5 мая 2018 года №275 «Об утверждении порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» для обучающихся не предусматривается сдача контрольного норматива на гибкость [2]. Зачастую складывается ситуация, когда курсанты и слушатели не понимают важность и взаимосвязь развития гибкости с другими физическими качествами, и не стремятся ее развивать и совершенствовать, поскольку главной задачей в образовательных организациях МВД России на занятиях по физической подготовке является подготовка к сдаче контрольных нормативов, и изучение техники выполнения боевых приемов борьбы. Нами было проведено исследование с целью определения профессионально-важных качеств для сотрудника полиции, и все опрошенные респонденты в количестве 163 человек отметили гибкость как наименее важное физическое качество [3].

Для чего же нужно развивать гибкость?

Первая причина достаточно важна не только для будущих сотрудников полиции, но и для любого человека, занимающегося физической культурой и спортом. Напряженные мышцы после тренировки хуже снабжаются кислородом, в них может наблюдаться повышенное содержание метаболитов, медленнее выводится молочная кислота после тренировки [4]. Таким образом,

упражнения на растяжку, выполненные непосредственно после тренировки, будут способствовать более быстрому восстановлению после физических нагрузок. Также, многолетний опыт тренеров и спортсменов указывает на то, что растяжка может снизить болевые ощущения в мышцах, возникающие после тренировки, однако эти данные достаточно спорные.

Вторая причина заключается в том, что упражнения, направленные на развитие гибкости, повышают эластичность и прочность мышц, что защищает суставы от повреждений, следовательно, являются хорошей профилактикой травматизма.

Третья причина касается качественного выполнения контрольного норматива общей физической подготовки, и боевых приемов борьбы.

Без определенного уровня гибкости курсанты не смогут в полной мере выполнять такой норматив общей физической подготовки, как наклоны туловища вперед из положения лежа на спине, так как при выполнении данного упражнения разрешается лишь незначительное сгибание ног в коленном суставе. Однако, опираясь на наш многолетний опыт работы, практически в каждой учебной группе 1-2 человека не могут выполнить данное упражнение с выпрямленными ногами.

Также следует отметить, что при выполнении такого болевого приема, как загиб руки за спину в его различных вариациях необходима достаточно развитая гибкость мышц плеч. Курсанты с достаточным уровнем развития гибкости выполнят поставленные задачи качественно, быстро и правильно с учетом постоянной смены обстановки. С обратной стороны у курсантов, которые не развивают рассматриваемое нами физическое качество, могут возникнуть трудности в выполнении поставленных задач, происходит нарушение техники выполнения упражнений, проявляется ярко-выраженная неспособность выполнения координационных упражнений, что скорее всего приведет к различным травмам при физической нагрузке.

Важно не только развивать, но и совершенствовать данное физическое качество.

Развитие гибкости у всех разное, также следует отметить, что гибкость у обучающихся женского пола преобладает большей амплитудой, чем у мужского.

Приведем примерный комплекс упражнений, которые мы предлагаем включать в конце каждого занятия физической подготовкой для развития и совершенствования гибкости у обучающихся образовательных организаций МВД России:

1. Исходное положение (здесь и далее и.п.) – сидя, ноги выпрямлены, спина прямая. Сцепить руки в замок за спиной, и удерживать это положение в течении 10-15 секунд для каждой руки. Выполнять упражнение 2-3 раза.

2. И.п. – стоя, стопы по ширине плеч. Кисти сцепить в замок за спиной, руки прямые. Выполнить наклон вперед, стараясь коснуться пола кистями рук. Это упражнение можно выполнять с помощью партнера. В этом случае партнер будет помогать опустить сцепленные кисти рук, нажимая на них. Однако,

упражнения в парах следует выполнять предельно аккуратно ввиду получения травмы.

3. И.п. – сед, ноги вытянуты вперед, руки в упор сзади. В течении 8-10 секунд стараться отодвинуть прямые руки как можно дальше назад, не сгибая руки в локтевом суставе. Это упражнение можно делать с опорой на шведскую стенку, или даже подоконник. В этом случае задача будет заключаться в том, чтобы выше поднять руки за спиной. Также выполнять упражнение 2-3 раза.

4. И.п. – сидя, ноги выпрямлены. Выполнить наклон вперед в течении 10 секунд, руками обхватив ступни. Выполнять упражнение 3-4 раза.

5. И.п. – сидя, ноги выпрямлены и разведены в стороны. Выполнить наклон вперед, а также к правой и левой ноге в течении 15-20 секунд в каждом положении. Выполнять упражнение 3-4 раза.

6. Упражнение гимнастический «мост». Стараться полностью выпрямить руки и перенести вес тела на плечи. Выполнять упражнение 3-4 раза по 8-10 секунд.

7. Махи ногой назад и вбок, стоя у опоры. Выполнять по 15-20 раз а каждую ногу, стараться не сгибать ногу в коленном суставе, держать спину ровно.

8. «Бабочка». И.п. – сидя, ноги согнуты, колени отведены в стороны. Выполнить наклон вперед в течении 10-15 секунд. Выполнять упражнение 2 раза. Из этого же исходного положения стараться коснуться коленями, разведенными в стороны пола. Данное упражнение также можно выполнять с помощью партнера, который стоя сзади, будет плавно надавливать на колени.

9. «Шпагат». Выполнять по 20-30 секунд по 3-4 серии как продольный, так и поперечный шпагат. При выполнении продольного шпагата тазобедренный сустав не должен разворачиваться вслед за ногой, отведённой назад. Он должен оставаться в естественном прямом положении.

В целях совершенствования гибкости стоит продолжать выполнять данный комплекс упражнений с учетом наибольшей дозировки и поднятием уровня сложности упражнения. Понятно, что выполнение всего комплекса упражнений занимает достаточно большое количество времени, поэтому мы рекомендуем использовать упражнения на те группы мышц, которые были наиболее задействованы на занятии.

Следует выделить основные методические рекомендации при выполнении упражнений на гибкость:

- перед растяжкой необходимо хорошо разогреться;
- упражнения выполнять без резких движений, при помощи покачиваний и фиксации положения;
- упражнения на гибкость включать в разминку и заминку;
- амплитуду движений увеличивать постепенно;
- выполнять до «легкого» болевого ощущения;
- ежедневное выполнение упражнений на растяжку;
- активная растяжка дает больший результат, чем пассивная;

– заканчивать растяжку стоит упражнениями на расслабление.

Исходя из вышеперечисленного, мы предлагаем ввести сдачу норматива на гибкость, в целях совершенствования данного качества, поскольку это не только обеспечит формирование всестороннего развития физических качеств курсанта, но и позволит предотвратить травмы на занятиях. Однако, следует помнить, что излишняя подвижность в суставах может их дестабилизировать.

Делая вывод, стоит сказать, что только каждодневное и четко распланированное занятие даст наибольший эффект в развитии и совершенствовании гибкости у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России, также мотивацией для ее развития будет введение нормативов. Совершенствование такого физического качества, как «гибкость» будет способствовать улучшению качества выполнения приемов борьбы, но и позволит снизить уровень травматизма на занятиях.

Список литературы

1. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации / Приказ МВД России от 01 июля 2017 № 450 // Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации. – URL: <http://www.pravo.gov.ru>

2. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации / Приказ МВД России от 05 мая 2018 г. № 275 // Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации. – URL: <http://www.pravo.gov.ru>

3. Никифоров С.В., Слободчикова Т.А., Хаченкова К.Ю. Профессионально важные физические качества для сотрудника полиции // Обзор педагогических исследований. 2022. Т. 4. № 6. С. 110-113.

4. Аракелян Г.Л., Бичан Н.В., Хаченкова К.Ю. Совершенствование физической подготовки женщин среднего возраста, являющихся сотрудниками органов внутренних дел // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2021. №2(64). С. 121-127.

DEVELOPMENT AND FURTHER IMPROVEMENT OF FLEXIBILITY IN PHYSICAL TRAINING CLASSES FOR COURSES OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF THE MINISTRY OF THE INTERIOR OF RUSSIA

V. Firizanov, K. Dyatlova, A. Kharitonova

Nizhny Novgorod Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Russia

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Moscow Technical University of Communications and Informatics

Abstract. Cadets and students in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia do not understand the importance and relationship between the development of flexibility and other physical qualities, do not seek to develop and improve it. The article analyzes the importance of developing and improving flexibility among cadets in educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia. The authors give the main methodological recommendations

when performing flexibility exercises, give an approximate set of exercises that are recommended to be performed at the end of the main part of the lesson. We propose to introduce a control standard for flexibility in order to improve this quality, since this will not only ensure the formation of a comprehensive development of the cadet's physical qualities, but also prevent injuries in the classroom.

Keywords: cadet, physical training, flexibility, improvement

ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ

Н.О. Фокин

*Саратовский национальный исследовательский
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского*

Аннотация. Спорт является одной из главнейших частей культуры общества по всему миру. И этот самый мир, изменяясь, вместе с собой изменяет и спорт во всех его проявлениях. За последние несколько десятилетий произошел огромный скачок технологий, что позволило эффективно использовать их в спорте – атлеты могут следить за своим прогрессом, анализировать и улучшать свои методики тренировок и продвигать навыки = с помощью различных наработок в разных сферах – от нанoeлектроники до молекулярной биологии.

Ключевые слова: спорт, технологии, развитие, инновации.

Прогресс современного общества нельзя представить без развития науки и техники, без внедрения технологических новшеств, однако стремительное повышение роли науки и техники как фактора социальных преобразований актуализирует сложный спектр мировоззренческих, социально-этических и других проблем.

Основная задача современных научных технологий – это внедрение новаторских, эффективных решений в развитие всех сфер человеческой деятельности, начиная с обыденной жизни каждого и заканчивая внедрением разработок в, например, каком-либо промышленном производстве.

Мы же рассмотрим влияние прогресса технологий на сферу спорта.

В последние 10 лет цифровые технологии стали неотъемлемой частью спорта. Первые попытки применения компьютерных приложений в спортивной сфере были совершены в 60-е года.

В 1975 в Австрийском городе Грац[1]., Международная Ассоциация Спортивной Информации создала термин «спортивная информатика». К спортивной информатике относилась деятельность, варьирующаяся от анализа информации и сенсорного управления до моделирования и симулирования сложных процессов. В наши же дни, количество применяемых технологий сильно расширилось – на ежедневном базисе, в крупнейших видах спорта применяются приложения виртуальной реальности, для тренировок применяются технологии цифрового обучения, биомеханические явления стало возможным моделировать и симулировать.

Развитие информационных технологий привело к появлению новых различных сфер исследований – био-информатика, нейро-информатика, бизнес информатика, и, конечно же, спортивная информатика.

Постараемся ответить на следующий вопрос – в каких сферах и каким образом пересекаются спорт и информационные технологии.

Рассмотрим следующие 3 условные области, которые демонстрируют связь между спортом и информатикой:

1. Спортивные результаты
2. Спортивные клубы
3. Спортивные события

Начнем со «спортивных результатов». Эта область вероятно находится под наибольшим влиянием технологий, так как спортсмены искали способы, которые могут помочь улучшить результаты, еще до того, как цифровые технологии добрались до спорта. Здесь главными исследуемыми объектами являются атлеты и их тренера.

Благодаря технологиям интернета вещей, позволяющим изучать и анализировать данные с помощью сенсоров и других приборов, стало возможным записывать, изучать и анализировать огромные пласты информации, которыми могут воспользоваться не только атлеты и их тренера, а любые любители или просто заинтересованные люди [2].

Применение акселерометров, гироскопов, магнитометров, GPS позволяют эффективно анализировать результаты, избегая трат огромного количества времени на простые просмотры записей как это делалось раньше.

Для сбора информации об атлете используется различные нателные датчики, которые просто и удобно носить из-за их небольших размеров. Они отслеживают все – от пульса спортсмена до химических процессов, происходящих в его теле. Устройства бывают разные – очевидно, что для боксеров, игроков в баскетбол и в теннис понадобятся различные приборы. Поэтому для обобщения выделяют 3 основных области применения таких технологий:

1. Измерение результатов
2. Анализ тренировок
3. Поддержание здоровья и реабилитация.

Следующими рассмотрим спортивные клубы. Поскольку по сути своей спортивные клубы – это просто компании, их стали так и называть – спортивные компании. Больше всего информационные технологии в спортивных организациях оказали влияние на улучшение экипировки, а также аппаратных и программных решений. Также цифровизация оказала прямое влияние на административное управление организаций. С помощью современных технологий компания может собирать разнообразную информацию, проанализировав которую можно будет принимать более разумные решения относительно, например, развития организации.

Цифровизация может быть полезной в разных областях, например:

- управление инфраструктурой

- поиск талантов
- управление командой
- спонсорство компании
- управление поставками и другие

Сейчас многие спортивные организации для улучшения результатов привлекают на свою сторону крупные IT компании, например, на Чемпионате Мира 2018 по футболу, Немецкую сборную поддерживала компания поставщик программного обеспечения – SAP.

Также сильное развитие получило направления поиска талантов. С огромными объемами доступных данных, получаемых с различных датчиков и анализа этой информации, организации стали больше полагаться на статистические показатели вместо интуиции.

Последняя рассматриваемая нами область – спортивные события. В общем, можно сказать что это одна из важнейших частей спорта. Спортивным клубам необходимо проводить игры, оптимизируя ценность этих событий для фанатов и максимизируя собственную выгоду. Для спортивных компаний онлайн-продукция – это хорошая возможность предоставить свою продукцию покупателю в доступном виде. Более того, теперь покупатель может приобрести продукцию не только в дни матчей. Такой онлайн-маркетинг позволил спортивным организациям контактировать с фанатами по всему миру, также с помощью социальных сетей организация может делиться с фанатами различной информацией о клубе – например, о ходе тренировок, новых контрактах и т.д. Таким образом, все члены организации могут распространять интересную фанатам информацию, увеличивая популярность клуба[3].

Также современные технологии помогают судьям и рефери быть справедливыми и беспристрастными, что позволяет проводить более честные матчи.

Список литературы

1. Bandyopadhyay N. Sport Informatics: A Historical Review / N. Bandyopadhyay, B. Biswas // Weser Books, No.7937, Aussere Weberstr, 57, 02763, Zittau, Germany – 2020, p.30-31

2. Чекашева, Д.В. Современные технологии в спорте / Д.В. Чекашева, Л.А. Мокеева // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: Сборник статей по материалам XXXIII студенческой международной научно-практической конференции, Россия, г. Новосибирск, 16 июня 2015 г. / редкол.: Дмитриева Н.В – Новосибирск: Изд. «СибАК». – 2015. – № 6 (33) – С. 442–456.

3. 2020 и другие цифры. Как продолжится диджитализация спорта [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.s-bc.ru/news/2020-digital-trends.html>. – Дата доступа: 29.11.2022.

DIGITAL TECHNOLOGIES IN SPORTS

N. Fokin

Saratov State University

Abstract. Sport is one of the main parts of the culture of society around the world. And this world, changing, along with itself changes the sport in all its manifestations. Over the past few dozen major leaps in technology that allowed to effectively use these advancements in sports and athletics, you can track your progress, analyze and improve your training methods and develop skills using various achievements in different areas – from nanoelectronics to molecular biology.

Keywords: sports, technologies, improvement, innovations.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СЕМЬЕ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА

К.Ю. Хаченкова, Н.С. Мошкова

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. Физическое воспитание в семье можно рассматривать как основу для формирования потребности в занятии спортом и физической культурой у детей и подростков. В статье кратко рассмотрены основные составляющие полноценного физического воспитания ребёнка, а также формы физического взаимодействия в современных семьях. Также, авторами предложены варианты физической активности для всей.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическая культура, семья.

Развитие массового спорта – это актуальный вопрос для современного российского общества и одно из направлений государственной политики в сфере физической культуры и спорта [1, 2].

Интерес к физической культуре и спорту должен закладываться с детства. Поэтому физическое воспитание в семье можно рассматривать как основу для формирования потребности в занятии спортом и физической культурой у детей и подростков. А это, в свою очередь, реализует принцип оздоровительной направленности – один из основных принципов массовой физкультурной деятельности, вытекающий из целей и задач физической культуры в обществе.

Физическое воспитание в семье способствует формированию потребности в занятиях физическими упражнениями в интересах всестороннего развития личности ребенка, укреплению семейных связей, выработке ценностных ориентаций и здоровых привычек [3].

Воспитание ребёнка является крайне ответственным делом для родителей. Взрослым необходимо не только обеспечить своих детей всем необходимым, но и заботиться об их моральном и физическом здоровье.

В настоящее время существуют различные технологии, значительно облегчающие жизнь людей. Из-за них мы начинаем меньше двигаться, пользоваться доставкой продуктов, такси, все новости, фильмы можно

посмотреть за компьютером и т.д. Поэтому большое количество людей страдает от малоподвижного образа жизни. К сожалению, это касается и детей. Зачастую современные родители предпочитают дать ребёнку телефон с играми вместо того, чтобы выйти с ним на улицу и погулять.

Ввиду этого, у многих детей, обучающихся в начальной школе уже наблюдается искривление позвоночника, плохое зрение, избыточный вес.

Роль семьи в воспитании ребёнка крайне велика. Никакой педагог или друг не сможет перенаправить человека в нужное русло. Именно родители обязаны находить время на своего ребёнка, прививать ему правильные привычки, любовь к спорту и здоровому образу жизни, расставлять границы в использовании гаджетов и употреблении вредной пищи. Однако не все взрослые являются ответственными в воспитании, понимают свои обязанности и способны их исполнять.

В данной статье нами кратко рассмотрены основные составляющие полноценного физического воспитания ребёнка, а также формы физического взаимодействия в современных семьях.

Цель данной статьи – сделать акцент на роли родителей в физическом воспитании их детей.

Физическое воспитание входит в общее понятие воспитания. Отличительные особенности физического воспитания определяются, прежде всего, тем, что это процесс, направленный на формирование двигательных навыков и развитие физических качеств, укрепление здоровья.

Именно семья формирует положительное или отрицательное отношение детей к физическим упражнениям, развивает интерес к спорту, поощряет активность и инициативу. Близкое эмоциональное общение детей и родителей в разных ситуациях, как правило, влияет на это. Дети крайне восприимчивы к убеждениям, которые есть у их родителей, именно поэтому личный пример родителей, совместные физкультурные занятия, здоровый образ жизни самих родителей – это главные составляющие успеха физического воспитания ребёнка в семье.

Таким образом, в первую очередь родители должны обращать внимание на себя и свой образ жизни, ведь это непосредственно влияет на их детей.

К важным составляющим физического воспитания можно отнести занятия утренней гимнастикой, формирование правильного режима труда и отдыха, и рациональное питание.

Родителям необходимо следить, чтобы дети занимались доступными видами физического труда, правильно выполняли движения, которые применяются в повседневной жизни. Например, правильная поза при занятиях за столом, достаточное расстояние от экрана телевизора или компьютера до глаз и др.

Взрослые обязаны иметь представление о комплексах утренней гимнастики и контролировать, чтобы она выполнялась их ребёнком. Подвижные игры тоже должны присутствовать в жизни детей. К таким играм можно отнести баскетбол, футбол, волейбол.

Необходимо тренировать у ребенка не какие-то определенные способности, а упражнять различные группы мышц и соответствующие им нервные центры, чтобы в будущем это помогло ему адаптироваться под изменяющиеся условия.

Следует создавать эмоциональное настроение у детей, оно способствует улучшению самочувствия, помогает побороть страх, неуверенность в себе. Если ребёнок чего-то боится, необходимо его подбодрить и вселить уверенность в себе. Однако, надо следить, чтобы дети не переутомлялись.

Правильная физическая подготовка будет способствовать развитию у детей ловкости, скорости, гибкости. Решение задач физического воспитания сочетается с формированием личности ребенка в целом, с его умственным развитием, нравственным, эстетическим и трудовым воспитанием.

В физическое воспитание также входит формирование правильного режима дня и сна. Необходим чёткий распорядок жизни в течение дня. Взрослым нужно следить, чтобы ребёнок высыпался, соблюдал гигиену, делал зарядку, вовремя принимал пищу, находился на свежем воздухе и т.д. Режим должен соответствовать возрасту малыша и его потребностям.

Питание тоже является важной составляющей физического воспитания ребёнка, ведь с ним связаны важнейшие функции организма. Во-первых, желательно забыть про фастфуд и ограничить употребление сладкого. Во-вторых, увеличить количество фруктов и овощей в рационе. В-третьих, следить за водным балансом в организме. Излишне жирная, соленая, пережаренная пища должна быть исключена. Лучше всего готовить еду на пару, варить или тушить.

Все эти составляющие физического воспитания способствуют укреплению организма, повышению иммунитета, улучшению самочувствия и самоощущения не только малыша, но и самих родителей, ведь здоровый образ жизни необходим каждому человеку.

Варианты физической активности для всей семьи:

1. Велопогулки.

Сейчас во многих семьях есть велосипед, а иногда и несколько. Также, становятся все более популярным детское сиденье для велосипеда, которое можно прикрепить на багажник, что дает возможность участвовать в велопогулке даже совсем маленьким членам семьи. Совместные велопогулки способствуют не только повышению физической активности, но и эмоциональному сближению детей и родителей, созданию ярких воспоминаний.

2. Походы в лес/горы.

Такая тенденция также растёт среди молодых семей. Перспектива выбраться на несколько дней за город многих привлекает, ведь можно насладиться свежим воздухом, увидеть много нового, провести время наедине с семьёй. С физической точки зрения ходьба по лесной/горной местности укрепляет организм, в частности мышцы ног, тренирует выносливость и др.

3. Лыжные погулки, катание на сноуборде.

Катание зимой на лыжах или даже сноубордах тоже является популярным занятием. Многие даже выезжают в специальные курорты для подобного времяпровождения. Работа легких улучшается, тренируются все группы мышц.

4. Бадминтон.

Бадминтон – это и игра, и спорт одновременно. Им можно заниматься не только в спортивном зале, но и во дворе. Приобрести всё необходимое можно в любом спортивном магазине и по демократичной цене. Этот вид совместной физической деятельности подойдет любой семье.

5. Пешие прогулки.

Пешие прогулки хороши тем, что их можно совмещать с любым другим полезным делом. Например, в музей. Даже утомительный поход в магазин можно превратить в пешую прогулку. Главное лишь много двигаться и не лениться.

Выбирая совместную деятельность, важно учитывать мнение и желания ребёнка. Двух или трех занятий будет достаточно, чтобы понять, что нравится малышу, а что не нравится. Необходимо хвалить и поддерживать друг друга, можно даже вести дневник достижений, ставить определенные цели и др. Вариантов много, каждая семья должна выбрать подходящий для себя.

В спортивных занятиях также важна регулярность. Специалисты отмечают, что лучше выделить на спорт по 30 минут каждый день, чем несколько часов, но раз в месяц.

Дать ребёнку должное физическое воспитание означает с раннего детства научить его вести здоровый образ жизни и привить ему любовь к спорту. Совместная физическая активность укрепляет взаимоотношения в семье, позволяет провести свободное время с пользой для всех, а ребенка избавит от многих проблем в будущем, таких как, нарушение осанки, ожирение, ослабление зрения.

К сожалению, не всегда дети поддерживают идеи родителей по активному проведению досуга. Однако взрослым не следует отчаиваться, ведь самое главное – это найти правильный подход к своему ребёнку. Следует выбрать тот вариант, который понравится и подойдёт всем членам семьи, и в конце он принесёт каждому лишь радость и замечательные воспоминания.

В настоящее время большой вклад в популяризацию семейного физического воспитания вносят такие совместные физкультурно-спортивные мероприятия как «Папа, мама, я – спортивная семья!», соревнования по лыжам «Лыжня России», легкой атлетике – «Кросс наций», многоборью ГТО, в которых есть возможность выступать семьями.

Список литературы

1. Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года: распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-п // URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74866492> (дата обращения 10.11.2022)

2. Летягина Е.Н., Перова В.И., Волков А.Н., Кутасин А.Н. Цифровизация физической культуры и спорта. – Москва, изд-во Триумф, 2022. 294 с.

3. Аракелян, Г.Л., Бичан Н.В., Мантуров О.С. Стратегии конструирования телесности и формирования здорового образа жизни обучающихся образовательных организаций МВД России // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2022. № 1(67). С. 113-118.

PHYSICAL EDUCATION IN THE FAMILY AS ONE OF THE FACTORS IN THE DEVELOPMENT OF MASS SPORTS

K. Khachenkova, N. Moshkova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract: physical education in the family can be considered as the basis for the formation of the need for sports and physical education in children and adolescents. The article briefly discusses the main components of a full-fledged physical education of a child, as well as forms of physical interaction in modern families. Also, the authors proposed options for physical activity for the whole.

Keywords: physical education, physical culture, family.

МЕТОДИКА ВВЕДЕНИЯ КУРСАНТОВ ПЕРВОГО КУРСА В ДИСЦИПЛИНУ «ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

К.Ю. Хаченкова, Д.С. Семикин, И.Н. Блудова

*Национально-исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Лобачевского*

*Челябинский филиал Военного учебно-научного центра Военно-воздушных сил
Военно-воздушной академии им. Н. Е. Жуковского и Ю. А. Гагарина
Омская Академия Министерства внутренних дел Российской Федерации*

Аннотация: в статье рассмотрены основные вопросы подготовки курсантов первого курса к дисциплине «Физическая подготовка» в образовательных учреждениях МВД России. В ходе работы выявлены основные перспективные направления для совершенствования методики и организации проведения занятий по дисциплине «Физическая подготовка», основные знания, умения и навыки которых могут способствовать в адаптации первокурсников. При осуществлении правильной работы в дальнейшем полученные навыки могут помочь курсантам в осуществлении практической деятельности.

Ключевые слова: курсанты-первокурсники, адаптация, физическая подготовка, методика, образовательные учреждения МВД России.

Значимую роль в процессе воспитания курсантов в образовательной организации Министерства внутренних дел (МВД) составляет начальный период (первый год обучения), то есть период адаптации к условиям и особенностям обучения. Для формирования общей дисциплины на

первоначальном этапе обучения необходимо определить методологию формирования навыков и умений по физической подготовке.

Основным средством совершенствования физической подготовки являются упражнения общей физической подготовки и служебно-прикладные, выполняемые с соблюдением определенных норм и правил безопасности.

Физические упражнения – это основное и специфическое средство физической подготовки, особый вид двигательной деятельности, при помощи которого решаются задачи физического воспитания в органах внутренних дел.

Обучение физическим упражнениям осуществляется в следующей последовательности: ознакомление, разучивание, тренировка (совершенствование). Ознакомление направлено на создание у обучаемых правильного представления о разучиваемом упражнении. Разучивание направлено на формирование у обучаемых новых двигательных навыков. После разучивания упражнение выполняется целиком. Тренировка (совершенствование) является основным этапом обучения и направлено на развитие и совершенствование двигательных навыков, физических и специальных качеств. Методы развития обеспечивают совершенствование физических качеств, оптимизацию функционального состояния организма и его устойчивости к воздействию неблагоприятных факторов, улучшение антропометрических признаков (показателей физического развития) курсантов.

Когда мы говорим о физической подготовке, мы говорим об упражнениях как о средстве. Но упражнения рассматриваются не только как инструмент, но и как метод обучения и воспитания. Важнейшей особенностью физических упражнений как метода является их повторное применение, позволяющее оказывать необходимое влияние на курсантов. С помощью физических упражнений с одной стороны, осуществляется биологическое воздействие на организм человека, для совершенствования физического состояния, с другой стороны, передается социально-исторический опыт одной из видов деятельности, следовательно, оказывается социальное влияние.

При введении первокурсников в дисциплину физической подготовки необходимо учитывать ее специальную направленность. Под специальной направленностью физической подготовки сотрудников органов внутренних дел понимается подбор и применение таких средств, форм и методов обучения и воспитания, которые в наилучшей степени обеспечивают решение как общих задач для всего личного состава, так и специальных, для соответствующего рода подразделений, а также выполнение специальных задач физической подготовки.

Что касается методики проведения занятий по дисциплине «физическая подготовка», то под ней понимается обеспечение совершенствования физических качеств, обеспечение адаптации и функциональной устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов и условий, формирование навыков для дальнейшего практического применения на службе в органах внутренних дел.

Методология введения в дисциплину «физическая подготовка» может включать в себя несколько методов:

1. **Равномерный метод** заключается в систематическом выполнении интенсивных нагрузок, оказывающих одинаковое воздействие на организм в течение всего выполнения упражнения. Этот метод используют в двух вариантах. Под первым вариантом понимается выполнение интенсивных и максимальных физических нагрузок за короткий период времени с небольшим количеством повторением. Второй вариант включает в себя выполнение нагрузок с умеренным темпом в течении относительно длительного периода времени.

2. **Переменный метод** заключается в чередовании интенсивности физических нагрузок, тем самым оказывая разностороннее воздействие на организм сотрудника.

3. **Повторный метод** заключается в повторении одних и тех же физических упражнений, за счет чего сотрудником усваивается определенный алгоритм действий при возникновении похожих ситуаций на практике.

4. **Интервальный метод** схож на повторный метод. Основное отличие интервального метода заключается в том, что при его применении соблюдаются не только систематическое повторение интенсивных нагрузок, но и соблюдение режима отдыха и строгая регламентация продолжительности пауз в целом.

5. **Контрольный метод** применяется при оценке уровня физической подготовленности курсантов. Данный метод применяется редко для того, чтобы курсанты успели усвоить материал и отработать свои навыки.

6. **Соревновательный метод** состоит в выполнении физических упражнений в условиях соревнований.

7. **Комбинированный метод** состоит в сочетании нескольких методов преподавателями физической подготовки.

На разных этапах физического совершенствования курсантов и даже в течение одного занятия, могут применяться различные методы. Разнообразие их позволяет успешно развивать необходимые качества личного состава.

Методы воспитания также играют важную роль и обеспечивают формирование убежденности в важном значении физической подготовки для сотрудников, привитие потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, совершенствовании морально-психологических качеств.

К основным методам воспитания в процессе физической подготовки относятся: убеждение, пример, соревнование, поощрение, принуждение и воздействие коллектива.

Наиболее оптимальным методом введения первокурсников в дисциплину «физическая подготовка» считаем равномерный метод, причем применяя оба варианта, указанные выше. В таком случае представляется возможность объективно оценить подготовленность поступивших первокурсников, и в дальнейшем выстроить программу развития навыков и умений, необходимых для сотрудника органов внутренних дел в практической деятельности.

Так же возможно применять метод проверки теоретических знаний – письменный опрос. Данный метод применяется преимущественно на семинарских занятиях по физической подготовке. При применении метода можно выяснить уровень знаний курсантов по теоретической составляющей, знания нормативной базы по физической подготовке, а также общее понимание алгоритма применения приемов и определений.

При практическом применении методов необходимо учитывать исходный уровень подготовленности первокурсников, и специальность, на которой учатся курсанты. Например, курсантам, обучающимся на специальности «психологическое обеспечение служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов», изучение боевых приемов борьбы требуется в меньшей степени, чем, например, курсантам, обучающимся на других специальностях, где такая подготовка необходима в будущей практической деятельности.

И, нельзя не отметить сложившуюся эпидемиологическую обстановку во всем мире и введение карантинных мер. Физическая подготовка – дисциплина практическая, и этот период особенно пострадал уровень физической подготовленности курсантов, в том числе первокурсников, так как будучи еще абитуриентами у них не было возможности посещать специально отведенные места для тренировок, а также самостоятельно проводить тренировки на воздухе [6]. Поэтому при введении курсантов первого курса в дисциплину необходимо учитывать сложившиеся обстоятельства и рационально выстраивать занятия по физической подготовке.

Подводя итог, необходимо сказать, что рациональные способы и методы введение курсантов в дисциплину «физическая подготовка», начиная с самых первых дней их обучения в институте, определенно являются важным этапом. Так как это первая ступень в формировании их физической подготовленности, которую остается поддерживать и совершенствовать на протяжении всего периода обучения. А также, приобретенные специальные навыки и умения помогут при практической работе в подразделениях структуры МВД.

Список литературы

1. Баркалов С.Н. К вопросу о психологической подготовке курсантов высших учебных заведений МВД России. / С. Н. Баркалов. М., 2014. 103 с.
2. Захаров Е.Н. Энциклопедия физической подготовки (методические основы развития физических качеств). / Захаров Е.Н., Карасев А.В., Сафонов А.А. – М.: Фис, 1984. 121 с.
3. Коряковский И. М. Методика физического воспитания : учебное пособие для институтов физической культуры / И.М. Коряковский. – М.: ФиС, 1940. 520 с.
4. Яценко Ю.Г. Физическая подготовка как основной компонент профессиональной подготовки сотрудников подразделений криминальной милиции / Ю. Г. Яценко // Психопедагогика в правоохранительных органах. – Омск: Омская академия МВД России, 2004. № 2. С. 22-24.

5. Аракелян Г. Л., Бичан Н.В., Мантуров О.С. Стратегии конструирования телесности и формирования здорового образа жизни обучающихся образовательных организаций МВД России // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2022. № 1(67). С. 113-118.

6. Летягина Е.Н., Колодеев Е.П. Проблемы организации и проведения онлайн занятий по физической культуре и спорту в образовательных организациях// Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 2 (192). С. 151-156.

METHODOLOGY OF INTRODUCING FIRST-YEAR CADETS IN THE DISCIPLINE "PHYSICAL TRAINING"

K. Khachenkova, D. Semikin, I. Bludova

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Chelyabinsk branch of the Military Educational and Scientific Center

Air Force Air Force Academy named after N. E. Zhukovsky and Yu. A. Gagarin

Federal state state educational

Omsk Academy of the Ministry of Internal Affairs of Russia

Abstract. The article deals with the main issues of preparing first-year cadets in the discipline "Physical training" in educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia. In the course of the work, the main promising areas for improving the methodology and organizing classes in the discipline "Physical training", basic knowledge, skills whose skills can contribute to the adaptation of first-year students. If the correct work is carried out in the future, the acquired skills can help cadets in the implementation of practical activities.

Keywords: first-year cadets, adaptation, physical training, methodology, educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ СИМУЛЯЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ

Ю.В. Цыплухина, Д.В. Мерзликин, А.С. Лысенков

Военный учебно-научный центр военно-воздушных сил «Военно-воздушная академия им. проф. Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина

Аннотация. Симуляционные технологии в образовании – это современная педагогическая технология с использованием различных тренажерных комплексов. В статье проведена оценка усвоения практических навыков оказания первой помощи курсантами при активном использовании симуляционных технологий. Дана сравнительная характеристика полученных результатов с контрольной группой, где не были применены тренажерные комплексы.

Ключевые слова: тренажеры, симуляторы, эффективность образования, курсанты

Данное исследование посвящено применению симуляционных технологий при обучении курсантов военного ВУЗа навыкам оказания первой помощи. Симуляционное обучение (симуляция – от лат. Simulatio –

«притворство») это ложное изображение болезни или отдельных ее симптомов, при котором обучаемый действует в имитированной обстановке и знает об этом [1].

Симуляционное обучение – это образовательная методика, показывающая технологию оказания неотложной помощи, основанная на приобретении навыков выполнения тех или иных манипуляций, уверенности в собственных силах и работе в команде согласно отработанному алгоритму. Вместе с тем, при обучении зачастую сохраняется традиционная система подготовки, которая ориентирована на жёстко сконструированные учебные дисциплины, не отличается гибкостью и информативностью образовательных программ и не обеспечивает требуемого уровня мотивации и активизации работы слушателей. При симуляционном обучении, главным является приобретение необходимых практических и теоретических знаний, не нанося вред здоровью человека, при сохранении полноты и реалистичности моделирования для обеспечения в условиях реанимации и ведения пациента в экстренных ситуациях строгую отработанность действий [2].

С целью эффективного обучения курсантов навыкам оказания первой помощи, в ВУНЦ ВВС ВВА им. проф. Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина, на кафедре управления повседневной деятельностью подразделений создан учебный класс по медицинской подготовке. Класс оснащен красочными, информативными плакатами по оказанию помощи, аптечками первой помощи, средствами индивидуального медицинского оснащения военнослужащих, набором имитаторов ранений и поражений. Одним из последних средств обучения, был приобретен тренажер для отработки реанимационных мероприятий «Максим».

Профессорско-преподавательским составом кафедры управления повседневной деятельностью подразделений при изучении дисциплины «Медицинская подготовка» было внедрено использование тренажера-манекена с датчиком контроля правильности выполнения приемов искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Использование нового симуляционного оборудования, позволившего расширить возможности обучения, в том числе и в полевых условиях [3].

С целью проверки эффективности симуляционных технологий обучения на уровень сформированности навыка оказания первой помощи у курсантов мы провели педагогический эксперимент. Были выбраны несколько групп одного курса и факультета, в половине которых применялись симуляционные методы при проведении практических занятий, а в половине не применялись (табл. 1.).

**Таблица 1. Распределение групп с применением
и без применения имитационных технологий обучения**

Номер группы	1	2	3	4	5	6
Номер факультета						
5 (1 курс)	Манекен, имитаторы ранений	Манекен, имитаторы ранений	Манекен, имитаторы ранений	Не использовался манекен	Не использовался манекен	Не использовался манекен
7 (2 курс)	Манекен, имитаторы ранений	Манекен, имитаторы ранений	Манекен, имитаторы ранений	Не использовался манекен	Не использовался манекен	Не использовался манекен
10 (1 курс)	Манекен, имитаторы ранений	Манекен, имитаторы ранений	Манекен, имитаторы ранений	Не использовался манекен	Не использовался манекен	Не использовался манекен

Гипотеза исследования состояла в том, что при использовании имитационных методов количество курсантов, сдавших нормативы на «отлично» и «хорошо» будет больше – полностью подтвердилась. На рисунке 1 приводится графическая интерпретация данных результатов.

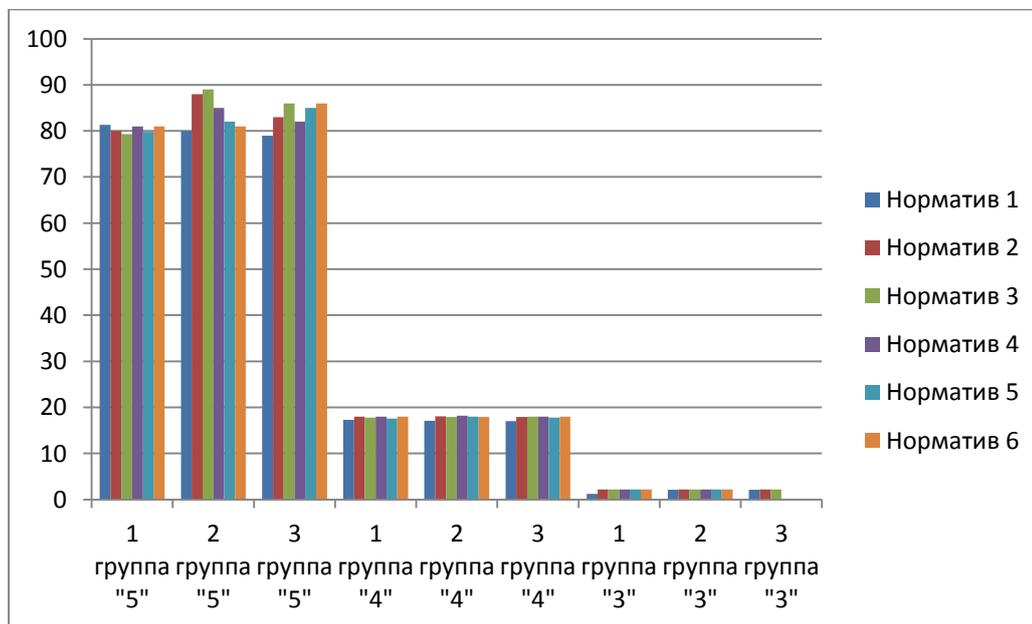


Рис. 1. Графическая интерпретация сдачи нормативов по медицинской подготовке групп с применением имитационных технологий

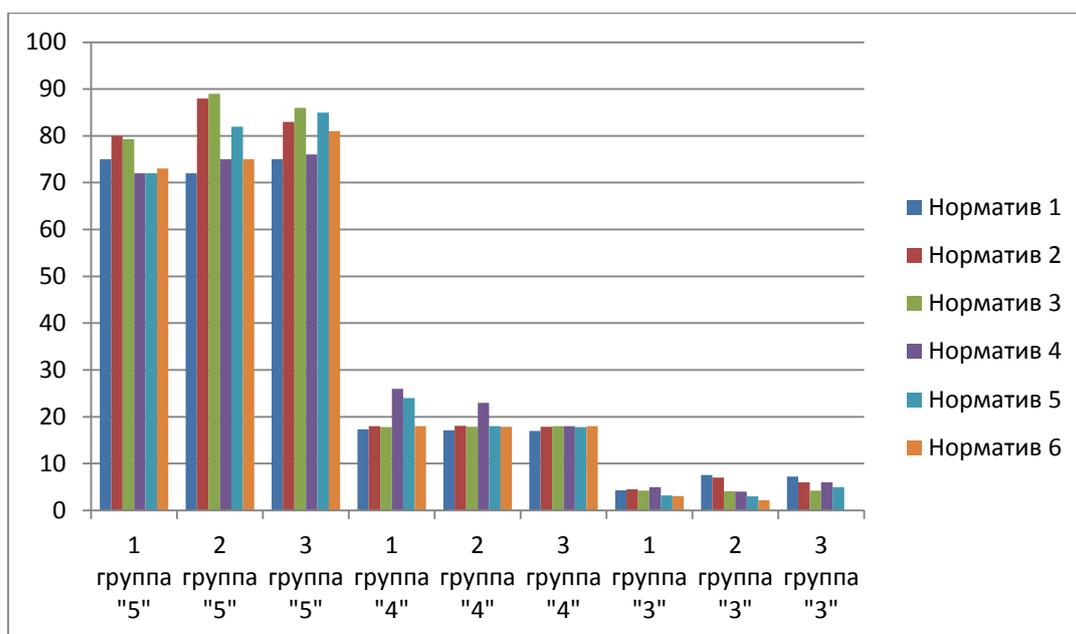


Рис. 2. Графическая интерпретация сдачи нормативов по медицинской подготовке групп без применения имитационных технологий

Исходя из анализа экспериментальных данных видно, что в группах, где применялись имитационные методы количество курсантов, сдавших норматив на оценку «удовлетворительно» гораздо меньше. Это обстоятельство лишний раз доказывает эффективность имитационных технологий. При отработке практических навыков на специальных тренажерах у курсантов вырабатывается навык, который позволяет сдать норматив с лучшим результатом.

Таким образом, можно констатировать, что внедрение симуляционных технологий в обучающий процесс является одним из значимых средств по стимуляции активности на занятии, повышению степени усвоения материала и практических навыков.

Проблема эффективности высшего военно-специального образования является одной из наиболее важных и значимых задач на современном этапе развития Вооруженных Сил.

Военное образование должно удовлетворять всем современным требованиям, внешним угрозам и вызовам, готовить специалистов, способных выполнить задачи любой сложности в любых условиях обстановки. Скорость обновления технологий должна рассматриваться как критерий качества системы образования.

Объем компетенций, которыми должны обладать современные выпускники военного ВУЗа, становится больше. Связано это, прежде всего, с меняющейся тактикой ведения боевых действий, появлением новых образцов вооружения и военной техники. Все это способствует повышению требований к качеству подготовки выпускников военных ВУЗов и определяет необходимость дальнейшего совершенствования образовательной деятельности военного ВУЗа.

Список литературы

1. Симуляционное обучение в медицине / Под редакцией профессора Свистунова А.А. Составитель Горшков М.Д. – Москва. : Издательство Первого МГМУ им. И.М.Сеченова, 2019 – 288 с., ил.
2. Свистунов А. А. Методы и принципы симуляционного обучения // Симуляционное обучение в медицине /под ред. А.А. Свистунова; сост. М.Д.Горшков / ГБОУ ВПО «Первый Московский государственный медицинский университет им. И.И. Сеченова». М., 2019.
3. Цыплухина Ю.В., Ключникова И.Д. Симуляционное обучение, как современная образовательная технология в практической подготовке // Актуальные проблемы аграрной науки, производства и образования: Материалы VIII Международной научно-практической конференции молодых ученых и специалистов, Воронеж. 2022. С.357-360.

EVALUATION OF THE EFFECTIVENESS OF SIMULATION TECHNOLOGIES IN THE PRACTICAL TRAINING OF CADETS

Yu. Tsyplukhina, D. Merzlikin, A. Lysenkov

*Military Training and Research Center of the Air Force "Air Force Academy
named after Prof. N.E. Zhukovsky and Yu.A. Gagarin*

Abstract. Simulation technologies in education is a modern pedagogical technology using various training complexes. The article evaluates the assimilation of practical first aid skills by cadets with the active use of simulation technologies. A comparative characteristic of the results obtained with the control group, where no training complexes were used, is given.

Keywords: simulators, simulators, educational efficiency, cadets.

ФАКТОРЫ КОМПЛЕКСНОЙ ОЦЕНКИ ТЕРРИТОРИЙ КРУИЗНОГО МАРШРУТА ПЕРМЬ-УСОЛЬЕ-ВИШЕРА

Е.В. Чабанова¹, Е.А. Чабанов², Е.В. Бартова¹, Л.С. Скорюпина¹

*¹Пермский филиал Волжского государственного университета
водного транспорта*

²Пермский национальный исследовательский политехнический университет

Аннотация. В статье представлено обоснование развития круизного туризма на внутреннем водном транспорте Российской Федерации, которое подтверждается статистическим данными официального сайта Росстат. Дано перечисление территорий нахождения туристических достопримечательностей по маршруту стоянки теплохода, описание факторов комплексной оценки территории круизного маршрута Пермь-Усолье-Вишера.

Ключевые слова: туризм, внутренний водный транспорт, круизный маршрут, Пермский край.

Международная политика последних лет в отношении Российской Федерации внесла коррективы в деятельность туристической отрасли, ограничив возможность отдыха россиян за границей. Указанные меры, в то же время, оказали положительное влияние на развитие внутреннего туризма

страны, поэтому региональные власти начали организовывать мероприятия по комплексному развитию туристических направлений согласно особенностям своего региона [3].

Так туристическая привлекательность Пермского края создается и обеспечивается благодаря поддержке отрасли на федеральном уровне – государственной программы «Развитие туризма» от 24 декабря 2021 года N 2439 (с изм. на 17.06.2022), включающей три проекта – «Развитие туристической инфраструктуры», «Повышение доступности туристических продуктов» и «Совершенствование управления в сфере туризма», входящих в национальный проект «Туризм и индустрия гостеприимства», комплекс мероприятий «Обеспечение системы управления в сфере туризма»; так и благодаря поддержке отрасли краевыми властями – проекты «Центр речного туризма города Перми», «Живая Кама» [4].

Основной целью повышения туристической привлекательности является увеличение качественного туристического потока в Пермский край, поэтому мероприятия по развитию туризма в регионе должны отражать направления комплексного развития региона, разработки и продвижения туристических продуктов, развитие различных видов туризма и т.п.

Пермский край по сравнению с другими регионами имеет отличительные особенности, а именно – находится в европейской части единой глубоководной системы страны (ЕГС). Регион расположен в бассейне реки Кама, являющейся одной из 29 000 рек Пермского края. Активность туристов, выбирающих речные круизные маршруты, растет. Статистические данные официального сайта Росстат подтверждают актуальность развития туризма на внутреннем водном транспорте (табл. 1).

Таблица 1. Пассажирооборот на внутреннем водном транспорте в РФ, январь-август 2020-2022 гг. (млн. пассажиро-км) [1, 5]

Месяц \ Год	2020	2021	2022
Май	5,11	45,83	60,17
Июнь	16,08	88,71	100,05
Июль	45,29	86,01	129,54
Август	60,03	97,32	125,29
Сентябрь	86,14	77,14	81,10
Итого:	212,65	395,01	496,15

Согласно данным таблицы 1, в 2022 году, за период навигации пассажирских теплоходов – май-сентябрь, пассажирыоборот на внутреннем водном транспорте (ВВТ) Российской Федерации вырос на 133,32% по сравнению с 2020 г., что отражает рост внутреннего туризма в Российской Федерации, в общем, и круизного туризма в частности.

В связи с этим особое внимание уделяется созданию условий для интенсивного обновления флота и инфраструктуры внутренних водных путей, развитию наземной инфраструктуры, созданию новых маршрутов необходимых для организации круизного туризма.

В рамках повышения доступности природного и историко-культурного наследия Пермского края для российских туристов, научным коллективом Пермского филиала ФГБОУ ВО «Волжский государственный университет водного транспорта» и ФГАОУ ВО «Пермский национальный исследовательский политехнический университет» проводятся исследования по разработке речного круизного маршрута Пермь-Усолье-Вишера.

Указанное исследование включает анализ и оценку инфраструктуры внутренних водных путей и потенциала территорий по направлению речного круиза Пермь-Усолье-Вишера (табл. 2).

Таблица 2. Территории нахождения туристических достопримечательностей по круизному маршруту Пермь-Усолье-Вишера

№	Стоянка теплохода	Территория нахождения туристических достопримечательностей
1.	п. Хохловка	п. Хохловка
2.	г. Березники	п. Усолье – п. Орел
		г. Александровск
3.	п. Рябиново	г. Красновишерск
		г. Чердынь – Красновишерский заповедник

Оценка потенциала территорий по направлению речного круиза Пермь-Усолье-Вишера может производиться путем разбивки возможных и существующих территорий на отдельные участки, которые, в свою очередь, подразделяются на благоприятные, ограничено благоприятные и неблагоприятные. Уровень благоприятности для туристических, рекреационных и историко-культурных целей можно оценить сложив баллы показателей (табл. 3).

Оценка территориального планирования вследствие многообразия задач требует разного подхода и сопряжена с определёнными трудностями. Многоцелевое использование территории делает необходимым оценку, как по природным, так и по антропогенным факторам, а именно: наличие инженерных коммуникаций, обеспеченность транспортом (подъездными путями) и т.п.

Таким образом, необходимо рассматривать каждую территорию нахождения туристических достопримечательностей в качестве отдельного природно-рекреационного комплекса.

Оценка территории в первую очередь проводится с целью выявления возможностей ее использования:

- Территория, наиболее подходящая для целей строительства, соответствует факторам: инженерно-геологический, транспорт, энергетика, стройбаза, водные ресурсы, архитектурно-ландшафтный;

- Территория, наиболее подходящая для рекреационно-биологических целей, соответствует факторам: растительные, климатические, водные ресурсы, водные ресурсы, архитектурно-ландшафтный;

- Территория, наиболее подходящая для историко-культурных рекреационных целей, соответствует факторам: водные ресурсы, архитектурно-ландшафтный.

Указанный подход позволит произвести оценку потенциала и выбор наиболее соответствующих территорий поставленным целям (табл. 3).

Таблица 3. Факторы комплексной оценки потенциала территории [6]

№	Факторы оценки	Характеристика оцениваемых показателей	
	Инженерно-геологические	Глубина залегания поверхностных вод от поверхности земли, м	
		Вероятность затопления высокими водами	
		Уклон поверхности	
	Растительные	Лесистость территории	
		Качество леса	
	Климатические	Повторяемость благоприятных дней в году, %	
	Водные ресурсы	Для купания и спорта	Площадь водоема, га
			Средняя глубина, м
			Удален. водоема от территории, км
	Транспорт	Обеспеченность	Вид транспорта технические категории транспортных магистралей
			Ширина зоны влияния транспортной магистрали, км
		Доступность	Затраты времени на поездку в одном направлении, ч
	Энергетика	Максимальная рациональная дальность электроснабжения от электроподстанций, км:	
		220-110 кВ	
		110/35кВ	
	Стройбаза	Дальность перевозки стройматериалов от предприятий, км:	
		по ж/д	
		по автомобильным дорогам с твердым покрытием	
	Архитектурно-ландшафтные	Наличие факторов: воды, леса, живописного ландшафта	

Комплексная оценка потенциала, включая исследование природных ресурсов и имеющихся факторов, исследуемых территорий является объективно сложной, поскольку в первую очередь необходимо определиться с возможностями и задачами, которые ставятся перед администрацией территории [2].

Создание туристических объектов происходит при наличии ресурсов, а возможность организации туризма на исследуемых территориях является результатом соотношения туристических потребностей и возможностей территории. Определение возможности организации туристического продукта должно исходить из экономической эффективности строительства, транспортного обеспечения, трудовых затрат, возможностей инженерных сетей.

Таким образом, создание и развитие рекреационных территорий является условием повышения доступности природного и историко-культурного наследия Пермского края для туристов по направлению речного круиза Пермь-Усьелье-Вишера.

Список литературы

1. Анализ пассажиропотока на речном транспорте // Бокова М.С., Капитей А.В., Скорюпина Л.С., Чабанова Е.В. / В сборнике: Транспорт и логистика: актуальные вопросы, проектные решения и инновационные

достижения. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Красноярск, 2020. С. 10-13.

2. Комплексная районная планировка / Центр.н.-и. и проект. ин-т по градостр-ву. – М. : Стройиздат, 1980. – 248 с. : ил.

3. Маркетинговые стратегии развития транспортных услуг // Тиунов А.А., Бартова Е.В. / В сборнике: ТРАНСПОРТ: ПРОБЛЕМЫ, ЦЕЛИ, ПЕРСПЕКТИВЫ (TRANSPORT 2021). Материалы II Всероссийской научно-технической конференции с международным участием. Под редакцией Е.В. Чабановой. Пермь, 2021. С. 510-513.

4. Модернизация транспортной системы Пермского края // Носов А.Н., Чабанова Е.В., Чабанов Е.А. / Модернизация и научные исследования в транспортном комплексе. 2020. Т. 1. С. 87-92.

5. Пассажиروоборот [Электронный ресурс]. URL: <https://rosstat.gov.ru/statistics/transport#> (дата обращения: 23.11.2022).

6. Руководство по комплексной оценке и функциональному зонированию территорий в районной планировке / Центр, н.-и. и проект, ин-т по градостр-ву Госгражданстроя. Изд. 2-е, испр. и доп. М.: Стройиздат, 1982. 104 с.

FACTORS OF COMPREHENSIVE ASSESSMENT OF THE TERRITORIES OF THE PERM-USOLE-VISHER CRUISE ROUTE

E.V. Chabanova, E.A. Chabanov, E.V. Bartova, L.S. Skoryupina

Perm branch of the Volga State University of Water Transport

Perm National Research Polytechnic University

Abstract. The article presents the rationale for the development of cruise tourism in the inland water transport of the Russian Federation, which is confirmed by statistical data from the official website of Rosstat. The enumeration of the territories of tourist attractions along the ship's parking route is given, the description of the factors of a comprehensive assessment of the territory of the Perm-Usolye-Vishera cruise route is given.

Keywords: tourism, inland water transport, cruise route, Perm Region.

ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА

Н.Н. Черевешник, Н.А. Ерохина, М.П. Коновалова

Саратовский государственные технический университет

имени Гагарина Ю.А.

Аннотация. В данной статье рассматриваются вопросы цифровой трансформации индустрии спорта и физической культуры. Освещаются понятие киберспорта. Данный вид спорт является сегодня активно развивающейся спортивной дисциплиной.

Ключевые слова: спорт, цифровая трансформация, технологии, молодежь.

В наше время все в мире проходит через цифровую трансформацию. Мы живем в информационном обществе, где неотъемлемой частью развития современного мира является активное внедрение цифровых технологий.

Цифровая трансформация не обошла и такую сферу, как физическую культуру и спорт.

Актуальность трансформации индустрии спорта и спортивных игр наиболее сильно прочувствовалась буквально за последние пару лет. Когда началась пандемия, многие люди были буквально заперты в своих домах, не имея возможности выйти и даже пройтись [2]. Тут то и приходит спрос на цифровой спорт. Он существовал и до пандемии, однако наибольшую точку развития, по-нашему мнению, оказала пандемия.

Цифровые технологии активно внедряются как в профессиональный, так и в любительский спорт, что мотивирует граждан вести здоровый образ жизни. Мобильные приложения становятся неотъемлемой частью быта и помогают организовать режим дня, правильное питание, эффективные индивидуальные тренировки и многое другое. Современное поколение, обладающее «цифровым мышлением», быстро осваивает новые девайсы и активно использует их для самосовершенствования. Также существует такое направление в спорте, как киберспорт, именно о нем и пойдёт речь.

Киберспорт стал одним из главных спортивных прорывов 21-го века. Миллионы юношей и девушек по всему миру уже считают компьютерные игры не просто увлечением, а полноценным видом спорта, который может стать делом всей их жизни.

На практике же киберспорт разительно отличается от того, как выглядит традиционный спорт, вариантов как в него попасть и как добиваться действительно серьезных результатов.

С другой стороны, и с финансовой точки зрения, он стал просто сенсацией, ведь по количеству призовых на турнирах его сегодня превосходят только футбол и покер.

Киберспорт приобрёл большую популярность в молодёжной среде и получил признание в обществе [4].

Киберспорт – это соревнования по различным компьютерным играм, в том числе и спортивным.

Матчи могут быть командными или одиночными в зависимости от особенностей дисциплины.

Бывает и так, что в рамках одной игры могут проводиться разные соревнования для коллективов и для игроков-одиночек.

Киберспорт внешне имеет предельно простую структуру. Разработчики игр и различные компании занимаются организацией турниров, а игроки участвуют в них, чтобы получить призовой фонд.

Призовые деньги в дисциплинах могут делиться как на всех участвующих, так и на некоторых из них, кто займут высокие места.

Изначально киберспорт всему миру воспринимался как нечто несерьезное, так как в нем отсутствуют физические нагрузки, а сами компьютерные игры по сегодняшний день многими считаются простым развлечением, однако времена меняются.

На данный момент Esports в России считается официальным видом спорта, а участники соревнований приравниваются к обычным спортсменам.

При этом стоит отметить, что соответствующий статус могут получить все, независимо от того, какие киберспортивные игры они выбрали.

Россия стала первой страной, которая решила признать Esports официальным видом спорта, и произошло это 25 июля 2001 года.

На данный момент киберспорт в России занимает довольно крепкие позиции, так как во многих университетах руководство предлагает студентам даже отдельную стипендию, если они добиваются результатов в различных кибер спортивных дисциплинах.

Федерация появилась 24 марта 2000 года и на данный момент провела уже более тысячи различных состязаний, включая официальные квалификации на World Cyber Games (этот турнир был приравнен к киберспортивному чемпионату мира).

Именно эта организация сделала многое для того, чтобы в 2001 году правительство признало киберспорт официальным видом спорта.

В наше время существует множество различных игр, в основе которых лежит спорт. Хотелось бы рассмотреть несколько из них.

Первая игра, о которой хотелось бы упомянуть, это FIFA.

FIFA – серия компьютерных игр в жанре симулятора футбола, которая разрабатывается студией EA Canada, входящей в состав корпорации Electronic Arts. Игры издаются под брендом EA Sports, каждый год выходит новое издание, включающее в себя изменения, произошедшие в футбольном мире за год. Electronic Arts владеет множеством лицензий на использование в игре футбольных лиг разных стран и игроков, выступающих в этих чемпионатах.

В этой игре каждый человек, интересующийся футболом, сможет попробовать себя в качестве игрока знаменитых команд в режиме карьеры, а так же в качестве тренера тех же команд. Однако не так давно появилась возможность создать свой клуб и играть, чувствовать футбол, проживать эмоции вместе с командой. В данной игре развиваются аналитические и тактические навыки игроков, несмотря на низкую физическую активность, развивается умственная.

Следующей спортивной игрой, хотелось бы рассмотреть NBA.

NBA 2K (рус. Национальная баскетбольная ассоциация, сокр. НБА) – серия компьютерных игр в жанре спортивного симулятора, созданная Visual Concepts. Первоначально издателем игры была компания Sega, но начиная с 2005 года издателем игры является 2K Sports. Основным конкурентом этой игры на игровом рынке является серия игр NBA Live от EA Sports. Выпускается ежегодно начиная с 1999 года.

В этом симуляторе игрок может играть в баскетбол с различными популярными клубами, участвовать в турнирах по баскетболу. Эта игра аналогична по своему влиянию на человека как и FIFA. Игрок так же развивается умственно, но и при желании может попробовать в жизни поиграть в баскетбол.

Невозможно не упомянуть NHL. Ведь многие русские граждане любят хоккей и хотели бы себя попробовать в нем как игрока различных команд.

NHL – серия симуляторов хоккея, которая разрабатывается студией EA Canada, входящей в состав корпорации Electronic Arts. Игры издаются под брендом EA Sports™, каждый год выходит новое издание, включающее в себя изменения, произошедшие в хоккейном мире за год.

Вышеперечисленные игры – одни из многих спортивных симуляторов, где человек сможет развиваться в цифровом спорте. Существуют симуляторы тенниса, волейбола, гольфа и других спортивных игр.

Если говорить о физическом развитии в симуляторе, хотелось бы рассказать о том, что сейчас появляется много игр с дополненной реальностью, например: специально для Nintendo Switch была выпущена игра Nintendo Switch Sports.

В Nintendo Switch Sports вы сможете играть при помощи джой-конов, выполняя определенные действия руками сможете отбивать волначики/мячи в волейболе, бадминтоне и теннисе, а так же забрасывать мяч в боулинге.

В этих играх, можно сказать точно, что физическая активность действительно есть, мышцы рук после часа игры начинают забиваться, а так же такая повышенная активность добавляет игре азарта и интереса.

Переходя к теме действительно физических нагрузок, хотелось бы рассмотреть сервисы для занятия спортом и фитнесом.

В наше время у каждого есть смартфон, благодаря которому люди могут заниматься не только интернет-серфингом, но и в том числе спортом.

Спортивный бег заключается в преодолении конкретно обозначенной дистанции на время. Бег – один из самых эффективных видов кардионагрузки, позволяющий укрепить мышцы и суставы, повысить обмен веществ в организме, улучшить иммунитет. Даже бег прошел цифровую трансформацию и теперь каждый может отслеживать свои достижения в беге прямо в своём телефоне. Одним из популярных приложений для бега является Nike Run Club. В интерфейсе приложения вы сможете выбрать пробежку, пешую прогулку, тренировку или другое. Во время тренировки приложение отсчитывает расстояние, потраченные калории, время тренировки, подъем и прочие данные. А после завершения тренировки вы сможете посмотреть свой маршрут. В данном приложении можно бегать вместе с друзьями и соревноваться в достижениях. У данного приложения есть множество аналогов, так что каждый человек, который хочет заняться спортом, может выбрать себе подходящее.

Так же существуют различные приложения с силовыми тренировками. Их так много, что даже трудно выбрать какое-то одно, ведь каждый сервис имеет различные преимущества. Где-то есть трекинг времени, где-то много технических видео-упражнений, а где-то целые групповые тренировки. Суть таких сервисов в том, чтобы каждый человек смог заниматься спортом дома, в парке, в зале. Раньше чтобы заняться спортом, многие читали книги по упражнениям, ходили в фитнес залы, занимались с тренером. Однако все это прошло цифровую трансформацию и теперь все это есть в телефоне и

бесплатно. Многие выбирают именно такой тип онлайн-тренера, потому что в большинстве случаев это бесплатно и удобно. Можно заниматься спортом в любое время, в любом месте. Во время пандемии многие использовали данные приложения для домашних тренировок, а после снятия ограничений на посещение спортивных залов, улицы и прочего продолжают пользоваться этими сервисами.

Говоря про физическую культуру и спорт, невозможно не говорить о правильном питании и здоровом сне. Этим, казалось бы, обыденных вещей тоже коснулась цифровая трансформация.

Многие люди, которые заботятся о своем здоровье, следят за питанием. Для этих целей существует множество приложений для подсчета калорий и приготовления рецептов правильного питания. Одно из таких – YAZIO. Здесь вы можете указать стаканы выпитой воды, что вы съели на завтрак, обед, ужин и перекус. Исходя из введенных продуктов питания, рассчитываются калории, белки, жиры и углеводы. Очень удобный сервис для здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни – это не только физическая культура и правильное питание, но и здоровый сон. Цифровые технологии позволяют людям теперь отслеживать свой сон и вести правильный ритм жизни. Приложение SleepTown позволяет вам нажать кнопку перед тем как вы ложитесь спать, а так же настроить будильник. А во время вашего сна в приложении будут строиться здания, из которых вы сможете построить свой город. Время постройки здания зависит от того, как долго пользователь спал, не нарушал ли он режим сна. Одно здание строится от 6 до 10 часов, в зависимости от того, как долго вы планируете спать. Такой способ интерактивного взаимодействия очень интересен в использовании, ведь каждому будет интересно сколько же домов и зданий он построит пока будет спать.

Подводя черту, хотелось бы сказать, что сейчас очень много возможностей для развития интереса к спорту у молодежи.

Современная реальность определяет цели и задачи модернизации образовательного процесса и педагогического коллектива – грамотно организовать занятия во время любой формы обучения, используя информационные технологии и цифровые инструменты для наиболее эффективного обучения[1]. Исходя из всего вышесказанного, хотелось бы сказать, что цифровая трансформации спорта и физической культуры непременно должна и дальше развиваться. Существующие технологии уже активно используются обществом. Было бы замечательно, если бы их стали внедрять на занятиях физической культурой. Например, в новом формате можно было бы устраивать забеги и соревнования. Преподаватель физической культуры будет стоять не с секундомером, как обычно, а с телефоном, где будут высвечиваться достижения студентов, которые совершили забег. Кто-то сжег больше калорий, кто-то пробежал больше, а кто-то быстрее прибежал к финишу. Такие технологии позволяют молодежи с интересом погрузиться в спорт, а преподавателям получить статистические данные.

Что касается киберспорта, это своего рода инновационный спорт, для него нужны определенные умственные навыки, которые приходят с опытом игры. Мы считаем, что современной молодежи очень повезло развиваться в таком виде спорта. Физическая культура – не только физическая нагрузка, но и умственная[3]. Люди, например, с ограниченными возможностями могут проявить себя в спорте, не используя физические нагрузки.

Наш мир постоянно меняется, а мы должны принимать эти изменения, физическая культура и спорт теперь – это инновационно.

Список литературы

1. Кадушина В. А., Гарина О. Г., Ерохина Н. А., Черевешник Н. Н. Цифровые трансформации в организации эффективных занятий физической культурой в дистанционном формате // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 4(206). – С. 184-187.

2. Онищенко А.Н., Шитов Д.Г., Ермолова О.С., Борисов А.В. Вариант дистанционного обучения на кафедре физической культуры и спорта в период covid-ограничений // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2022. № 3. С. 34-42.

3. Фролова Л.В., Куземко Ю.В., Трошин В.А. Компьютерные технологии на занятиях по физической культуре в вузе // Заметки ученого. 2022. № 1-1. С. 171-175.

4. Шитов Д. Г., Черевешник Н. Н., Ерохина Н. А., Шумейко Э. А. Особенности регулирования киберспорта в России // Человек и право – XXI век: Альманах Института прокуратуры Саратовской государственной юридической академии. Материалы I Международного юридического форума, посвященного 300-летию Прокуратуры России и 25-летию Института прокуратуры. В 2-х частях, Саратов, 08 декабря 2021 года. – Саратов: Саратовская государственная юридическая академия, 2021. – С. 256-261.

DIGITAL TRANSFORMATION OF GAME SPORTS

N. Cherevishnik, N. Erokhina, M. Konovalova

Saratov State Technical University named after Gagarin Yu.A.

Abstract. This article discusses the issues of digital transformation of the sports and physical culture industry. The concept of esports is highlighted. This sport is an actively developing sports discipline today.

Keywords: sports, digital transformation, technology, youth.

КЛАСТЕРНЫЙ ПОДХОД И ЦИФРОВЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОЗЯЙСТВУЮЩЕГО СУБЪЕКТА СПОРТА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ

М.С. Чистяков, Д.И. Лукашина

Российский университет кооперации, Владимирский филиал

А.Л. Золкин

*Поволжский государственный университет телекоммуникаций
и информатики*

Аннотация. Рассматривается спортивно-оздоровительный кластер с позиции объективной реальности развития информационного общества. Приводятся авторские трактовки дефиниции «кластер» ряда исследователей. Затронуты позитивные аспекты внедрения цифровых технологий в деятельность кластера – как для целевой аудитории, так и для персонала, включая высший менеджмент.

Ключевые слова: спортивно-оздоровительный кластер, информационные технологии, кластерный подход, персонал, целевая аудитория, услуги, «тройная спираль».

Появление дефиниции «кластер» в качестве самостоятельной семантической единицы в классическом экономическом категориально-понятийном аппарате обусловлено заслугами известного американского ученого Майкла Портера, стоявшего у истоков кластерного подхода [4,101]. Первоисточник в своей трактовке выражает универсальную смысловую форму хозяйственной деятельности: «кластеры являются организованной формой консолидации усилий заинтересованных сторон, направленных на достижение конкурентных преимуществ, в условиях становления постиндустриальной экономики» [6,115].

Научный интерес представляет мнение Т.И. Шамовой, идентифицирующей данный термин как выражение общих интересов конкретных субъектов, проявляющихся в осуществлении совместной деятельности в плоскости единого объединения в целях нивелирования потенциальной конкуренции [7]. Л.Ш. Шитова указывает на достаточно распространенную трактовку «кластер», но отмечает ее ограниченность применительно к спортивно-оздоровительной сфере, аргументируя данное обстоятельство следующей формулировкой: «... чаще всего под спортивным кластером понимается комплекс пространственно-локализованных спортивных объектов ... крупных объектов спортивной инфраструктуры». В рамках данной тематики коллективного исследования представляется актуальным процитировать следующее утверждение данного автора: «... в ряде случаев спортивными кластерами называют комплекс спортивных услуг в рамках одного спортивного сооружения» [8].

Согласимся с мнением В.В. Кореповой, считающей спортивный кластер объединением различных предприятий и услуг спортивной сферы, в том числе содействующих тренировочному процессу, проведению массовых зрелищных и

культурно-оздоровительных мероприятий, реализующих конкурентный потенциал национального спорта [3].

Кластерный подход применительно к популяризации спорта представляется инструментом создания спортивных объектов и формирования предпосылок для неукоснительно возрастающей положительной динамики значительного социального эффекта в улучшении здоровья и повышении качества жизни населения. Спортивно-оздоровительный кластер (далее – СОК) представляет собой территорию особого социально-территориального формата, обладающую определенными качественными достоинствами. К таковым необходимо отнести: всесезонность и экономическая доступность спортивной инфраструктуры; максимальная вариативность разнообразия досуговой компоненты общественно-оздоровительного и развлекательно характера.

Особое стратегическое значение в формировании фактуры кластерной структуры в эпоху шестого технологического уклада приобретают цифровые технологии. В данном контексте представляется обоснованным рассмотрение информационных процессов функционирования хозяйствующего субъекта, коим является, в том числе, спортивно-оздоровительный кластер.

Обоснованным представляется рассмотрение применения цифровых технологий в контексте усовершенствования процесса управления персоналом, подразумевающего мониторинг, контроль и ревизию показателей качества выполняемых поручений и задач, что способствует совершенствованию и оптимизации кадрового управления. Оптимизация достигается посредством конвергенции в производственный процесс информационных технологий – в циклы деятельности, ранее подразумевавшие значительно больший объем ресурсов, в том числе хронологических, чем достигается оптимальное распределение функционала и соотношение кадровой структуры.

К так называемой «первой линии» цифрового управления персоналом, как правило, относят общие направления мониторинга кадрового функционирования, например, локализацию сотрудников (физическое и фактическое); выполнение обязанностей, предписанных трудовым договором (контрактом). Далее следует регулирование нормативно-правового характера, предписывающие коммуникации «подчиненный (исполнитель) – начальник». Третье звено – документальная регламентация взаимоотношений коллектива в целом. Отметим, что каждое их перечисленных сегментов кадрового регулирования не является обособленным, функционирует в определенной части взаимодополнения и замены одно другим.

С позиции хозяйственного регулирования пространством современного спортивно-оздоровительного и развлекательного объекта при возрастающей тенденции повышения качества предоставления услуг и эффективности деятельности кластерного комплекса, синергия кластерного подхода и информационных технологий позволяет стандартизировать и централизовать операционные процессы управления при уникальности каждого звена деятельности данной структуры.

Цифровые технологии значительно расширяют возможности коммуникации и обратной связи клиентов, персонала и руководства кластера, в том числе посредством эволюции и вариативности цифровых платформ. При этом хозяйственная деятельность резидентов кластерной геометрии генерирует особый средовой фон определенной последовательности связей. В свою очередь, цифровизация экономической активности создает предпосылки для новых сетей информационного трансферта внутри объекта и во внешнюю среду [9,106]. К эффектам цифровизации деятельности спортивного кластера необходимо отнести:

- транспарентность управления процессами, в том числе кадрового характера, включая контроль результатов выполнения функциональных обязанностей персоналом;

- формирование и фиксирование перманентных коммуникаций и обратной связи с целевой аудиторией кластера, что позволит выявить и минимизировать проблемные аспекты предоставления качественных услуг и сервиса; выстроить механизмы диагностики и регулирования интересов потребителей, ротации предлагаемых услуг;

- цифровую экосистему СОК, сегментированную на два трека: служебный и клиентский (пользовательский). Первый может быть содержательно насыщен информацией о возможностях объекта, предоставляемых услугах, о персонале кластера (например, об инструкторах тренажерного зала). Второй – для служебного пользования, например, может содержать необходимую информацию по документообороту для кадровой службы; техническую документацию эксплуатируемых и строящихся зданий. Экосистема может содержать канал для проведения конференций, совещаний, а также отдельный сегмент информационного и развлекательного характера для целевой аудитории. Данный пользовательский сегмент может быть совмещен с мессенджерами и интернет-сайтом СОК, что поспособствует формированию эмерджентного эффекта.

Основные преимущества цифровой экосистемы для служебного пользования содержательно могут быть представлены в следующем виде:

1. Цифровая система учета деятельности персонала (рабочего времени, приема и увольнения, отпусков, планируемых повышений квалификации и т.п.), включая функцию доступа к электронному табелю рабочего времени;

2. Кадровое планирование в зависимости от необходимой потребности от конъюнктурной специфики и дальнейшей эволюции хозяйственной деятельности СОК;

3. Электронный документооборот с функцией согласования он-лайн;

4. Контент- и медиа-план планируемых мероприятий в СОК;

5. Сегмент, обеспечивающий безопасность СОК: электронные пропуска с различным уровнем допуска в различные зоны СОК, электронные абонементы клиентов; платформу учета эксплуатации различных объектов кластера;

6. Виртуальную платформу с функцией планированной распределенности времени проведения различных мероприятий, посещений спортивных зон и обслуживания клиентов на основе индивидуального подхода;

7. Электронный архив документов, в том числе содержащих персональные данные;

8. Единый портал корпоративной обратной связи.

С позиции эффективности обеспечения высококвалифицированными кадрами уместным представляется образовательная компонента кластера. В данном контексте согласимся с мнением Ю.В. Громыко, рассматривающим кластер как системообразующую категорию современной педагогики, объединяющий в своем составе ряд организаций, связь между которыми обеспечивается общим направлением осуществления деятельности и взаимообусловленностью ее результатов [1]. Кластер, имеющий соответствующую составляющую и компетенции, представляет собой квинтэссенцию образовательной и профессиональной деятельности. Квалифицированные кадры в данном формате получают не только теоретические знания, но и закрепляют их практически на соответствующей базе. При этом в кластере могут проходить профориентацию школьники, а также готовиться и повышать квалификацию кадры не только для своих потребностей, но и для иных учреждений схожей направленности по соответствующей образовательной программе.

Тем самым формируется потенциал задействия концепции «тройной спирали» конструктивного сотрудничества органов власти, бизнеса и образования в стратегии популяризации спорта и здорового образа жизни, развитии спортивной и развлекательной инфраструктуры территориальной локации [2]. Эффективность концепции зависит от степени интеграционного взаимодействия в СОК всех субъектов «спирали». Результатом становится усиление синергетического эффекта функционирования кластерного конфигурата как системы входящих в него резидентов на основе конструкта внешних и внутренних связей. Верификация архитектоники данных связей формирует предпосылки для более детального понимания их иерархической структуры и функционального значения в кластерной геометрии.

Таким образом, спортивно-образовательный кластер в новых реалиях и тенденциях развития информационного общества представляет собой особую экосистемную среду, включающую образовательную компоненту и экономическую составляющую предоставления услуг для полноценного занятия спортом, поддержания здоровья, а также медиа возможности конвергенции технологий и подходов индустрии эмоций и впечатлений. При этом кластерный подход способствует более прагматичному распределению ресурсного потенциала резидентами хозяйственной деятельности внутри кластерной конфигурации.

Список литературы

1. Громыко Ю.В. Что такое кластеры и как их создавать? // Альманах «Восток». 2007. Вып. 1(47). С. 21-27.
2. Губернаторов А.М., Чистяков М.С. Кластерный подход в формировании эвентуальной конкурентоспособности архитектоники пищевых производств // сборник научных трудов XVIII Международной научно-практической конференции «Наука, питание и здоровье». – Минск: Республиканское унитарное предприятие «Издательский дом «Белорусская наука», 2020. С. 269-272.
3. Корепова В.В. Киберспорт как основа создания спортивных кластеров // Кластеры. Исследования и разработки. – 2017. – Т. 3 – № 3(8). С. 21-27.
4. Мехдиев Ш.З., Чистяков М.С. Кластеры медицинского туризма в формировании маркетинговой политики индустрии поддержания здоровья и долголетия // материалы II Международной научно-практической конференции «Интеграция туризма в экономическую систему региона: перспективы и барьеры». – Орел: Орловский государственный университет имени И.С. Тургенева, 2020. – С. 98-103.
5. Мирончук В.А., Золкин А.Л., Корнетов А.Н., Бобков В.В. Перспективы развития санаторно-курортного комплекса / Монография. – Краснодар: Издательство «Новация», 2022. – 168 с.
6. Портер М. Конкуренция / М. Портер // пер. с англ. – Москва: Издательский дом «Вильямс», 2002. – 496 с.
7. Смирнов А.В. Теоретические подходы к образовательным кластерам в системе профессионального образования // Психология, социология, педагогика. – 2012. – № 12.
8. Шитова Л.Ш. Основы формирования кластеров в системе физической культуры и спорта территории // материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт». – Краснодар: КГУФКСТ, 2021. – С. 201-206.
9. Шумилина М.А., Нефедова К.А., Буханова А.К., Глуховская И.А., Чистяков М.С. Кластерный подход в реализации экосистемных проектов цифровой трансформации // Вестник Российского университета кооперации. – 2021. – № 4(46). – С. 105-109.
10. Gladilina I., Yumashev A.V., Avdeeva T.I., Fatkullina A.A., Gafiyatullina E.A. Psychological and pedagogical aspects of increasing the educational process efficiency in a university for specialists in the field of physical education and sport. *Espacios*, 2018, 39(21), 1-8.

CLUSTER APPROACH AND DIGITAL TRENDS IN THE ACTIVITY OF AN ECONOMIC ENTITY OF SPORTS AND WELLNESS

M.S. Chistyakov, D.I. Lukashina

Russian University of Cooperation (Vladimir branch)

A.L. Zolkin

Povolzhskiy State University of Telecommunications and Informatics (PGUTY)

Abstract. The sports and health cluster is considered from the perspective of the objective reality of the development of the information society. The author's interpretations of the definition of «cluster» by a number of researchers are given. The positive aspects of the introduction of digital technologies into the cluster's activities are touched upon – both for the target audience and for staff, including senior management.

Keywords: *sports and wellness cluster, information technology, cluster approach, personnel, target audience, services, «triple helix».*

ИСТОРИЯ ДОПИНГОВОГО КОНФЛИКТА И ПРИ ЧЁМ ЗДЕСЬ «ТРИ СЕКУНДЫ»

Е.Р. Шумыло, Ю.В. Меркурьева, А.Ю. Басараб

Вологодский государственный университет

Аннотация. Данная статья посвящена исследованию допингового конфликта: его начало и последующие ключевые события. Исследование основано на теоретических взглядах прессы. Ключевым моментом в данном исследовании является завязка – победа советских баскетболистов в матче на олимпиаде в Мюнхене 1972 года. В качестве примеров анализируются статьи журналистов и книга С.А. Белова «Движение вверх». В ходе анализа делаем вывод о взаимосвязи «трёх секунд» и допинга.

Ключевые слова: *по книге С.А. Белова; спортсменами СССР; Уильям Джонс; допинговый конфликт; Спортивный арбитражный суд; три секунды; Олимпийские игры; Русское дело.*

На основании анализа, проведенного по книге С.А. Белова «Движение вверх» и развязавшегося скандала на тему употребления допинга спортсменами СССР и российской сборной, хотелось бы провести аналогию ситуации с этим матчем на Олимпиаде в Мюнхене 1972 года и олимпиаде 2022 года в Китае.

Актуальным является отрицание олимпийским комитетом побед и заслуг наших спортсменов, по неясным причинам. На зимней олимпиаде в Пекине (частично Чжанцзякоу и Яньцине) которая прошла с 4 по 20 февраля 2022 года российская сборная выступала в нейтральном статусе, без национального флага и гимна. Такое решение принял Спортивный арбитражный суд (CAS), по расследованию ВАДА (Всемирное антидопинговое агентство) по истории допингового скандала. Хотя анаболические стероиды и были запрещены в спорте еще в 1960-х, но расцвет скандала пришелся на 1970-е. В 1972 году, вырвав победу у США, советская команда баскетболистов забрала золотую медаль. Это событие было шокирующим для всего мира, главным образом, несогласием США с результатами судейского голосования. Именно это

послужило главной причиной последующих разоблачений от иностранных СМИ [1].

В книге С.А. Белова «Движение Вверх» детально описаны события этого исторического матча, наполненного драматизмом, глазами спортсмена. В самом конце игры счет был 49:48 в пользу сборной СССР. Но после двух реализованных американцем, Дугом Коллинзом, штрафных бросков, счет стал 50:49 в пользу сборной США и до конца игры осталось 3 секунды. Тренер советской сборной Владимир Кондрашин взял тайм-аут, но из-за царившей у судейского столика суеты, его просьба не получила отклика [1].

Едва наши ввели мяч после заброшенных штрафных бросков Коллинза, как игра была остановлена: судьи, посоветовавшись, решили предоставить сборной СССР запрошенный Кондрашовым, но проигнорированный ими тайм-аут. После него советские баскетболисты не смогли реализовать успешную атаку. После завершения матча американцы начали бурно праздновать свою победу, однако сам руководитель Международной ассоциации баскетбола англичанин Уильям Джонс потребовал переиграть три секунды, поскольку ошибся судья-хронометрист, запустивший часы в момент вбрасывания, а не при касании мяча принимающим первую передачу игроком, а как прописано в правилах (пока мяч находится в воздухе после ввода в игру, время игры должно быть остановлено) [1].

Советские баскетболисты снова ввели мяч в игру и опять не сумели завершить атаку. На этот раз помешало сломанное табло, которое почему-то показывало, что до конца матча осталось 50 секунд. После его починки, сборной СССР была предоставлена ещё одна возможность длиной в три секунды. И этот шанс оказался крайне удачным для наших спортсменов: Иван Едешко отдал пас через всю площадку Александру Белову, а тот, приняв передачу, в прыжке уложил мяч в корзину – счет стал 51:50! Причём в данном эпизоде проявилось не только мастерство советских баскетболистов, но и расслабленность не веривших в возможность подобной комбинации американцев, двое из которых пассивно опекали Белова [1].

Сборная США не поверила в удачу нашей команды и отказалась получать серебро, подав официальный протест на решение судей. Они утверждали, что президент FIBA не имел права вмешиваться в ход матча. Однако протест тремя голосами против двух отклонила специальная комиссия Международной федерации баскетбола. Причём итог голосования можно было легко предугадать заранее – исходя из имён, назначенных в неё лиц. На фоне идущей в то время Холодной войны между Западом и Востоком, было очевидно, что представители Италии и Пуэрто-Рико непременно проголосуют за американцев, а представители Венгрии, Польши и Кубы будут отстаивать позицию СССР [1].

По итогам голосования победу советской сборной признали. Спортсмены получили золото только через сутки после матча – в пустом гандбольном зале, без болельщиков. Серебряные медали американцев до сих пор хранятся в сейфе – в главном офисе МОК в Лозанне, а капитан американской команды Кенни

Дэвис так и не смог смириться с поражением и указал в своём завещании, чтобы ни жена, ни дети после его кончины не смели получать серебро мюнхенской Олимпиады [1].

В дальнейшем конфликт на тему «Допинга» между разными странами набирал все большие обороты.

Следующий скандал произошел в 1989 году. Тогда, в ходе расследований было обнаружено, что на 22 Олимпийских играх практически все спортсмены использовали допинг, в том числе советские. В отчете комитета Сената Австралии о расследовании 1989 года эти игры было решено назвать “Играми химиков” [2].

В 1984 году проходили Олимпийские игры в Лос-Анджелесе. Тогда СССР бойкотировала эти игры по политическим соображениям. Лишь много позже, благодаря опубликованным в 2016 году документам, стало известно о планах СССР по разработке государственной системы допинга в рамках подготовки к 23 Олимпийским играм [2].

Последующие события допинговой программы России принято называть “Русским делом”. В начале 2000-х на зимних Олимпийских играх были уличены в приеме допинга русские лыжницы – Лариса Лазутина и Ольга Данилова. Их лишили медалей, а последующей реакцией на использование анаболических стероидов стало уголовное преследование в таких странах как Италия, Швеция и т.д.

В течении 5 лет российские спортсмены попадают на допинг-тестах, а в июле 2007 года после дисквалификации представителей сборной России по академической гребле, нашей команде грозит отстранение от последующей олимпиады, но международная организация решает иначе. Они принимают решение оштрафовать русскую сборную [3].

Спустя еще 7 лет выходит очередное разоблачение на использование Россией допинговых средств в Олимпийских играх. На этот раз под удар попадают спортсмены по легкой атлетике – Юлия и Виталий Степановы. В последующем, под давлением общественности в отставку уходит и президент Всероссийской Федерации легкой атлетики – Валентин Балахничев [3].

9 Ноября 2015 года выходит в свет доклад Паунда, а на следующий день Григорий Родченков, руководитель Московской антидопинговой лаборатории, подает в отставку. Чуть позже Родченков бежит из России в США. Именно он признается в своем интервью 2016 года о злоупотреблении русскими спортсменами анаболических добавок и технологию подмена допинг-проб на играх в Сочи-2014. Последующей реакцией международной организации является скандал по поводу участия сборной России на Олимпийских играх в Рио. Отстраняются русские участники Паралимпийских игр [2].

В 2017 году выходит “Икар” – документальный фильм о Родченкове, с новыми подробностями о русском допинге. В этом же году на сцену выходит Андрей Дмитриев, беглец из России, который являлся информатором по некоторым темам, затрагиваемым в фильме. Позже международный

олимпийский комитет отстраняет Олимпийский комитет России, который позже восстановят [3].

В 2018 году на зимних играх в Пхенчхане сборная России выступает под нейтральным флагом. В этом же году были объявлены жесточенные санкции, направленные на русских спортсменов [3].

В 2019 году информацию, полученную из хранилища Московской лаборатории, сравнивают с показаниями информаторов. После этого происходит череда отстранений русских спортсменов по данным использования ими допинговых средств и подмене допинг-проб, ведутся активные суды [3].

В 2020 году вынесен вердикт “по делу Данилы Лысенко”, арбитражный суд требует штраф в размере 5 миллионов долларов. Покидают свои должности Валентин Балахничев, Юрий Ганус и другие важные лица в спорте. Последующие игры русские спортсмены проводят без российского флага [3].

Исходя из проанализированных событий можно говорить о том, что, вырванная упорством и профессионализмом наших спортсменов, победа в матче в Мюнхене 1972 году положила начало допинговому конфликту. С этого момента история олимпийских побед неразрывно связана с употреблением допинга.

Список литературы

1. Белов С.А. Движение вверх: биография. Спб: ПРАВО, 2011. 111с.
2. Иванов К. Главное, что нужно знать о допинговом скандале и решении ВАДА//Комсомольская правда.2019. № 11. С. 162-164.
3. Хронология самого громкого и долгого допингового скандала в истории спорта. И сравнение его с допинговыми нарушениями других стран [Электронный ресурс]/под. ред. Шамоноев О.М: Спорт-экспресс.2021

THE HISTORY OF THE DOPING CONFLICT AND WHAT DOES IT HAVE TO DO WITH “THREE SECONDS”

*E. Shumylo, Y. Merkur'yeva, A. Basarab
Vologda State University*

Abstract. This article is devoted to the study of the dope conflict: its beginning and subsequent key events. The research is based on the theoretical views of the press. The key point in this study is- the victory of Soviet basketball players in the match at the Olympics in Munich 1972. As for examples, the articles of journalists and the book of S. A. Belov "Up-stroke" are analyzed. During the analysis, we make a conclusion about the interrelation between "three seconds" and dope.

Keywords: according to the book by S.A. Belov; athletes of the USSR; William Jones; doping conflict; Court of Arbitration for Sport; three seconds; Olympic Games; Russian case.

ПРИЧИНЫ ОТСУТСТВИЯ АМЕРИКАНСКОГО ФУТБОЛА В ПРОГРАММЕ ЛЕТНИХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

В.А. Щербаков

*Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского*

Аннотация. В данной статье поднимается вопрос отсутствия американского футбола в программе летних Олимпийских игр. Анализируется американский футбол как вид спорта и субкультура. Выявляются причины отсутствия данного вида спорта в программе Олимпиады. Производится анализ телевизионных рейтингов «Национальной Футбольной Лиги» за последние пять лет.

Ключевые слова: олимпийские игры, американский футбол, международный олимпийский комитет, США, супербоул, национальная футбольная лига.

Актуальность рассматриваемой темы заключается в том, что в настоящее время на самом высшем уровне все чаще поднимается вопрос о включении того или иного вида спорта в программу летних, либо зимних Олимпийских игр. Американский футбол не является исключением в данном вопросе. На данную тему существует множество различных мнений, а сам вид спорта все еще не является олимпийским. НФЛ и IFAF планируют поддержать предложение включить флаг-футбол, бесконтактную разновидность игры, в качестве события на летних Олимпийских играх 2028 года в Лос-Анджелесе.

Целью данного исследования является выявление недостатков и слабых сторон американского футбола как потенциального олимпийского вида спорта.

Американский футбол известный в США как футбол – контактный командный вид спорта. В нём принимают участие две команды по одиннадцать игроков с каждой стороны. В футбол играют овальным мячом на прямоугольном поле длиной 120 ярдов (109,728 м) и шириной 53,3 ярда (48,738 м) с воротами в виде рогатки на обоих концах. 100 ярдов длины поля (~91,45 метра) – игровая зона, 10 крайних ярдов с обеих сторон – очковые зоны команд. Команда должна владеть мячом для продвижения его в очковую зону, неся или пасуя мяч. Сначала одной из команд надо продвинуть мяч на 10 ярдов (даётся 4 попытки). Если им это удастся, они получают ещё четыре попытки. В противном случае мяч достаётся соперникам. Очки можно набрать, пронеся мяч в конец зоны (тачдаун) или забив его в ворота (филд-гол), также защита может набрать очки, сделав сейфти. Та команда, у которой по истечении матча больше очков, побеждает [4,12].

Американский футбол развился из ранних форм регби и футбола, который обычно в США называют «соккер». Американский футбол – самый популярный вид спорта в США на данный момент, а Национальная футбольная лига (НФЛ) (National Football League) – самая популярная лига в Северной Америке. Годом основания данного вида спорта является 1892 год [4,13].

Впервые информация о том, что американский футбол может быть включен в программу летних Олимпийских игр, появилась в декабре 2013 года.

В тот момент американский футбол получил статус временного члена Международного олимпийского комитета. Данный факт означал, что этот вид спорта мог быть включен в программу летних Олимпийских игр 2024 года. Положительным аспектом для американского футбола в данном вопросе являлся тот фактор, что в 2013 году предполагалось, что Олимпийские игры 2024 года могут пройти в Соединенных Штатах Америки. Это могло повлиять на финальное решение МОК по вопросу включения американского футбола в программу Олимпийских игр. Однако в итоге было принято решение о том, что Олимпийские игры 2024 года пройдут в Париже. Американский футбол, в свою очередь, не включен в программу летних Олимпийских игр до сих пор.

Стоит отметить, что даже при условии проведения Олимпиады-2024 в США, американский футбол имел крайне небольшие шансы на получение статуса олимпийского вида спорта. Окончательное голосование по вопросу включения американского футбола в «медальный список» Олимпийских игр должно было состояться в 2017 году, но оно так и не было проведено. В 2015 году американский футбол не был включен в «дополнения 2020 года» из-за критики, высказанной о недостаточных усилиях IFAF, а также событий вокруг чемпионата мира IFAF 2015 года. Данный факт является не единственной проблемой.

В ходе исследования необходимо выявить главные факторы, которые негативно влияют на ситуацию включения американского футбола в программу летних Олимпийских игр. Отметим, что для получения статуса олимпийского вида спорта игре необходимо культивироваться не менее чем в 20–25 странах на двух-трех континентах. Что касается летних видов в мужских соревнованиях, то здесь требования являются более ужесточенными. Необходимые условия: три континента и 40 стран. Американский футбол формально под данные требования попадает, так как в IFAF (Международная федерация американского футбола) входит 64 национальные федерации, представляющие шесть континентов. При этом отмечается, что решение о включении того или иного вида соревнования в программу игр принимает исключительно исполнительный комитет МОК.

Первым фактором является отсутствие конкуренции. Американскому футболу включение в олимпийскую программу даст распространение по всему миру. Но больше всего в этом событии заинтересованы в Национальном олимпийском комитете США. Очень высока вероятность того, что при условии включения американского футбола в программу Олимпийских игр, в первое время никто не сможет конкурировать с национальной сборной командой Соединенных Штатов. Этот факт является практически неоспоримым, так как не существует другого государства, где данный вид спорта развит в соизмеримых масштабах. Соответственно зрелищную игру на состязаниях по американскому футболу в рамках Олимпиады будет увидеть крайне сложно. Это говорит о том, что у зрителя не появится интерес к просмотру данного события.

Также существует риск, что мировое спортивное движение столкнется с еще одной большой проблемой. Потому что есть вероятность, что NFL (Национальная футбольная лига) каждый раз будет пытаться «навязать свои условия» Международному олимпийскому комитету, чтобы лучшие представители лиги приехали на Олимпийские игры. Уже есть опыт оказания подобного давления на МОК со стороны NHL (Национальной хоккейной лиги) [1,9].

Вторым фактором является отсутствие общемирового интереса к американскому футболу. Несмотря на вышеприведенные аргументы о том, что американский футбол культивирован во многих странах мира (входит 64 национальные федерации, представляющие шесть континентов), данный спорт имеет проблемы с популярностью на территории ряда государств, которые, в свою очередь, являются неотъемлемой частью олимпийского движения. Некоторые журналисты и эксперты негативно высказывались о включении американского футбола в программу олимпийских видов спорта, называя его «игрой одной страны», имея в виду, что «супербоул» смотрят только в США

NFL является самой популярной лигой в мире по американскому футболу. В данной работе приведены ТВ рейтинги данного соревнования в период с сезона 2017 по сезон 2021. На рисунке 1 показано среднее количество просмотров матча NFL в каждом из рассматриваемых сезонов. Используемые данные для анализа были взяты с портала sportsmediawatch.com [1,11].

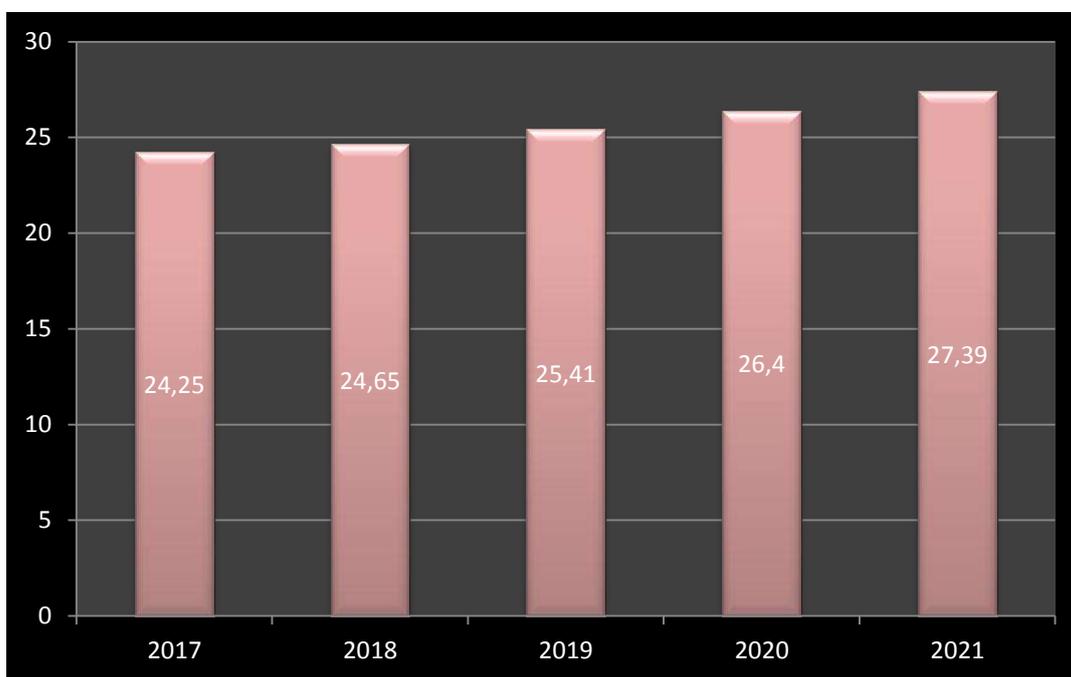


Рис. 1. Показатели ТВ рейтингов NFL в период с 2017 по 2021 год

На данном рисунке показан рост просмотров NFL в период с 2017 по 2021. Данные приведены в миллионах просмотров в среднем за эфир матча. Диаграмма показывает, что за рассматриваемый период в четыре года популярность главной американско-футбольной лиги выросла. В 2021 году в

среднем NFL стало смотреть на 3,14 миллиона человек больше чем в сезоне 2017 года. Данный факт означает, что происходит рост популярности и узнаваемости всего американского футбола в целом. Это является положительным аспектом для данного вида спорта [5].

Стоит отметить, что за последние 4-5 лет ТВ рейтинги NFL имеют стабильную тенденцию на повышение. Просмотры растут с каждым годом. Однако если произвести более глубокий анализ, связанный с тем, в каких странах «Национальная Футбольная Лига» имеет успех на ТВ, можно сделать соответствующие выводы о ее популярности по всему миру. На рисунке 2 приведен сравнительный анализ телевизионных просмотров NFL в ряде стран мира (США, Канада, Франция, ЮАР, Российская Федерация и др.) в процентном соотношении.



Рис. 2. Сравнительный анализ телевизионных просмотров NFL в США, Канаде, Франции, ЮАР, РФ и остальном мире

На данной диаграмме показано количество просмотров в каждой из приведенных выше стране мира, в процентах от общего среднего количества просмотров за сезон NFL 2021 года (27,39 миллионов). Наглядно показано, что лига имеет наибольшую популярность в США и Канаде – 42,59 и 20,78 процентов соответственно. Данные результаты являются абсолютно логичными, так как NFL проводит матчи на территории именно этих двух государств. Редким исключением являются выставочные матчи в Европе и Саудовской Аравии. На африканском континенте наилучшие просмотры лига имеет на территории ЮАР – 8,42% от общего количества. В Европе NFL больше всего набрала популярность во Франции – 3,96% от общего числа просмотров [5].

Ситуация с просмотрами NFL на территории Российской Федерации в 2021 году является самой показательной – 0,0013% от всего количества зрителей по всему миру. В стране, где население по данным последней переписи граждан составляет более 143 миллионов человек, американский футбол на постоянной основе смотрят в среднем 35 607 человек. Похожая ситуация в большинстве стран постсоветского пространства, восточной Европы и во многих странах востока. В 2022 году NFL на территории России не транслируется в принципе, так как все ТВ сервисы отказались от регулярного показа матчей лиги. Это свидетельствует о том, что данный вид спорта имеет практически нулевой спрос в Российской Федерации, а также у потребителей спортивного контента, живущих на территории многих других государств. Американский футбол можно назвать по-настоящему популярным исключительно в США и Канаде.

В *заключении* стоит отметить, что в ходе исследования были выявлены недостатки и слабых сторон американского футбола как потенциального олимпийского вида спорта. К ним относятся два фактора. Отсутствие спортивной конкуренции при включении данного вида спорта в программу Олимпиады станет проблемой, так как он отлично развит только в США и Канаде. Вторым отрицательным фактором стало бы отсутствие общемирового интереса к американскому футболу. Это было наглядно показано при сравнительном анализе телевизионных просмотров NFL в США, Канаде, Франции, ЮАР, РФ и остальном мире. Американский футбол вряд ли вызовет большой ажиотаж среди зрителей Олимпийских игр и никак не поспособствует развитию Олимпиады как бренда в спортивной индустрии.

Американский футбол в действительности является интересным видом спорта с богатейшей историей. Но данное определение подходит этому виду спорта исключительно в контексте Северной Америки. В связи со всем вышеперечисленным, отмечается, что решение МОК об отказе во включении американского футбола в программу летних Олимпийских игр является абсолютно правильным на данный момент.

Список литературы

1. Гонсалвеш Р. Лига НФЛ, история и анализ // жур. «Обратная машина», – 2017., С. 9-11.
2. Косинова Ю.А. Проблемы Современного олимпийского движения Ю.А. Косинова [Электронный ресурс]: – Режим доступа: http://otherreferats.allbest.ru/sport/00430930_0.html
3. Собянин Ф.И. Ценности профессионального физкультурного образования / Ф.И. Собянин, А.В. Лотоненко, А.Ф. Куликов // Теория и практика физ. культуры. 2004 – № 6 – С. 2.
4. Стив А. Создание тренерского курса по американскому футболу в США., 2019, С. 12-13.

5. Таймазов В. А., Таймазов А. В., Никитин С. А., Корольков Е. П. // Особенности стратегического планирования в системе управления физической культурой и спортом в России: – Санкт-Петербург – 2020, С. 445-451.

6. Статистика / [Электронный ресурс] // Sports media watch : [сайт]. – URL: sportsmediawatch.com (дата обращения: 01.11.2022).

REASONS FOR NO AMERICAN FOOTBALL IN THE SUMMER OLYMPIC GAMES PROGRAM

V. Shcherbakov

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. This article raises the issue of the absence of American football in the program of the Summer Olympic Games. American football is analyzed as a sport and subculture. The reasons for the absence of this sport in the program of the Olympics are revealed. An analysis is made of the television ratings of the National Football League over the past five years.

Keywords: Olympic Games, American football, International Olympic Committee, USA, Superball, National Football League.

ТРАВМАТИЗМ В СПОРТЕ

С.В. Щуров

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация: в данной статье спорт рассматривается не только как общеукрепляющее и оздоравливающее мероприятие, но и как опасный и травматичный вид деятельности. Мы дадим определение понятию спортивный травматизм, поговорим о различных видах травм, которые можно получить во время занятий спортом и приведём примеры известных спортсменов, получивших различные травмы.

Ключевые слова: спорт, травматизм, здоровье.

Ни для кого не секрет, что спорт – это один из главных способов развития и укрепления не только физической подготовки человека, но и его здоровья. С помощью регулярных тренировок мы можем привести в порядок как наше физическое, так и психическое состояние. Профессиональный спорт формирует личность человека. Спортсмен обладает такими качествами как: целеустремленность, дисциплинированность, уверенность в своих силах, а новые победы дают ему ещё большую мотивацию двигаться дальше.

Однако, важно отметить, что спорт будет влиять положительно на состояние здоровья человека, при соблюдении ряда правил организации тренировок. Например, при низкой квалификации тренера или при нарушении его указаний спортсменом, спортивная деятельность может привести к различным травмам. Важную роль играет состояние инвентаря, используемого во время тренировок, место их проведения, организация занятий [1]. Отдельное внимание стоит уделять эмоциональному состоянию спортсмена и объёму

нагрузок во время подготовки к соревнованиям. Пренебрежение данными факторами могут привести к травматизации.

Что такое травма? Травма – это повреждение организма человека, приводящее к нарушению анатомической целостности тканей и физиологических функций. Классифицировать травмы можно по-разному. По характеру повреждения они бывают: закрытые (без нарушения целостности кожи и слизистых оболочек), открытые (с нарушением кожи и слизистых оболочек), одиночные и множественные, простые (с повреждением только одного участка ткани) и сложные (при ранении нескольких органов). В зависимости от характера травмируемой ткани выделяют следующие травмы: кожные (раны, ушибы), подкожные (разрывы мышц, сухожилий или переломы костей) и полостные (кровоизлияния, ранения суставов).

Говоря о травме, как о множественном явлении, связанным с условиями жизни (например, профессиональная травма), принято использовать термин «травматизм» – совокупность травм, поражающих определенные группы населения. Это предполагает причинно-следственную связь между травмой и деятельностью человека. Следовательно, говоря о травмах спортсменах, приобретенными ими при осуществлении их профессиональной деятельности, вводится термин «спортивный травматизм» – совокупность травм, полученных при занятии спортом. По степени тяжести спортивные травмы разделяются на три вида. К легким травмам относятся незначительные порезы, вывихи, растяжения. Очевидно, что такие повреждения не будут препятствовать продолжению их спортивной карьеры. Травма средней степени тяжести приводит к сильным ушибам, разрывам связок и мышц, а также переломам. Человек теряет спортивную работоспособность на 1 день и более. Тяжёлые травмы могут стать угрозой не только для продолжения карьеры, но и для жизни спортсмена. Они вызывают ярко выраженное нарушение здоровья, с последующей госпитализацией пострадавшего, прекращением его спортивной деятельности сроком дольше чем на 30 дней и лечением у врача травматолога. Примерами могут послужить черепно-мозговые травмы, серьёзные повреждения позвоночника и внутренних органов.

Рассмотрим примеры конкретных травм, полученных спортсменами во время тренировок и соревнований.

Фигурное катание – невероятно красивый вид спорта. С замиранием сердца зрители наблюдают как спортсмены вырисовывают разные фигуры на льду и демонстрируют фантастическое владение своим телом. Однако за этой красотой стоит титанический труд и высокий риск травматизма. Наиболее частыми травмами у фигуристов являются разрывы сухожилий и мышц, растяжения связок, переломы различной степени тяжести и многое другое. Мужеству хрупких фигуристок можно только позавидовать. В 1996 году, при выполнении сложного элемента во время тренировки, фигуристка Елена Бережная получила страшную травму. Партнёр нанёс Елене сильный удар лезвием конька по голове из-за чего она получила серьёзную черепно-мозговую травму. Височная кость спортсменки была повреждена до такой степени, что

осколки задели твёрдую оболочку головного мозга. Головной мозг человека покрыт тремя оболочками: твёрдой, паутинной и мягкой. Твёрдая оболочка является внешней из трёх, окружающая мозг и ограничивающая собой пространство, заполненное спинномозговой жидкостью. Ранние симптомы повреждения оболочки проявляются в форме головокружения, тошноты, выраженного болевого синдрома и фотофобией (светобоязнь). Бережной были проведены две нейрохирургические операции. Далее следовал долгий реабилитационный период. Елене восстанавливали когнитивные функции. Необходимо было вернуть память, способность сосредотачиваться, ориентироваться во времени. Для этого с ней работал нейропсихолог. Так же была проведена работа по возвращению речевых навыков и устранению проблем с опорно-двигательным аппаратом. По сути Бережная училась заново разговаривать и ходить. После такой ужасающей травмы со страшными последствиями, которые удалось предотвратить только благодаря профессионализму врачей, в том числе грамотной работе хирургов, трудно вернуться в спорт не только по причине физического нездоровья, но и по ряду психологических проблем. Ведь даже после не таких серьёзных травм, спортсмену бывает трудно вернуться к профессиональному спорту и продолжить свою карьеру. Однако Елена смогла преодолеть все испытания. Снова стала собой и вернулась в фигурное катание. Уже спустя три месяца Елена Бережная со своим партнёром Антоном Сихарулидзе вышла на лёд. В скором времени спортсмены одержали множество побед и завоевали миллионы зрительских симпатий по всему миру.

«Трус не играет в хоккей!». Именно эта строчка из популярной песни советских времён пришла мне в голову, при прочтении истории словацкого хоккеиста Рихарда Зедника. В 2008 году в ходе матча Florida Panthers – Buffalo Sabres, на льду случилась настоящая трагедия. Партнёр Рихарда по команде не удержал равновесие после силового приёма и разрезал Зеднику сонную артерию. Всё произошло настолько быстро, что сначала никто даже не понял, что на самом деле случилось. Рихард Зедник не смог увернуться от лезвия конька партнёра по команде и получив серьёзную травму, упал на лёд, который моментально был залит его кровью. Сонная артерия – один из крупных магистральных сосудов человеческого организма, который обеспечивает питание органов головы и шеи. От кровотока в данной артерии зависит работа головного мозга, глаз, языка, щитовидной и паращитовидной железы. Кровь в сосуде идёт под большим давлением, поэтому при повреждении его целостности, кровь не то что выливается, а буквально фонтанирует из раны, что оставляет ещё меньше шансов пострадавшему. Летальность при такой травме крайне высока, поэтому необходимо незамедлительно начинать оказывать первую медицинскую помощь. Рихард Зедник, понимая всю серьёзность полученной травмы, зажал рану хоккейной перчаткой и несмотря на невыносимую боль и шок от произошедшего, самостоятельно добрался до скамейки запасных. Позже тренер команды скажет: "Травма, нанесенная лезвием конька, – это ужасно. Рихард – молодец, что принял решение доехать самостоятельно. Он выиграл немного времени, врачи, в свою очередь, смогли

оказать ему первую помощь". Уже после экстренной госпитализации, врачам чудом удалось спасти спортсмена. Он потерял 2 литра крови. Напомню, что у взрослого человека общий объём циркулирующей крови составляет 4 литра. Сам Рихард вспоминает, что кровь лилась фонтаном, но он не чувствовал боли. Единственная мысль в его голове была о четырёхлетней дочери. Ему было страшно, что он больше никогда не увидит её, не сможет наблюдать как она растёт. Однако он старался не поддаваться панике. Рихарду была проведена операция, после которой врач назвал его настоящим бойцом. Несмотря на то, что Зедник получил физическую травму сильное моральное потрясение, уже на следующий день хирург отметила его резко улучшающееся состояние. Он быстро пришёл в себя и уже через 5 дней был выписан из больницы, а через 15 дней после случившегося он вернулся на тренировки, чему был невероятно рад. В данном случае восстановление после травмы прошло крайне быстро, и талантливый спортсмен смог вернуться к своему любимому делу.

К сожалению, так случается не всегда. Ещё одна история хоккеиста закончилась куда печальнее, чем предыдущая. Это случилось в 2013 году, когда соперник применил против хоккеиста Ронни Келлера силовой приём. На большой скорости Келлер врезался головой в борт хоккейной коробки. После случившегося, спортсмен был немедленно доставлен в реанимацию. Врачи поставили ему неутешительный диагноз – перелом четвёртого грудного позвонка. Любая травма позвоночника несёт в себе невероятную опасность для человека. Последствия заключаются в серьёзных неврологических нарушениях. Это связано с повреждением спинного мозга, заключенного в позвоночном канале. Самое страшное, что может произойти после такой травмы – это паралич, утрата двигательной функции организма человека в следствии повреждения проводящих путей центральной и периферической нервной системы. Ронни Келлер не смог восстановить функции опорно-двигательного аппарата и остался парализованным и прикованным к инвалидной коляске. Спортивная карьера осталась для него в прошлом и сейчас за хоккейным матчем он может наблюдать лишь со зрительских трибун. Вот так в один день оборвалась его спортивная карьера.

Зачастую причиной спортивного травматизма может стать не только случайное стечение обстоятельств или ошибка спортсмена, но и непрофессионализм организаторов соревнований. 23 ноября 2009 года жизнь двух бобслеисток оказалась на волоске от смерти. Во время тренировочного спуска в немецком городе Кёнигсзее столкнулись два боба. Судья дал старт мужской команде, после чего они врезались в стартовавший на красный сигнал женский экипаж, в котором находились Ирина Скворцова и Надежда Филина. Столкновение произошло на скорости более 100 км/ч, а вес боба с двумя спортсменами составлял 350 кг. Надежда получила лишь легкие ушибы, которые прошли спустя две недели, а вот травмы Ирины были признаны немецкими врачами «несовместимыми с жизнью». Долгое время медики упорно боролись за её жизнь. Скворцова перенесла более 50 операций, большинство из которых проводились на наиболее пострадавшей правой ноге. За полгода спортсменке перелили 24 литра крови. Далее следовал долгий

период реабилитации. Врачи не давали никаких гарантий на то, что Ирина вновь сможет ходить. Раньше главной целью спортсменки была победа на Олимпиаде, сейчас она лишь мечтала вновь встать на ноги. Психологическое состояние так же ухудшалось. Она впала в депрессию. Из воспоминаний Ирины о том периоде: «Однажды я упала на гальку – нога поехала, и сделать я ничего не смогла. Вот тогда пришло осознание, что со спортом покончено, – и это была катастрофа. Все мои мечты, все, к чему я стремилась двадцать один год моей жизни, оторвали и выбросили. Я на месяц ушла в себя. Не разговаривала с врачами. Не мыла голову, ничего не хотела». Нескончаемая боль, которую не могли унять даже самые сильные обезболивающие и жуткий вид её собственного тела, подавляли Ирину. Однако силу воли настоящего спортсмена не так просто сломить. После работы с психотерапевтом, на встречах с которым она могла выговориться и поделиться всей своей болью, её моральное состояние нормализовалось. Уже через год спортсменка встала с коляски на костыли и начала делать первые уверенные шаги. Далее вновь последовал ряд осложнений и Ирине была удалена часть мышц ноги. Последующая реабилитация проходила уже на Родине – в России. Не даром говорят «в родном доме и стены лечат». Состояние Скворцовой стало улучшаться, и она даже смогла получить водительские права и вернуться к более-менее привычному образу жизни. К сожалению, полученные травмы не позволили Ирине вернуться в спорт. Она перешла в тележурналистику, а в 2012 году защитила диплом на тему «Применение легкоатлетических тренировочных элементов в подготовке бобслеистов».

Вот так некомпетентность организаторов соревнований может привести к непоправимым последствиям. Судья Петр Хелль, выпустивший экипаж с двумя спортсменками на красный сигнал в тот роковой день, отделался лишь символическим штрафом, а жизнь Ирины Скворцовой изменилась навсегда.

Подводя итог на основе всего вышесказанного, можно сделать вывод, что спортивный травматизм – частое явление, избежать которое можно лишь соблюдая ряд условий для его профилактики. Необходимо устранять недочеты в методике проведения тренировок и недостатки в организации соревнований. Заниматься повышением квалификации тренерско-преподавательского состава, проводить регулярный врачебный контроль спортсменов. Следить за их поведением. Не допускать состояния утомления и переутомления, а также соблюдать перерывы в занятиях спортом. Но несмотря на известные меры профилактики травматизма, спортивная медицина неустанно развивается и делает новые открытия в области разработки современных и прогрессивных методов для уменьшения спортивных травм в жизни спортсменов.

Список литературы

1. Хаченкова К.Ю., Никифоров С.В. Причины и профилактика травматизма на занятиях по физической подготовке // Наука-2020. 2021. №8 (53). С. 88-92.

INJURIES IN SPORTS

S. Shchurov

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract: in this article, sport is considered not only as a restorative and revitalizing event, but also as a dangerous and traumatic type of activity. We will define the concept of sports injuries, talk about the various types of injuries that can be sustained during sports and give examples of famous athletes who have received various injuries.

Keywords: sport, injury, health

УСТРАНЕНИЕ ЭНДОГЕННОЙ ИНТОКСИКАЦИИ С ПОМОЩЬЮ ОТЕЧЕСТВЕННОГО ПРЕПАРАТА РЕОМАННИСОЛ ПРИ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ МОДЕЛИ ДИАБЕТИЧЕСКОЙ СТОПЫ

Х.И. Эрназаров, У.Ю. Эргашев

Ташкентская медицинская академия

Аннотация. Цель. Изучение влияния нового препарата «Реоманнисол» на эндогенную интоксикацию в комплексном лечении экспериментального синдрома диабетической стопы. Материал и методы. Экспериментальные исследования проведены на 110 белых беспородных крыс-самцах массой 220-250г, содержащихся на виварий ТМА. Результаты. После применения препарата реоманнисола внутривнутрибрюшинно в дозе 1мл/100г 1 раз в сутки в течение 5 дней отмечался резкий спад цифр ЭИ. Вывод. Препарат «Реоманнисол» выполняет "биохимическую санацию", за счет свойственных ему качеств.

Ключевые слова: экспериментальная модель диабетической стопы, экспериментальные животные, сахарный диабет, аллоксан, хирургическая обработка, реоманнисол, эндогенная интоксикация.

Актуальность. Сахарный диабет – одна из ведущих проблем современной медицины. Раневой процесс и особенности его течения неизменно остаются в центре внимания и представляют одно из основных направлений в решении проблемы гнойно-некротических осложнений синдрома диабетической стопы (СДС) и последующей тактике хирургического лечения. В настоящее время высказывается мнение, что сахарный диабет негативно влияет на течение раневого процесса, замедляет заживление ран, которые приобретают длительный, рецидивирующий характер.

Цель исследования. Изучение влияния нового препарата «Реоманнисола» на эндогенную интоксикацию в комплексном лечении экспериментального синдрома диабетической стопы.

Материалы и методы исследования. Экспериментальные исследования проведены на 140 белых беспородных крыс-самцах массой 220-250г. Экспериментальные животные разделены на 3 группы: 1-ая группа интактная; 2-ая контрольная – на экспериментальной модели диабетической стопы применение традиционного комплексного лечения; 3-ая группа опытная – на экспериментальной модели диабетической стопы – традиционное лечение и реоманнисол. После 24-часового голодания крысам внутрибрюшинного

вводили раствор 2% в дозе 12мг аллоксана на 100г. Диабет был подтвержден через 3 дня. Концентрацию глюкозы в периферической крови измеряли глюкометром Accu Chek. День верификации сахарного диабета считали нулевым днем его развития (СД). В день верификации поверхность кожи правой задней лапы подушечки ступни создавали прямоугольную рану полной толщины размером 2 мм × 5 мм. Ежедневно, раны были обработаны традиционным методом лечения (5% спиртовой раствор йода и мазь левомеколь), опытной группы – традиционный метода лечения и внутривенно 1 раз в сутки на 5 дней в дозе 1 мл/100г реоманнисола. Крыс выводили из эксперимента декапитацией на 1, 3, 7, 10, 14 – сутки. Измерение уровня молекулы средней массы (МСМ) выполняли по методу Габриэлян Н.И. (1985) [1, 3], определение концентрации олигопептидов (ОП) использовался метод по Lowry (1956) [2], сорбционную емкость эритроцитов (СЕЭ) определяли методом, основанным на представлении об эритроците как универсальном адсорбенте [4] использовался спектрофотометр UNICO 2800. Статистическая обработка выполнена параметрическим методом (программ SPSS 16.0 и Statistica 6.0 for Windows), достоверность различий оценивалась как статистически значимая при $p < 0,05$.

Результаты. Выявлено, что в начале эксперимента содержание МСМ в плазме (пл) крови и эритроцитах (эр) у животных контрольной группы (МСМ пл-6,1 усл.ед.±0,22; СМ эр-7,3 усл.ед. ±0,25; $P < 0,001$) и опытной группы (МСМ пл-6,1 усл.ед.±0,17; СМ эр-7,0 усл.ед. ±0,16; $P < 0,001$) составило приблизительно в 1,7 – 2 раза выше показателей интактной группы (МСМ пл-3,6 усл.ед ±0,24; СМ эр-3,5 усл.ед.±0,21). Так же, достоверно данной таблицей о возвышающих цифрах индекса токсемии в плазме и эритроцитах (ИТ пл и эр) у контрольной ИТ пл-4,41 усл.ед.±0,55; ИТ эр-7,79 усл.ед.±0,62 ($P < 0,001$) и опытной групп ИТ пл-4,20 усл.ед.±0,21; ИТ эр-7,44 усл.ед.±0,36 ($P < 0,001$) над показателями у интактной группы ИТ пл-1,81 усл.ед.±0,20; ИТ эр-2,28 усл.ед.±0,40. К 7-ым суткам в показатели ЭИ составили у контрольной группы МСМ пл-6,1 усл.ед.±0,22; СМ эр-5,6±0,11 ($P < 0,001$), который почти в 1,4 раза выше, чем показателя опытной группы МСМ пл-4,0±0,11; СМ эр-4,1±0,11. ИТ у контрольной группы составило в пл-3,09±0,22 и эр-5,79±0,32 ($P < 0,001$), у опытной группы ИТ пл-2,15±0,26; эр-3,46±0,36. ИТ у контрольной группы составило в пл-3,09±0,22 и эр-5,79±0,32 ($P < 0,001$), у опытной группы ИТ пл-2,15±0,26; эр-3,46±0,36 ($P < 0,001$). На 10 сутки у контрольной группы МСМ пл-4,9±0,10; СМ эр-5,2±0,11 ($P < 0,001$), который почти в 1,3 раза выше, чем показателя опытной группы МСМ пл-3,7±0,14; СМ эр-3,7±0,12. ИТ у контрольной группы в пл-2,83±0,23 и эр-4,64±0,23 ($P < 0,001$), у опытной группы ИТ пл-1,86±0,22; эр-2,43±0,17. К 14-ым суткам у контрольной группы признаки ЭИ сохраняются, МСМ пл-4,2±0,11; СМ эр-4,2±0,10 ($P < 0,001$), который почти в 1,2 раза выше, чем показателя опытной группы МСМ пл-3,5±0,18; СМ эр-3,2±0,17. ИТ у контрольной в пл-2,39±0,15 и эр-3,30±0,16 ($P < 0,05$), у опытной группы ИТ пл-1,80±0,23; эр-2,30±0,22.

В 1-ые сутки в контрольной олигопептиды в плазме $0,78\text{г/л}\pm 0,06$; эритроцитах $1,16\text{г/л}\pm 0,07$; $P<0,001$ (ОП пл и эр) и в опытной группах пл- $0,77\text{г/л}\pm 0,04$; эр- $1,12\text{г/л}\pm 0,07$; $P<0,001$ составили, которые, также значительно превышало на почти на 1,7 раза, чем значение в группе относительно интактных животных ОП пл- $0,45\text{г/л}\pm 0,04$; эр- $0,68\text{г/л}\pm 0,04$. У опытной на 10 суткам ОП пл- $0,48\pm 0,05$; эр- $0,72\pm 0,05$ и 14 суткам ОП пл- $0,45\pm 0,04$; эр- $0,68\pm 0,02$ – фиксируют показателей, соответствующих к интактной группе и нормализации патологического процесса в организме. Животные, получавшие только традиционное лечение (контрольная), на 14 сутки показатели ОП остаются повышенным (пл- $0,52\pm 0,03$; эр- $0,77\pm 0,04$) в среднем 1,2 раза, чем у опытной группы, и состояние интоксикации сохраняется до конца эксперимента. Среднее значение у интактной группы сорбционная емкость эритроцитов (СЕЭ) составило $7,8\%\pm 0,43$. На 10-ые сутки в контрольной группе СЕЭ- $9,3\pm 0,21$; $P<0,01$, который почти в 1,2 раза больше опытной, СЕЭ почти в пределах нормы (СЕЭ- $8,0\pm 0,23$). К концу эксперимента (14-ым суткам) в контрольной – СЕЭ- $8,7\pm 0,17$; $P<0,05$ превышающий на 1,1 раза над опытной, где СЕЭ- $7,8\pm 0,43$.

Вывод. Показатели ЭИ у крыс контрольной и опытной групп в начале эксперимента имели высокие показатели МСМ, ОП, индекс интоксикации, СМ и ОП эритроцитов, СЕЭ по сравнению с интактной группы. После применения реоманнисола внутривентриально в дозе 1 мл/100 г 1 раз в сутки в течение 5 дней зафиксировано резкий спад цифр ЭИ и к 10, 14 суткам сходны с интактной группой, так как, препарат выполняет "биохимическую санацию", за счет свойственных ему качеств: антиоксидантная, улучшающая реологию крови, дезинтоксикационная и мочегонная. У крыс контрольной группы цифры ЭИ сохраняются на высоких уровнях до конца эксперимента.

Список литературы

1. Габриэлян Н.И., Левицкий Э.Р., Дмитриев А.А. и др. Скрининговый метод средних определений молекул в биологических жидкостях: Метод, рекомендации. – Москва, 1985. 18 с.
2. Lowry O.H., Rosebrough N.J., Farr A.L., Randall R.J. Protein measurement with the Folin reagent // J. Biol. Chem. 1951. Vol. 193. P. 265-275.
3. Малахова М. Я. //Эффер. терапия. 2000. N4. С. 3.
4. Тогайбаев, А. А. Способ диагностики эндогенной интоксикации / А. А. Тогайбаев, А. В. Кургузкин, И. В. Рикун, Р. М. Карибжанова // Лаб. дело. 1988. № 9. С. 22–24.

ELIMINATION OF ENDOGENOUS INTOXICATION WITH THE HELP OF DOMESTIC DRUG REOMANNISOL IN EXPERIMENTAL MODEL OF DIABETIC FOOT

Kh. Ernazarov, U. Ergashev
Tashkent Medical Academy

Abstract. Target. Study of the effect of the new drug "Rheomannisol" on endogenous intoxication in the complex treatment of experimental diabetic foot syndrome. Material and methods. Experimental studies were carried out on 110 outbred male rats weighing 220-250 g, kept in the TMA vivarium. Results. After the use of the drug rheomannisol intraperitoneally at a dose of 1 ml/100 g 1 time per day for 5 days, there was a sharp decline in EI numbers. Conclusion. The drug "Reomannisol" performs "biochemical rehabilitation", due to its inherent qualities.

Keywords: experimental model of diabetic foot, experimental animals, diabetes mellitus, alloxan, surgical debridement, rheomannisol, endogenous intoxication.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРАКТИВНЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ОБУЧЕНИИ УЧАЩИХСЯ ОСНОВАМ АЛГОРИТМИЗАЦИИ И ПРОГРАММИРОВАНИЯ В БАЗОВОМ КУРСЕ ИНФОРМАТИКИ

Ю.А. Юдина

*Мордовский государственный педагогический университет
имени М.Е. Евсевьева*

Аннотация. В статье рассматриваются особенности обучения учащихся основам алгоритмизации и программирования в базовом курсе информатики с помощью современных образовательных интерактивных онлайн-платформ: LearningApps, Wizer. Представлено функциональное описание данных конструкторов и продемонстрирована система интерактивных заданий на предупреждение ошибок в контексте изучения тем «Алгоритмы и исполнители» и «Способы записи алгоритмов».

Ключевые слова: цифровизация образования, линия «Алгоритмизация и программирование», образовательная онлайн-платформа, интерактивное упражнение, LearningApps, Wizer.

В связи с ускоренным развитием компьютерных технологий, роботизацией и автоматизацией производства в мире, цифровизацией всех сфер деятельности человека, знание основ алгоритмизации и программирования является обязательным условием профессиональной деятельности человека в современном обществе. Анализ требований федерального государственного образовательного стандарта к предметным результатам освоения информатики позволяет сделать вывод о том, что формирование у учащегося основ алгоритмического мышления является основной целью базового курса информатики и составляет 45% от общих требований. Однако стандарт не дает четких методических рекомендаций по выбору языка программирования и нередко организация обучения основам алгоритмизации и программирования вызывает у учителя ряд сложностей.

Проблема исследования обусловлена тем, что при обучении школьников учителя сталкиваются с трудностями, причинами которых выступают нехватка количества учебных часов, трудность и новизна изучаемого материала, низкая мотивация обучающихся, поэтому возникает потребность в совершенствовании учебного процесса.

Трудности имеют следующую направленность:

– Непонимание обучающимися понятия «алгоритм», сложность в определении исполнителя и его СКИ для заданной практической ситуации. При подборе жизненных примеров, реализующихся через алгоритм, приводится неполный набор исходных данных или не выполняются все алгоритмические свойства [1];

– Неверное представление алгоритма при конкретном способе его описания. Например, во время перевода алгоритма обучающиеся могут описать команду алгоритма неверной блок-схемой, в связи с неполными знаниями функций блочных символов и их линий связи;

– Трудности в построении математической модели для будущего алгоритма;

– Непонимание особенностей алгоритмических конструкций, особенную сложность вызывают циклические конструкции различных видов.

Для преодоления сложностей и эффективного усвоения школьного материала по вопросам, связанным с изучением основ алгоритмизации и программирования, следует особое внимание уделить мотивированию учебной деятельности. Учителю следует обратить внимание на формирование у обучающихся познавательных мотивов, в результате которых эффективнее освоится инструментарий основ алгоритмизации и программирования [2]. В качестве методического подхода можно выбрать объяснительно-иллюстративный метод, который предполагает активное использование интерактивных мультимедийных материалов и сервисов: видеоуроков, интерактивных плакатов и упражнений, образовательных онлайн-платформ (Учи.ру, РЭШ, Онлайн школа Фоксфорд и т.д.). Наиболее интересным для школьников окажется интерактивная форма подачи данных заданий [2].

На сегодняшний день существует множество сервисов с широким функционалом, способных помочь учителю в создании современного образовательного контента: LearningApps, WordWall, ThingLink, Wizer.

Например, конструктор интерактивных заданий Learning Apps полностью предназначен для поддержки процесса обучения с помощью интерактивных модулей. В его функционал входит разработка упражнений на нахождение соответствий, сортировку изображений, ввод текста, заполнение пропусков разработка тестовых заданий с правильным ответом. В этом сервисе коллекция готовых заданий на различные темы и после регистрации сайт позволяет создавать классы и приглашать учеников по ссылке или QR коду.

Рассмотрим в качестве примера систему заданий на предупреждение ошибок, которая была разработана для учащихся 8 класса, обучающихся по учебнику авторского коллектива Босовой Л. Л. и др. в контексте изучения тем «Алгоритмы и исполнители» и «Способы записи алгоритмов».

Предложенные задания нацелены на усвоение учащимися понятийного аппарата, являющегося базисом вопросов, связанных с изучением основ алгоритмизации и программирования, на формирование комплекса умений по работе с алгоритмическими конструкциями и предупреждению типичных ошибок, выявленных в ходе анализа учебно-методической литературы и опыта работы учителей по изучению соответствующих тем школьного курса информатики. Опишем представленную систему заданий.

Задание 1. Заполните пропуски в определениях понятий (рис. 1).

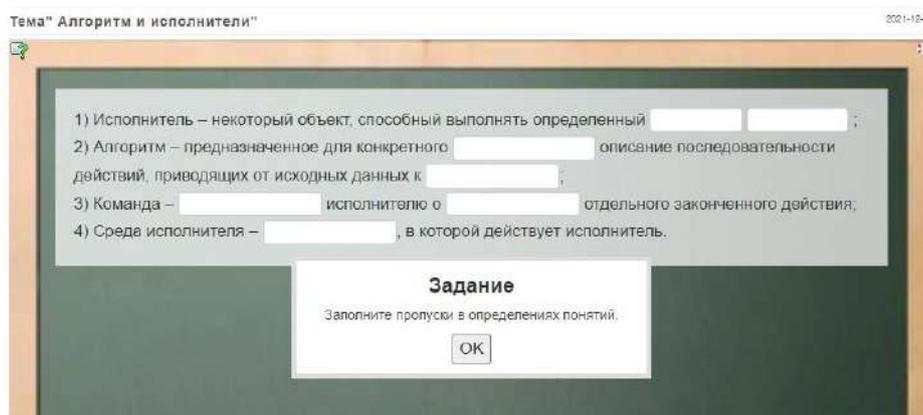


Рис. 1. Реализация задания 1 в сервисе LearningApps

Данное задание направлено на усвоение понятий «алгоритм», «исполнитель», «среда исполнителя», «команда», предупреждение ошибок в использовании этих понятий при анализе заданных алгоритмов или решении практических задач. Задание можно предложить на втором уроке по теме «Алгоритмы и исполнители» на этапе актуализации знаний. Оно реализовано в интерактивном сервисе LearningApps, что экономит время и разнообразит форму подачи учебного материала во время урока.

Задание 2. Исправьте ошибки алгоритма заданного исполнителя (рис. 2).

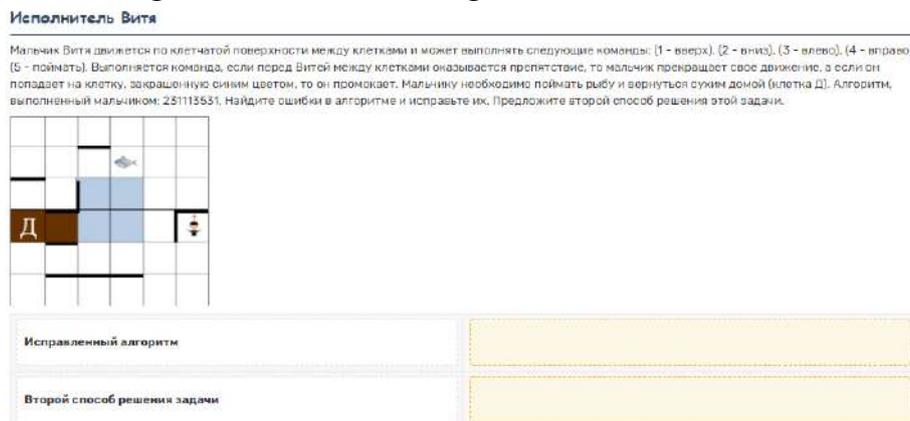


Рис. 2. Реализация задания 2 в сервисе Wizer.me

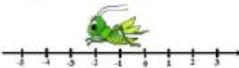
Задание 3. Прочитайте условие задачи и ответьте на вопросы (рис. 3).

Исполнитель Кузнечик

Исполнитель кузнечик действует по числовой оси. Его начальное положение - 0. Кузнечик может исполнить команды:

- Вперед (л) - Кузнечик прыгает вправо на единицу;
- Назад (м) - Кузнечик прыгает влево на м

Кузнечик выполнил программу из 50 команд, в которой команд назад 3 на 20 больше, чем команд вперед 4. В какой точке конечной Кузнечик? На одну команду можно заменить алгоритм, чтобы получить тот же результат?



Точка	
Команда	

Рис. 3. Реализация задания 3 в сервисе Wizer.me

Данные задания формируют умения исполнять алгоритм для формального исполнителя с заданной СКИ и предупреждают ошибки при составлении оптимального алгоритма. Эти задания можно использовать на втором уроке по теме «Алгоритмы и исполнители» на этапе первичного закрепления. Реализованы в интерактивном сервисе Wizer.me как задания рабочего листа (рис. 2, 3).

Задание 4. Определите математическую модель заданного алгоритма и запишите ее в соответствующей ячейке. Определите результат работы программы при исходных данных $s_1=40$, $s_2=50$, $t_1=10$, $t_2=20$.

Математическая модель движения

Определите математическую модель заданного алгоритма и запишите ее в ячейку. Определите результат работы программы при исходных данных $s_1=40$, $s_2=50$, $t_1=10$, $t_2=20$.

Шаги алгоритма:
Вход: четыре числа: s_1, s_2, t_1, t_2
Шаг 1. Присвоить s значение $s_1 + s_2$
Шаг 2. Присвоить t значение $t_1 + t_2$
Шаг 3. Присвоить v значение $s : t$
Шаг 4. Стоп.
Результат: значение v



Математическая модель:	
Ответ: $v =$	

Рис. 4. Реализация задания 4 в сервисе LearningApps

Данное задание формирует умение переходить от одной формы записи алгоритмов к другой. В данном случае это переход из пошагового словесного алгоритма к математической модели. Задание ликвидирует трудности при построении математической модели для будущего алгоритма. Его можно использовать на втором уроке по теме «Способы записи алгоритмов» на этапе актуализации знаний (рис. 4).

Систему заданий можно использовать во время урока, на курсах по выбору или во внеурочной деятельности. Рекомендуется использовать в совокупности с заданиями рабочей тетради и учебника, тогда это обеспечит осмысление изучаемых приемов действий с алгоритмом и будет способствовать формированию основ алгоритмизации.

Подведя итоги проведенного исследования, можно сделать вывод о том, что в связи с компьютеризацией общества знание основ алгоритмизации и программирования является обязательным условием для современного человека. Формирование алгоритмического мышления несет практический характер и напрямую влияет на способность адаптации в обществе. Поэтому необходимо обратить внимание на все особенности и нюансы организации обучения по изучению основ алгоритмизации и программирования, а также приложить все усилия для успешного усвоения их школьниками.

Список литературы

1. Иршба, Т. В. Информационные технологии в образовании : практикум / Т. В. Иршба, А. Н. Богданова, Е. С. Гайдамак, Г. А. Федорова ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : Омский государственный педагогический университет, 2020. – 108 с. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616119> (дата обращения: 06.08.2022). – ISBN 978-5-8268-2262-3. – Текст: электронный.

2. Насырова, Д. Д. Web-сервисы как средство организации смешанного обучения в преподавании углубленного курса информатики / Д. Д. Насырова ; Сибирский федеральный университет. – Лесосибирск: 2021. – 79 с. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618310> (дата обращения: 06.08.2022). – Текст: электронный.

USING INTERACTIVE EXERCISES IN TEACHING STUDENTS THE BASICS OF ALGORITHMS AND PROGRAMMING IN THE BASIC COURSE OF COMPUTER SCIENCE

Ju. Yudina

*Mordovia State Pedagogical University
named after M. E. Evsevieva*

Abstract. The article discusses the features of teaching students the basics of algorithmization and programming in the basic course of computer science using modern educational interactive online platforms: LearningApps, Wizer. A functional description of these constructors is presented and a system of interactive tasks for error prevention is demonstrated in the context of studying the topics "Algorithms and executors" and "Ways of writing algorithms".

Keywords: digitalization of education, Algorithmization and Programming line, online educational platform, interactive exercise, LearningApps, Wizer.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ НА ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ В ТЕХНИЧЕСКОМ ВУЗЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ППФП СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЁННЫМИ ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ

А.А. Юрьева

*Южно-Российский государственный политехнический университет (НПИ)
имени М.И. Платова*

Аннотация. В данной рассматривается организация работы на практических занятиях в техническом ВУЗе по дисциплине Профессионально-прикладная физическая подготовка

(ППФП) со студентами, отнесёнными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе на примере Южно-Российского государственного политехнического университета (НПИ) имени М.И. Платова. Описываются особенности работы со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, во время практических занятий по ППФП и рассказывается о влиянии данных занятий на их организм, проводится сравнение организации работы на практических занятиях по ППФП в ВУЗе и Физической культуре (ФК) в школе.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка, высшее учебное заведение, лечебная физическая культура, специальная медицинская группа.

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) является неотъемлемой частью учебного процесса в высших учебных заведениях. Она позволяет улучшить физическое состояние студента и подготовить его организм к плодотворной и успешной профессиональной деятельности.

Обобщенные данные исследований ученых свидетельствуют о том, что около 70% учащихся различных общеобразовательных учреждений имеют отклонения физического и психического характера [1], из этого следует, что у некоторой части обучающихся ВУЗов присутствуют значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера и противопоказания к занятиям по Физической культуре (ФК) и ППФП в основной или подготовительной группах. В таком случае студенты отнесены по состоянию здоровья к специальной медицинской группе и посещают занятия в группах специального медицинского учебного отделения. Основная особенность таких групп заключается в том, что они комплектуются из студентов с отклонениями здоровья разного характера, поэтому занятия должны проходить с дифференцированной нагрузкой и учётом индивидуальных особенностей обучающихся.

Актуальной является задача описания организации работы на практических занятиях по дисциплине ППФП в техническом ВУЗе со студентами, отнесённым по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Данная статья была написана на основе информации, полученной на практических занятиях в специальном медицинском учебном отделении по дисциплине ППФП в Южно-Российском государственном политехническом университете (НПИ) имени М.И. Платова.

Нестабильная социально-экономическая обстановка в России, снижение уровня жизни, изменение инфраструктуры здравоохранения, образования, проблемы экологии, значительно ухудшили состояние подрастающей молодежи [1]. Это привело к расширению групп, относящихся к специальному медицинскому учебному отделению, в ВУЗах. При их формировании учитывается направление, по которому обучается студент, чтобы при организации учебного процесса в каждой группе был сформирован комплекс упражнений, направленный на подготовку студента к определённой профессиональной деятельности. После формирования учебной специальной медицинской группы, на первом занятии преподаватель условно разделяет студентов на подгруппы по характеру отклонений здоровья для того, чтобы

обеспечить комфортные и безопасные условия для достижения максимально полезного результата в рамках возможностей каждого студента. Для каждой подгруппы разрабатывается свой план работы и программа с учётом особенностей здоровья обучающихся. Например, для студентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата каждое упражнение, предусматривающее нагрузку на суставы, делается с некоторыми ограничениями по амплитуде, количеству повторений и интенсивности, которые обеспечивают безопасность его выполнения.

Также в ходе учебного процесса осуществляется контроль физического состояния студентов специальной медицинской группы. Проводятся функциональные пробы и тесты, которые дают возможность отслеживать изменение и динамику уровня физического развития и функционального состояния организма в зависимости от применяемых средств, позволяют контролировать адекватность физических нагрузок, чтобы не допустить перегрузок и перенапряжений у студентов, обычно возникающих в результате методических ошибок. В ЮРГПУ(НПИ) имени М.И. Платова на практических занятиях по ППФП для анализа физического состояния студентов специального медицинского учебного отделения и отслеживания влияния данных занятий на их организм в начале и в конце семестра проводится анализ таких параметров как: рост, вес, состояние центральной нервной системы, состояние нервно-мышечной системы, состояние сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы и т.д. В ходе анализа состояния центральной нервной системы проводится пальценосовая проба, по результатам которой можно судить о динамической координации студента. Для анализа состояния нервно-мышечной системы используются такие методы: кистевая динамометрия, которая предусматривает измерение силы мышц, сгибающих пальцы рук, с помощью ручного динамометра; станковая динамометрия; статистическая выносливость мышц брюшного пресса, плечевого пояса, сгибателей кисти. Анализ состояния сердечно-сосудистой системы включает в себя измерение времени восстановления пульса после физических нагрузок с помощью пульсометрии и измерение артериального давления. Для оценки состояния дыхательной системы проводится спирометрия, которая представляет собой неинвазивный метод измерения воздушных потоков и объемов при выполнении спокойных и форсированных дыхательных манеров [3]. В зависимости от конструктивных особенностей оборудования, первично измеряемыми параметрами могут быть либо объем, либо поток (объемная скорость) [3]. Измерения проводятся с помощью специального прибора – спирометра.

Практическое занятие по ППФП в специальной медицинской группе в ЮРГПУ (НПИ) имени М.И. Платова делится на три основных этапа. Первый этап – разминка. Она снижает уровень возможного дискомфорта во время тренировок, а также уменьшает риск получения травм [4]. В ходе разминки выполняются различные упражнения, в число которых входят: сгибание и разгибание пальцев вытянутых вперед рук, ходьба в полуприседе, ходьба на внутренней и внешней частях стопы, перекаты с пятки на носок, ходьба с высоким подниманием колена и так далее. Вторая часть, основная – работа со

спортивным инвентарём. В данном случае от занятия к занятию происходит чередование использования спортивного инвентаря. Например, на одном занятии для работы используются медболы, на другом – гимнастические палки, на третьем – гантели и т.д. Третий – заключительный, выделяется для восстановления и растяжки, подведения итогов и анализа занятия, рефлексии. В качестве дополнительного этапа выступает контроль физического состояния студентов.

Большинство исследователей указывают, что высокой эффективности при воспитании профессионально-прикладных физических качеств можно достичь с помощью разнообразных средств физической культуры и спорта [2]. Особое внимание в ходе занятий уделяется элементам лечебной физической культуры (ЛФК). Они благотворно влияют на физическое состояние студентов с нарушениями состояния здоровья. Освоение упражнений, которые входят в ЛФК помогут обучающимся технического ВУЗа справиться с грузом, который возложит на их плечи будущая профессиональная деятельность. Например, для студентов, обучающихся по направлению 11.03.04 «Электроника и наноэлектроника» с направленностью «Нанотехнология в электронике», предусмотрена особая комбинация из упражнений, которые способствуют улучшению осанки, так как в рабочем процессе будущих специалистов будет превалировать сидячий образ жизни. Также в инновационных методах присутствует оздоровительная аэробика. Она способствует развитию мышечной силы, укрепляет костную систему, увеличивает выносливость, помогает справиться с эмоциональными и физическими стрессами и повышает работоспособность.

Стоит обратить внимание на то, что студенты ЮРГПУ (НПИ) имени М.И. Платова, обучающиеся в специальной медицинской группе отмечают, что после занятий по дисциплине ППФП к концу семестра их физическое и эмоциональное состояние улучшается. Упражнения, используемые на практических занятиях, помогают им справиться с неблагоприятным воздействием на организм производственных практик и учебного процесса, предполагающего малоподвижный образ жизни (недостаток движений у многих студентов составляет до 80% времени в течение всего учебного года [1]), стрессовые ситуации и переутомление.

Также хотелось бы сделать акцент на том, что организация работы на практических занятиях по ППФП в высшем учебном заведении со студентами, отнесёнными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе кардинально отличается от организации работы на занятиях по физической культуре (ФК) с обучающимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья, в школе. В первую очередь различия проявляются в формировании коллектива. Если в ВУЗе для студентов с нарушениями здоровья выделяется отдельная группа с учебной программой, адаптированной под возможности обучающихся, то школьники зачастую занимаются все вместе без разделения и с минимальным индивидуальным подходом. Часто школьные занятия по ФК, к сожалению, негативно сказываются, как на физическом, так и на психоэмоциональном состоянии обучающихся. На основе вышеперечисленного

можно сделать вывод, что в ВУЗе более ответственно подходят к организации учебного процесса в данной сфере.

Список литературы

1. Барсагаева, И. В. Медико-биологические основы физического воспитания и спорта студенческой молодежи / И. В. Барсагаева, В. С. Хагай, Л.И. Тимошенко // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 62-4. – С. 22-24. – EDN ZAQPVI.

2. Ветков, Н. Е. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) будущих специалистов / Н. Е. Ветков // Наука-2020. – 2015. – № 2(6). – С. 6-13. – EDN VQBNPX.

3. Методические рекомендации по использованию метода спирометрии (2022 год) // Российское Респираторное Общество: [Электронный ресурс] // URL: <https://spulmo.ru/obrazovatelnye-resursy/federalnye-klinicheskie-rekomendatsii/index.php?sphraseid=34970> (дата обращения 19.11.2022)

4. Потапова, А. А. Разминка и её влияние на организм человека / А.А. Потапова // Международная научно-техническая конференция молодых ученых БГТУ им. В.Г. Шухова, Белгород, 01–20 мая 2019 года. – Белгород: Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, 2019. С. 4107-4110.

ORGANIZATION OF WORK AT PRACTICAL CLASSES IN A TECHNICAL UNIVERSITY ON THE DISCIPLINE OF PAPT WITH STUDENTS RELATED TO THE SPECIAL MEDICAL GROUP ON THE STATE OF HEALTH

A. Yurieva

South Russian State Polytechnic University (NPI) named after M.I. Platov

Abstract. This article discusses the organization of work in practical classes at a technical university in the discipline of Professional-applied physical training (PAPT) with students assigned to a special medical group for health reasons on the example of the South Russian State Polytechnic University (NPI) named after M.I. Platov. It describes the features of working with students who have deviations in health during practical classes on PAPT and tells about the impact of these classes on their body, compares the organization of work in practical classes on PAPT at university and Physical Culture (PC) at school.

Keywords: professional-applied physical training, higher educational institution, therapeutic physical culture, special medical group.

ОБЗОР МЕДИЙНОЙ ФУТБОЛЬНОЙ ЛИГИ

Д.В. Яковлев, И.А. Сорокин

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского

Аннотация. «Медиафутбол» в последние три года получил значительное развитие. Изначально до создания медийной футбольной лиги, ведущими участниками команд «медиалиги» были медийные личности (блогеры и др.). С начала создания медийной

футбольной лиги обстановка кардинально поменялась. В настоящее время составы команд «медиалиги» имеют профессиональное футбольное прошлое (ДЮСШ и всевозможные академии профессиональных российских футбольных клубов) практически 80% игроков.

Ключевые слова: медийная футбольная лига, «медиафутбол», футбол.

Блогерский футбол до недавнего времени был разрозненным. Основная масса сегодняшних команд снимали челленджи на собственных Youtube-каналах, временами организовывая шоу-матчи. Единым турниром был ежегодный краткий Столичный Кубок Селебрити, проходивший в августе 2020–2022 годов, которого было недостаточно групповому посетителю.

Николай Осипов – идеологический вдохновитель, создатель и президент Winline МФЛ. В следствие этого он потрудился устроить из футбола блогеров шоу, по формату навевающее воспоминания известные лиги в мире: НБА, НФЛ и МЛБ.

Медийная футбольная лига (МФЛ) – это турнир между медийными футбольными командами. В первый раз данный турнир прошёл по схеме «весна-лето» в 2022 году [2]. Получив широкую огласку, МФЛ было принято расширить, но попытаться не растягивать на длительный период времени. В данный момент в турнире принимают участие 18 команд, разбитые на 2 группы. Впоследствии восьми туров четыре наилучшие команды из группы выходят в плей-офф, продолжая розыгрыш по олимпийской системе.

Первый сезон Winline МФЛ был положительно оценен футбольными обозревателями и с каждым следующим туром набирал все больше популярности. Постоянные стычки, жаркие пресс-конференции и старые обиды участников приковывали к себе внимание всех любителей медиафутбола. Некоторые футболисты РПЛ, ФНЛ и Второй Лиги приезжали поддерживать своих друзей, кто-то, как Денис Глушаков, и сам принимал участие в матчах Медиалиги.

После игр группового тура и четвертьфинальных матчей лучшие команды отправились в Нижний Новгород, где определились участники финального матча. Чемпионом первого сезона медийной футбольной лиги стала команда 2DROTS, обыгравшая команду Basement со счетом 4:0 на стадионе «ВТБ-Арена».

Во втором сезоне МФЛ команды были поделены на 2 группы: в группу «А» вошли Reality, «Рома», «Амкал», «На Спорте», «Бей Беги», Tamo Junto, «Родина Медиа», ФК «10» и Broke Boys; в группу «В» – ФК «Деньги», Watch TV (бывший «Матч ТВ»), Goats, SD Family, МФК «Рубин» (медиакоманда под эгидой ФК «Рубин»), 2DROTS, «Эгриси», Fight Nights и «Наши парни» (клуб от РФС). «Деньги» и Goats попали на МФЛ через голосование среди болельщиков на портале Sports.ru. Сезон стартовал 16 сентября 2022 года. После 2 тура в СМИ сообщалось об отъезде ряда участников команд из расположения клубов и отказ их продолжать участие по различным причинам. 5-й тур прошёл по экспериментальным правилам: удаляющая на 7 минут оранжевая карточка, чистое время – 25 минут в каждом тайме и др. Первым сыгранным матчем по уникальным правилам стал «Бей Беги» – Tamo Junto (1:2), в котором бразильцы

забили гол красным мячом (считающимся за два и ставшим победным) и получили первую оранжевую карточку. После проведения тура Николай Осипов объявил об оставлении некоторых правил [1].

Место проведения матчей группового этапа – стадион «Луч» в Москве (один матч прошёл на стадионе «Открытие Банк Арена», в планах также игры в Краснодаре), плей-офф – за пределами Москвы. В плей-офф выходят по 4 команды из каждой группы, финал намечен на 19 ноября на стадионе «Газпром Арена» в Санкт-Петербурге, за день до старта чемпионата мира 2022 в Катаре.

В данный момент МФЛ движется в сторону становления как профессиональной лиги. Практически всякому новому тренду в начале своего развития предстоит пройти через негативное отношение общества. И «медиалига» не является исключением. Положительными моментами являются: повышение интереса молодого поколения к футболу в общем, нововведения в судействе и др., что в свою очередь способно также поднять интерес к РПЛ. Также появляется возможность создания четвертой по силе лиги, которая могла бы объединить наилучшие клубы ЛФЛ, ЮФЛ и др.

Список литературы

1. Медиалига – что это? Metaratings рассказывает историю появления турнира: как появился, для чего нужен, как туда попадают команды, особенности Медийной Футбольной Лиги. [Электронный ресурс]. – URL <https://metaratings.ru/blog/mediynaya-futbolnaya-liga-chto-eto-za-turnir/>.

2. Медийная футбольная лига [Электронный ресурс]. – URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/Медийная_футбольная_лига.

OVERVIEW OF THE MEDIA FOOTBALL LEAGUE

D. Yakovlev, I. Sorokin

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. «Mediafootball» has received significant development in the last three years. Initially, before the creation of the media football league, the leading members of the "media league" teams were media personalities (bloggers, etc.). Since the beginning of the creation of the media football league, the situation has changed dramatically. Currently, the teams of the «medialiga» have a professional football past (youth sports schools and various academies of professional Russian football clubs) almost 80% of the players.

Keywords: media football league, "media football", football.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ: СОВРЕМЕННЫЕ ТРАКТОВКИ И ПЕРСПЕКТИВЫ ВНЕДРЕНИЯ

М.Д. Ярошенко, В.Н. Тараторина

Вологодский государственный университет

Аннотация. В статье проанализированы современные трактовки понятия здоровьесберегающие технологии, предложены методы внедрения в высшие учебные

заведения, охарактеризованы структурные компоненты понятия. Здоровьесберегающие технологии – это функциональная система, многоаспектность медицинских и гигиенических средств, совокупность форм, средств и методов, которые направлены на сохранение здоровья.

Ключевые слова: здоровьесбережение, физическая культура, воспитание, сохранение здоровья, оздоровление.

Проблема воспитания здоровьесбережения как ориентация молодого поколения в образовательном пространстве приобретает особую важность, это объясняется ухудшением самочувствия, которое происходит из-за неблагоприятных социально-экономических условий, сложной экологической обстановки, низкого уровня культуры, интенсивного учебного процесса, направленного только на интеллектуальное развитие студента, не уделяя достаточного внимания физическому развитию, что приводит к необразованности по вопросам собственного здоровьесбережения. Термин «здоровьесберегающие технологии», как и «образовательные технологии» обрел особую популярность среди исследований современных ученых. Спектр толкований понятия «здоровьесберегающие технологии» достаточно широк: это формирование здорового образа жизни, культуры здоровья; также это множество медицинских или гигиенических средств и физкультурно-оздоровительные действия[1]. Многие отечественные ученые (Л. Тихомирова, А. Митяева) оценивают здоровьесберегающие технологии не как самостоятельную педагогическую технологию, а как характеристику образовательных технологий, то есть насколько она может сохранить здоровье личности, является ли она поистине здоровьесберегающей. Исходя из такого мнения необходимо согласиться с тем, что все технологии, которые реализуются в образовательном учреждении, являются здоровьесберегательными, ведь в образовательных учреждениях нет и не может быть ни одной технологии, которая бы негативно влияла на физическое или психическое состояние студентов.

В частности ученый В. Ефимова отмечает, что «здоровьесберегающие технологии» необходимо рассматривать как часть педагогики, которая изучает и разрабатывает цели, содержание и методы обучения здоровому образу жизни, которая направлена на решение вопросов здоровьесбережения в системе образования, гарантирует сохранение здоровья всех участников учебного процесса, как система знаний, которые должны обеспечить эффективность и результативность обучения вместе с сохранением здоровья учеников. Широкое толкование понятия "здоровьесберегающие технологии" объясняет разнообразие классификаций этих технологий. Обычно выделяют педагогические, медицинские, физкультурно-оздоровительные технологии, технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности и так далее. Российский исследователь Н. К. Смирнов предлагает такую классификацию здоровьесберегающих технологий: организационно-педагогические технологии; психолого-педагогические; учебно-воспитательные; социально адаптирующие и личностно-развивающие; лечебно-оздоровительные

технологии. А. Ващенко в сфере сохранения и укрепление здоровья учащихся выделила здоровьесберегающие, оздоровительные технологии, технологии обучения здоровью, воспитание культуры здоровья.

Оптимальными здоровьесберегающими технологиями для внедрения в высшие учебные заведения являются: физкультурно-оздоровительные (современные фитнес программы, игры, закалка организма), медико-гигиенические (здоровое питание, профилактические прививки, витаминизация), здоровьесберегающие образовательные технологии (инновационные технологии организации учебного процесса, технологии организации познавательной деятельности студентов, технологии воспитательной работы).

Приведем структурные компоненты здоровьесберегающих технологий:

- содержательный – наличие у студентов системы знаний и представлений о здоровьесбережении.

- мотивационно-ценностный – ценное отношение к здоровью, влияние на жизненные планы и профессиональную ориентацию;

- операционно-деятельностный – степень включения студента в целостную систему здорового образа жизни и в систему сохранения здоровья;

- эмоционально-волевой – психическая сфера жизнедеятельности студента.

Особенно широкий спектр оздоровительных технологий: физиотерапия, закалка, гимнастика, массаж, музыкальная терапия.

Изучение теоретических источников, собственные научные исследования свидетельствуют, что целесообразно классифицировать здоровьесберегающие технологии на основе того, кто является их ведущими субъектами. Относительно субъектности технологии целесообразно выделить: здоровьесберегающие обучающие технологии (реализуют преподаватели в учебном процессе); медицинские (реализовывают медицинские работники, психологи и социальные педагоги); физкультурно-оздоровительные (реализуются преимущественно преподавателями и специалистами по физической культуре во время занятий физической культурой и во внеучебной деятельности); комплексные (субъектами являются преподаватели, родители, психологи). Анализ трактовок учеными понятия здоровьесберегающих технологий свидетельствует, что ученые не рассматривают термин как «развитие здоровьесберегающих технологий». По нашему мнению, это необходимо сделать, поскольку здоровьесберегающие технологии постоянно меняются по направлению от технологий, способствующих поддержанию физического здоровья, к технологиям комплексного действия (благоприятно воздействуют на физическое состояние, интеллектуальный потенциал, самореализацию личности).

На основе анализа психолого-педагогических, философских источников нами предложено такое определение понятия «развитие здоровьесберегающих технологий» – это закономерные изменения здоровьесберегающих технологий на понятийном, структурном и функциональном уровнях, обеспечивающих их

преемственность и приводящих к возникновению качественно нового феномена – многофункциональной педагогической системы, в которой происходит укрепление физического, психического, интеллектуального, морального, эмоционального здоровья личности и ее успешная самореализация.

Однако в области здоровьесберегающих технологий остаются нерешенные проблемы. Уточнения требуют терминологическая база, а также содержательный и процессуальный компоненты новой системы обучения. Еще одной особенностью современных здоровьесберегающих технологий является многофункциональный характер: способствуют укреплению физического, психического, интеллектуального, духовного здоровья молодого поколения, самореализации личности.

Выводы. Ввиду тревожных тенденций к ухудшению состояния здоровья молодого поколения в XXI в., приобретает актуальность внедрение инновационных технологий, которые бы способствовали физическому и психическому развитию молодежи. Ведущими направлениями реализации идей продуктивного опыта развития здоровьесберегающих технологий являются: ориентация преподавателей на внедрение образовательно-двигательных технологий, осуществление взаимосвязи умственного, физического, нравственного воспитания в учебно-воспитательном процессе высших учебных заведений; проведение научных исследований по использованию здоровьесберегающих технологий.

Список литературы

1. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. – М.: АРКТИ, 2003. 272 с.
2. Старостина А.В. Повышение уровня развития младших школьников с ограниченными возможностями здоровья на уроках физической культурой /А.В. Старостина // Обзор педагогических исследований. – 2021. Том 3. №7. С. 185-190.
3. Старостина А.В., Старостина Ю.М. Проблемы организации занятий физической культурой со студентами с ограниченными возможностями здоровья / Старостина А.В., Старостина Ю.М. // Инновационные виды двигательной активности для лиц с ОВЗ и инвалидностью: сб. науч.-практ. статей / Мин-во науки и высшего образования РФ. – Вологда: ВоГУ, 2021. С. 76-81.
4. Старостина Ю.М., Старостина А.В. Дистанционное обучение студентов на занятиях физической культурой / Ю.М. Старостина, А.В. Старостина // XXIII Всерос. научно-практ. конференция. Ч. 6. Физическая культура. Спорт. Нижневартовск: Издательство НВГУ, 2021. С. 166-172.

HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS: MODERN INTERPRETATIONS AND PROSPECTS FOR IMPLEMENTATION

M. Yaroshenko, V. Taratorina

Vologda State University

Abstract. The article analyzes modern interpretations of the concept of health-saving technologies, proposes methods of implementation in higher educational institutions, characterizes the structural components of the concept. Health-saving technologies are a functional system, a multidimensionality of medical and hygiene products, a set of forms, means and methods that are aimed at maintaining health.

Keywords: health protection, physical culture, education, health preservation, health improvement.

РЕГБИ КАК ИНСТРУМЕНТ ПОДДЕРЖАНИЯ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

М.П. Яценко, Е.В. Ореховская

Кемеровский государственный университет

Аннотация. Статья анализирует регби как полезный для психофизиологического здоровья человека вид спорта. В ходе анализа литературных источников было установлено позитивное влияние регби на физиологическое и психологическое состояние человека. Выявлено потенциальное использование регби для воспитания продуктивной личности обучающихся. Выявлена необходимость уменьшить риски получения травм во время игры в регби.

Ключевые слова: регби, здоровье, личностные качества, спорт, воспитание, физиология

Регби-футбол – это группа контактных командных видов спорта с мячом, характеризующихся сочетанием динамических и контактных взаимодействий и передвижения игроков по полю с высокой интенсивностью [6]. Целью каждой команды является достижение определённого результата для получения очков в пользу своего счёта, а именно нанести мячом удар выше перекладины ворот или занести его в во вражескую зачётную зону. Особо популярны такие виды регби-футбола, как большой регби (он же регби-15), регби-7 и регби-5, в которых в каждой команде участвуют 15, 7 или 5 игроков соответственно.

Нами было предположено, что регби можно охарактеризовать в целом как положительно влияющий на психофизиологическое здоровье человека спорт, способный в том числе помочь в продуктивном становлении личности, так как в нём требуется развитие и применение множества навыков, как двигательных, так и интеллектуальных.

Актуальность данной статьи заключается в том, что регби является малораспространённым видом спорта на территории Российской Федерации, почти не фигурирующем в общественном дискурсе.

Цель – доказать положительное влияние регби как на психологические, так и на физиологические аспекты здоровья человека.

Рассматривая физиологическое здоровья, то стоит отметить о более слабой подверженности спортсменов-регбистов риску сердечных заболеваний. Из основных качеств, важных для регбиста, необходимо выделить выносливость и хорошую скорость бега [2]. Развитие этих навыков положительно влияет на работу сердца.

Более того, согласно исследованиям Ибрагимовой Э.Э. и Меситской В.С., у молодых людей, занимающихся регби, наблюдается более низкая частота сердечных сокращений, то есть их миокард работает в достаточно экономичном режиме. Для сравнения, в среднем у регбистов частота сердечных сокращений составляет 59,16 ударов в минуту, а у не занимающихся спортом данный показатель равен в среднем 81,64 ударам в минуту [3].

Потому данный вид спорта может внести свой вклад в сокращение числа страдающих заболеваниями сердечной мышцы в долгосрочной перспективе. Особенно на фоне того, что болезни, связанные с сердцем, как отмечает С. А. Шальнова, являются ведущей причиной смертности в РФ [8].

Современные исследования также отмечают положительное влияние регби на мускулатуру спортсменов, а связанные с этим видом спорта тренировки повышают физическую работоспособность и мышечно-скелетную массу тела. Отмечается и компенсация нехватки витамина D связанными с интенсивными тренировками в рамках регби, что может предупредить развитие миопатии [10].

Преобладание в регби силовых и скоростных действий требует от игроков подстраивать свои передвижения в зависимости от достаточно быстро изменяющихся условий на игровое поле, нестандартно сменять фазы нагрузки и отдыха и находиться в постоянном силовом контакте с соперником [4]. Данный характер игры развивает в спортсменах множество спортивных качеств и положительно сказывается на общем физиологическом состоянии организма.

Стоит, однако, отметить, что регби считается достаточно травмоопасным видом спорта. Тем не менее, статистические показатели количества травм в регби не выделяются на фоне других, более популярных видов спорта. Так, из расчёта количества травм на 1000 тренировок складывается следующая картина: 3,8 в регби, 3,7 в хоккее, 5,2 в боксе. Если же брать соотношение травм на 1000 спортсменов, то ситуация сложится следующая: 188 в регби, 159 в хоккее, в боксе – 127 [10]. В основном травмы вызваны неправильным выполнением спортивных действий и их потенциально можно избежать, если уделять больше внимания обучению технике безопасности, а также при наличии тщательного наблюдения со стороны тренера.

Что касается психологических аспектов, то здесь также вносит свой вклад интенсивный темп игры с наличием часто сменяющихся действий, которые необходимо достаточно быстро координировать со своей командой – совокупность этих факторов позитивно влияет на формирование социальных и личностных качеств [1]. То есть, регби позволяет развивать такие личностные навыки, как энергичность, стрессоустойчивость, мобильность, работа в команде. Данные индивидуальные особенности являются желательными в современном постиндустриальном обществе.

Наличие в регби элемента соперничества, не позволяющего спортсмену достигнуть всех игровых результатов в одиночку, также развивает не только навыки работы в команде, но и индивидуальность отдельного игрока [1]. В целом это улучшает уверенность регбиста в своих силах не только в рамках отдельной игры, но и в более крупных социальных взаимодействиях, в том числе и в повседневной жизни.

Можно сделать вывод, что включение регби в программу образовательных учреждений или расширение числа внешкольных секций, посвящённых описываемому виду спорта, поспособствует формированию среди растущего поколения выше указанных личностных навыков.

Помимо этого, следует упомянуть, что регби используется как адаптивный спорт для лиц с ограниченными возможностями, вынужденных передвигаться на колясках, и в данном ключе использоваться в качестве инструмента как социальной интеграции, так и самореализации выше указанной группы населения [7]. Для такой цели зачастую используется тэг-регби [5]. Это бесконтактная форма регби, в которой необходимо сорвать ленту на липучке (так называемый «тэг») с пояса игрока. Утративший свою ленту игрок обязан совершить передачу мяча, чтобы получить обратно свой «тэг» и вернуться в игру.

Тэг-регби может быть использован также и для внедрения в школьную образовательную программу, совмещая в себе большую часть преимуществ регби-7 и регби-5, исключая при этом контактность и травмоопасность. Этот вид спорта подходит как для общего оздоровления подрастающего поколения и участию в формировании у них положительных индивидуальных черт личности, так и для последующей подготовки профессиональных спортсменов-регбистов.

Исходя из всего выше сказанного, мы можем сделать следующие выводы:

1. Регби-футбол обладает положительным влиянием на здоровье человека. Он может быть использован для поддержания стабильного состояния организма в долгосрочной перспективе, улучшения некоторых физиологических показателей и приведения тела в спортивную форму.

2. Регби-футбол, особенно менее травмоопасный тэг-регби, может быть использован в качестве дисциплины в рамках физического воспитания, развивая не только физические навыки, но и положительные индивидуальные качества, благоприятно сказываясь на психическом здоровье, участвуя в формировании продуктивной личности.

3. Необходимо уделять больше внимания обеспечению безопасности спортсменов при занятии регби и разработать особые подходы в рамках физического воспитания регбистов с целью снизить количество получаемых во время игры травм.

Список литературы

1. Арслонов К. П., Джураев Ж. Р. Роль физкультуры и спорта в содействии личностному и социальному развитию учащихся // Academy. 2020. №10 (61). С. 44-46.

2. Васильева В.Р., Коробейникова Е.И. Тэг-регби как вид спорта, способствующий формированию и развитию качеств, необходимых для успешного функционирования личности в современном обществе // Наука-2020. 2020. №2 (38). С. 93-96

3. Ибрагимова Э.Э., Меситский В.С. Занятия регби как одна из возможностей совершенствования адаптационных возможностей организма // Ученые записки Крымского федерального университета имени В.И.Вернадского. Биология. Химия. 2017. №4.

4. Минина Е.Н., Викулова Н. Н., Кухарук Р. А. Особенности вегетативной регуляции при адаптации к физической нагрузке регбистов 19-20 лет // НАУ. 2015. №4-6 (9). С. 114-116.

5. Митрохин Е.А. Современные формы занятий по физической культуре в вузах для студентов с ограниченными возможностями здоровья // МНИЖ. 2020. №6-3 (96). С. 70-75.

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

7. Сорокина Е.Л., Шишкина Т.И., Смирнова М. А. Соревновательная деятельность спортсменов с поражениями опорно-двигательного аппарата в регби на колясках как средство социальной интеграции и самореализации // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». 2018. №8. С. 93-96.

8. Шальнова, С.А. Ишемическая болезнь в России: распространенность и лечение (по данным клинико-эпидемиологических исследований) / С.А. Шальнова, А.Д. Деев // Терапевтический архив. – 2011. – 83 (1). С. 7–12.

9. Hootman J.M., Dick R., Agel J. Epidemiology of Collegiate Injuries for 15 Sports: Summary and Recommendations for Injury Prevention Initiatives J Athl Train. 2007, vol.42, N.2, pp.311–319.

10. Performance and anthropometric characteristics of Elite Rugby Players / F. Pasin, B. Caroli, V. Spigoni, A. Dei Cas, R. Volpi, C. Galli, G. Passeri // Acta Biomed. – 2017. – Vol. 88, No. 2. – P. 172– 177.

RUGBY AS A TOOL FOR MAINTAINING PSYCHOPHYSIOLOGICAL HEALTH

M. Iatcenko, E. Orekhovskaya

Kemerovo State University

Abstract. The article analyzes rugby as a kind of sport useful for the psychophysiological health of a person. During the analysis of literary sources, the positive impact of rugby on the physiological and psychological state of a person was established. The potential use of rugby for the education of the productive personality of students is revealed. The need to reduce the risk of injury while playing rugby has been identified.

Keywords: rugby, health, personal qualities, sports, education, physiology.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ОРГАНАХ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

С.П. Ячменев, А.П. Голодов, К.Ю. Хаченкова

*Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел РФ
Краснодарская Академия Министерства внутренних дел РФ
Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Лобачевского*

Аннотация. В этой статье обосновывается широкое физическое воспитание и охват ОВД. Проводится исследование структурно-логической системы подготовки высококвалифицированных кадров. Рассматривается как организация занятий физкультурой на специально отведенных уроках, так и самостоятельное выполнение физических упражнений. Предполагается, что можно заинтересовать курсантов, в том числе участием в соревнованиях на уровне профессиональных спортсменов.

Ключевые слова: возникновение культуры; спорт; профессиональная подготовка; курсанты, сила взрыва; специальные средства.

Очевидно, что невозможно совмещать спорт высоких достижений и полицейскую службу. Но при этом много сотрудников ОВД желают заняться спортом и поддерживать здоровый образ жизни. Поэтому сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических качеств и повышение работоспособности сегодня становятся важнейшими задачами военно-учебного заведения.

Действуя в соответствии с этими принципами, большинство курсантов внимательно относятся к своему здоровью; для них спорт является неотъемлемой частью жизни, даже вне тренировок. Основы этих мнений формируются и поддерживаются во всех учебных заведениях страны [2, с. 13-16].

Также отметим ситуацию, когда в МВД (как, впрочем, и в других силовых ведомствах) всегда существовала система привлечения на службу сильных спортсменов, в первую очередь, – для участия в представительных турнирах правоохранительных органов. Многие из них лишь формально являлись сотрудниками, фактически же они были полностью освобождены от служебных обязанностей и сосредоточены на спорте высоких достижений, постоянно тренируясь и защищая честь ОВД-УВД-МВД (и так далее, по восходящей) на турнирах различного уровня. Отдел выплачивал им денежное довольствие, командировочные, создавал необходимые условия для спортивного совершенствования. При этом происходила и популяризация любительского спорта, ибо к занятиям с ними тянулись и другие сотрудники.

В 1990-ые и в начале 2000-ых в тогда ещё милицейском ведомстве начался своего рода бум на профессиональных спортсменов. Были и недопустимые сегодня случаи зачисления в штаты сотрудника-спортсмена.

Возможно возрождение этой практики уже в эффективном, легальном виде, когда наибольшую ценность будут представлять не все сотрудники-спортсмены, а лишь знаковые, способные «выстрелить» на крупном турнире

или дать результат по культивируемым в ведомстве видам спорта. На соревнованиях под эгидой МВД должны выступать лишь действительные сотрудники, а не приглашённые полупрофессиональные спортсмены. Только тогда это можно будет назвать честной спортивной борьбой.

Но не только лишь профессиональный спорт может привлекать курсантов и действующих сотрудников ОВД. Универсальной методикой тренировок для поддержания собственного физического здоровья в данном случае становится кроссфит.

Кроссфит – это методология общей физической готовности (GPP), созданная Греггом Глассманом. Crossfit утверждает, что реальный фитнес является «широким, общим и инклюзивным». Например, кто-то, кто является марафонцем мирового класса, как правило, избавляется от лишней мышечной массы и жира, оптимизируя свою беговую форму и максимизируя свои аэробные возможности. Однако такие бегуны не являются сильными, ловкими, гибкими. Даже марафонец мирового класса не смог поднять свой собственный вес.

Были люди, которые могли бегать в течение долгих часов, но были настолько тощими и слабыми, что им было бы трудно нести свой собственный багаж через аэропорт, и были мускулистые люди, которые ходили в тренажерный зал и иногда поднимали внушительное количество веса, но делали так мало спортивных или других движений, что едва могли дотронуться до своих пальцев на ногах.

Утверждение кроссфита заключается в том, что спортсмен, который пусть и не сможет пробежать марафон, но при этом способен поднять вес вдвое больше своего, обладает уровнем физической подготовки, который гораздо полезнее для повседневной жизни [1].

Действительно, большинство людей, пытаясь улучшить свою физическую форму, склонны делать это в одной модальности (например, стать бегуном или начать поднимать тяжести). Кроссфит смешивает движения из гимнастики, пауэрлифтинга, плиометрии, движений с весом тела (отжимания, подтягивания, выпады), тренировок с гириями и традиционных движений на выносливость (бег, гребля, езда на велосипеде). Для этого используемые временные области, движения и нагрузки варьируются для тренировки каждого из трех метаболических путей (фосфагенного, гликолитического и окислительного).

Тренировки состоят из функциональных движений, которые наращивают силу, мощь и скорость. Благодаря своему разнообразному характеру этот метод обучения держит курсантов занятыми, заинтересованными в спорте – каждый день вы можете попробовать новые упражнения.

Движения выполняются с высокой интенсивностью, что помогает увеличить работоспособность и улучшает общую подготовку. Большинство посетителей тренажерного зала набирают силу и теряют лишний вес.

Здесь вы делаете столько упражнений, сколько можете за определенное время, независимо от того, какие комбинации упражнений это могут быть, от

прыжков со скакалкой до подтягиваний, прыжков в коробку, бега и тяжелой атлетики.

В другом типе занятий есть определенное количество времени, чтобы выполнить как можно больше повторений различных упражнений [2].

Более того, кроссфит проводится в группах, так что вы тоже соревнуетесь с другими людьми. Это толкает вас к победе сильнее. Никто не хочет приходить последним. Это как иметь личного тренера, призывающего вас работать усерднее. Более того, он дает вам конкретное измерение вашего прогресса, особенно когда вы выполняете одну и ту же тренировку во второй или третий раз.

Подходит ли кроссфит молодым курсантам?

Около 42 процентов практикующих кроссфит находятся в возрасте от 24 до 34 лет. Более 19 процентов находятся в возрасте от 35 до 44 лет. Еще восемь процентов старше 45 лет, а три процента – 65 лет и старше. Однако возраст – не единственный фактор, который следует учитывать. Ваш уровень физической подготовки имеет наибольшее значение. Этот метод тренировки лучше всего подходит для курсантов, которые уже находятся в хорошей форме. Если они никогда не ходили в спортзал и не поднимали тяжести, потребуются обычные занятия, чтобы улучшить свою физическую форму, прежде чем заниматься кроссфитом.

Итак, в отличие от других фитнес-программ, кроссфит нацелен на все аспекты фитнеса, такие как ловкость, скорость, выносливость, баланс, сила, гибкость, координация и выносливость.

Преимущества тренировки CrossFit часто делают усилия стоящими и включают в себя улучшение здоровья, повышение функциональности, увеличение энергии и поддержку роста мышц, среди прочего [3]:

- Улучшает физическую подготовку и универсальность
- Быстрая потеря веса.
- Улучшает способность преодолевать или превосходить физические плато
- Обеспечивает отличную систему поддержки сообщества для успеха
- Улучшает мотивацию
- Повышает здоровье сердца
- Повышает личную уверенность
- Поддерживает подвижность суставов
- Укрепляет общую физическую функциональность
- Увеличивает энергию и выносливость
- Повышает гибкость
- Способствует тону мышцам
- Повышает самооценку и уверенность в себе
- Помогает развивать отношения с единомышленниками

По сравнению с тяжелой атлетикой и пауэрлифтингом, кроссфит – это новое спортивное явление, новый способ показать спортивное мастерство, смешанное с элементами олимпийской тяжелой атлетики, пауэрлифтинга,

гимнастики, бега, гребли, скалолазания и еще нескольких видов спорта [4]. Для курсанта это отличная стратегия стать сильными и подтянутыми благодаря упорной работе и преданности кроссфит-образу и в повседневной жизни.

Также рекомендуется прикладной характер занятий.

Так, по мнению специалистов, в военно-учебных заведениях на учебных занятиях и занятиях по физической культуре во внеучебное время большое внимание уделяется психофизической подготовке курсантов. С другой стороны, пристальное внимание к физической подготовке со стороны администрации учебных заведений иногда не находит понимания у некоторых курсантов. Они высказывают мнение, что на работе вам не придется пробегать идеальную сотню метров, а стрельба из оружия не потребует значительных физических нагрузок. Большинство курсантов легко сдают установленные нормативы и не испытывают затруднений с предметом. Главной задачей дисциплины является укрепление физического здоровья, столь важного для представителя этой профессии [4, с. 84-87].

Кадеты – это особая социальная группа. Учебный процесс подготовки к будущей работе включает в себя все виды жизнедеятельности курсантов: воспитательную работу, занятия физкультурой и спортом, организованный отдых, в том числе организуемый ими самостоятельно. И физическая нагрузка должна отражать специфику воспитательной работы и быта курсантов.

В этом возрасте происходят ускоренные процессы формирования личности, характеризующиеся огромной тягой к активной и творческой деятельности, сильной чувствительностью ко всему новому и негативным отношением ко всему, что застаивается. С поступлением в высшее военное учебное заведение у курсанта меняются жизненные приоритеты и ценности, что способствует его серьезному отношению к физическим упражнениям и спорту.

Основным показателем мотивации курсантов является выполнение нормативов. Основные нормативы по предмету – бег на 100, 3000 метров и стрельба в перекладину. Средний балл по этим трем кредитам, возможно, фиксируется в дипломе, что является дополнительной мотивацией для хорошей успеваемости по предмету.

Следующий вид мотивации – занятия спортом. Помимо легкой атлетики, в программу входят волейбол и баскетбол. Для освоения техники в игровых видах спорта также даются текущие конспекты. С наибольшими трудностями при выполнении этих упражнений сталкиваются курсанты, поступившие в учебное заведение в зрелом возрасте.

Инновационный подход – системная физическая подготовка, направленная на изучение основ теории, методов и техники выполнения физических упражнений. Должна быть постоянная методическая помощь преподавателей – курсанты сами могут заниматься спортом самостоятельно. Таким образом, курсанты не испытывают затруднений в выборе методов физического самосовершенствования, соответствующих их возрасту, полу и

индивидуальным особенностям в силу их достаточно большого количества, а также в составлении программ индивидуальной подготовки [1, с. 28-32].

На первом этапе формируется интерес к занятиям физическими упражнениями, стремление к самосовершенствованию.

Для этого применяются следующие формы занятий физкультурой:

- легкая атлетика – бег с чередованием дистанции, прыжки, метания; бег на определенные дистанции на время, повышает выносливость курсантов как будущих сотрудников ОВД;

- гимнастика – упражнения на перекладине, брусьях, канате и других снарядах;

- динамичные нагрузки в рамках активного досуга на природе;

- холостая и боевая стрельба с патронами с постоянным и бесплатным доступом к тире;

- силовые упражнения – дополнительно, во внеучебное время, посещение тренажерных залов на территории и вне учебного заведения;

- как групповые, так и индивидуальные упражнения, в том числе – игровые виды спорта – футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис [3, С. 36-38].

Не менее важен процесс соревнования между несколькими курсантами, по возможности, или командные игры – это мотивирует на победу, позволяет проявить свое мастерство, выявить ошибки и сравнить себя с другими [3, с. 36-38].

Опора на наименее развитое физическое качество решает важнейшую и трудную задачу по пробуждению у курсанта интереса к физическим упражнениям. Индивидуальный упор на наименее развитые физические (двигательные) качества обосновывается действующей системой рейтинга, в которой по нормативам эффективность физических упражнений в отдельных видах спорта определяется по программе [4, с. 84-87].

Поэтому еще одной формой мотивации является фиксация результата. Сопоставление полученных данных исследования позволяет определить изменения в психофизической подготовке лиц, вовлеченных в процесс проведения занятий. Положительная динамика повышения психофизической подготовленности курсантов позволяет использовать на занятиях различные системы физических упражнений и разные виды спорта.

Еще одним методом мотивации является наличие в образовательном учреждении спортзала с постоянным доступом, использование тренажеров в учебно-тренировочной работе позволяет комплексно воздействовать на организм занимающихся, выборочно развивать определенные физические качества, индивидуализировать нагрузку и поддерживать двигательная плотность урока.

Поэтому проведение занятий по самостоятельной психофизической подготовке курсантов предполагает использование современного и технически элементарного оборудования [2, с. 13-16].

Таким образом, особое внимание следует уделить прикладному характеру курсов и развитию навыков, необходимых для сотрудников полиции, в частности навыков самообороны, борьбы, отработки действий полиции по защите от невооруженного или вооруженного преступника.

Только после освоения основных принципов и приемов можно закрепить сформированную технику и перевести ее на уровень автоматического исполнения, что позволит исключить человеческий и психологический фактор.

Список литературы

1. Витютнев Е.Е. Классификация боевых приемов раздела специальной физической подготовки сотрудников ОВД и ведущие физические качества, обуславливающие их выполнение в профессиональных ситуациях / Е. Е. Витютнев, К. Ю. Чернышенко // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2013. – № 3. – С. 28-32.

2. Карпов В.С. Специальная методика психологической подготовки сотрудников органов внутренних дел к выполнению задач в условиях вооруженного конфликта. Учебно-методические материалы. – М., 2017. – С. 443.

3. Литвин Д.В. Формирование у сотрудников полиции специальных навыков, необходимых для несения службы в экстремальных ситуациях: учебно-методическое пособие: доп. МВД РФ / Д. В. Литвин [и др.]; Департамент гос. службы и кадров МВД РФ. – Москва: ДГСК МВД России, 2016. – 80 с.

4. Чернышенко Ю.К. Соотношение сущностных характеристик феноменов общей физической и профессионально-прикладной физической подготовки / Ю.К. Чернышенко, А.Б. Медников, Е.Е. Витютнев, К.Ю. Чернышенко // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2013. – № 4. – С. 84-87.

5. Хаченкова К. Ю., Дятлова К.Д., Аракелян Г.Л. Круговая тренировка как средство совершенствования предпрофессиональной физической подготовки сотрудников полиции // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2021. Т. 6. № 2. С. 90-97.

6. Аракелян Г. Л., Бичан Н.В., Мантуров О.С. Стратегии конструирования телесности и формирования здорового образа жизни обучающихся образовательных организаций МВД России // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2022. № 1(67). С. 113-118.

PHYSICAL EDUCATION IN INTERNAL AFFAIRS BODIES

S. Yachmenev, A. Golodov, K. Khachenkova

Rostov Law Institute Ministry of Internal Affairs of the Russia

Krasnodar Academy Ministry of Internal Affairs of the Russia

Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod

Abstract. This article substantiates extensive physical education and coverage of ATS. There is a study of the structural-logical system of training highly qualified personnel. It is considered both the organization of physical education classes at specially allocated lessons, and the independent performance of physical exercises. It is assumed that it is possible to interest cadets, including participation in competitions at the level of professional athletes.

Keywords: the emergence of culture; sport; professional training; cadets, the force of the explosion; special means.

СПОСОБЫ ОБРАЗОВАНИЯ НОВЫХ СЛОВ СПОРТИВНОЙ ТЕМАТИКИ В РУССКОМ ЯЗЫКЕ

Е.И. Яценко

Смоленский государственный медицинский университет

Аннотация. В связи с развитием в России новых видов спорта и форм активного отдыха существует потребность в регулярном пополнении спортивной терминологии. Цель данного исследования – выявить наиболее продуктивные способы образования новых слов спортивной тематики посредством отбора в словарях и современных журналах лексических единиц и их анализа с точки зрения способа словообразования и происхождения.

Ключевые слова: словообразование, способы словообразования, спортивная лексика, спортивная терминология

Одной из позитивных тенденций в современном обществе является возрастающий интерес к здоровому образу жизни, заботе о физическом и ментальном здоровье, активному отдыху, занятиям физкультурой и спортом. Развитие новых спортивных дисциплин и форм проведения досуга требует пополнения вокабуляра спортивной тематики новой терминологией. Цель данного исследования – выявить наиболее продуктивные способы образования новых слов спортивной тематики посредством отбора в словарях и современных журналах лексических единиц и их анализа с точки зрения способа словообразования и происхождения. Результаты проведенного словообразовательного анализа могут стать инструментом языкового прогнозирования в отношении перспектив развития лексики спортивной тематики, что определяет практическую значимость исследования.

Способы словообразования лексических единиц спортивной тематики

1. *Префиксальный, или приставочный*, способ словообразования выражается в прибавлении префикса к выступающему в роли производящей основы слову: *пере-прыгнуть, пере-плыть, со-скок*. В наше время особенно продуктивными являются следующие префиксы: *пред-, против-, раз- и за-*

(*пред-олимпийский, противо-действие, раз-бег, раз-гон (гора разгона), за-плыв, за-бег*), реже: *про-, вы-* (*про-игрыш; вы-игрыш*), а в заимствованиях: *анти-, супер-, псевдо-* (*анти-футбол, супер-снайпер, псевдо-тренер*).

2. **Суффиксальный** способ словообразования осуществляется путем прибавления к производящей основе суффикса: *спорт-ивн-ый*. Среди наиболее продуктивных суффиксов можно выделить следующие: *-ка, -ник* (*лыж-ник, кон-ник, защит-ник, против-ник, сопер-ник*), *-ец, -(ль)щик* (*защит-ник, десятибор-ец, боле-льщик*). Они являются исконно-славянскими. Малопродуктивными являются: *-ун* (*бег-ун, прыг-ун*), *-овик, -унья* (*бег-унья*), *-иха* (*пловч-иха*). Как видно из примеров, данные суффиксы используются в образовании названий лиц. Суффиксальным способом образуются не только существительные, но и прилагательные. Например, «Россия – родина *гиревого* спорта».

3. **Префиксально-суффиксальный** способ словообразования заключается в одновременном присоединении к производящей основе приставки и суффикса. Обратимся сразу к примерам: **вы-брас-ыва-ние** [мяча], **пере-клад-ин-а**, **полу-защит-ник**, **на-вяз-а-ть** [свою игру], **не-о-жид-а-нн-ый** [удар], **на-локот-ник**, **в-сад-ник**, **пере-да-ч-а** [мяча, шайбы], **пере-кид-к-а** [5].

4. **Постфиксальный** способ реализуется путем прибавления к производящей основе постфикса *-ся (-сь)* (*гнуть-ся, разминать-ся, тренировать-ся, нагибать-ся*).

5. **Словосложение** – способ морфологического словообразования, при котором путём объединения двух и более основ образуется новое слово. Словосложение считается одним из наиболее продуктивных способов словообразования: *спортсмен, рекордсмен* (образованные посредством добавления слова английского происхождения *мен* и интерфикса *-с-*), *легкоатлет, троеборец, первоурядник, лыжник-гонщик, лыжник-спортсмен, лодка-каное, матч-турнир* и др. Например, в составе другого компонента сложного слова *лыжник-спортсмен* мы находим целое сложное слово (ср. *спортсмен* – слово иностранного происхождения – или *борец-супертяжеловес* – слово, состоящее из трех элементов, в том числе интернационального морфемы – префикса *супер-*, что представляет собой очень редкое явление). Надо отметить также участие имен числительных в качестве первого компонента сложного слова, а именно количественного, порядкового и собирательного или количественного наречия: *троеборье, двоеборье, пятиборье, многоборье*.

6. **Безаффиксный** способ словообразования, т. е. лишённый словообразовательных элементов. Здесь производящая основа без присоединения каких-либо аффиксов становится основой существительного [3]: *полететь – полет, присесть – присед, вывихнуть – вывих* [5].

7. **Аббревиацией** называется искусственный способ словообразования путем соединения элементов слов, входящих в состав словосочетания. В русском языке иноязычные аббревиатуры получают русские грамматические

элементы – род, падеж и др. В научной литературе описываются следующие разновидности аббревиатурного способа словообразования:

а) из начальных слогов целого словосочетания: *физрук* – *физкультурный руководитель*;

б) из начальной части одного слова и целого другого слова: *физкультура* – *физическая культура*, *физподготовка* – *физическая подготовка*, *физзарядка* – *физическая зарядка*;

в) из алфавитных названий начальных букв слов, составляющих словосочетание: *МОК* – Международный Олимпийский Комитет. На французском – *Comité international olympique*. На английском – *International Olympic Committee*. МОК был основан в Париже для возращения Олимпийских игр и пропаганды олимпийского движения, потому можно предположить, что аббревиатура имеет французские корни. *УЕФА* – Союз европейских футбольных ассоциаций. Аббревиатура английского происхождения – *Union of European Football Associations*, сокр. *UEFA* [2];

г) из начальных звуков слов исходного словосочетания: *ФИФА* – Международная федерация футбола (фр. *Fédération internationale de football association*, сокр. *FIFA*). ФИФА была основана в Париже, именно место ее основания стало причиной того, что в общепринятых полном и сокращенном названиях используется французский язык [2]. *ИВФ* – Международная Федерация тяжелой атлетики. Аббревиатура пришла с английского языка (*International Weightlifting Federation*). Несмотря на то, что членами федерации являются тяжелоатлеты федераций разных стран мира, устав ИВФ написан на английском языке. Аббревиатура *ИААФ* пришла из английского языка (*International Association of Athletics Federations*) и обозначает Международную ассоциацию легкоатлетических федераций.

8. **Лексико-семантический** способ словообразования: слово возникает в результате расщепления одной многозначной лексемы на омонимы: 1) *балка* – часть сооружения, брус, опирающийся на что-нибудь в нескольких точках (на стены, устои); 2) *балка* – лощина, ложбина, овраг, иногда большой протяжённости, с поросшими травой склонами [1].

9. **Лексико-синтаксический** способ словообразования: возникновение новых слов в результате сращения в одну единицу целого словосочетания. Части слова-сращения по морфемному составу не отличаются от слов в производящем словосочетании. При перестановке компонентов они легко преобразуются в обычные словосочетания, не требуя никаких изменений. Например, сначала было словосочетание «быстро бегущий», где опорное слово «бегущий» выражено прилагательным, которое перешло в разряд существительного, а зависимый компонент выражен наречием. Затем произошло слияние компонентов словосочетания в одну лексическую единицу, выраженную причастием, – *быстробегущий*. Слово *супертяжеловес* является результатом сращения словосочетания «борец супертяжёлого веса», образованного, в свою очередь, от сочетания «борец тяжёлого веса» при помощи интернационального по своему происхождению префикса супер-

10. **Морфолого-синтаксический** способ словообразования: слова образуются за счёт перехода слов из одной части речи в другую, приобретая новое значение и теряя ряд грамматических признаков. Меняются их морфологические признаки и синтаксическая роль. Выделяют несколько разновидностей морфолого-синтаксического способа:

а) переход в существительные или субстантивация. В словосочетании «*сборная команда по баскетболу*», слово «сборная» является прилагательным, однако может перейти в разряд существительного – «*Сборная ленинского района выступает на соревнованиях*». Или «*Нападающий игрок вырывается вперёд*»: «нападающий» здесь является причастием, но в предложении «*Нападающий забивает гол*» причастие стало выступать в качестве существительного.

б) переход в прилагательные или адъективация: «*Первый в ряду сделал шаг вперёд*» – в этом предложении слово «первый» является числительным, а в словосочетании «*первый спортсмен в городе*» «первый» имеется в виду не по счету, а по значимости, т. е. 'лучший, самый сильный'. В этом значении анализируемое слово выступает в роли прилагательного.

в) переход в местоимения или прономинализация. Например, в словосочетании «*известный спортсмен*» слово «известный» выполняет функции прилагательного и означает 'такой, о деятельности которого все хорошо знают, пользующийся славой' [1], а в предложении «*Команда выиграла матч при известных условиях*» «известных» переходит в разряд местоимения в значении 'этих, таких'. Или в предложении «*О данных об информации с матча расскажут журналисты*» «данные» – существительное, а в предложении «*Спортсмен высказывался по данному (этому) вопросу*» – местоимение.

г) переход в наречия или адвербиализация. Сравним два предложения: 1) «*Медленным шагом шли альпинисты в гору*»: здесь слово «шагом» является существительным; 2) «*Спортсмены шли шагом*»: «шагом» – наречие.

д) переход в служебные части речи. Слово «благодаря» в зависимости от речевой ситуации может быть деепричастием или производным предлогом. Например, «*Тренер команды радостно встречал спортсменов с соревнований, благодаря за победу и целеустремлённость*»: «благодаря» выступает в роли деепричастия; «*Благодаря ему мы выиграли игру*»: от деепричастия образована служебная часть речи – производный предлог «благодаря», который употребляется в сочетании с существительным (в данном примере местоимением) в форме дательного падежа. В таких синтаксических конструкциях деепричастие потеряло признак действия и употребляется, когда идёт речь о причинах, вызывающих положительный эффект или результат действия. Например, «*Благодаря слаженности игроков команда завоевала победу*»: здесь «благодаря» – производный предлог, синонимичный производному составному предлогу «из-за».

е) переход в междометия. В предложении «*Отдай ему нас*» «нас» – существительное, но в восклицании «*Пас!*» «нас» выступает в роли междометия. Стоит также обратить внимание на слово «*кругом*», которое может являться наречием или междометием в зависимости от контекста.

Рассмотрим предложение «Кругом было безмолвие»: анализируемое слово выступает в качестве наречия; но, например, в предложении «На уроке физкультуры преподаватель говорит ученикам – *кругом!*» «*кругом*» – междометие. Принадлежность таких слов той или иной части речи определяется только в контексте – в составе словосочетания или предложения [4].

11. **Префиксально-постфиксальный** способ – аффиксальный способ словообразования глаголов, при котором в качестве дериватора используется функциональное единство префикса и постфикса: *бежать – про-бежать-ся, разминать – по-разминать-ся, тянуть – растянуть-ся*.

12. **Суффиксально-постфиксальный** способ – аффиксальный способ словообразования глаголов, при котором дериватором служит функциональное единство суффикса и постфикса: *присесть – присаж-ива(ть)ся*.

13. **Префиксально-суффиксально-постфиксальный** способ – это аффиксальный способ образования глаголов, при котором к производящей основе присоединяются одновременно префикс, суффикс и постфикс: *бросать – пере-брас-ыва-(ть)-ся* [3].

Спортивная лексика с точки зрения ее происхождения

Новые слова создавались не только из имеющихся в русском языке словообразовательных элементов (корней, суффиксов, приставок), но также морфем и устаревших слов, заимствованных из других языков в результате межкультурных экономических, политических и культурных связей. Если рассматривать лексику современного русского языка с точки зрения ее происхождения, то можно выделить не только исконно русские слова, но и заимствованные. Исконно русская лексика неоднородна по своему составу и состоит из нескольких пластов, а именно: индоевропеизмов, общеславянских слов, а также восточнославянской лексики и собственно русской лексики. Примеры: *защитник* (корень *защит-*, суффикс *-ник*) – «участник, игрок защиты», *игрок* (корень *игр-*, суффикс *-ок*) – «участник игры», *перекладина* (приставка *пере-*, корень *-клад-*, суффикс *-ин-*, окончание *-а*) [1]. Большое влияние на формирование лексики современного русского языка оказал старославянский язык: имя существительное «*вратарь*» употребляется в русском языке в значении ‘игрок, защищающий ворота’ [1], оно было образовано от славянского слова «*врата*»: к основе производного слова *врат-* присоединился суффикс *-арь* со значением ‘субъект действия’. Отличительным признаком старославянизма является неполногласное сочетание *ра* в корне, в русском слове ему соответствует полногласное сочетание *оро*: *врата* – *ворота*.

На современном этапе развития лексической системы русского языка наблюдается активное пополнение спортивной лексики иностранными словами. Заимствование бывает оправданным в тех случаях, когда заимствованное слово заполняет недостающую реалию в языке. Самый простой случай появления нового слова или выражения – это образование новой реалии, которая уже вошла в жизнь людей за границей и получила свое наименование на одном из иностранных языков. Для обозначения новой реалии не обязательно брать

иноязычное слово, можно воспользоваться словообразовательными возможностями русского языка, но иногда оказывается проще, не прибегая к словообразованию, использовать готовое слово. Спортивная лексика современного русского языка активно пополняется словами английского происхождения: *бейсбол* (англ. baseball, от base – база, основание и ball – мяч); *гандбол* (англ. handball, от hand – рука и ball – мяч); *волейбол* (англ. volleyball, от volley – отбивать на лету и ball – мяч) [2]. Под влиянием английского языка возникают вариативные спортивные термины, например: *голкипер* – вратарь [1]. Одним из продуктивных способов заимствования слов спортивной тематики является калькирование, т. е. «построение лексических единиц по образцу соответствующих слов иностранного языка путем точного перевода их значимых частей или заимствования отдельных значений слов» [4]. Кальки делятся на два вида: словообразовательные и семантические [3]. Словообразовательные кальки возникают в результате буквального перевода на русский язык каждой из значимых частей (приставки, корня, суффиксов и т. п.) иноязычного слова. Таким образом, в русском языке появляется выражение *гостевая победа* (англ. visitor win). Семантическими кальками называются слова, в которых заимствованным является значение. Путем семантического калькирования в русском языке появились, например, следующие выражения: *трансферное окно* (англ. transfer window) – период времени, в который происходит переход игрока из одного клуба в другой; *фигурное катание* (англ. figure skating); *домашний матч* (англ. home match); *компенсированное время* (англ. compensation time). Кроме полных словообразовательных и семантических калек, в русском языке немало так называемых полукалек, т. е. слов, в которых объединены дословно переведенные иноязычные части и русские словообразовательные элементы. К полукалкам относятся, например, слова *четвертьфинал* (англ. quarter-final) и *полуфинал* (англ. semi-final): к латинскому корню -финал добавляются русские префиксы четверть- и полу- в указанном порядке.

Итак, при работе над исследованием было проанализировано 100 слов. Наиболее продуктивными способами образования спортивных терминов оказались: словосложение – 17 слов, префиксация – 14 слов, суффиксация – 13 слов, префиксально-суффиксальный способ словообразования – 9 слов, и аббревиация – 8 слов.

Список литературы

1. Ожегов С. И., Шведова Н. Ю. Толковый словарь русского языка: 80000 слов и фразеологических выражений / Российская АН.; Российский фонд культуры. 3-е изд., стер. М.: Азъ, 1996. 928 с.
2. Олимпийская энциклопедия / под ред. С. П. Павлова. М.: Советская энциклопедия, 1980. 415 с.
3. Современный русский литературный язык: учебник / П. А. Лекант, Н. Г. Гольцова, В. П. Жуков и др.; под ред. П. А. Леканта. 5-е изд., стер. М.: Высшая школа, 2001. 462 с.

4. Современный русский язык / Д. Э. Розенталь, И. Б. Голуб, М. А. Теленкова. 13-е изд. М.: АЙРИС-пресс, 2014. 448 с. (От А до Я).

5. Толковый словарь спортивных терминов: ок. 7400 терминов / сост. Ф. П. Суслов, С. М. Вайцеховский. М.: Физкультура и спорт, 1993. 351 с.

WAYS OF WORD FORMATION IN RUSSIAN SPORTS DISCOURSE

E. Yashchenko

Smolensk State Medical University

Abstract. The development of new sports and forms of outdoor activities in Russia requires regular updating of sports terminology. The aim of the current study is to identify the most productive ways of forming new sports terms by selecting lexical units in dictionaries and modern journals and analyzing them in terms of word formation and origin.

Keywords: word formation, ways of word formation, sports vocabulary, sports terminology.

Научное издание

**ПРИОРИТЕТНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ
РАЗВИТИЯ СПОРТА, ТУРИЗМА,
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ**

*Сборник тезисов докладов и статей
III Международной научно-практической конференции*

Нижний Новгород, 17 ноября 2022 г.

Печатается в авторской редакции

Ответственность за правильность, точность и корректность цитирования, ссылок и перевода, достоверность информации и оригинальность представленных материалов несут их авторы.

Формат 60×84 1/16.

Усл. печ. л. 52,4. Уч.-изд. л. 55,8.

Зак. 1095. Тираж 000 экз.

Отпечатано в типографии Нижегородского государственного университета им. Н.И. Лобачевского,
603000, г. Н. Новгород, ул. Б. Покровская, д. 37.