

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ИГРЫ SQUASH

*Салахова Ю.С., студент 5215 гр.,
Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и
туризма
Научный руководитель – к.п.н., доцент Агеева Г.Ф*

Что такое сквош? Сквош - игровой ракеточный вид спорта в закрытом помещении. Название игры (от англ. Squash) связано с использованием в ней относительно мягкого полого мяча диаметром около 40 мм, а её прародителем считается игра в ракетки (rackets или racquets - американский вариант названия) [1].

Сквош развился из пяти различных игр, где применялись ракетки, перчатки и мячи. Его корни уходят к началу XVI века. Как и для тенниса, для сквоша необходимы ракетки и мячи, но вместо того, чтобы перебрасывать мяч через сетку, как в теннисе, игроки ударяли по жесткому мячу, который отскакивал от стен. Такие игры становились все более популярны в различных учебных заведениях, особенно в английской школе Харроу [2].

Со временем, данный вид спорта стал популярен не только среди молодого поколения, но и более возрастной группы населения, так как у сквоша, как у вида спорта, есть множество своих плюсов:

1) Это игра для всех. Нет ограничений ни по возрасту, ни полу, ни комплекции. Не требуется даже особой физической подготовки.

2) Игра очень доступна: простые правила игры и не сложная техника. А экипировка для занятий (для любителей) стоит не так уж и дорого.

3) Полезна для здоровья. Сквош – отличная альтернатива длительным и изнурительным тренировкам в тренажерном зале. Полчаса игры дают довольно сильную нагрузку на все группы мышц.

4) К тому же, такие занятия позитивно влияют на работу сердечно-сосудистой и дыхательной системы, развивают гибкость и тренируют вестибулярный аппарат.

5) Зрелищность. Сквош всегда привлекает огромное число болельщиков. Особое удовольствие доставляет присутствие на играх, которые проходят на кортах с полностью стеклянными стенами.

Игра полностью изменилась после изобретения стеклянной задней стены, которая позволила намного большему количеству зрителей наблюдать матчи. Сплошная стеклянная стена, была разработана для полностью прозрачных кортов - в дальнейшем называемых 'Золотая рыбка'.

Большинство игроков в сквош предпочитают партнеров сравнимых физически, умственно и технически, так как даже небольшая разница приведет к подавляющему преимуществу в матче. На сегодняшний день не существует какого-либо международного стандарта оценки уровня игроков. Существует только деление на профессиональных и непрофессиональных игроков. В настоящий момент, к 2016 году, по данным Всемирной федерации сквоша корты для игры в сквош имеются не менее чем в 150 странах от Аргентины до Замбии, что говорит о популяризации и эффективном развитии этой игры по всему миру.

Список литературы

1. Чукашев, А.Н. Рекламные кампании как средство привлечения населения к спортивно-массовым мероприятиям / А.Н. Чукашов, Г.Ф. Агеева // Проблемы и инновации спортивного менеджмента, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма. Материалы II-ой Всероссийской научно-практической конференции. Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма; Под редакцией Г.Н. Голубевой. - 2016.- С. 295-299.

2. Grishina, I.N. MANAGEMENT OF THE SPORTS ORGANIZATIONS' MARKETING ACTIVITY / I.N. Grishina, V.I. Volchkova, G.F. Ageeva // Проблемы и инновации спортивного менеджмента, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма. Материалы II-ой Всероссийской научно-

практической конференции. Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма; Под редакцией Г.Н. Голубевой. - 2016. - С. 115-117.