

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

**МАТЕРИАЛЫ
НАУЧНОЙ И НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
ПРОФЕССОРСКО-ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКОГО СОСТАВА
КУБАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
(18 - 20 СЕНТЯБРЯ 2019 ГОДА, Г. КРАСНОДАР)**

Материалы конференции

**Краснодар
2019**

УДК 796(06)
ББК 75
М 34

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

Редакционная коллегия:

профессор *С.М. Ахметов*, профессор *А.А. Тарасенко*,
профессор *Г.Д. Александриц*, профессор *Ю.К. Чернышенко*,
профессор *А.И. Погребной*, профессор *М.М. Шестаков*,
профессор *Е.М. Бердичевская*, профессор *Т.А. Самсоненко*,
профессор *Г.Б. Горская*, профессор *И.Н. Калинина*

М 34 Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (18 - 20 сентября 2019 года, г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия С.М. Ахметов, А.А. Тарасенко, Г.Д. Александриц, Ю.К. Чернышенко, А.И. Погребной, М.М. Шестаков, Е.М. Бердичевская, Т.А. Самсоненко, Г.Б. Горская, И.Н. Калинина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019 – 312 с.

В сборнике материалов конференции представлены результаты исследований и разработок, проведенных профессорско-преподавательским составом в 2019-2020 учебном году по актуальным проблемам физической культуры и спорта.

УДК 796(06)
ББК 75

СОДЕРЖАНИЕ

Секция 1. ПОСТРОЕНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОЦЕССА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ	15
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРОВ	
А.И. Аришин, Е.А. Сальникова, М.С. Малиновский, Д.А. Стельмах	15
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БОРЦА ВОЛЬНОГО СТИЛЯ В КОНТЕКСТЕ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКА ЧЕРЕЗ ПЛЕЧИ ЗАХВАТОМ РУКИ И НОГИ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ИХ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА.....	
В.А. Баландин, Н.Р. Набиев.....	17
ОБУЧЕНИЕ БРОСКАМ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ	
В.А. Баландин, Н.Р. Набиев.....	20
ПРОГРАММА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ УСТОЙЧИВОСТИ ПОЛОЖЕНИЯ ТЕЛА В УПРАЖНЕНИЯХ НА БРЕВНЕ ГИМНАСТОК 10-11 ЛЕТ	
О.Ф. Барчо, Г.М. Свистун, С.Р. Махмутова.....	22
СОПРЯЖЕННОЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ГИМНАСТОК 11-12 ЛЕТ.....	
О.Ф. Барчо, И.В. Тихонова, А.А. Клиндухова	24
МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ДЕВОЧЕК 7-9 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ.....	
Н.В. Береслаская, Л.В. Жигайлова, А.С. Шефер.....	26
ОПРЕДЕЛЕНИЕ СОМАТОТИПА ГИМНАСТОК 7-9 ЛЕТ КАК ОДИН ИЗ ОСНОВНЫХ ФАКТОРОВ НАЧАЛЬНОГО ОТБОРА В СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ.....	
Н.В. Береслаская, Л.В. Жигайлова, А.С. Шефер.....	28
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БАСКЕТБОЛИСТОВ МАССОВЫХ РАЗРЯДОВ.....	
А.М. Глазин, М.А. Коновалова	30
ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ У ИГРОКОВ В НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ	
Л.А. Дмитренко, С.С. Даценко	32

ДИНАМИКА СТАТИСТИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МУЖСКОЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ ПО БАСКЕТБОЛУ КГУФКСТ В СЕЗОНЕ 2018-2019	35
Г.Н. Дудка	35
КОМПОНЕНТЫ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ НА БРЕВНЕ	38
Л.В. Жигайлова, Н.В. Береславская, А. Альшерафи.....	38
АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ 11-12 ЛЕТ В БАСКЕТБОЛЕ ЗХЗ	400
Е.А. Колесникова, Ю. Саврикова.....	40
ИЗМЕНЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ВОЙСКОВОЙ ЧАСТИ ВОЗДУШНО-КОСМИЧЕСКИХ ВОЙСК ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.....	43
В.В. Костюков, Р.А. Яневич	43
АЛГОРИТМ ПОДГОТОВКИ НАЧИНАЮЩИХ СУДЕЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ	45
О.Н. Костюкова, В.В. Костюков, Е.А. Колесникова, Т.А. Мосол, Н.В. Жигунова.....	45
СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ СОКРАЩЕНИЯ ОБЪЕМА ЧАСОВ	47
Е.Г. Маряничева, Н.Г. Скрынникова.....	47
ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ГАНДОЛИСТОВ	49
Д.А. Немец, А.В. Проскура.....	49
УРОВЕНЬ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПОЛИАТЛОНISTOV ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ	51
А.В. Погожев, А.И. Погребной	51
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ ГАНДОЛИСТОК... А.В. Проскура, В.А. Вязовская	53
53	
ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЗАЩИТНИКАМИ 16-17 ЛЕТ В ФУТБОЛЕ	55
В.В. Суворов	55
ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ СТРУКТУРЫ ФУТБОЛИСТОВ 12-13 ЛЕТ.....	57
В.В. Суворов	57
РОЛЬ ЖЕНЩИНЫ В СОВРЕМЕННЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ.....	59
И.В. Тихонова, П.Г. Омарова, А.А. Близнюк	59

ИГРОВЫЕ КОМПЛЕКСЫ В ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ БОРЦОВ	61
И.В. Тихонова, Ю.М. Схалюх, А.А. Карданов	61
ДИНАМИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОВ	64
В.И. Тхорев, Д.Э. Гурцкая	64
ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» МОДУЛЬ 4 «ГАНДБОЛ» ДЛЯ УЧАЩИХСЯ СРЕДНИХ КЛАССОВ	66
В.И. Тхорев, Д.Э. Гурцкая	66
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ И ГРУППОВЫХ ТЕХНИКО- ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В ЗАЩИТЕ У БАСКЕТБОЛИСТОК СТУДЕНЧЕСКИХ КОМАНД	68
А.А. Халявка, Е.А. Колесникова, И.А. Ляшко	68
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОРИЕНТИРЫ РАЗРАБОТКИ МЕТОДИКИ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОК 9-11 ЛЕТ ТЕХНИКЕ БРОСКОВ МЯЧА	70
М.М. Шестаков, К.В. Бурчуладзе	70
ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ НАГРУЗКИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО УПРАЖНЕНИЯ НА ТОЧНОСТЬ ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЯ ИНТЕРВАЛОВ ВРЕМЕНИ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 16-17 ЛЕТ	72
М.М. Шестаков, В. Краснянский	72
ОСОБЕННОСТИ ДИНАМИКИ БЫСТРОТЫ СЛОЖНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ РЕАКЦИИ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 16-17 ЛЕТ В ПРОЦЕССЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	74
М.М. Шестаков, З.Ю. Кячев	74
ОСОБЕННОСТИ ТОЧНОСТИ ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЯ УГЛОВЫХ ПАРАМЕТРОВ ДВИЖЕНИЙ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ РАЗНОГО ВОЗРАСТА	76
М.М. Шестаков, К.М. Лиев	76
ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ С МЯЧОМ ФУТБОЛИСТОВ РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В УСЛОВИЯХ ТРЕНИРОВОЧНОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	78
М.М. Шестаков, А.А. Мелкумян	78
ОСОБЕННОСТИ ИЗМЕНЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОПЕРАТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ В СВЯЗИ С ПОВЫШЕНИЕМ КВАЛИФИКАЦИИ	80
М.М. Шестаков, С.И. Музалев	80
ОСОБЕННОСТИ ИЗМЕНЕНИЯ МЫШЕЧНОГО ТОНУСА У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 16-17 ЛЕТ ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ НАГРУЗОК РАЗНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ	82
М.М. Шестаков, Н.В. Солодкая	82

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАВЕРШАЮЩИХ УДАРОВ ПО ВОРОТАМ ИЗ РАЗЛИЧНЫХ ЗОН ШТРАФНОЙ ПЛОЩАДИ У ФУТБОЛИСТОВ РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	84
М.М. ШЕСТАКОВ, А.В. ФРАНЧУК	84
 Секция 2. НАУЧНО-КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЕ И ЭКОНОМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА	
86	
КУЛЬТУРА СОЦИАЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ В СОЧЕТАНИИ С ПРИНЦИПАМИ ТОЛЕРАНТНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ	86
О.О. АЙВАЗЯН, А.А. КУКУШКИНА	86
ПОЛИТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ ПАРАЛИМПИЙСКОГО СПОРТА.....	89
Л.Г. БИТАРОВА, Ю.Г. Бич	89
ОСОБЕННОСТИ РУССКОЙ ПЕЙЗАЖНОЙ ЖИВОПИСИ	92
Ю.Г. Бич, В.Д. МАКСИМЕНКО	92
КЛИЕНТООРИЕНТИРОВАННОСТЬ КАК ИНСТРУМЕНТ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА УСЛУГ В ТУРИСТСКОЙ ИНДУСТРИИ.....	94
Е.В. ВАСИЛЕНКО	94
ЭКОНОМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ФУТБОЛА.....	96
С.С. ВОЕВОДИНА, О.А. АКУЛОВ	96
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ И РОССИИ	98
Е.П. ГЕТМАН.....	98
РЕКРЕАЦИОННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРИРОДНЫХ РЕСУРСОВ ДЛЯ ОТДЫХА (НА ПРИМЕРЕ ДИНСКОГО РАЙОНА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ).....	100
Л.И. ДЕМИДОВА	100
СРЕДСТВА ГИМНАСТИКИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ РЕЖИССЕРА МАССОВЫХ ВЫСТУПЛЕНИЙ И ПРАЗДНИКОВ	102
Е.А. ЕРЕМИНА, В.А. ИЛЬЧЕВА	102
О РОЛИ СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН В ФОРМИРОВАНИИ СОЛИДАРНОЙ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНА	104
Е.А. ЕРЕМИНА, Е.А. НАЙДЕНКО, А.В. ТОНКОВИДОВА.....	104
ПРИЕМЫ РАБОТЫ С АУДИОВИЗУАЛЬНЫМ МАТЕРИАЛОМ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ИЗУЧЕНИЯ РУССКОГО ЯЗЫКА.....	106
С.Г. КАЗАРИНА, Н.В. КАЗАРИНА, О.О.АЙВАЗЯН	106

РЕЗУЛЬТАТЫ I СЕВЕРО-КАВКАЗСКОЙ ОЛИМПИАДЫ 1915 ГОДА И ИХ ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ СПОРТА НА КУБАНИ В ДОРЕВОЛЮЦИОННЫЙ ПЕРИОД.....	109
Т.А. КЛАДОВА, Т.А. САМСОНЕНКО, Д.А. КРУЖКОВ	109
ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОГРАММНОГО КОМПЛЕКСА «САМО-ТУР» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПО НАПРАВЛЕНИЮ 43.03.02 «ТУРИЗМ».....	112
Д. А. КРУЖКОВ	112
КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ ПОДХОД В ПРЕПОДАВАНИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «КОМПЛЕКСНОЕ ТУРИСТСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ» ..	115
Д.А. КРУЖКОВ	115
ЭКОНОМИЧЕСКАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПОДГОТОВКИ КАДРОВ ДЛЯ ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ	118
М.Г. КОВАЛЕНКО	118
СОВРЕМЕННЫЕ КАНАЛЫ ДЕЛОВОЙ КОММУНИКАЦИИ В ТУРИЗМЕ.....	120
И.М. КУЧЕРЕНКО	120
СОДЕРЖАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕХНОЛОГИЯ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕДПРИЯТИЙ РАЗМЕЩЕНИЯ» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ 42.03.02 «ТУРИЗМ»	123
И.В. МАКРУШИНА	123
КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ ПОДХОД В РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ «ПЛАНИРОВАНИЕ КАРЬЕРЫ В ТУРИЗМЕ» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ 43.03.02 «ТУРИЗМ»	125
И.В. МАКРУШИНА, Е.А. ЕРЕМИНА	125
ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРОГРАММЫ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ «КАЗАЧЕСТВО КУБАНИ».....	127
Г.О. МАЦИЕВСКИЙ	127
УНИВЕРСИТЕТ КАК ШКОЛА ПРОПАГАНДЫ СОЦИАЛЬНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ	129
Ю.Д. ОВЧИННИКОВ	129
РАЗВИТИЕ КУЛЬТУРЫ ЗРЕЛИЩ В РЕГИОНЕ: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ	131
А.В. ПЛОТНИКОВ	131
КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ОРГАНИЗАЦИИ ХУДОЖЕСТВЕННО-СПОРТИВНЫХ ЗРЕЛИЩ	135
А.В. ПЛОТНИКОВ	135

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ 51.03.05 «РЕЖИССУРА ТЕАТРАЛИЗОВАННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ И ПРАЗДНИКОВ» ПО ФГОС ВО 3++	141
А.В. Плотников, Г.Г. Плотникова.....	141
ЖАНРОВЫЕ ОСОБЕННОСТИ ХУДОЖЕСТВЕННО-СПОРТИВНОЙ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ ЗРЕЛИЩ	144
А.В. Плотников, Г.Г. Плотникова.....	144
МИЗАНСЦЕНИРОВАНИЕ КАК КОМПЕТЕНТНОСТЬ РЕЖИССЕРА МАССОВЫХ ЗРЕЛИЩ	147
А.В. Плотников, Г.Г. Плотникова.....	147
ЯЗЫК СПОРТИВНЫХ КОММЕНТАТОРОВ: ГИПЕРБОЛЫ И ПЕЙОРАТИВЫ	150
Ж.А. Терпелец.....	150
МЕЖДУНАРОДНЫЙ ТУРИЗМ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ МИРОВОЙ ЭКОНОМИКИ	152
О.В. Шпырня	152
ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ЭФФЕКТИВНОЙ КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ ПРЕДПРИЯТИЙ ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА	154
А.А. Юрченко	154
УСЛОВИЯ И РЕСУРСЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ АКТИВНОГО ОТДЫХА В МО ЕЙСКИЙ РАЙОН КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ.....	156
А.А. Юрченко	156
ПРОБЛЕМА ПРЕЕМСТВЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ В ВУЗЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	158
Л.Г. Ярмолинец, О.Б. Анисимова	158
НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ АНГЛИЙСКОЙ ТУРИСТСКОЙ ТЕРМИНОЛОГИИ.....	160
Л.Г. Ярмолинец, Е.И. Гетман	160
Секция 3. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ	163
СИСТЕМА МОДЕЛИРОВАНИЯ СБАЛАНСИРОВАННОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ОНТОГЕНЕЗА	163
Н.К. Артемьева	163
ОСОБЕННОСТИ МАКСИМАЛЬНОЙ АНАЭРОБНОЙ МОЩНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ- ПОЖАРНЫХ	166
Я.Е. Бугаец, А.С. Грекская, М.В. Малука	166

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ПРОГРАММЕ ZUMBA FITNESS НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА	168
Я.Е. Бугаец, Л.В. Катрич, З.М. Горшанова.....	164
 К ВОПРОСУ О НАРУШЕНИИ ОСАНКИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	170
О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин, А.Ю. Степанова.....	170
 ВОПРОСЫ АВТОМАТИЗАЦИИ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ НА БАЗЕ ЭВМ-ПРОГРАММЫ «ГЕНЕРАТОР ЭЛЕКТРОННЫХ КАРТ АНТРОПОМЕТРИИ».....	172
В.Л. Вирник	172
 ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ СТАТУС СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ЧЛЕНОВ СБОРНОЙ КОМАНДЫ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ ПО БОКСУ	174
А.С. Гронская, Я.Е. Бугаец, К.А. Гандилян	174
 ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ BODY PUMP НА ИЗМЕНЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ СТУДЕНТОК ПЕРВОГО КУРСА ПРОФИЛЬНОГО ВУЗА.....	176
Н.И. Дворкина, Л.С. Дворкин.....	176
 ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ И НЕКОТОРЫЕ ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ	179
Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова, В.В. Роговая	179
 ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ АКВААЭРОБИКИ НА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ С ЖЕНЩИНАМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА	181
Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова, М.А. Маринович.....	181
 МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ИНКЛЮЗИВНОГО ПРОСТРАНСТВА ДЛЯ ЛИЦ С ДЕПРИВАЦИЕЙ СЛУХА В УСЛОВИЯХ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ	184
Е.А. Иващенко	184
 МОНИТОРНГ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ХОККЕИСТОВ	186
И.Н. Калинина, Т.А. Линдт, М.А. Зуб.....	186
 ХАРАКТЕРИСТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СИСТЕМ ЖИЗНЕОБЕСПЕЧЕНИЯ У ЖЕНЩИН РАЗНОГО СОМАТОТИПА НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СИЛОВЫХ ТРЕНИРОВОК	191
Л.В. Катрич, Я.Е. Бугаец	191

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ	193
А.Н. Кудяшева	193
ЭФФЕКТИВНОСТЬ УПРАВЛЕНИЯ КОРПОРАТИВНЫМ ЗДОРОВЬЕМ ТРУДОСПОСОБНЫХ ЖЕНЩИН ПЕРВОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА С ПРИМЕНЕНИЕМ ИННОВАЦИОННЫХ ФИТНЕС-ПРОГРАММ	195
О.Г. Лызарь, С.А. Дерягина	195
ПОКАЗАТЕЛИ ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ И ПРОСТРАНСТВА У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ	197
М.В. Малука, А.А. Попова.....	197
НАСЛЕДСТВЕННАЯ ОБУСЛОВЛЕННОСТЬ СПОРТИВНЫХ ЗАДАТКОВ В АКРОБАТИКЕ	199
О.В. Маякова, Ю.А. Кудряшова.....	199
НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ДЕВОЧЕК ПЕРИОДА ВТОРОГО ДЕТСТВА, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ЦИРКОВОМ ИСКУССТВЕ.....	203
О.А. Медведева, Г.Д. Александянц	203
ПЕРСПЕКТИВЫ ОЦЕНОК СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ПРОГНОЗИРОВАНИЯ В СПОРТЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ	205
И.Г. Павельев, В.В. Лысенко, Е.Г. Костенко	205
РАЗРАБОТКА СИСТЕМЫ МЕДИКО-ЭКОЛОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА В ПРЕДЕЛАХ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ОБЪЕКТОВ Г. КРАСНОДАРА И КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ.....	207
М.Г. Половникова, Г.Д. Александянц, А.А. Килимник	207
АНАЛИЗ КОМПЕТЕНТНОСТИ ИНСТРУКТОРОВ ПО ФИТНЕСУ	211
Н.И. Романенко, Е.В. Клочко	211
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ КРУГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ С ЖЕНЩИНАМИ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА	213
Н.И. Романенко, Л.И. Борисова	213
ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ С УЧЕТОМ КОМПОНЕНТНОГО СОСТАВА ТЕЛА ЖЕНЩИН 25-30 ЛЕТ	216
Н.И. Романенко, В.А. Распопова	216
ДОЗИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ СРЕДСТВАМИ ФИТНЕСА ДЛЯ СНИЖЕНИЯ ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА.....	218
Н.И. Романенко, Е.Д. Юркина.....	218

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АКВААЭРОБИКОЙ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН	221
Е.А. Сальникова, Я.Е. Бугаец.....	221
 ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ 2-3 ЛЕТ К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ	223
В.В. Сударь.....	223
 СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ КОРКОВОЙ ЭЛЕКТРИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ПРИ ПРИЦЕЛИВАНИИ РАЗЛИЧНОЙ ТОЧНОСТИ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ПРИМЕРЕ СТРЕЛЬБЫ ИЗ ЛУКА	225
А.Б. Трембач, О.И. Шестаков, Т.В. Пономарева, С.П. Лавриченко Е.Р. Миниханова	225
 СПЕЦИФИКА ПРОИЗВОЛЬНОЙ ПОСТУРАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОКСЕРОВ	227
Е.С. Тришин, Е.М. Бердичевская, А.С. Тришин, Д.С. Шипенко	227
 ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СИСТЕМЕ ПИЛАТЕС НА УРОВЕНЬ ТРЕВОЖНОСТИ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА	229
О.С. Трофимова, М.А. Маринович, В.В. Роговая	229
 ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ В ЙОГЕ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕВУШЕК	231
О.С. Трофимова, Е.И. Ончукова, В.В. Фоменко.....	231
 ОСОБЕННОСТИ ВОЗДЕЙСТВИЯ РАЗНЫХ ПРОГРАММ ФИТНЕСА НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОК	233
М.М. Шестаков, Ж.Г. Аникиенко	233
 КОМПЛЕКСИРОВАНИЕ РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ФИТНЕСА НА ОСНОВЕ КОМПЬЮТЕРНОЙ ПРОГРАММЫ	235
М.М. Шестаков, Е.А. Перевалина	235
 Секция 4. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	237
 ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ	237
Н.А. Амбарцумян	237
 К ВОПРОСУ О СУДЕЙСТВЕ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ВИДОВ ИСПЫТАНИЙ КОМПЛЕКСА ГТО.....	239
С.П. Аршинник, М.С. Шубин, Н.Г. Шубина	239

СТРУКТУРА КОМПЛЕКСНО-КОМБИНИРОВАННОГО ЗАНЯТИЯ ПО ФИТНЕСУ, ИСПОЛЬЗУЕМОГО ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ИСПЫТАНИЯМ ВФСК ГТО	241
С.П. Аршинник, М.Ю. Пушкарный	241
 ЮРИДИЧЕСКАЯ ГРАМОТНОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ КАК ФАКТОР БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	243
А.Г. Ахромова, К.Р. Саакова, А.И. Величко	243
 ПРИМЕНЕНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ УСТРОЙСТВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	245
А.Г. Ахромова, А.И. Величко, С.В. Выродов.....	245
 ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО И СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА	247
В.О. Белоконь	247
 ЛИЧНОСТНЫЕ РЕГУЛЯТОРЫ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У СПОРТСМЕНОВ РАЗНОГО ПОЛА	249
Е.И. Берилова.....	249
 ВЛИЯНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ СВОЙСТВ НА АКТИВНОСТЬ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ У ТХЭКВОНДИСТОВ	251
Ю.М. Босенко.....	251
 ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ В ОБЛАСТИ ПСИХОЛОГИИ СПОРТА: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ.....	253
Г.Б. Горская.....	253
 ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ФАКТОРЫ ПСИХИЧЕСКОЙ НАПРЯЖЕННОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ	255
Г.Б. Горская, С.В. Фомиченко	255
 ПРЕДИКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ У СПОРТСМЕНОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА	257
И.М. Дементьева	257
 ЛИЧНОСТНЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В КОМАНДНЫХ ВИДАХ СПОРТА	259
К.А. Дробышева.....	259
 ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ	261
А.А. Дубовова, Е.А. Пархоменко	261
 ОРГАНИЗАЦИЯ КОМПЛЕКСНОГО ТУРИСТСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ СПОРТСМЕНОВ В РОССИИ.....	263
Е.А. Еремина, В.А. Ильичева.....	263

ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИН КОМПЛЕКСНОГО ТУРИСТСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ВУЗАХ	266
Е.А. ЕРЕМИНА, В.А. ИЛЬЧЕВА	266
МОТИВАЦИОННЫЙ КЛИМАТ, ЗАДАВАЕМЫЙ СВЕРСТНИКАМИ	269
Я.В. КИТОВА	269
СОДЕРЖАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «СТРАХОВАНИЕ В ТУРИЗМЕ И ТУРИСТСКИЕ ФОРМАЛЬНОСТИ» В КУБАНСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА	271
М.В. КОРЕНЕВА	271
АКТУАЛЬНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ ПОДГОТОВКЕ РЕЗЕРВА ДЛЯ СПОРТА	273
Е.Г. КОСТЕНКО, О.С. ТОЛСТЫХ.....	273
ОПРЕДЕЛЕНИЕ СУБЪЕКТА МЕЖКУЛЬТУРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ.....	275
Т.В. МИШИНА.....	275
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОФЕССИОНАЛА.....	277
Н.П. НОСЕНКО	277
АКТУАЛЬНОСТЬ НОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕВУШЕК, ОБУЧАЮЩИХСЯ В УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ ПОДГОТОВКУ СПЕЦИАЛИСТОВ ДЛЯ СИЛОВЫХ СТРУКТУР	279
В.Б. ПАРАМЗИН, О.С. ВАСИЛЬЧЕНКО, А.О. КИСЕЛЕВ	279
МЕТОДИКА РАЗРАБОТКИ ОЦЕНОЧНЫХ НОРМАТИВОВ ВЫПОЛНЕНИЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ПОЭТАПНОГО ПОВЫШЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ В ПОДТЯГИВАНИИ НА ПЕРЕКЛАДИНЕ	281
В.Б. ПАРАМЗИН, О.С. ВАСИЛЬЧЕНКО, С.В. РАЗНОВСКАЯ	281
К ВОПРОСУ ОБ ИЗМЕНЕНИИ СИЛОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОБУЧАЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ПЕРВОНАЧАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	283
В.Б. ПАРАМЗИН, О.С. ВАСИЛЬЧЕНКО, С.В РАЗНОВСКАЯ	283
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ КАК ПРЕДПОСЫЛКА КОНСТРУКТИВНОГО САМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВОЕННОГО И СПОРТИВНОГО ВУЗОВ	285
А.С. РАСПОПОВА	285
ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ ПО ТАНЦЕВАЛЬНОМУ СПОРТУ	287
И.Н. РОНЬ	287
ЗАДАЧИ ПЕДАГОГА ВУЗА ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	289
Е.В. СИВАКОВА, И.П. НАЗАРОВА.....	289

ГРУППОВЫЕ КОПИНГ-РЕСУРСЫ СПОРТСМЕНОВ КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА.....	291
З.Р. Совмиз.....	291
ДИДАКТИЧЕСКИЙ ПРИНЦИП ВИЗУАЛИЗАЦИИ КАК ЗАКОНОМЕРНОЕ РАЗВИТИЕ ПРИНЦИПА НАГЛЯДНОСТИ	293
И.В. Тихонова	293
ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ СТРУКТУР	295
И.В. Тихонова, А.И. Иванов.....	295
ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ СТРУКТУРЫ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА	297
И.В. Харитонова, В.Д. Максименко	297
ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ.....	299
М.М. Шестаков, Л.Ф. Валиулина.....	299
АЛГОРИТМ РЕАЛИЗАЦИИ МЕТОДИКИ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ПРИЗЫВУ С УЧЕТОМ ИХ СОМАТОТИПА....	301
М.М. Шестаков, В.Б. Коченков	301
ОБОСНОВАНИЕ СОСТАВА ПОКАЗАТЕЛЕЙ КООРДИНАЦИОННОЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПИЛОТОВ ВЫСОКОМАНЕВРЕННОЙ АВИАЦИИ.....	303
М.М. Шестаков, О.В. Сакиркин.....	303
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОРИЕНТИРЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОЦЕССА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ИГРЕ В ШАХМАТЫ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА	305
М.М. Шестаков, В.В. Шеронов.....	305
ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ДОУ	307
А.А. Ясюк	307
УРОВНЕВАЯ СТРУКТУРА ТРЕНИРОВОЧНОГО УРОКА.....	309
В.З. Яцык, Н.О. Букреева.....	309

Секция 1. ПОСТРОЕНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОЦЕССА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

УДК: 797.12:796.012

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРОВ

Кандидат педагогических наук, доцент А.И. Аришин

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Сальникова

Магистрант М.С. Малиновский

Магистрант Д.А. Стельмах

Кафедра теории и методики плавания, парусного и гребного спорта

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: ondrugo@mail.ru

Аннотация. В работе представлены результаты исследований в части совершенствования специальных физических качеств у квалифицированных пловцов (максимальной, взрывной силы и силовой выносливости). В тренировочном процессе были использованы специальные тренажеры, позволяющие улучшить показатели специальных физических качеств. Был проведен анализ динамики тестов в начале данного исследования и в конце каждого макроцикла. Выявлена положительная динамика показателей специальных физических качеств и результативности выступления пловцов на финале Кубка России.

Ключевые слова: квалифицированные пловцы, специальные физические качества, специальная выносливость, специальная сила, специальная скорость.

При планировании тренировочных нагрузок в начале года тренерами учитывается количество предполагаемых стартов за сезон, что определяет соотношение выполняемых тренировочных нагрузок. Известно, что для достижения наивысших результатов в плавании необходима комплексная подготовка квалифицированных пловцов. На начальном и тренировочном этапах подготовки большое количество времени уделяется общей физической подготовке 60%, на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства более 70% работы отводится на совершенствование специальных физических качеств. Основными средствами тренировки специальных физических качеств являются специально-подготовительные и

соревновательные упражнения. Использование специально-подготовительных упражнений на суще позволяет добиваться более качественного результата в воде. Специфика соревновательных упражнений заключается в выполнении целостного движения в соответствии с правилами соревнований. Для достижения наилучшего эффекта широко используются специальные тренажеры, позволяющие улучшить физические качества пловцов, с дальнейшим их переносом на воду.

Исследование проводилось на базе бассейна КГУФКСТ в период с февраля по июль 2019 г. В обследованиях приняли участие 10 человек членов сборной команды Краснодарского края по плаванию квалификации МС и КМС.

За весь период исследования было проведено 3 контрольных среза, в которых фиксировалась динамика специальных физических качеств. Основные методы: анализ литературных источников и интернет-ресурсов, хронометрирование, педагогический эксперимент. В зале спортсменам были предложены тренировочные серии с использованием тренажеров VASAERGOMETR, VASATRAINER и многофункциональной системы KINESIS. Уже на втором тестировании были получены более высокие результаты в части развития специальной силы – на 10%, специальной скорости – на 12% и специальной выносливости – на 8%. Следующее тестирование было проведено через 3 месяца после начала исследования. Так, специальная сила улучшилась на 18%, специальная скорость – на 23 % и специальная выносливость – на 17% относительно первого тестирования. Четвертое контрольное тестирование было проведено в начале соревновательного мезоцикла. В результате анализа исследуемых показателей был выявлен еще больший прирост (специальная сила – на 27%, специальная скорость – на 30%, специальная выносливость – на 26%).

Таким образом, предложенные комплексы упражнений с использованием специальных тренажеров в процессе подготовки пловцов в зале являются эффективной формой занятий для совершенствования специальных физических качеств у квалифицированных пловцов. На финале Кубка России по плаванию пловцами, тренирующимися по данной программе, были показаны результаты, превышающие личные достижения в среднем на 3%.

УДК 796.81

**ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БОРЦА ВОЛЬНОГО СТИЛЯ
В КОНТЕКСТЕ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКА ЧЕРЕЗ ПЛЕЧИ ЗАХВАТОМ
РУКИ И НОГИ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ИХ
ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА**

**Доктор педагогических наук, профессор В.А. Баландин
Магистрант Н.Р. Набиев**

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: psi-resyrs@mail.ru*

Аннотация. В работе рассматривается значение физической подготовленности для выполнения броска через плечи захватом руки и ноги, что является одним из факторов повышения технико-тактического мастерства.

Ключевые слова: борьба вольного стиля, этапы подготовки, физические качества, физическая подготовленность, бросок через плечи захватом руки и ноги.

Борьба вольного стиля является одним из видов боевых искусств. Накал поединка не оставляет равнодушными никого из зрителей и болельщиков. Умелое применение технико-тактических действий в сочетании с физической подготовленностью, позволяет борцу проявить стремительность в выполнении решающего броска, в том числе броска захватом руки и ноги. Поэтому, начиная с начального этапа подготовки, тренеры уделяют особое внимание физической подготовке спортсменов, расширяя их возможности выполнять не только различные виды бросков, но и проявлять такие качества, как ловкость, гибкость, быстроту двигательной реакции, координацию движений, глазомер и другое.

Уровень физических качеств на этапах подготовки планомерно повышается. Сочетание высокого уровня физической и технико-тактической подготовленности является гарантом достижения успеха на борцовском ковре.

Корректирование нагрузок, следование модельным характеристикам, педагогическая оценка на этапах годичного цикла, дальнейшее планирование элементов тренировочного процесса способствуют раскрытию внутренних резервов и потенциала спортсмена.

В своих исследованиях Ю.А. Шулика [3] уделял большое значение методологии организации педагогического контроля за уровнем технико-тактического мастерства спортсменов. Автор считал, что своевременный педагогический контроль позволяет проследить динамику результативности тренировочного процесса. На основе проведенных исследований Ю.А. Шулика предложил технико-тактическую модель борца и методологию его многолетней подготовки, в том числе в повышении технико-тактического мастерства в процессе обучения броскам.

В.Л. Дементьев [1] разработал методику выбора технических действий (приемов) для индивидуального арсенала борца, выполняющего различные основные приемы, в том числе броски. При этом предложил упражнения на развитие физических качеств.

А.В. Оборин [2], изучая структуру тактической подготовленности в спортивных видах борьбы, обратил внимание на тот факт, что на каждом году обучения изучается всего по 4 броска. Их изучение никоим образом не связано с повышением уровня физических качеств.

Ю.А. Шахмурадов [4] отметил, что некоторые тренеры, полагаясь на собственный опыт, стремятся научить спортсменов выполнять бросковые действия с некоторым нарушением дидактических принципов последовательности обучения. Автор напоминает, что построение учебно-тренировочного процесса в соответствии с этим принципом должно обеспечивать положительный перенос двигательных навыков при изучении технико-тактических действий.

Обзор научно-методической литературы позволяет утверждать, что исследователямиделено недостаточное внимание взаимосвязи физической подготовленности (физических качеств) и процесса обучения броску через плечи захватом руки и ноги на этапе специализированной подготовки и высшего спортивного мастерства. На этих этапах внимание авторов и практикующих тренеров обычно направлено на достижение конкретного спортивного результата за счет поиска новых форм и вариантов техники и тактики борьбы в целом.

По нашему мнению, нельзя игнорировать аспекты физической подготовки в контексте выполнения броска через плечи захватом руки и ноги как фактор повышения технико-тактического мастерства борцов вольного стиля. Как на этапе начальной подготовки, так и на этапах специализации и высшего спортивного мастерства должно уделяться пристальное внимание физической подготовленности спортсмена, взаимосвязь которой с технико-тактическим мастерством очевидна. Не следует формировать высокий рост общей и специальной физической подготовленности на начальном этапе подготовки, а следует соблюдать принципы планомерности и последовательности, направленные на закрепление достигнутого результата и дальнейший рост на последующих этапах.

Вышеизложенное является основой дальнейшего поиска новых подходов в оценке эффективности технико-тактических действий борцов в процессе обучения броску через плечи захватом руки и ноги. Изучение компонентов уровня развития физических качеств борцов вольного стиля во взаимосвязи с обучением броску через плечи захватом руки и ноги может обогатить содержание программы по вольной борьбе, пересмотреть перспективу и возможность достижения российскими спортсменами высокого спортивного результата на международной арене.

Литература:

1. Дементьев В.Л. Методика выбора технических действий (приемов) для индивидуального арсенала юного борца / В.Л. Дементьев, В.В. Гожин, Н.А. Федяев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2013. – № 6. – С. 28-32.
2. Оборин А.В. Структура тактической подготовленности в спортивных видах борьбы / А.В. Оборин, В.И. Плотников // Теория и практика физ. культуры: тренер: журнал в журнале. – 2011. – № 12. – С. 77-80.
3. Шулика Ю.А. Технико-тактическая модель борца и методология его многолетней подготовки: Учебное пособие для студентов ИФК. – Краснодар: Краснодарс. книж. изд., 1988. – 142 с.
4. Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба: Научно-методические основы многолетней подготовки борцов. – Махачкала: Эпоха, 2011. – 368 с.

УДК 796.81

**ОБУЧЕНИЕ БРОСКАМ
КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО
МАСТЕРСТВА БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ**

Доктор педагогических наук, профессор В.А. Баландин
Магистрант Н.Р. Набиев

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: psi-resyrs@mail.ru*

Аннотация. В работе рассматривается проблема владения бросками борцами вольного стиля, которые являются основой их технико-тактического мастерства.

Ключевые слова: борьба вольного стиля, броски, бросок через плечи захватом руки и ноги.

В условиях конкуренции современного спорта на российской и мировой арене видоизменяются условия обучения борцов вольного стиля: используются вариативные приемы, средства и методы совершенствования технико-тактического мастерства на этапах подготовки; применяются наиболее эффективные варианты индивидуального подхода. В видах борьбы особое внимание уделяется обучению бросков, которые в большей степени являются решающими в определении победителя на борцовском ковре.

Начиная с начального этапа подготовки, тренер оценивает действия юных борцов в процессе обучения броску через плечи захватом руки и ноги. Это позволяет ему оценить физические возможности спортсмена, раскрыть его внутренний потенциал в целях дальнейшей разработки программы тренировок в годичном цикле.

Периодическая оценка эффективности технико-тактических действий борцов в процессе обучения броску через плечи с захватом руки и ноги позволяет корректировать дозирование нагрузок, моделировать технико-тактические ситуации, добиваться планомерного повышения уровня технико-тактического мастерства занимающихся.

М.В. Абульханова [1] в своих исследованиях проследила динамику связи и отношений между различными уровнями структуры двигательных способностей юных борцов и выполнения ими технико-тактических действий. По мнению автора, чем выше уровень двигательных способностей спортсменов, тем быстрее они выполняют технико-тактические приемы, в том числе бросковые действия.

М. Тедески [3] разработал практическое руководство по обучению броску, подчеркивая, что искусство его выполнения предопределяет победителя.

По мнению Г.М. Грузных [2], захваты и позиционные решения задач

поединка имеют между собой прямую взаимосвязь. Без качественно выполненного захвата невозможно добиться высокой эффективности броска.

Соглашаясь с мнением авторов, Ю.А. Шахмурадов [4] предложил обратить особое внимание на то, что тренировочный процесс на этапах многолетней подготовки должен иметь под собой научно-методическую основу, проверенную на практике. Это касается и оценки эффективности технико-тактических действий борцов в процессе обучения броску через плечи захватом руки и ноги.

Следует отметить, что авторы и исследователи уделили достаточное внимание технико-тактической подготовке борцов вольного стиля, но, несмотря на это, зачастую на последующих этапах подготовки тренеры не придают особого значения периодической оценке технического мастерства спортсменов в выполнении бросков через плечи с захватом руки и ноги. Ежемесячное оценивание обозначенных приемов могло бы позволить скорректировать тренировочный процесс не только начинающих, но и высококвалифицированных спортсменов за счет использования дополнительных методов подготовки с определенной нагрузкой на те или иные звенья организма спортсмена, участвующие в выполнении таких бросков.

Вышеизложенное подтверждает актуальность дальнейших исследований в решении обозначенной проблемы. Поиск новых подходов на научно-методической основе будет способствовать достижению высоких спортивных достижений российскими борцами вольного стиля.

Литература:

1. Абульханова М.В. Динамика связи и отношений между различными уровнями структуры двигательных способностей юных борцов // Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 10. – С.13-14.
2. Грузных Г.М. Захваты и позиционные решения задач поединка // Тезисы докладов научной конференции по итогам года. – Омск, 1993. – 23 с.
3. Тедески М. Искусство бросков: Практическое руководство. – М.: Гранд-Файр, 2007. – 248 с.
4. Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба: Научно-методические основы многолетней подготовки борцов. – Махачкала: Эпоха, 2011. – 368 с.

УДК: 796.413/.418

**ПРОГРАММА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ УСТОЙЧИВОСТИ
ПОЛОЖЕНИЯ ТЕЛА В УПРАЖНЕНИЯХ НА БРЕВНЕ
ГИМНАСТОК 10-11 ЛЕТ**

Старший преподаватель О.Ф. Барчо

Доцент Г.М. Свистун

Магистрант С.Р. Махмутова

Кафедра теории и методики гимнастики

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: barcho@mail.ru

Аннотация. Работа посвящена программе сохранения устойчивости положения тела в упражнениях на бревне, включающей в себя четыре комплекса упражнений для гимнасток 10-11 лет.

Ключевые слова: упражнение на бревне, устойчивость тела, хореография, прыжки на батуте, техническая подготовка.

Упражнения на бревне заслужено считаются одним из интереснейших и сложнейших видов женского гимнастического многоборья. Выполнение упражнений характеризуется рядом особенностей. Десятисантиметровая опора, поднятая более чем на метр над полом, требует сохранения устойчивости тела в пространстве не только за счет силы, так как возможности ее достаточно ограничены, но и за счет других двигательных способностей, когда возникает необходимость подключения филигранности движений [5].

Проведенное анкетирование среди тренеров Краснодарского края показало, что не реже 4 раз в неделю проводятся тренировочные занятия на гимнастическом бревне, в каждом от 13,0% до 17,0% времени отводится на совершенствование соревновательной композиции.

В 48,3% случаях тренировочное занятие на бревне проводится по принципу очередности выполнения упражнений в соревновательной программе. 65,7% тренеров проводят разминку с гимнастками на высоком бревне, 34,3% – на низком бревне или по линии на полу.

Необходимость дифференцированного подхода к содержанию упражнений, направленных на сохранение устойчивости тела в пространстве, отмечают многие тренеры. Большинство из них считают, что разработанные упражнения из других видов спорта не смогут решить проблему сохранения устойчивости тела на гимнастическом бревне [1].

Особенности методики спортивной тренировки гимнасток в упражнении на бревне заключается в:

- формировании правильной осанки;
- совершенствовании филигранность движений в упражнении;

– физической готовности спортсменок к выполнению сложно-координационных двигательных действий.

Данные компоненты стали основой для разработки программы, направленной на совершенствование устойчивости положения тела [4].

1-й комплекс включал выполнение базовых хореографических упражнений на гимнастическом бревне в различных вариантах с открытыми и с закрытыми глазами.

2-й комплекс включал выполнение на бревне упражнений специально-физической подготовки. Выполнение отдельных элементов, соединений обязательной программы II спортивного разряда, которые выполнялись с закрытыми глазами по линии на полу, с сохранением прямолинейности движения [3].

3-й комплекс включает выполнение элементов, соединений, упражнений из обязательной программы II спортивного разряда, выполняемых на батуте по полосе, выделенной красной лентой и делящей батутную сетку пополам.

4-й комплекс включал в себя игровые эстафеты и задания с гимнастической направленностью, с всевозможными передвижениями, прыжками, поворотами, равновесиями, выполняемыми по узким, неустойчивым и затрудняющим движения предметам и снарядам, к которым относятся гимнастическая скамейка, батут, поролоновая яма и др., выполняемые в игровой форме и с элементами эстафеты [2].

Данные комплексы программы включались в подготовительную или основную часть тренировочного занятия, не более 2-х комплексов в одно занятие.

Включение в тренировочный процесс гимнасток 10-11 лет разработанной программы доказало свою эффективность в решении задач повышения уровня технической подготовленности, в частности по сохранению устойчивости положения тела в упражнениях на бревне.

Литература:

1. Артемова Е.Н. Индивидуализация тренировочного процесса гимнасток в упражнениях на бревне на этапе углубленной специализации / Е.Н. Артемова, А.А. Горелов, Я. Водичар // Вестник спортивной науки. – 2014. – №6. – С. 19-25.
2. Волченко М.П. Исследование влияния средств балансовой подготовки на технику выполнения упражнений юными гимнастками на гимнастическом бревне / М.И. Волченко // Актуальные проблемы развития спортивно-массовых видов гимнастики / под ред. А.И. Шамардина, В.В. Анцыперова. – Волгоград: ФГОУВ-ПО «ВГАФК», 2010. – 187 с.
3. Коновалова Л.А. Стратегии управления устойчивостью тела в сложных статических равновесиях художественной гимнастики / Л.А. Коновалова, Д.А. Карпеева // Наука и спорт: современные тенденции. – 2019. – Т. 22. – № 1 (22). – С. 139-144.
4. Садовски Е. Регуляция позы юных спортсменов при решении двигательных задач на устойчивость тела в равновесии / Е. Садовски, В. Болобан, Т. Нижниковски // Теория и практика физической культуры. – 2011. – №8. – С. 37-42.
5. Свистун Г.М. Анализ соревновательной деятельности гимнасток 10-12 лет в упражнениях на бревне / Г.М. Свистун, Н.В. Береславская, С.Р. Махмудова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (21-25 мая 2018 года, г. Краснодар). – Краснодар, 2018. – 63 с.

УДК: 796.413/.418

**СОПРЯЖЕННОЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ
ГИМНАСТОК 11-12 ЛЕТ**

Старший преподаватель О.Ф. Барчо

Кандидат педагогических наук, доцент И.В. Тихонова

Магистрант А.А. Клиндухова

Кафедра теории и методики гимнастики

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: barcho@mail.ru

Аннотация. Рост сложности соревновательных программ в художественной гимнастике определяет необходимость осуществления специальной физической подготовки гимнасток с учетом степени их физического развития и индивидуальных способностей.

Ключевые слова: специально-физическая подготовка, техническая подготовка, сопряженное развитие, мезоциклы.

Интенсивное развитие вида спорта ставит перед специалистами по художественной гимнастике все более сложные задачи по созданию оригинальных, виртуозных упражнений, требующих разносторонней подготовки гимнасток, дальнейшего поиска новых эффективных средств и методов, реализации сложнокоординационных действий на высоком уровне. В настоящее время упражнения художественной гимнастики насыщены большим количеством элементов различных структурных групп, связанных координационной сложностью.

Проведенное анкетирование ведущих тренеров по художественной гимнастике Краснодарского края определило, что 63% времени тренировочного занятия уделяется развитию пассивной и активной гибкости, ловкости и специальной выносливости, 28% – развитию быстроты, статическому и динамическому равновесию, скоростным способностям и 9% – развитию вестибулярной устойчивости, динамической и статической силы, общей выносливости.

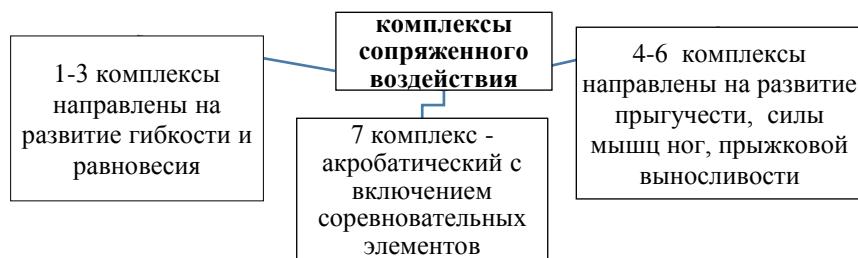
В настоящее время в процессе тренировки гимнастки с высокой интенсивностью выполняют достаточно большой объем упражнений, направленный в основном на развитие гибкости и специальной выносливости, что практически не оставляет времени на развитие остальных физических качеств и способностей.

Это можно оправдать современным развитием вида спорта, ведь от развития пассивной и активной гибкости зависит амплитуда выполнения многих движений. Выполнение в композиции на высоком уровне технически сложных элементов

предполагает развитие специальной выносливости, а развитие быстроты обеспечивает качественное владение предметом.

Продолжительность соревновательного периода, в связи с увеличением количества соревнований в годичном тренировочном цикле, сокращает подготовительный период. Это предполагает необходимость в поиске новых средств и методов специальной физической подготовки, направленной на комплексное развитие физических способностей и совершенствование техники соревновательных элементов.

Выполнение в начале или конце тренировочных занятиях от 10 до 20 минут упражнений сопряженного воздействия в течение всего года, их правильное дозирование при выполнении с учетом индивидуальных особенностей гимнасток, на наш взгляд, будет оказывать воздействие на повышение роста спортивного мастерства. Всего было составлено семь комплексов.



Предложенные к выполнению комплексы были распределены в подготовительном периоде на три мезоцикла: втягивающий, базовый и 1-й контрольный, с выполнением с различной дозировкой 10-30% в зависимости от микроцикла.

Включение в тренировочный процесс гимнасток разработанных комплексов сопряженного развития физических способностей способствовало приросту в показателях по предложенным тестам и составило от 2,9% до 41,3%.

Литература:

1. Винер-Усманова И.А. Художественная гимнастика. История, состояние и перспективы развития / И.А. Винер-Усманова, Е.С. Крючек, Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина. – М.: Человек, 2014. – 216 с.
2. Винер-Усманова И.А. Интегральная подготовка в художественной гимнастике: автореф. дис. ... д-ра педагогических наук: 13.00.04 / Ирина Александровна Винер-Усманова. – Санкт-Петербург, 2013. – 47 с.
3. Горохова В.Е. Характеристика уровня специальной физической подготовленности высококвалифицированных спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой: Метод. рекомендации для студентов, обучающихся по специальности 022300 «Физическая культура и спорт» / В.Е. Горохова. – М.: ПринтЦентр, 2004. – 14 с.
4. Цепелевич И.В. Сопряженное развитие физических способностей на этапе углубленной подготовки в художественной гимнастике: дис. ... канд. пед. наук / И.В. Цепелевич; Санкт-Петербургская гос. университет физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2007. – 164 с.
5. Шпиро А.А. Особенности технической подготовки девочек 8-10 лет, занимающихся художественной гимнастикой / А.А. Шпиро. – Сочи, 2014. – 59 с.

УДК: 796.413/.418

**МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ДЕВОЧЕК 7-9 ЛЕТ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ**

Кандидат педагогических наук, доцент Н.В. Береславская

Кандидат педагогических наук, доцент Л.В. Жигайлова

Студент А.С. Шефер

Кафедра теории и методики гимнастики

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: beresla@mail.ru

Аннотация. В работе представлены морфофункциональные показатели гимнасток 7-9 лет, на которые необходимо ориентироваться при начальном отборе.

Ключевые слова: гимнастки 7-9 лет, морфофункциональные показатели, отбор.

По мнению специалистов [1, 3], сущность отбора определяется установлением соответствия между характерными требованиями вида спорта и обусловленными психологическими, педагогическими и морфофункциональными особенностями организма, предопределяющими спортивное мастерство.

Физическое развитие, способствующее успешности спортивной деятельности, должно подчиняться общим закономерностям возрастного созревания, которое характеризуется определенным набором ведущих признаков каждого возрастного периода. Внешнее его проявление представляется увеличением размеров тела и изменением функционирования различных органов и систем [5].

Начальный отбор в спортивной гимнастике приходится на ранний возраст, отличающийся несформированностью многих функций и систем организма. Поэтому изучение морфофункциональных особенностей организма гимнасток 7-9 лет позволит повлиять на его эффективность. В этой связи были определены показатели физического развития юных гимнасток [4].

Показатель роста человека отражает уровень созревания и формирование функций организма и является наиболее стабильным критерием физического развития [2]. Полученные данные подтверждают, что в семилетнем возрасте заканчивается первый период «вытяжения» и начинается период «округления». Так с 7 до 8 лет юные гимнастки выросли на 5,8 см, что составило 4,65%, а с 8 до 9 лет ростовые процессы несколько замедлились. На фоне замедленного прироста длины тела на 15,32% увеличиваются показатели массы тела. Быстрое развитие мышечного корсета гимнасток можно оценить по ежегодному увеличению на 1,5-2 см показателя окружности грудной клетки.

Динамика физического развития юных гимнасток оценивалась показателем индекса стении по И.М. Воронцову. Определено, что гимнастки исследуемого возраста находятся в фазе гармоничного вытягивания ($ИС = 1,22 - 1,12$ у.е.), так как физическая нагрузка активизирует выделение гормонов роста, стимулирует рост хрящевой ткани костей за счет увеличения мышечной массы.

Все упражнения спортивной гимнастики связаны с перемещением и удержанием веса собственного тела, способствующими развитию относительной силы, о чем свидетельствуют полученные отрицательные значения индекса Брука ($1,1 \pm 0,7 - 3,54 \pm 0,3$).

Оценку приспособляемости организма к физической нагрузке за счет формирования морфофункциональных функций организма можно определить по показателю площади поверхности тела, который у гимнасток равномерно возрастает с $0,81 \pm 0,3$ м^2 до $0,98 \pm 0,1$ м^2 и свидетельствует о процессах совершенствования их физического развития.

Таким образом, контроль тренером морфофункциональных показателей гимнасток при начальном отборе будет способствовать успешному совершенствованию в их дальнейшей спортивной деятельности.

Литература:

1. Гавердовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики: учебник в 2 т. Т. 2 / Ю.К. Гавердовский, В.М. Смолевский. – М.: Советский спорт, 2014. – С. 64-69.
2. Демковская С.М. Морфофункциональные показатели художественных гимнасток высокой квалификации/ С.М. Демковская, Н.В. Береславская // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. Материалы конференции. Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Часть 1. – С. 304-305.
3. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – С. 25-27.
4. Коханович К. Соматические признаки юных гимнастов в системе специальной спортивной подготовки / К. Коханович, А. Коханович // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 5. – С. 31-34.
5. Чекалова Н.Г. Функциональные резервы организма детей и подростков / Н.Г. Чекалова // Методы исследования и оценки: учеб. пособие. – Н. Новгород: НижГМА, 2010. – С. 49-52.

УДК: 796.413/418

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ СОМАТОТИПА ГИМНАСТОК 7-9 ЛЕТ
КАК ОДИН ИЗ ОСНОВНЫХ ФАКТОРОВ НАЧАЛЬНОГО
ОТБОРА В СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ**

Кандидат педагогических наук, доцент Н.В. Береславская

Кандидат педагогических наук, доцент Л.В. Жигайлова

Студент А.С. Шефер

Кафедра теории и методики гимнастики

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: beresla@mail.ru*

Аннотация. Проблема отбора неразрывно связана с функциональным совершенствованием растущего организма. В статье представлены особенности соматотипа юных гимнасток, которые предопределяют спортивное мастерство.

Ключевые слова: гимнастки 7-9 лет, начальный отбор, соматотип.

Прогнозирование результатов юных гимнасток происходит на фоне формирования жизненно важных процессов организма, при этом необходимо учитывать консервативные признаки, слабо поддающиеся тренировке, и лабильные, относительно легко изменяющиеся в процессе спортивного совершенствования. Консервативные признаки ограничивают рост спортивного мастерства, поэтому при проведении отбора необходимо ориентироваться именно на них. Лабильные же показатели могут постоянно совершенствоваться при условии правильно построенного тренировочного процесса. Раннее начало занятий гимнастикой позволяет своевременно раскрыть генетически обусловленные моменты физического развития и психомоторного статуса, от которых будет зависеть успех дальнейшей спортивной деятельности двигательно одаренных детей [3]. Таким образом, чтобы подготовить высококлассную гимнастку, нужна своевременная и целенаправленная работа, начинающаяся с отбора и базовой подготовки наиболее талантливых детей [1].

Важным критерием достижения успеха в спортивной гимнастике является соматотип спортсменки [4], так как особенности телосложения обуславливают скорость формирования физических качеств и двигательных способностей, способствуют освоению сложных гимнастических упражнений и их лучшему зрительному восприятию [2].

Определение соматотипа гимнасток 7-9 (микросоматический, мезосоматический, макросоматический) проводилось по сумме номеров трех центильных «коридоров», полученных при оценке роста, веса и окружности грудной клетки гимнасток [5].

Анализ полученных данных позволил констатировать, что среди исследуемых гимнасток 7 лет 43% микросоматиков и 57% – мезосоматиков; 8-

летний возраст характеризуется 40% микросоматиков и 60% мезосоматиками; в 9-летнем возрасте – соответственно 39 и 61%. Гимнасток с макросоматическим типом не обнаружено (рисунок).

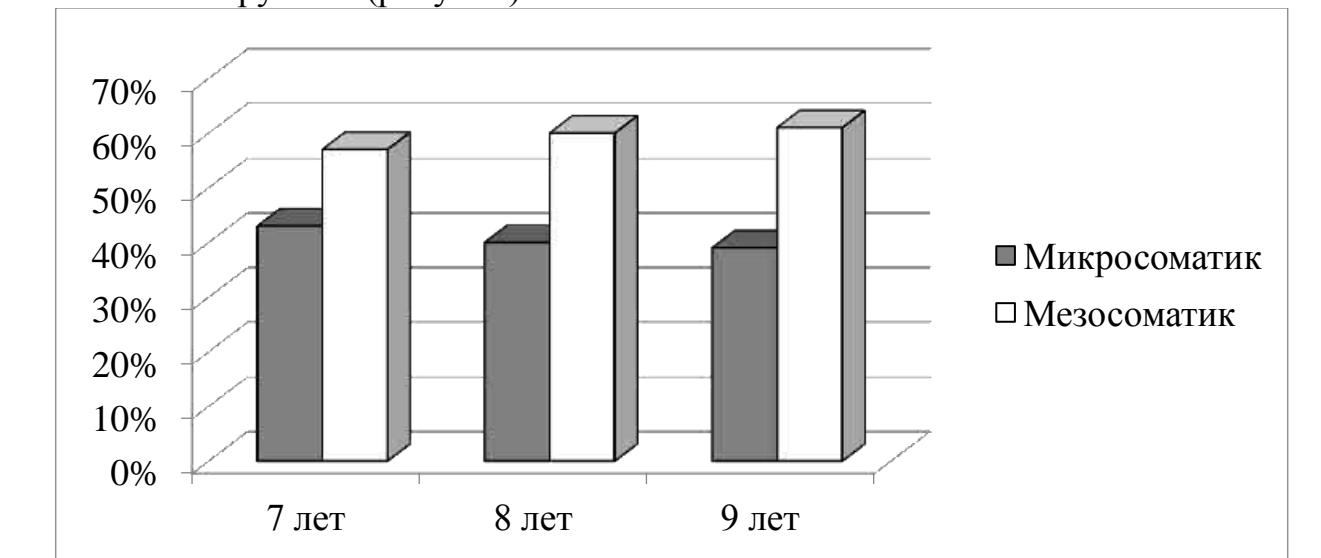


Рисунок – Типы морфологического развития гимнасток 7 – 9 лет

По результатам проведенного исследования можно констатировать, что гимнастки принадлежат к мезосоматическому типу телосложения. У них широкая грудная клетка и плечи, развитая мускулатура и практически полное отсутствие жира.

Таким образом, на начальном отборе в спортивной гимнастике необходимо наряду с объективными критериями физической подготовленности учитывать соматотип спортсменки, что в дальнейшем позволит совершенствоваться в избранном виде спорта.

Литература:

1. Гавердовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики: учебник в 2 т. Т. 2 / Ю.К. Гавердовский, В.М. Смолевский. – М.: Советский спорт, 2014. – С. 64-69.
2. Демковская С.М. Влияние морфофункциональных показателей художественных гимнасток высокой квалификации на успешность соревновательной деятельности / С.М. Демковская, А.Н. Евсеенко, Н.В. Береславская // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. Материалы конференции. Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 1. – С. 303.
3. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – С. 25-27.
4. Коханович К. Соматические признаки юных гимнастов в системе специальной спортивной подготовки / К. Коханович, А. Коханович // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 5. – С. 31-34.
5. Оценка основных антропометрических данных <https://infopedia.su/14x10f68/html>

УДК: 796.323.2

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ
БАСКЕТБОЛИСТОВ МАССОВЫХ РАЗРЯДОВ**

Кандидат педагогических наук, доцент А.М. Глазин

Магистрантка М.А. Коновалова

Кафедра теории и методики спортивных игр

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161,
спортивный корпус каб. 120, e-mail: artem.glazin@mail.ru*

Аннотация. В статье представлены данные проведенного эксперимента, результаты которого показывают уровень скоростной подготовленности разыгрывающих игроков в баскетболе, благодаря использованию специально подобранных комплексов упражнений, которые по структуре своего движения схожи с действиями, выполняемыми игроками в игре.

Ключевые слова: баскетбол, быстрота, игроки массовых разрядов, разыгрывающий, скоростная подготовленность, специальная физическая подготовка.

Одним из главных направлений развития игроков в современном баскетболе является совершенствование у них такого физического качества, как быстрота, и ее проявления в сочетании с другими качествами. Необходимо увеличивать не только скорость передвижения баскетболистов на площадке, но и быстроту выполнения различных технико-тактических приемов, таких как: бросок в корзину, передача, дриблиинг [5].

Опрос специалистов позволил установить, что большинство из них выделяют скорость как одно из самых важных качеств при подготовке баскетболистов массовых разрядов. Половина из опрошенных респондентов считает, что причиной невысокого уровня скоростной подготовленности у игроков является их слабая общая и специальная физическая подготовка[3,4].

Из вышесказанного следует, что для достижения конкурентоспособного уровня игрокам необходимо в ходе тренировочного процесса большое внимание уделять специальной физической подготовке [2].

Для проверки уровня скоростной подготовленности баскетболистов мы подобрали следующие тесты: перемещение без мяча, перемещение в защитной стойке, скорость передачи мяча и скорость ухода в отрыв с ведением [1].

Перед проведением эксперимента испытуемые были разделены на две группы, контрольную и экспериментальную, по 10 человек в каждой. Сравнив результаты контрольной и экспериментальной групп, полученные в ходе первичного педагогического тестирования, не было выявлено значимых статистических различий, что позволяет нам считать группы однородными.

Для повышения скоростной подготовленности баскетболистами экспериментальной группы использовали упражнения, отвечающие следующим требованиям: упражнения для развития силы рук и ног, чтобы улучшить быстроту

выполнения технико-тактического действия; сочетать в тренировке упражнения без мяча и с мячом; комбинировать скоростные упражнения с различными техническими приемами; использовать световые, звуковые и визуальные сигналы и ориентиры.

В ходе исследования уровня скоростной подготовленности было отмечено увеличение результатов по каждому проведенному тесту как в контрольной, так и в экспериментальной группе. Так, у баскетболистов контрольной группы в тесте «Перемещение без мяча» результат снизился на 0,94 сек. и стал составлять 6,60 сек., в тесте «Перемещение в защитной стойке» снизился на 0,48 сек. и составил 11,89 сек., в тесте «Скорость передачи мяча» результат улучшился на 5,8 раза и составил 30,4 раза, в тесте «Скорость ухода в отрыв с ведением» результат улучшился на 0,46 сек и стал составлять 9,43 сек. У баскетболистов экспериментальной группы в тесте «Перемещение без мяча» результат снизился на 1,16 сек. и стал составлять 6,30 сек., в тесте «Перемещение в защитной стойке» снизился на 0,46 сек. и составил 11,54 сек., в тесте «Скорость передачи мяча» результат улучшился на 6,9 раза и составил 32,3 раза, в тесте «Скорость ухода в отрыв с ведением» результат улучшился на 0,54 сек и стал составлять 9,19 сек.

Проанализировав динамику уровня скоростной подготовленности игроков в баскетболе как в контрольной группе, так и в экспериментальной, мы увидели, что произошло достоверное изменения показателей по всем рассматриваемым параметрам.

Однако, проведя сравнительный анализ результатов, полученных в конце эксперимента, мы можем утверждать, что показатели экспериментальной группы превалируют над контрольной.

Из вышеизложенного мы можем сделать следующий вывод: подобранные средства, которые использовались в экспериментальной группе, эффективнее позволяют повысить уровень скоростной подготовленности игроков в баскетболе и могут быть использованы тренерами при подготовке игроков массовых разрядов.

Литература:

1. Библия баскетбола. 1000 баскетбольных упражнений / Александр Гомельский. – Москва: Эксмо, 2018. – 256 с.
2. Глазин А.М. Повышение конкурентоспособности спортсменов массовых разрядов, занимающихся баскетболом и стритболом / Т.М. Алалвани, К.Д. Хайдер, В.В. Костюков // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (29-30 ноября 2013 г. Краснодар, 2013. – С. 54-57.
3. Глазин А.М. Характеристика физической подготовки подростков, занимающихся баскетболом // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ, 2017. – Часть 2. – 23 с.
4. Колесникова Е.А. Характеристика основных статистических показателей соревновательной деятельности баскетболисток студенческих команд / Е.А. Колесникова, А.А. Сичевая, В.С. Газарянц // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – №1 – С. 39-40.
5. Портнов Ю.М. Баскетбол: применение программ спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Ю.М. Портнов, В.Г. Башкирова, В.Г. Луничкин. – М.: «Советский спорт», 2012. – С. 13-15.

УДК: 796.386

**ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ
У ИГРОКОВ В НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ**

Кандидат педагогических наук, доцент Л.А. Дмитренко

Кандидат педагогических наук, доцент С.С. Даценко

Кафедра теории и методики спортивных игр

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: dmitrenko.la@yandex.ru

Аннотация. В настольном теннисе проявление выносливости как способности обеспечивать мышцы энергией в процессе соревновательной встречи носит очень специфический характер, поэтому средства развития выносливости должны иметь определенную координационную сложность с элементами переключения действий, быть интенсивными и непродолжительными.

Ключевые слова: настольный теннис, игроки, выносливость, особенности проявления, особенности развитие, дозирование нагрузки.

В современном настольном теннисе технико-тактическая подготовка квалифицированных игроков находится на высоком уровне, что влияет на активность и продолжительность розыгрыша очка. Поддержание активной игровой деятельности на протяжении всей соревновательной встречи требует качественной физической подготовленности [5]. Особые требования в настольном теннисе предъявляются к проявлению специальной выносливости, формирование которой должно происходить в круглогодичном тренировочном процессе и последовательно обеспечивать адаптацию организма к смешанным нагрузкам.

Повышение уровня выносливости тесно связано с увеличением такого показателя, как максимальное потребление кислорода. Изменение данного параметра происходит только на фоне определенных структурных перестроений со стороны дыхательной, сердечно-сосудистой систем и системы крови. Для того, чтобы в организме занимающихся произошли данные изменения, в процессе тренировки необходимо создавать условия острого дефицита кислорода.

Многочисленными исследованиями доказано, что структурные изменения в вышеперечисленных системах организма будут происходить только при определенной интенсивности физической нагрузки, которая обеспечивается смешанным аэробно-анаэробным или анаэробным механизмами энергопотребления [3, 4, 6].

Известно, что при физической нагрузке, интенсивность которой находится в пределах ЧСС до 150 уд/мин организм занимающегося не испытывает дефицита кислорода и получает его достаточно для обеспечения работающих мышц энергией. При более высокой интенсивности физической нагрузки, где ЧСС находится в пределах 150-170 уд/мин, а у тренированных спортсменов до 180

уд/мин, организм обеспечивает работу мышц в смешанном режиме, когда частично энергообеспечение происходит с участием кислорода (аэробный механизм) и частично без участия кислорода (анаэробный механизм) [6].

В настольном теннисе игровая деятельность носит очень специфический характер. Средняя величина ЧСС во время соревновательного матча составляет около 160-165 уд/мин [7]. В процессе игры на счет пульс спортсмена может как подниматься до 200 уд/мин, так и восстанавливаться до 120 уд/мин [8]. Такие показатели связаны со спецификой проведения соревновательной встречи. Считается, что средняя продолжительность розыгрыша очка в настольном теннисе составляет 3,5 с [1]. Данная величина обусловлена особенностями игровых условий, при которых продолжительность активной фазы игры может составлять менее 1 с, если соперник не принял подачу, и доходить до 14 с при обмене серией ударов из разных зон игровой площадки.

Поэтому в настольном теннисе проявление выносливости как способности обеспечивать мышцы энергией носит очень специфический характер. Организм игрока должен быстро перестраиваться с одного режима мышечной деятельности на другой. Соответственно, средства развития выносливости в настольном теннисе должны носить такой же специфический характер, иметь определенную координационную сложность с элементами переключения и выполняться с высокой интенсивностью [2].

На наш взгляд, таким средством могут выступать прыжки через скакалку. Эти упражнения прочно вошли в практику подготовки теннисистов уже достаточно давно, но они в понимании тренеров служат средством развития ловкости и быстроты, в связи с чем при подборе упражнений и их дозировке не учитывается внутренняя физиологическая составляющая нагрузки. Как правило, тренер дает задание спортсмену в количественных единицах. Например, если это просто прыжки на скорость, то игроки прыгают 5 серий по 100 раз. Учитывая темп прыжков у подготовленных теннисистов, время выполнения одной серии будет составлять менее 30 с.

Именно в такой дозировке игроки будут развивать в большей степени ловкость и ловкость в быстроте, но возможности упражнений в прыжках через скакалку более широки, и многие профессиональные спортсмены применяют их именно с целью развития общей и специальной выносливости.

Таким образом, дозирование нагрузки при выполнении прыжков через скакалку для развития разных видов выносливости должно происходить на основе варьирования времени и интенсивности выполнения упражнения, в интервальном и непрерывном-переменных режимах работы.

Литература:

1. Барчукова Г.В. Проблемы оценки и планирования нагрузок в спортивных играх: (на примере настольного тенниса) / Г.В. Барчукова, К.С. Бакшеев // Теория и практика физической культуры: Тренер: журн. в журн. – 2006. – № 9. – С. 32-36.
2. Дмитренко Л.А. Система подготовки спортсменов высокой квалификации

(настольный теннис, теннис): Курс лекций / Л.А. Дмитренко, В.А. Андрющенко, А.В. Ясинская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 124 с.

3. Катрич Л.В. Проблемы адаптации в спорте высших достижений: учеб.-метод. пособие / Л.В. Катрич; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ: Экоинвест, 2016. – 88 с.

4. Погодина С.В. Проблемы адаптации и функционального состояния высококвалифицированных спортсменов разного пола и возраста: моногр. / С.В. Погодина; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - Краснодар: КГУФКСТ: Экоинвест, 2017. – 328 с.

5. Прокура А.В. Состояние физической подготовленности юных гандболистов 10-11 лет / А.В. Прокура, Д.А. Немец // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 129-131.

6. Солодков А.С. Физиология человека: общая, спортивная, возрастная [Электронный ресурс]: учебник для высших учебных заведений физической культуры / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – 7-е изд. – Москва: Спорт, 2017. – 621 с.

7. Kasai J. Research on table tennis player's cardio-respiratory endurance / O. Akira, J.T. Eung, and T. Mori // International Journal of Table Tennis Science, 2010. – No.6. – pp. 14-16.

8. Kondric M. Physiological demands and testing in table tennis / G. Furjian-Mandic, L. Kondric, A. Gabaglio // International Journal of Table Tennis Science, 2010. – No.6. – pp. 141-146.

УДК: 796.323.2

**ДИНАМИКА СТАТИСТИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ
СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МУЖСКОЙ СБОРНОЙ
КОМАНДЫ ПО БАСКЕТБОЛУ КГУФКСТ В СЕЗОНЕ 2018-2019**

Старший преподаватель Г.Н. Дудка

Кафедра теории и методики спортивных игр

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
каб.120 ск, e-mail: gn_dudka@mail.ru*

Аннотация. В статье рассматривается динамика основных статистических показателей игровой деятельности студенческой команды по баскетболу КГУФКСТ. Полученные результаты позволяют повысить качество планирования тренировочного процесса баскетболистов.

Ключевые слова: студенческая команда, баскетбол, статистические отчеты, соревновательная деятельность, тренировочный процесс.

Результативность в баскетболе играет важную роль для достижения поставленной цели игры, а именно для победы. Спортсмены, которые хотят достичь наивысших результатов в спорте, должны владеть техническими элементами как в нападении, так и в защите. Действия каждого баскетболиста во время соревновательной деятельности фиксируются в статистическом протоколе игры [1].

За последние годы в современном баскетболе тренерами постоянно используются статистические показатели игровой деятельности во время каждой четверти игры. Это дает им возможность внести корректировки в ход игры и дать игрокам команды необходимые рекомендации при выполнении технических приемов баскетбола для дальнейшей успешной игровой деятельности, а следовательно, и для победы [4].

В настоящее время очень распространены букмекерские конторы, в которых любители вида спорта могут делать ставки на предстоящую игру и выигрывать деньги. Для этого необходимо отслеживать и предварительно знакомиться со статистическими данными команды.

Технические приемы и тактические взаимодействия в баскетболе очень сложны, для их совершенствования необходима постоянная специальная подготовка [3]. Нами проведен анализ основных показателей баскетболистов КГУФКСТ в начале и в конце игрового сезона. В течение сезона в нападении у баскетболистов наблюдается достоверный прирост в выполнении двухочковых бросков ($t=2,40$, при $P<0,05$), штрафных бросков ($t=2,24$, при $P<0,05$) и атакующих передач ($t=3,47$, при $P<0,05$), а вот результативность трех очковых бросков выросла к концу сезона всего на 4,3%.

Успешная игровая деятельность в баскетболе зависит не только от удачной и грамотной игры баскетболистов в нападении, но и от командной игры в защите. Игроки баскетбольной студенческой команды КГУФКСТ в течение игрового сезона в защитных действиях не смогли показать достоверные изменения в количестве подборов мяча, перехватов и блок-шотов. Так, количество подборов мяча и блок-шотов игроками команд к концу игрового сезона снизилось, и на протяжении всего игрового сезона является незначительным. Достоверные изменения наблюдаются у баскетболистов в показателях нарушения правил, они стали меньше получать персональные фолы (таблица 1).

Таблица 1 – Статистические показатели игровой деятельности в нападении и защите баскетболистами КГУФКСТ

Статистические показатели	В начале сезона (M±m)	В конце сезона (M±m)	t	P
Двухочковые броски (%)	46,3±2,94	56,2±3,16	2,40	<0,05
Трехочковые броски (%)	30,1±3,04	34,4±8,13	0,49	>0,05
Штрафные броски (%)	68,7±3,75	79,8±3,16	2,24	<0,05
Атакующие передачи (%)	1,5±0,21	2,9±0,34	3,47	<0,05
Подборы (кол-во)	3,15±0,35	2,6±0,53	0,83	>0,05
Перехваты (кол-во)	0,9±0,10	1,1±0,23	0,67	>0,05
Блок-шоты (кол-во)	0,4±0,08	0,3±0,10	0,27	>0,05
Фолы игрока (кол-во)	1,5±0,13	2,1±0,19	2,31	<0,05

Необходимость в совершенствовании технических приемов у игроков различных квалификаций остается актуальной. В настоящее время большое распространение в тренировочном процессе получают применение разнообразных технических средств, тренажерных устройств и специального оборудования, дальнейший рост спортивно-технического мастерства баскетболистов зависит от эффективности и интенсивности тренировочного процесса [2].

Таким образом, тренерам необходимо включать в тренировочный процесс новые технологии для корректировки выполнения технических приемов баскетбола игроками студенческих команд, постоянно совершенствовать технику выполнения, включать сбивающие факторы при выполнении того или иного действия.

При подготовке к предстоящей встрече, изучая статистические протоколы игровой деятельности предстоящих соперников, можно отследить сильные и слабые их стороны и прогнозировать действия игроков в ожидающейся баскетбольной встрече.

Литература:

1. Дмитриев Ф.Б. Практическое руководство для судей-секретарей / Ф.Б. Дмитриев и др.; под редакцией И.К. Латыпова. – Москва: ООО издательский центр «Наука», 2019. – 180 с.

2. Колесникова Е.А. Тренажерные устройства в подготовке баскетболистов [Текст]: учеб. пособие / Е.А. Колесникова; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 59 с.
3. Спортивные игры в физической культуре: история, техника, правила игры [Текст]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры / Под общ. ред. Л.А. Дмитренко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 304 с.
4. Физическая культура и спорт: баскетбол, волейбол: учебное пособие / Сост. Е.А. Колесникова, С.С. Даценко, Г.Н. Дудка, В.В. Костюков, С.В. Ребров, В.И. Родионов. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 99 с.

УДК: 796.413/.418

КОМПОНЕНТЫ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ НА БРЕВНЕ

Кандидат педагогических наук, доцент Л.В. Жигайлова

Кандидат педагогических наук, доцент Н.В. Береславская

Студент А. Альшерафи

Кафедра теории и методики гимнастики

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: Zhigailovalarisa88@mail.ru

Аннотация. Данная работа посвящена подбору тренировочных заданий, обеспечивающих гимнастке необходимую базовую техническую подготовку для выполнения упражнений на бревне в спортивной гимнастике.

Ключевые слова: спортивная гимнастика, техническая подготовка, бревно, гимнастическое многоборье.

Целью исследования являлось определение основных двигательных компонентов в упражнениях на бревне, которые могут повторяться в упражнениях различных структурных компонентов. Чем чаще один и тот же компонент повторяется в различных по структуре движениях, тем выше его базовое значение для технической подготовки спортсменки в данном виде многоборья [1, 5].

Анализ научно-методической литературы, правил соревнований, видеоанализ чемпионатов России по спортивной гимнастике позволил определить наиболее характерные двигательные компоненты, которые имеют базовое значение для технической подготовки гимнасток при выполнении упражнений на бревне (рисунок).

Проанализировав основные двигательные компоненты технической подготовки гимнасток в упражнениях на бревне, приоритетные соревновательные комбинации распределились в следующей последовательности:

1. Навыки постановки ног на ограниченную опору – 15,2%;
2. Навыки постановки рук на ограниченную опору – 13,1%;
3. Устойчивость тела в ортоградном положении – 12,8%;
4. Отталкивание ногами – 10,6%;
5. Отталкивание руками – 10,5%;
6. Безопорное вращение тела вокруг фронтальной и продольной осей – 10,2%;
7. Повороты усложняющего типа – 9,8%;
8. Собственно повороты инерционного типа – 9,4%;
9. Устойчивость тела в перевернутом положении (в стойках на руках, мостах и упорах) – 8,4%.



Рисунок – Двигательные компоненты технической подготовки гимнасток в упражнениях на бревне

Таким образом, современный состав упражнений выполняемых элементов на бревне должен включать следующие основные группы движений: передвижения, равновесные положения, кувырки и перекаты, волны, обороты, повороты, полу перевороты и перевороты различного типа, сальтовые элементы, прыжки и подскоки, а также наскоки и соскоки.

Литература:

1. Береславская Н.В. Результаты анкетирования тренеров о содержании технической подготовки акробатов высокой квалификации на этапе непосредственной подготовки к соревнованиям / Н.В. Береславская // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции (11 февраля 2019 г.): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 1. – С. 27-28.
2. Жигайлова Л.В. Методика обучения акробатическому элементу «салюто вперед в группировке» на бревне юных гимнасток / Л.В. Жигайлова, Н.В. Иванникова // МАТЕРИАЛЫ научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ (17 мая – 13 июня 2013 года, г. Краснодар). – С. 126-128.
3. Жигайлова Л.В. Аспекты подготовки гимнастов средствами спортивной акробатики / Л.В. Жигайлова // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование // Материалы международной научно-практической конференции (11 февраля 2019 г.): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 1. – С. 50-52.
4. Пилюк Н.Н. Техническая подготовка спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в спортивной акробатике / Н.Н. Пилюк, Л.В. Жигайлова, С.В. Шукшов, В.В. Тронев // МАТЕРИАЛЫ научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ (21-25 мая 2018 года, г. Краснодар). – С. 59-60.
5. Теория и методика избранного вида спорта: курс лекций / Н.Н. Пилюк, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская и др. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2015. – Часть 2. – 163 с.

УДК: 796.323.2

**АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
СПОРТСМЕНОВ 11-12 ЛЕТ В БАСКЕТБОЛЕ 3Х3**

**Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Колесникова
Магистрант Ю. Саврикова**

Кафедра теории и методики спортивных игр

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: en_aj@mail.ru*

Аннотация. В работе представлен сравнительный анализ показателей соревновательной деятельности в баскетболе 3х3 у юношей и девушек 11-12 лет. Установлено, что показатели реализованных бросков, совершенных подборов, фолов и потерь мяча в соревнованиях по баскетболу 3х3 у юношей и девушек 11-12 лет идентичны. Также выявлено преимущество юношей данной возрастной категории над девушками в общем количестве бросков и перехватов мяча в матчах.

Ключевые слова: баскетбол 3х3, соревновательная деятельность, баскетболисты 11-12 лет.

Баскетбол 3х3 является одним из популярных видов спорта, включаемых в различные программы соревнований при проведении спортивно-массовых мероприятий. Он характеризуется высоким темпом игровых действий, быстрой смены ситуаций и непосредственным соприкосновением с противником в борьбе за мяч, а значит, требует целенаправленной подготовки спортсменов к соревнованиям [1, 4, 7].

Проведение официальных турниров (чемпионаты мира, мировые туры и др.) и включение баскетбола 3х3 в программу Олимпийских игр 2020 года в Токио послужило отправной точкой для поиска эффективных путей достижения высоких спортивных результатов. Одним из перспективных направлений научных исследований в баскетболе 3х3 является изучение особенностей соревновательной деятельности, а также эффективность построения подготовки спортивного резерва с целью повышения конкурентоспособности игроков на соревнованиях всероссийского и международного уровня [2, 3, 6].

В баскетболе статистические показатели как отдельных игроков, так и команды в целом представлены объемами и результативностью штрафных бросков и бросков с игры, подборами мяча, атакующими передачами, перехватами, блокшотами, потерями и фолами [5].

Анализ соревновательной деятельности спортсменов 11-12 лет в баскетболе 3х3 проводился в рамках Всероссийского фестиваля по мини-баскетболу (г. Ейск, 2018 г.).

Правилами игры в турнире по баскетболу 3х3 Всероссийского фестиваля по мини-баскетболу было определено, что игровое время составляет одну четверть продолжительностью 7 минут «грязного» времени, последняя минута – «чистое» время. Кроме того, матч завершался досрочно при достижении счета одной из участвующих команд 10 очков или при преимуществе в 6 очков.

Сравнительный анализ статистических показателей соревновательной деятельности баскетболистов и баскетболисток 11-12 лет выявил следующие отличия.

Юноши в среднем за игру совершают на 21,3% больше бросков с игры по сравнению с аналогичным показателем девушек ($t=3,35$, $P<0,01$). При этом не выявлено достоверных отличий в показателях объема реализованных бросков в матчах. Так, среднегрупповое значение у юношей составляет $7,0\pm0,67$ раза за игру, а у девушек – $6,7\pm1,02$ раза ($t=0,25$, $P>0,05$).

В показателях, которые относятся к положительным действиям игроков, юноши значительно превосходят своих сверстниц только в количестве выполняемых перехватов мяча в матче ($t=2,65$, $P<0,05$). При этом в играх девушек 11-12 лет данный технический прием выполняется в единичных случаях в матче, а у юношей в среднем $1,6\pm0,28$ раза. По объемам подборов мяча и блокшотов девушки показали несколько лучшие значения, однако полученные данные статистически недостоверны ($t=1,54$ и $0,56$ соответственно, $P>0,05$). Следует также отметить, что не выявлено достоверных отличий между показателями фолов и потерь мяча у юношей и девушек 11-12 лет в соревнованиях по баскетболу 3х3 ($t=0,36$ и $0,04$ соответственно, $P>0,05$).

Результаты проведенного исследования показали, что юноши и девушки 11-12 лет имеют идентичные показатели соревновательной деятельности в баскетболе 3х3.

Литература:

1. Базилевич М.В. Мнение студентов о необходимости подготовки к соревнованиям по баскетболу формата 3х3 / М.В. Базилевич, М.В. Шутова // Студенческий спорт: состояние и перспективы развития: сборник материалов Региональной научно-практической конференции / Под ред. Н.В. Пешковой, Ж.И. Бушевой, Н.М. Ахтемзяновой. – Сургут: СурГУ, 2018. – С. 6-9.
2. Глазин А.М. Повышение конкурентоспособности спортсменов массовых разрядов, занимающихся баскетболом и стритболом / А.М. Глазин, Т.М. Алалвани, К.Д. Хайдер, В.В. Костюков // Материалы Всероссийской научно-практ. конф. с межд. участием «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации». – Краснодар, КГУФКСТ, 2013. – С. 54-57.
3. Колесникова Е.А. Современное состояние и перспективы развития баскетбола 3х3 / Е.А. Колесникова // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции (11 февраля 2019 г.). – Краснодар, КГУФКСТ, 2019. – Часть 1. – С. 65-67.
4. Колесникова Е.А. Стритбол: методическое пособие для тренеров и преподавателей учебных заведений / Е.А. Колесникова, В.В. Костюков. – Краснодар: КГУФКСТ, 2010. – 35 с.
5. Колесникова Е.А. Характеристика основных статистических показателей соревновательной деятельности баскетболисток студенческих команд / Колесникова Е.А.,

А.А. Сичевая, В.С. Газарянц // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2018. – №1. – С. 39-40.

6. Швецова Т.В. Стритбол: история и перспективы развития // В мире научных открытий. – 2014. – № 11-11(59). – С. 4417-4426.

7. Ширшова Е.О. Сравнительный анализ структуры соревновательной деятельности в баскетболе и стритболе / Е.О. Ширшова, В.В. Першин, А.В. Волков // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: Материалы XI Международной научно-практической конференции / Под общ. Ред. А.В. Родина (г. Смоленск, 24-26 января 2017 года). – Смоленск, 2017. – С. 239-241.

УДК: 796.07

**ИЗМЕНЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ВОЙСКОВОЙ ЧАСТИ
ВОЗДУШНО-КОСМИЧЕСКИХ ВОЙСК ВООРУЖЕННЫХ СИЛ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Доктор педагогических наук, профессор В.В. Костюков
Соискатель Р.А. Яневич**

Кафедра теории и методики спортивных игр

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161,
e-mail: sport-igry@mail.ru*

Аннотация. В статье представлены результаты сравнительного анализа результатов проверок в марте и октябре 2018 года уровня физической подготовленности военнослужащих девяти подразделений войсковой части Воздушно-космических сил Российской Федерации.

Ключевые слова: военнослужащие, Воздушно-космические силы, физическая подготовленность.

Цель статьи – определить уровень физической подготовленности военнослужащих различных подразделений войсковой части Воздушно-космических сил Российской Федерации и его изменения за зимний и летний период обучения 2018 года.

В обследованиях приняли участие военнослужащие девяти подразделений войсковой части Воздушно-космических сил особого назначения Российской Федерации: 217 человек в марте и 230 человек в октябре 2018 года, что составляет соответственно 83,4 и 84,2% личного состава части.

Военнослужащие в зависимости от возрастной группы выполняли комплекс упражнений, характеризующих развитие у них силы, быстроты и выносливости, а так же сформированность военно-прикладных навыков.

Проверке подверглись следующие подразделения войсковой части: управление войсковой частью (Управление), отдел боевых алгоритмов и программ (ОБАиП), командно-вычислительный центр (КВЦ), эксплуатационный отдел (оптико-электронных средств) (ЭО ОЭС), узел связи и передачи информации (УСиПИ), электромеханический отдел (ЭМО), рота охраны, рота обеспечения и пожарный расчет, всего 9 подразделений.

В результате проверок выяснилось следующее:

1. Обследование в марте 2018 года – из 217 военнослужащих, 149 человек, или 68,7% проверяемых, выполнили нормативы на «отлично», 29 человек (13,4%) – на «хорошо», 26 военнослужащих (11,9%) – на «удовлетворительно», 12 человек (5,5%) – на «неудовлетворительно», а 23 человека (10,6%) были освобождены от сдачи нормативов по состоянию здоровья.

Рота обеспечения, получившая 93,8% положительных оценок при проверке физической подготовленности военнослужащих, была оценена на «отлично», рота охраны и УСиПИ (соответственно 73,1 и 73,0%) получили общий оценочный балл «удовлетворительно», остальные подразделения (КВЦ, ЭМО, ЭО ОЭС, ОБАиП, управление и пожарный расчет) были в общем оценены на «хорошо». Средняя оценка войсковой части составила 3,89 балла.

2. Обследование в октябре 2018 года – из 230 военнослужащих 143 человека, или 84,2% проверяемых, выполнили тесты на «отлично», 30 человек (13,0%) – на «хорошо», 42 военнослужащих (18,3%) сдали нормативы на «удовлетворительно», 31 военнослужащий (13,5%) был освобожден от выполнения нормативов по состоянию здоровья.

Рота обеспечения подтвердила свое лидерство, получив общую оценку «отлично», четыре подразделения (Управление, ЭО ОЭС, ОБАиП и ЭМО) были оценены в среднем на «хорошо», остальные 4 подразделения (КВЦ, УСиПИ, рота охраны и пожарный расчет) получили средние оценки «удовлетворительно». Средний балл по войсковой части составил 3,66 балла.

Приведенные цифры свидетельствуют о том, что уровень физической подготовленности военнослужащих в обследуемой воинской части за 6 месяцев несения боевых дежурств практически не изменился ($t=1,59$, $P>0,05$).

Таким образом, результаты проверок физической подготовленности военнослужащих позволяют утверждать, что:

а) физическая подготовка в течение года (зимний и летний период обучения) проводится качественно, так как 5-7 подразделений из 9-ти оцениваются на «хорошо» и «отлично»;

б) средний балл физической подготовленности военнослужащих по воинской части, достигающий весной 3,89 балла, а осенью 3,66 балла, свидетельствует о необходимости модернизации системы физической подготовки и спортивной работы с военнослужащими;

в) о необходимости повышения качества процесса физической подготовки военнослужащих в войсках частях Воздушно-космических сил Российской Федерации свидетельствует также значительный процент военнослужащих (16,1% – осенью и 19,6% – зимой), которые выполняли нормативы на «неудовлетворительно» или были освобождены от проверки по состоянию здоровья.

Литература:

1. Демьяненко Ю.К. Опыт мониторинга физической подготовленности ежегодного пополнения армии и флота / Ю.К. Демьяненко, В.П. Гилев, В.П. Пулков // Теория и практика физической культуры. – №7. – 29 с.

2. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП – 2009). – М: Воениздат, 2009. – 145 с.

УДК 796.325

АЛГОРИТМ ПОДГОТОВКИ НАЧИНАЮЩИХ СУДЕЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ

Кандидат педагогических наук, доцент О.Н. Костюкова

Доктор педагогических наук, профессор В.В. Костюков

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Колесникова

Старший преподаватель Т.А. Мосол

Преподаватель Н.В. Жигунова

Кафедра теории и методики спортивных игр

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail:sport-igry@mail.ru

Аннотация. В работе рассматриваются организационно-методические аспекты подготовки начинающих судей по спортивным играм (на примере волейбола), приводится восьмикомпонентный алгоритм действий организаторов судейских семинаров.

Ключевые слова: волейбол, подготовка судей, алгоритм, обучающий семинар.

Актуальность. Успешность проводимых волейбольных турниров, их эмоциональность и зрелищность складываются из многих факторов, среди которых важное место занимает квалификация и профессионализм действий арбитров, обслуживающих эти соревнования [1, 2, 3].

Тренерам и специалистам, начинающим подготовку волейбольных арбитров, целесообразно использовать следующий восьмикомпонентный алгоритм действий, хорошо зарекомендовавший себя в практике работы преподавателей со студентами кафедры теории и методики спортивных игр Кубанского государственного университета физической культуры спорта и туризма:

1. Изучение тенденций развития волейбола за последние 10-15 лет. Тщательному изучению и анализу подвергаются изменения в правилах игры и в трактовке судьями различных игровых ситуаций.

2. Анализ данных специальной научно-методической литературы по вопросам подготовки волейбольных арбитров и особенностям судейства соревнований по этому виду спорта.

3. Контент-анализ регламентирующих нормативно-правовых документов.

Изучению и анализу подвергаются своды правил по волейболу последних лет, федеральные профессиональные стандарты «Спортивный судья», общероссийские классификаторы занятий, видов деятельности и специальностей, приказы различных министерств и ведомств Российской Федерации, касающихся различных сторон подготовки спортивных судей.

4. Изучение мнений практикующих волейбольных арбитров различной квалификации.

По результатам анкетирования волейбольных судей выясняется их мнение относительно структуры и содержания модулей обучающих судейских семинаров и особенностей их проведения.

5. Выявление факторов, положительно и отрицательно влияющих на объективность оценки судьями перипетий волейбольных матчей.

6. Разработка учебно-тематического плана «Теория и методика судейства соревнований по волейболу», объемом от 16-ти до 72-х и более часов.

Формулируется перечень разделов, дисциплин и тем, определяющих содержание модулей разрабатываемого учебно-тематического плана обучающего судейского семинара.

7. Реализация программы обучающего семинара.

Осуществляется проведение лекционных, семинарских и практических занятий с обучающимися. Экспертами формируется оценочный лист действий начинающих арбитров во время волейбольных матчей. Выявляется динамика степени сформированности профессиональных компетенций, произошедшая за время обучающего семинара, а также изменения их личностных качеств, сдается итоговый зачет.

8. Разработка рекомендаций начинающим волейбольным судьям.

Составляется «судейский профиль» каждого участника обучающего судейского семинара, и на его основе разрабатываются индивидуальные рекомендации по дальнейшему повышению квалификации судей по волейболу.

Разработка и реализация в 2019 году 72-х часового обучающего семинара по подготовке начинающих судей по волейболу, осуществлявшаяся специалистами со студентами на кафедре теории и методики спортивных игр Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма с соблюдением рекомендуемого восьмикомпонентного алгоритма действий, показала его высокую эффективность и целесообразность использования в практике.

Литература:

1. Волейбол: Правила соревнований ВФВ (пер. Сердюков М.В., Титов Л.Я., под общ.руков. Чехова О.С.). М., 2016. – 130 с.
2. Волейбол: Учебно-методическое пособие по подготовке судей по волейболу. – Оренбург: ГОУ ОГУ. – 2004. – 40 с.
3. Всероссийская федерация волейбола: Методическое пособие для проведения региональных семинаров по подготовке и совершенствованию судей (для лекторов Президиума ВКС). – СПб.: ЗАО «Берег А», 2015. – 34 с.

УДК:378.037.1:797.21

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ СОКРАЩЕНИЯ ОБЪЕМА ЧАСОВ

Кандидат педагогических наук, доцент Е.Г. Маряничева

Кандидат педагогических наук, Н.Г. Скрынникова

Кафедра теории и методики плавания, парусного и гребного спорта

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161,

e-mail: eg-marynicheva@mail.ru

Аннотация. В работе представлен практический материал по ускоренному обучению плаванию студентов высших учебных заведений физической культуры. Внесенные рекомендации способствуют повышению уровня плавательной и профессиональной подготовленности будущих специалистов по физической культуре, увеличению функциональных возможностей организма занимающихся.

Ключевые слова: плавание, студенты, индивидуальный подход, плавательная подготовленность, учебная программа «плавание».

Плавание является обязательной дисциплиной в высших учебных заведениях физической культуры. Практика использования плавания как средства физического воспитания показывает возможность повышения эффективности учебного процесса в результате совершенствования физических и функциональных способностей занимающихся. Существенную роль плавание играет и в профессионально-прикладной подготовке студентов с учетом особенностей их будущей трудовой деятельности. Данная дисциплина способствует формированию навыков и умений для дальнейших самостоятельных занятий плаванием, что имеет определенную оздоровительную ценность. Приобретая необходимые знания по основам теории, методики и организации обучения и спортивной тренировки по плаванию, будущие педагоги могут выполнять функции судьи по спорту и тренера по плаванию [2].

Однако переход с ФГОС-2 на ФГОС-3 привел к сокращению количества часов, отводимых на данную дисциплину. Это обусловило необходимость в усовершенствовании методики обучения плаванию студентов. Используя опыт научных исследований, проводимых на кафедре, нами были внесены следующие изменения. Так, статические и динамические упражнения для освоения с водой дополнили опорным гребком [3, 4]. Опираясь на исследования А.В. Аришина [1], обучение спортивным способам плавания начинали со способа кроль на спине. Технику гребковых движений руками изучали с учетом индивидуального профиля асимметрии [5]. Не умеющие плавать студенты использовали поддерживающие средства, что позволило им свободно перемещаться на глубокой части и полноценно выполнять задания. Присутствующие на занятиях

студенты (находящиеся на суше) под контролем преподавателя давали задания, исправляли ошибки, оценивали правильность выполнения упражнений. Исследование проводили в течение двух лет, в нем приняли участие 165 студентов факультета физической культуры КГУФКСТ. Контрольную группу (КГ) составили студенты, занимавшиеся по программе ФГОС-2 (в объеме 96 часов), экспериментальную группу (ЭГ) – по ФГОС-3 (66 часов), соответственно. Для оценки уровня плавательной подготовленности использовали такие тесты, как проплыивание отрезков 50 м и 400 м, тест Купера и другие.

Проводя сравнительный анализ полученных результатов между КГ и ЭГ, мы не обнаружили достоверных различий в плавании вольным стилем на 50 м и 400 м. Однако испытуемые ЭГ показали более высокую выносливость ($p<0,05$) в teste Купера по сравнению со студентами КГ. Следует отметить, что объем нагрузки учебного занятия к концу курса изучения дисциплины значительно не отличался ($p>0,05$) и составил 950 м в ЭГ и в КГ – 900 м, соответственно.

Таким образом, результаты исследования показали, что сокращение количества часов учебного плана не повлияло на качество овладения компетенциями, заложенными в программе. Данная усовершенствованная методика может с успехом использоваться в высших учебных заведениях при обучении студентов «плаванию».

Литература:

1. Аришин А.В. Формирование и контроль техники плавания на первом году обучения в спортивных школах: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Краснодар, 2002. – 23 с.
2. Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Н.Ж. Булгакова, О.И. Попов, Е.А. Распопова; под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320 с.
3. Маряничева Е.Г. Обучение плаванию детей младшего школьного возраста на основе опорного гребка и двигательных представлений: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Краснодар, 1998. – 23 с.
4. Погребной А.И. Научно-педагогические основы начального обучения плаванию в школьном возрасте: автореф. дис. ... д-ра. пед. наук. – Краснодар, 1997. – 37 с.
5. Скрынникова Н.Г. Формирование техники гребковых движений рук на начальном этапе многолетней подготовки пловцов с учетом моторной асимметрии: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Краснодар, 2009. – 23 с.

УДК: 796.322

**ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОВ**

Преподаватель Д.А. Немец

Старший преподаватель А.В. Проскура

Кафедра теории и методики спортивных игр

*Контактная информация для переписки: 350015, ул. Буденного, 161,
e-mail: sport-igry@mail.ru*

Аннотация. В работе представлены результаты экспериментальных данных физической подготовленности юных гандболистов 10-11 лет.

Ключевые слова: гандбол, юные спортсмены, физическая подготовленность, контроль.

Для того чтобы определить, насколько используемая программа общей физической подготовки исследуемого контингента в рассматриваемых условиях способствует улучшению изучаемых параметров, мы провели повторное тестирование и сравнили полученные данные с предыдущими значениями через 3 и через 6 месяцев занятий (таблица 1).

Таблица 1. Сравнительная характеристика показателей физической подготовленности гандболистов 10-11 лет (n=15)

Тесты	1 этап	3 этап	t	p	1 этап	3 этап	t	p
	Xср±m	Xср±m			Xср±m	Xср±m		
	10 лет				11 лет			
1. Бег 30 м, с	6,2±0,2	6,0±0,2	2,3	0,05	5,7±0,1	5,6±0,1	2,1	0,05
2. Челночный бег 3x10 м, с	9,7±0,2	9,2±1,1	1,6	-	8,9±0,2	8,8±0,2	2,1	0,05
3. Прыжок в длину с места, см	114,7±4,5	116,2±4,6	0,9	-	124,2±3,1	128,1±3,6	3,2	0,05
4. 6-минутный бег, м	955,3±69,4	970,7±62,0	0,6	-	981,7±126,8	1068,0±52,1	2,4	0,05
5. Бросок набивного мяча (1 кг) из-за головы сидя, см	208,7±41,9	234,3±18,5	2,2	0,05	274,0±21,3	291,9±15,1	2,7	0,05

В результате сравнительного анализа данных физической подготовленности гандболистов первого и второго этапов было выявлено, что по всем исследуемым параметрам ухудшений не выявлено. В конце экспериментального периода

выявлены заметные и статистически достоверные положительные изменения только в заданиях №1 и №5. Это – «Бег 30 м» и «Бросок набивного мяча из-за головы сидя». Во всех случаях $p<0,05$.

У 11-летних гандболистов достоверные улучшения ($p<0,05$) выявлены только на заключительном этапе контроля физической подготовленности во всех тестах.

Таким образом, в результате анализа экспериментальных данных выявлены улучшения только к концу эксперимента по всем направлениям исследования физической подготовленности. Следует отметить, промежуточный контроль физической подготовленности, проводимый через 3 месяца подготовки, выявил достоверные сдвиги только в «Беге на 30 м» у 10-летних гандболистов. Полученные результаты были использованы для коррекции рассматриваемых физических качеств.

Литература:

1. Анненко И.Ю. Комплексная оценка работоспособности гандболиста (часть II) / И.Ю. Анненко, И.М. Зубина, С.С. Михайлов, Э.А. Фактор // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 12 (106). – С. 60-62.
2. Игнатьева В.Я. Гандбол. Подготовка игроков в спортивных школах / В.Я. Игнатьева. – М.: Советский спорт, 2013. – 288 с.
3. Игнатьева В.Я. Применение комплексных средств для подготовки гандболистов и повышения качества физического воспитания учащихся общеобразовательной школы. / В.Я. Игнатьева // Методическое письмо тренерам по гандболу и учителям общеобразовательных школ. – М.: 2008. – 25 с.
4. Игнатьева В.Я. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Гандбол» / В.Я. Игнатьева, В.И. Тхорев, А.Я. Овчинникова, М.А. Петрова; под общ. ред. В.Я. Игнатьевой. – М.: 2016. – 152 с.
5. Тхорев В.И. Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности – гандбол / В.И. Тхорев, Н.Ю. Анисимова, Е.Ю. Барсукова. – Краснодар: ДЮСШ КК, 2014. – 75 с.

УДК 796.093.6(470.62)

**УРОВЕНЬ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
ПОЛИАТЛОНСТОВ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

Аспирант А.В. Погожев

Доктор педагогических наук, профессор А.И. Погребной

Кафедра теории и методики плавания, парусного и гребного спорта

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: palikswim@mail.ru

Аннотация. В работе дана оценка уровня общей физической подготовленности полиатлонистов тренировочных групп, что позволит более качественно планировать процесс подготовки спортсменов.

Ключевые слова: полиатлон, тренировочные группы, нормативы, общая физическая подготовка.

Комплекс многоборья «полиатлон» является видом спорта, где задействованы все физические качества человека. В комплекс входят беговые дисциплины: спринтерский бег 100 метров, кроссовый бег 3000 метров; плавательная дисциплина 100 метров вольным стилем; стрельба из пневматической винтовки (упражнение ВП-3) и метание спортивного снаряда [1, 2, 3, 4, 5].

В стандарте по виду спорта «полиатлон» для определения общей физической подготовленности на тренировочном этапе используются следующие упражнения: для определения скоростных качеств – бег 60 метров, координации – челночный бег 3 по 10 метров, силовых качеств – подтягивание из виса на перекладине, скоростно-силовых качеств – прыжок в длину с места, выносливость – бег 1500 метров и плавание 50 метров вольным стилем, гибкость – наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, коснуться пола пальцами рук [6].

В исследовании приняло участие 114 спортсменов-полиатлонистов тренировочных групп Краснодарского края. Исследуемые выполняли нормативы общей физической подготовки для групп тренировочного этапа. Полученные результаты, в соответствии с разработанной таблицей, разделялись на три уровня («высокий», «средний» и «низкий»). Испытуемые были разделены на две группы, первая группа – спортсмены первого и второго года обучения на тренировочном этапе, вторая группа – спортсмены третьего и четвертого года обучения на тренировочном этапе.

Из полученных результатов выполнения норм общей физической подготовленности спортсменов-полиатлонистов тренировочных групп 1-го и 2-го года обучения видно, что уровень подготовленности «низкий» наибольший

процент испытуемых выполнило в упражнении: подтягивание из виса на перекладине – 42,10%; бег 1500 метров – 42,10%; наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу – 47,38%. На уровне подготовленности «высокий» наибольший процент испытуемых в упражнениях: бег 60 метров – 36,84%; плавание 50 метров – 36,84%; наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу – 36,84%. Среднее значение в сумме всех тестовых упражнений, процент испытуемых на уровне «низкий» – 36,1%, уровень «средний» – 31,6% и на уровне «высокий» – 32,3%.

Из полученных результатов выполнения норм общей физической подготовленности спортсменов-полиатлонистов тренировочных групп 3-го и 4-го года обучения видно, что уровень подготовленности «низкий» наибольший процент испытуемых выполнило в упражнении: подтягивание из виса на перекладине – 42,10%; наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу – 42,1%; прыжок в длину с места – 47,38%. На уровне подготовленности «высокий» наибольший процент испытуемых в упражнениях: плавание 50 метров – 42,1%. Среднее значение в сумме всех тестовых упражнений, процент испытуемых на уровне «низкий» – 37,58%, уровень «средний» – 40,8% и на уровне «высокий» – 21,8%.

Таким образом, проведенное исследование показало, что в группе первого и второго года обучения на тренировочном этапе спортсмены имеют уровень физической подготовленности, равномерно распределенный по трем уровням («низкий», «средний» и «высокий»), а в группе 3-го и 4-го года обучения преобладает уровень подготовленности «средний» и наименьший процент имеет уровень «высокий».

Литература:

1. Бондарчук А.П. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса в современном пятиборье / А.П. Бондарчук. – М.: Олимпия Пресс, 2007. – 272 с.
2. Гильмутдинов Т.С. Физиологическая характеристика и ведущие факторы, определяющие спортивный результат в летнем полиатлоне // Полиатлон. – 2002. – №1-2. – С. 2-3.
3. Садилкин А.Ф. Структура и содержание годичного цикла подготовки полиатлонистов на этапе спортивного совершенствования: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – Тамбов, 2014. – 24 с.
4. Садилкин А.Ф. Структура тренировочного процесса в годичном цикле подготовки летних полиатлонистов / А.Ф. Садилкин, А.Ю. Кейно // Вестник Тамб. ун-та. Серия Гуманитарные науки. Тамбов, 2011. – Вып. 6 . – С. 98-102.
5. Требенюк А.И. Методика подготовки квалифицированных полиатлонистов на основе модернизации тренировочных средств в подготовительном периоде / А.И. Требенюк, О.В. Машенко. – Брянск: БФ МосУ МВД России, 2010. – 189 с.
6. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта полигон, Минспорта России от 30 декабря 2016 года № 1363 части 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

УДК: 796.322.2

**МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ
У ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОК**

Старший преподаватель А.В. Проскура

Студент В.А. Вязовская

Кафедра теории и методики спортивных игр

Контактная информация для переписки: 350015, ул. Буденного, 161,

e-mail: sport-igry@mail.ru

Аннотация. В статье представлены результаты поиска новой методики развития скоростных качеств у юных гандболисток 12-13 лет.

Ключевые слова: юные гандболистки, физические качества, скоростные способности, методика развития.

В рассматриваемом возрастном периоде происходит закладка и формирование фундамента общей и специальной физической подготовки. Это предъявляет большие требования к качеству подготовки спортивного резерва. Быстрота выполнения отдельных технических элементов, их смена, результативность и эффективность выполнения технических действий на большой скорости и при максимальной быстроте тактических действий, эффективность быстрого прорыва и оборонительных действий – все эти вопросы вызывают активный интерес у многих специалистов в области детского спорта.

Нами была предложена методика, в которой упражнения для развития скоростных качеств были распределены по подгруппам с преимущественным развитием какого-либо одного вида скоростных способностей. На одном занятии для развития скоростных способностей применялись только задания одинаковой направленности.

В таблице 1 представлены результаты значений контрольных тестов экспериментальной группы первого и второго тестирования. Отмечен прирост результатов во всех рассматриваемых случаях.

Все показатели, характеризующие степень развития специальных скоростных качеств гандболисток, улучшились статистически достоверно ($p>0,01$ и $p>0,05$).

В контрольной группе достоверные изменения произошли только в двух тестах: «Бег 30 м» и «Бег с ведением мяча 30 м».

В целом, можно сказать, что более выраженная положительная динамика результатов тестирования отмечена в экспериментальной группе.

Это подтверждает наше предположение о том, что использование в тренировочном процессе комплексов упражнений с преимущественным развитием какого-либо одного специфического скоростного качества целенаправленно дает более существенные приrostы результатов.

Таблица 1 – Динамика скоростных показателей юных гандболисток

Виды упражнений	1 измерение $X \pm m$	2 измерение $X \pm m$	t	p
Общая подготовленность				
1. Бег 30 м (сумма 2-х попыток, с)	11,2±0,02	11,1±0,02	3,09	<0,01
2. Челночный бег 100 м (с)	31,1±0,1	31,0±0,1	0,77	>0,05
Специальная подготовленность				
1. Ведение 30 м, (с)	6,2±0,03	6,1±0,02	3,26	<0,01
2. Ведение мяча «змейкой» 30 м (с)	8,5±0,02	8,4±0,03	2,51	<0,05
3. 20 передач (с)	20,9±0,1	20,4±0,1	2,68	<0,05

Таким образом, методика развития скоростных качеств гандболистов, основанная на преимущественном использовании в тренировочном процессе специфических упражнений, направленных на развитие изолированных скоростных качеств, экспериментально подтверждена результатами нашего исследования и может быть использована в процессе подготовки юных гандболисток.

Литература:

- Игнатьева В.Я. Инновационная методика обучения стремительному нападению в гандболе / В.Я. Игнатьева, А. Гамаун // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: детский тренер: журнал в журнале. – 2010. – № 3. – С. 34-36.
- Игнатьева В.Я. Особенности развития физических качеств у гандболисток высокой квалификации по этапам подготовительного периода / В.Я. Игнатьева, Р.Р. Минабутдинов // Теория и практика физ. культуры: тренер: журнал в журнале. – 2010. – № 12. – С. 66-69.
- Игнатьева В.Я. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Гандбол» / В.Я. Игнатьева, В.И. Тхорев, А.Я. Овчинникова, М.А. Петрова; под общ. ред. В.Я. Игнатьевой. – М.: 2016. – 152 с.
- Тхорев В.И. Энергетическая стоимость соревновательной и тренировочной деятельности. Информационные материалы / В.И. Тхорев. – 2-е изд. испр. и доп. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 32 с.
- Тхорев В.И. Дополнительная обще развивающая программа физкультурно-спортивной направленности – гандбол / В.И. Тхорев, Н.Ю. Анисимова, Е.Ю. Барсукова. – Краснодар: ДЮСШ КК, 2014. – 75 с.

УДК 796.332

**ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ
ДЕЙСТВИЙ ЗАЩИТНИКАМИ 16-17 ЛЕТ В ФУТБОЛЕ**

Кандидат педагогических наук, доцент В.В. Суворов

Кафедра общей и профессиональной педагогики

*Контактная информация для переписки: 350011, г. Краснодар, ул. им. Буденного, 161,
e-mail: vvsfoot@rambler.ru*

Аннотация. Исследование соревновательной деятельности футболистов 16-17 лет раскрывает особенности использования технико-тактических действий защитниками в зависимости от их расположения на поле. Достоверность отличий обнаружена между количественными показателями используемых игровых приемов защитниками, располагающими слева, в центре или справа.

Ключевые слова: футбол, соревновательная деятельность, защитник, технико-тактические действия, 16-17 лет.

Современные технологии, используемые в спорте и, в частности, в футболе, позволяют собирать большой объем информации о соревновательной деятельности. Эти данные анализируются и используются тренером для построения тренировочного процесса [2, 4, 5, 6]. Наибольший интерес у специалистов вызывает учет данных о технико-тактических действиях, используемых в игре футболистами разных возрастов, при планировании тренировочного процесса. Многолетние исследования в данном направлении позволили собрать обширный материал об особенностях игры футболистов различных амплуа [1, 3]. Однако при меняющейся системе расстановки игроков на каждом из этапов развития футбола остается нераскрытым вопрос об особенностях применения защитниками 16-17 лет технико-тактических действий в зависимости от позиции, занимаемой на поле, что и определяет актуальность исследования.

Главной задачей в данном случае будет выступать установление особенностей применения футболистами, выполняющими защитные функции на поле, технико-тактических действий в зависимости от системы расстановки.

Игра защитников в возрасте 16-17 лет команд ФК «Краснодар», ГБУ КК «СШ по Футболу», ДЮСШ «Академия футбола» характеризуется выполнением во время матча в среднем $67,3 \pm 1,75$ технико-тактических действий, а наибольшие объемы приходятся на передачи мяча вперед (22,2% от общего объема всех выполняемых игровых действий), назад (17,3%), ведение мяча (15,1%), отбор мяча (10,2%) и перехват мяча (10,4%).

При системе расстановки игроков защиты в линии с использованием четырех футболистом можно выделить правого и левого защитника, а также два центральных защитника, располагающихся ближе к правому и левому флангам.

Анализ регистрации соревновательной деятельности футболистов в возрасте 16-17 лет (96 протоколов) позволил установить, что использование правым защитником технико-тактических действий достоверно отличается от правого центрального

защитника по количеству передач мяча «на ход» ($t=2,8$; $P<0,01$), передач в штрафную площадь соперника ($t=4,1$; $P<0,001$), ведения мяча ($t=7,4$; $P<0,001$), обводки соперника ($t=3,4$; $P<0,01$), вступления в отбор мяча ($t=4,0$; $P<0,001$), попыток перехватить мяч ($t=2,6$; $P<0,05$), ударов в ворота ногой ($t=3,1$; $P<0,01$) и общему объему всех игровых приемов, выполняемых за матч ($t=7,2$; $P<0,001$).

Игра правого защитника 16-17 лет отличается от применяемых технико-тактических действий левым центральным защитником по количеству передач мяча назад и поперек ($t=3,0$; $P<0,01$), передач мяча вперед ($t=3,4$; $P<0,01$), передач мяча «на ход» ($t=5,1$; $P<0,001$), передач мяча в штрафную площадь соперника ($t=4,5$; $P<0,001$), ведения мяча ($t=3,4$; $P<0,01$), отборов ($t=4,0$; $P<0,001$), перехватов ($t=2,1$; $P<0,05$), единоборств за мяч внизу ($t=2,1$; $P<0,05$), передач мяча головой ($t=2,5$; $P<0,05$), всех выполняемых действий за матч ($t=6,1$; $P<0,001$).

Количество технико-тактических действий, выполняемых за матч правым защитником, в футболе отличается от использования игровых приемов левым защитником при выполнении длинных передач мяча ($t=2,2$; $P<0,05$), передач мяча в штрафную площадь соперника ($t=2,1$; $P<0,05$), ведении мяча ($t=2,3$; $P<0,05$) и единоборств за мяч внизу ($t=3,0$; $P<0,01$).

Таким образом, выявлены отличия в использовании технико-тактических действий защитниками, располагающимися в центре или на флангах. По своим функциональным обязанностям наибольшие различия обнаружены между защитниками, расползающимися на правому флангу, и левыми центральными защитниками.

Литература:

1. Вершинин М.А. Сравнительный анализ технико-тактических действий юных футболистов / М.А. Вершинин, Д.Л. Корзун, Ю.Н. Москвичев // Фундаментальные исследования. – Пенза, 2013. – № 6-4. – С. 976-981.
2. Семенюков А.А. Учет моторной асимметрии ног в технической подготовке юных футболистов 12-13 лет / А.А. Семенюков, А.П. Золотарев // Теоретико-методические аспекты современного футбола: коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «ЮГ». – 2-е изд., стереотип / Под общей редакцией А.П. Золотарева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – С. 132-138.
3. Суворов В.В. Индивидуально-типологические показатели технико-тактических действий футболистов 8-11 лет / В.В. Суворов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – Краснодар, 2008. – №4. – С. 15-19.
4. Сучилин А.А Методологические основы исследования проблемы подготовки юных футболистов: монография / А.А. Сучилин, А.П. Золотарев, М.М. Шестаков; Волгоградская ГАФК. – Волгоград: ВГАФК, 2005. – 101 с.
5. Шестаков М.М. Разносторонность действий юных футболистов разных этапов многолетней подготовки в условиях тренировки / М.М. Шестаков // Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования: сборник материалов всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары: НОУ ДПО «Экспертно-методический центр», 2018. – С. 135-140.
6. Шулятьев В.М. Характеристика технической подготовленности футболистов 16-17 лет на основе анализа соревновательной деятельности команд мастеров / В.М. Шулятьев, А.Д. Дугблей // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – М., 2014. – № 3. – С. 24-27.

УДК 796.332

ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ СТРУКТУРЫ ФУТБОЛИСТОВ 12-13 ЛЕТ

Кандидат педагогических наук, доцент В.В. Суворов

Кафедра общей и профессиональной педагогики

Контактная информация для переписки: 350011, г. Краснодар, ул. им. Буденного, 161,

e-mail: vvsfoot@rambler.ru

Аннотация. Педагогические наблюдения за футболистами 12-13 лет позволили выявить особенности структуры двигательной активности различной интенсивности. Установлено, что игра футболистов данного возраста в основном состоит из двигательных сочетаний малой интенсивности. Футболисты 12-13 лет в основном используют в своей игре двигательные связки, состоящих из трех элементов.

Ключевые слова: футбол, соревновательная деятельность, двигательные действия различной интенсивности, 12-13 лет.

Сегодня выполнение в игре футболистами работы большой интенсивности определяет результативность соревновательной деятельности. Однако остается открытым вопрос об учете структуры двигательной деятельности различной интенсивности и на этой основе создания тренировочных заданий, которые по своей двигательной структуре будут аналогичными игровой. Установление структурных соотношений двигательных действий различной интенсивности и определяет актуальность данного исследования.

Главной задачей исследования было установление типологических особенностей двигательной структуры различной интенсивности в игре футболистов 12-13 лет.

Футболисты 12-13 лет в среднем за игру используют $95,4 \pm 2,01$ двигательных действий, при этом разновидность регистрируемых циклов достигает 125 в матчах различной результативности. Основными двигательными циклами, разделяемыми остановкой футболиста на поле, являются структуры, имеющие в своем составе от двух до девяти структурных единиц. Объем данных двигательных структур различной интенсивности составляет 93,5% от общего количества регистрируемых в матче футболистов 12-13 лет сочетаний. Наибольшими по объему являются следующие структуры: бег – остановка (17% от общего объема регистрируемых сочетаний), ходьба – остановка (14%), бег – ходьба – остановка (12%), ходьба – бег – ходьба – остановка (10%). Данные структуры в основном состоят из бега малой и средней интенсивности. Бег высокой интенсивности регистрируется в следующих структурах: рывок – остановка (3%), ходьба – рывок – остановка (2%), бег – ускорение – остановка (2%), бег – рывок – остановка (1,5%), ускорение – остановка (1,4%). Однако

циклы, включающие в себя работу большой интенсивно, и обеспечивают результативность игры в футболе. Если рассматривать все регистрируемые двигательные сочетания, а не только имеющие наибольшие объемы, то можно говорить, что 87,2% всех регистрируемых циклов имеют в своей структуре бег большой или максимальной интенсивности.

Таким образом, установленные типологические особенности двигательных структур характеризуются циклами, не имеющими в своем составе бег большой интенсивности. Данные связки занимают наибольший объем в игре футболистов 12-13 лет. Наибольшее количество циклов с интенсивной работой – это чередование рывков и остановок. Наиболее популярными в игре футболистов 12-13 лет являются циклы, имеющие в своей структуре три двигательных действия различной интенсивности. Связки, состоящие из большого количества структурных единиц, имеющие в своем составе рывки и ускорения, используются футболистами 12-13 лет редко.

Литература:

1. Калинин Е.М. Критерии оценки соревновательной двигательной деятельности футболистов высшей квалификации / Е.М. Калинин, А.Е. Власов, В.В. Паников, О.В. Чигиринцева // Теория и практика физической культуры. – 2019. – №7. – С. 77-79.
2. Суворов В.В. Моделирование упражнений на основе типологической структуры двигательных циклов футболистов в матче / В.В. Суворов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгатта. – СПб., 2008. – №1. – С. 86-89.
3. Цубан Ю.В. Моделирование игровых упражнений в системе подготовки футболистов на этапе спортивного совершенствования: дис. ... канд. пед. наук / Ю.В. Цубан. – М., 2003. – 112 с.
4. Шестаков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: дис. ... д-ра пед. наук / М.М. Шестаков. – М., 1992. – 509 с.
5. Шестаков М.М. К проблеме моделирования ритмовой структуры двигательной деятельности квалифицированных футболистов / М.М. Шестаков // Физическая культура и спорт в сфере образования учащейся молодежи: Сборник материалов VI межвузовской научно-практической конференции. – Чайковский, 2001. – С. 127-128.

УДК 796.8-055.2

РОЛЬ ЖЕНЩИНЫ В СОВРЕМЕННЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ

Кандидат педагогических наук, доцент И.В. Тихонова¹

Кандидат педагогических наук, старший преподаватель

П.Г. Омарова²

Кандидат педагогических наук, доцент А.А. Близнюк²

¹ Кафедра теории и методики гимнастики

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: Tikhonova_I.74@mail.ru

² Кафедра теории и методики спортивных единоборств, тяжелой атлетики и стрелкового спорта

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail:omarova_patya@mail.ru e-mail:maloj-alex@mail.ru

Аннотация. В работе представлена современная тенденция в спорте, заключающаяся в освоении женщинами единоборств. Рассматриваются принципы и закономерности построения спортивной тренировки.

Ключевые слова: женщина, спорт, единоборства.

Современная эпоха характеризуется проявлением гендерных особенностей во всех сферах жизнедеятельности: борьба женщин за свои права, появление общего образования, освоение женщинами «мужских» видов спорта, появление новых профессий и модернизация старых. Все эти аспекты социума с успехом осваиваются женщинами.

Изменение роли в социуме мужчин и женщин выявил целый ряд противоречий. Они заключается в следующем:

- половой диморфизм;
- исторически сложившееся социальное неравенство;
- развитие общества, обеспечившее социальную реализацию женщин;
- феминизм;
- постоянно возрастающая нестабильность семейных отношений;
- декларированное равноправие мужчин и женщин;
- стереотипные представления «о правах и об обязанностях» разных полов [4, 7].

Спорт как социальное явление эстетичен, привлекателен, а также представляет каждому человеку много возможностей для проявления своих физических и психологических качеств. Во всем мире постоянно увеличивается численность женщин, занимающихся не только традиционно женскими видами спорта, но и постигающих новые для женского мира спортивные дисциплины.

Женщины достигают высоких спортивных результатов, стремительно приближаясь к рекордам, установленным мужчинами-спортсменами [1, 2, 3].

Сегодня Международный олимпийский комитет культивирует пока только несколько видов единоборств – дзюдо, вольная борьба, тхэквондо, бокс, тяжелая атлетика. Однако женщины участвуют также в соревнованиях по разным видам национальной борьбы (кураш, гурен, грэпплинг, пляжная борьба и др.).

Спортивные единоборства воспитывают в женщине решительность и самостоятельность, а также помогают ей в этом практически, улучшая здоровье, душевное состояние и защищая от непредвиденных опасных ситуаций.

Кроме организационно-методических аспектов совершенствования системы подготовки женщин-единоборцев, необходимо провести осмысление научно-методического опыта, накопленного в области женского спорта [5, 6]. Прогресс женских видов единоборств вызывает необходимость проведения исследований по выявлению эффективных способов достижения спортсменками высоких спортивных результатов без отрицательных последствий для их здоровья.

Литература:

1. Грец И.А. Рекордные спортивные достижения женщин в аспекте полового диморфизма: дис. ... д-ра пед. наук / И.А. Грец. – СПб., 2012. – 408 с.
2. Дюсенова А.А. Морфологическое обоснование признаков полового диморфизма у женщин-спортсменок: автореф. дис. ... канд. мед. наук // А.А. Дюсенова. – СПб, 2007. – 24 с.
3. Иорданская Ф.А. Мужчина и женщина в спорте высших достижений (проблемы полового диморфизма): монография / Ф.А. Иорданская. – М.: Советский спорт, 2012. – 256 с.
4. Соболева Т.С. Женский спорт в свете проблем формирования пола / Т.С. Соболева, Д.В. Соболев // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – №9 (105). – С. 43-49.
5. Тихонова И.В. Особенности спортивной тренировки женщин с учетом физиологических особенностей / И.В. Тихонова, Е.А. Розевика // Сб. научных работ VII международн. научно-практич. конференции «Современные концепции научных исследований». – Ч. 6. – №7. – М., 2014. – С. 103-105.
6. Тихонова И.В. Половой диморфизм в художественной и эстетической гимнастики / И.В. Тихонова, Н.Н. Пилюк, О.Ф. Барчо // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – №63. – С. 111-113.
7. Шахов Ш.К. Гендерная психология спорта: культурно-образовательный аспект / Ш.К. Шахов, А.С. Дамадаева // Вестник МГУКИ. – №2 (40). – 2011. – С. 171-175.

УДК 796.819-053.6

**ИГРОВЫЕ КОМПЛЕКСЫ В ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ
ЮНЫХ БОРЦОВ**

Кандидат педагогических наук, доцент И.В. Тихонова¹

Кандидат педагогических наук, доцент Ю.М. Схаляхо²

Магистрант А.А. Карданов²

¹ Кафедра теории и методики гимнастики

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: Tikhonova_I.74@mail.ru

*² Кафедра теории и методики спортивных единоборств, тяжелой атлетики
и стрелкового спорта*

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161

Аннотация. В представленной статье рассматриваются вопросы тактической подготовки юных борцов на основе использования игровых комплексов. Эти игровые комплексы могут применяться на различных этапах спортивной тренировки.

Ключевые слова: спортивная борьба, юные борцы, игровые комплексы, тактическая подготовка.

Игровые формы обучения являются основным средством развития физических качеств юных спортсменов. Игры, как метод обучения, использовались в спортивной тренировке еще с древнейших времен. Воздействуя на эмоциональный фон, они мобилизуют скрытые интеллектуальные и физические возможности человека. Анализ многочисленных педагогических исследований во многих видах спорта доказал, что приобретенные в игре умения и навыки особенно прочны и надежны.

Овладение тактическими действиями на начальном этапе спортивной тренировки происходит за счет освоения технических приемов борьбы с последующим включением их в игры. При этом освоение базовых элементов техники юными борцами происходит самостоятельно и не в полном объеме в тренировочных поединках. Сложные условия соревновательного поединка снижают интерес к овладению технических действий. Противоположный психологический эффект оказывают игровые комплексы. Их использование в тренировочном процессе способствует более быстрому освоению техническому действию спортивной борьбы [1, 3, 7].

Учитывая психологические особенности юных борцов, игры можно использовать в процессе спортивной тренировки в качестве эмоциональной разгрузки.

В игре создаются условия для решения поставленных тактических задач для юных борцов, что впоследствии формирует необходимую базу для изучения

технико-тактических приемов, контрприемов и комбинаций в процессе многолетней спортивной тренировки [2, 4, 5, 6].

Для определения эффективности разработанных нами игровых комплексов был проведен педагогический эксперимент. С этой целью в начале учебного года были сформированы две равные по подготовке группы начального обучения: экспериментальная и контрольная. Каждая из групп состояла из 12 человек 8-10 летнего возраста, занимающихся греко-римской борьбой.

Участники экспериментальной группы в течение всего учебного года занимались по программе с включением в тренировочный процесс игровых заданий из разработанного нами комплекса.

В конце учебного года был проведен анализ технико-тактических показателей у борцов обеих групп. Результаты анализа, полученные в ходе соревнований данных, показали значительную разницу в технико-тактической подготовленности борцов экспериментальной и контрольной групп. По всем показателям технико-тактических действий экспериментальная группа превзошла контрольную группу и составила:

- по эффективности теснений соперника – 10,5%;
- по эффективности выведения из равновесия – 12%;
- по эффективности атаки из стандартных взаиморасположениях борцов – 6%;
- по результативности действий на опережение 12,4%;
- по эффективности атакующих захватов – 10,5%;
- по эффективности блокирующих захватов – 15,5%.

Эти данные свидетельствуют об эффективности разработанного комплекса игровых заданий по технико-тактической подготовке борцов греко-римского стиля на этапе начального обучения и могут быть использованы тренерами непосредственно в тренировочной и соревновательной деятельности на различных этапах подготовки.

Таким образом, применение игровых комплексов в тренировочном процессе юных борцов улучшает надежность и результативность технико-тактических действий в соревновательных поединках.

Литература:

1. Апойко Р.Н. Содержание и структура подготовки юных спортсменов в греко-римской борьбе на основе индивидуализации выбора коронных технико-тактических действий: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Р. Н. Апойко. – СПб.: ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2005. – 22 с.
2. Иванов И.И. Тактические компоненты деятельности борца / И.И. Иванов, И.В., Тихонова, А.З. Сокуров // Материалы X международн. научной конф. молодых ученых «Наука. Образование. Молодежь». – Т.1. – Майкоп, 2013. – С. 68-71.
3. Мишин А.В. Совершенствование технической подготовки юных борцов греко-римского стиля с учетом индивидуальных особенностей соревновательной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.В. Мишин. – М.: ВНИИФКиС, 2011. – 22 с.
4. Неробеев Н.Ю. Специфика технико-тактической подготовки юных спортсменов в

греко-римской борьбе с учетом современных тенденций ее развития: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н. Ю. Неробеев. – СПб., 2003. - 24 с.

5. Тихонова И.В. Моделирование технико-тактических действий в спортивной борьбе / И.В. Тихонова, Е.А. Розевика // Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции «Связи с общественностью в спорте: образование, тенденции, международный опыт». – Краснодар, 2014. – С. 234-239.

6. Тихонова И.В. Особенности тактических действий дзюдоисток / И.В. Тихонова, П.Г. Омарова, Е.А. Розевика // Проблемы современного педагогического образования. – Ялта, 2016. – С. 73-81.

7. Шахмурадов Ю.А. Научно-методические основы многолетней технико-тактической подготовки борцов: дис. ... д-ра пед. наук в виде научного доклада / Ю.А. Шахмурадов. – М., 1999. – 60 с.

УДК: 796.01:159.9+796.322

**ДИНАМИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ
ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОВ**

Доктор педагогических наук, профессор В.И. Тхорев

Магистрант Д.Э. Гурцкая

Кафедра теории и методики спортивных игр

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: vitkhorev@mail.ru*

Аннотация. Свойства личности во многом определяют эффективность соревновательной деятельности и входят в число приоритетных критерии для спортивного отбора на всех этапах становления спортивного мастерства. Целенаправленная их корректировка и составляет предмет психологической подготовки. Проведенными исследованиями установлены особенности основных характеристики психологического состояния юных гандболистов различной гендерной принадлежности и вектора их изменения.

Ключевые слова: юные гандболисты, психологическое состояние, характеристики, динамика.

В структуре спортивной подготовки во всех видах спорта психологической отводится значительное место. В действующем в настоящее время Федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта гандбол [1] на данный вид подготовки отводится от 4 до 7% общей суммы тренировочного времени. Такое положение предусматривает формирование актуального содержания данного вида подготовки, базовые положения которого представлены в учебнике [3, 4] и программах по гандболу [5, 6, 7]. Последнее предполагает выявление отстающих компонентов в структуре психологического состояния и определение характера их динамики в период спортивной подготовки.

В процессе обследования использовались тесты психологической диагностики, широко популярные в спортивной практике [2]: «Мотивация стремления к успеху», «Избегание неудач» и «Направленность личности». В обследовании приняло участие 44 юных спортсмена групп Т-2 и Т-4 обоих полов ДЮСШ Краснодарского края.

В результате проведенных исследований установлена разнонаправленная динамика психологического состояния юных гандболистов различной гендерной принадлежности на тренировочном этапе их подготовки (табл.). В 70,0% случаев эта динамика носит статистически значимый ($P < 0,05$) характер. Однонаправленные позитивные изменения у юношей и девушек зафиксированы по таким характеристикам, как стремление к успеху и направленность на дело. Причем если в первом случае следует отметить лишь общую тенденцию ($P > 0,05$), то во втором изменения носят существенный ($P < 0,001$) характер.

Таблица – Динамика психического состояния юных гандболистов на тренировочном этапе подготовки (n=22)

Психологические характеристики	Пол	Баллы		Разница			Характер динамики
		X ₁ ±m ₁	X ₂ ±m ₂	%	t	P	
Стремление к успеху	М	14,7±0,55	15,1±0,62	+2,7	0,48	-	Позитив
	Ж	13,9±0,64	14,6±0,51	+5,0	0,85	-	Позитив
Избегание неудач	М	15,5±0,34	14,8±0,37	-4,5	1,4	-	Позитив
	Ж	11,1±0,36	12,9±0,46	+16,2	3,10	0,05	Негатив
Направленность на себя	М	24,3±0,95	27,4±0,67	+12,8	2,67	0,05	Негатив
	Ж	21,8±1,25	28,0±0,72	+28,4	4,30	0,01	Негатив
Направленность на команду	М	10,1±0,13	27,5±0,64	+172,3	22,90	0,001	Позитив
	Ж	21,8±1,25	28,0±0,72	+28,4	4,30	0,01	Негатив
Направленность на дело	М	7,4±1,14	26,2±0,52	+254,0	15,04	0,001	Позитив
	Ж	8,2±1,28	25,6±0,59	+212,2	8,70	0,001	Позитив

Однонаправленные (у юношей и девушек) статистически значимые ($P < 0,05$) негативные изменения зарегистрированы в такой психологической характеристике, как направленность на себя. Видимо, данный факт обусловлен особенностью возраста обследуемых (период полового созревания).

В других характеристиках психологического состояния динамика у представителей различной гендерной принадлежности носила разнонаправленный характер.

Полученные в исследовании результаты: 1 - подтверждают существенную значимость психологической подготовки юных гандболистов на тренировочном этапе становления их спортивного мастерства; 2 - позволяют наметить направления повышения ее эффективности путем корректировки относительно таких характеристик, как избегание неудач, направленности на себя и на команду.

Литература:

1. Приказ Минспорта РФ от 30.08.2013 г. № 679 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта гандбол».
2. Забродин Ю.М. Психодиагностика / Ю.М. Забродин, В.Э. Пахальян. – М.: Эксмо, 2010. – 448 с.
3. Игнатьева В.Я. Гандбол: учебник / В.Я.Игнатьева. – М.: Физическая культура, 2008.– 384 с.
4. Игнатьева В.Я. Теория и методика гандбола: учебник / В.Я.Игнатьева. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.
5. Игнатьева В.Я. Гандбол: Программа спортивной подготовки / В.Я. Игнатьева, В.И. Тхорев, А.Я. Овчинникова, М.А. Петрова. – М.: ЦОП, 2016. – 126 с.
6. Тхорев В.И. Дополнительная предпрофессиональная программа по игровому виду спорта – гандбол / В.И. Тхорев, Н.Ю. Анисимова. – Краснодар: ДЮСШ КК, 2014. – 76 с.
7. Тхорев В.И. Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности – гандбол / В.И. Тхорев, Н.Ю. Анисимова, Е.Ю. Барсукова. – Краснодар: ДЮСШ КК, 2014. – 75 с.

УДК: 373.103.71+796.322

**ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» МОДУЛЬ 4 «ГАНДБОЛ»
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ СРЕДНИХ КЛАССОВ**

**Доктор педагогических наук, профессор В.И. Тхорев
Магистрант Д.Э. Гурцкая**

Кафедра теории и методики спортивных игр

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: vitkhorev@mail.ru*

Аннотация. Качество физического воспитания учащихся средних классов относительно уровня их физической подготовленности в настоящее время оставляет желать лучшего. Одним из перспективных направлений исправления положения может послужить практическое внедрение средств отдельных видов спорта, в частности гандбола. Необходимым компонентом для этого является сформированный на базе данного вида спорта тематический план.

Ключевые слова: физическое воспитание, учащиеся средних классов, тематический план, модуль 4 «Гандбол».

Современный этап физического воспитания школьников характеризуется возросшими требованиями к итоговым результатам в отношении физической подготовленности детей. Ориентиром же должного уровня развития физических качеств граждан нашей страны и, прежде всего, подрастающего поколения являются нормативные требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) [6]. Однако, согласно имеющимся данным [1, 2, 4], лишь около половины школьников 5-9 классов при выполнении контрольных двигательных заданий демонстрируют требуемые результаты. Даный факт свидетельствует о целесообразности корректировки содержания их физического воспитания в условиях общеобразовательной школы. Попыткой такой корректировки служит Примерная образовательная программа по физической культуре – модуль 4 «Гандбол» [3, 5], включающая кроме основ данного вида спорта подготовку обучающихся к выполнению нормативных требований ВФСК ГТО.

Сформированный нами примерный учебно-тематический план данного модуля для учащихся средних (5-9) классов в формате третьего урока физической культуры тезисно представлен в таблице. Он включает семь базовых разделов или предметных областей: теоретический, общей и специальной физической подготовки, технической, тактической и игровой подготовок, а также контрольные испытания. Его практическая апробация прошла в одной из общеобразовательных школ г. Краснодара. Полученные в результате экспериментальной проверки материалы в настоящее время проходят соответствующую обработку на предмет характера оказываемого воздействия на физическую подготовленность школьников.

Таблица – Примерный учебно-тематический план для школьников 5-9 классов

Раздел (предметная область)	Общая сумма часов	Класс				
		5	6	7	8	9
Теоретическая подготовка	10	2	2	2	2	2
Общая физическая подготовка	43	9	9	9	8	8
- силовые способности	8	1,5	1,5	1,5	1,5	2
- скоростные способности	9	2	2	2	2	1
- координационные способности	9	2	2	2	1,5	1,5
- общая выносливость	8	1,5	1,5	1,5	1,5	2
- гибкость	9	2	2	2	1,5	1,5
Специальная физическая подготовка	17	3	3	3	4	4
- специальные скоростно-силовые способности (прыжки)	5	1	1	1	1	1
- специальные скоростно-силовые способности (метания)	6	1	1	1	1,5	1,5
- специальные координационные способности (точность)	6	1	1	1	1,5	1,5
Техническая подготовка	45	9	9	9	9	9
Тактическая подготовка	15	3	3	3	3	3
Игровая подготовка	30	6	6	6	6	6
Контрольные испытания	10	2	2	2	2	2
Итого часов	170	34	34	34	34	34

Литература:

1. Аршинник С.П. Готовность школьников города Краснодара к выполнению «обновленных» нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, Г.Н. Дудка [и др.] // Ученые записки ун-та имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 9 (151). – С. 13-19.
2. Аршинник С.П. Использование данных мониторинга физической подготовленности для подготовки школьников к выполнению нормативных требований ВФСК ГТО / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, Г.Н. Дудка, [и др.] // Ученые записки университета имени П.Ф.Лесгафта. – 2018. – № 5 (158). – С. 22-28.
3. Примерная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» (Модуль 4 «Гандбол») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования. – М., 2017. – 38 с. [Электронный ресурс]//URL:<http://irost45.ru/files/e28804895ed38066ba9b57b269d59d4c.pdf/> – Дата обращения 20.09.2018.
4. Тхорев В.И. Динамика физической подготовленности школьников в связи с внедрением «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО» / В.И. Тхорев, С.П. Аршинник // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. Т.19, 2017. – С. 10-16.
5. Тхорев В.И. Гандбол в школе: Учебно-методическое пособие. Краснодар: КРОО Федерации гандбола. – Краснодар, 2018. – 98 с. [Электронный ресурс] // URL: http://sportobr.ru/?page_id=1220.
6. Уваров В.А. Методология научного обоснования содержания видов испытаний и нормативных требований I-XI ступеней Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / В.А. Уваров // Вестник спортивной истории. – 2016. – № 1 (3). – С. 57-79.

УДК: 796.323.2

**ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ
И ГРУППОВЫХ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ
В ЗАЩИТЕ У БАСКЕТБОЛИСТОК СТУДЕНЧЕСКИХ КОМАНД**

Магистрант А.А. Халявка

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Колесникова

Старший преподаватель И.А. Ляшко

Кафедра теории и методики спортивных игр

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: anna_halyavka@mail.ru*

Аннотация. В работе приведен сравнительный анализ показателей официальных статистических отчетов игр чемпионата АСБ сезонов 2017-2018 и 2018-2019 годов женской баскетбольной команды КГУФКСТ. Выявлена динамика показателей технико-тактических защитных действий команды в течение двух игровых сезонов, а также определены параметры, требующие дополнительного внимания при планировании тренировочного процесса.

Ключевые слова: баскетболистки, студенческая команда, защитные действия, технико-тактическое мастерство.

Спорт немыслим без соревнований и состязаний, спортивная деятельность, в отличие от других сфер, полностью утрачивает свой смысл без этого составного элемента, выступающего системообразующим и интегрирующим фактором [2, 6].

Определение вариативности и надежности выполнения того или иного технико-тактического приема является существенным элементом в объективном определении мастерства спортсмена, оценке его потенциальных возможностей, выявлении его сильных и слабых сторон [3, 7].

В настоящее время вопросу организации студенческих спортивных клубов, который в «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» [4] является одним из основных направлений для повышения конкурентоспособности российских спортсменов на международных соревнованиях [2] уделяется особое внимание.

В 2007 году в России появилась Ассоциация студенческого баскетбола (АСБ), деятельность которой направлена на «создание условий для роста мастерства баскетболистов и повышения профессиональных компетенций тренеров, менеджеров и судей» [1, 5].

В качестве материала для исследования были использованы официальные статистические отчеты игр чемпионата АСБ сезона 2017-2018 и 2018-2019 годов женской баскетбольной команды КГУФКСТ.

Существенные улучшения в игре баскетбольной команды были обнаружены в показателе перехвата мяча (вырос на 34,5%). Нарушение ряда правил при взаимодействии с соперником в баскетболе оценивается фолом. Так, процент фолов на сопернике в сезоне 2018-2019 года уменьшился на 9,7%.

Кроме того, выросли показатели блокшотов (в 2,1 раза) и потери мяча соперником при ведении (на 24,7%). Незначительные улучшения отмечаются только в показателях подборов мяча на своем щите (на 3,4%).

Таблица – Сравнительный анализ защитных действий женской баскетбольной команды КГУФКСТ в сезонах 2017-2018 и 2018-2019 годов

Показатели	Средние статистические данные чемпионата АСБ		
	Сезон 2017-2018 гг.	Сезон 2018-2019 гг.	Динамика показателей (%)
Перехват мяча, раз	10,6	16,2	34,5
Блокшоты, раз	1,9	4,0	52,5
Подборы мяча на своем щите, раз	31,1	32,2	3,4
Фолы на сопернике, раз	18,6	16,8	-9,7
Потеря мяча соперником при ведении, раз	6,1	8,1	24,7

Таким образом, в сезоне 2018-2019 года отмечается значительный рост показателей защитных действий женской баскетбольной команды КГУФКСТ по сравнению с предыдущим сезоном, что позволяет сделать заключение о повышении уровня технической подготовленности спортсменок. В свою очередь, незначительные изменения в показателях подборов мяча на своем щите свидетельствуют о необходимости дальнейшего совершенствования защитных действий команды в данном компоненте игры.

Литература:

1. Ассоциация студенческого баскетбола [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://pro100basket.ru/>
2. Брюховских Т.В. Студенческий спорт – резерв спорта высших достижений // Т.В. Брюховских, Д.А. Шубин, О.Г.Матонина // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2014. – №4. – С. 74-81.
3. Даценко С.С. Совершенствование индивидуальных технико-тактических действий в нападении у волейболисток 1 разряда / С.С. Даценко, Л.А. Дмитренко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2017. – №1. – 26 с.
4. Распоряжение Правительства РФ от 07 августа 2009 г. № 1101- р. «Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020 г». – Режим доступа: <http://fizvosp.ru/assets/media/d1/ee/1370.pdf>
5. Регламент чемпионата Ассоциации студенческого баскетбола сезон 2018-2019 [Электронный ресурс].
6. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / В.Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 392 с.
7. Чилигин Д.В. Технология подготовки юных баскетболистов к соревновательной деятельности на основе реализации индивидуальных потенциальных возможностей: Монография. – Хабаровск: изд-во ДВГАФК, 2011. – 135 с.

УДК: 796.015.1+796.322

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОРИЕНТИРЫ РАЗРАБОТКИ
МЕТОДИКИ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОК
9-11 ЛЕТ ТЕХНИКЕ БРОСКОВ МЯЧА**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Соискатель К.В. Бурчуладзе

Кафедра теории и методики футбола и регби

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: shmm@mail.ru

Аннотация. В работе представлены основные теоретико-методические ориентиры, которые должны быть положены в основу разработки методики начального обучения юных гандболисток 9-11 лет технике бросков мяча на основе типологизации возникающих ошибок и алгоритма их учета при подборе средств тренировки.

Ключевые слова: юные гандболистки, техника бросков мяча, начальное обучение, методика, ориентиры разработки.

Многочисленные исследования указывают на то, что в теории и методике спорта сформировалось научное противоречие между понимаемой специалистами потребностью в быстром и качественном обучении начинающих гандболистов технике владения мячом [3, 4] и отсутствием соответствующей методики, которая бы позволяла на этапе начального разучивания осваивать технические приемы с наименьшим количеством или без ошибок [2, 5, 6] на основе их типологизации и учета в процессе обучения двигательным действиям [1].

Проведенное исследование позволило сформулировать основные теоретико-методические ориентиры разработки экспериментальной методики начального обучения юных гандболисток 9-11 лет технике бросков мяча.

В частности, процесс начального обучения технике выполнения бросков мяча юных гандболисток 9-11 лет должен предусматривать наличие условий, обеспечивающих исключение возможности возникновения ошибок и минимизацию сроков исправления погрешностей.

Методика начального обучения технике выполнения бросков мяча должна предусматривать конкретизацию целевых установок содержания процесса обучения и исправления ошибок в соответствии с рациональной последовательностью.

Целевые установки процесса начального обучения технике выполнения бросков мяча должны определять содержание применяемых упражнений, обеспечивающих безошибочное выполнение приемов, а также алгоритм минимизации сроков устранения возникающих ошибок.

Целевые установки необходимо дифференцировать на предписания первого порядка, определяющие содержание упражнений процесса разучивания техники выполнения броска и условия исключения возможности возникновения ошибок, и предписания второго порядка, определяющие алгоритм и содержание процесса устранения ошибок.

Процесс исправления погрешностей при начальном разучивании техники выполнения бросков мяча целесообразно осуществлять с учетом типологии ошибок.

Алгоритм исправления погрешностей при начальном разучивании техники выполнения бросков необходимо строить на основе ранжирования ошибок по фазам, частоте возникновения и времени исправления, которое должно позволить определить содержание процесса обучения технике выполнения бросков и рационализировать очередность исправления погрешностей.

В процессе начального разучивания технического приема необходимо в первую очередь исключить ошибки в следующей приоритетной последовательности в связи с частотой их возникновения и быстротой устранения: часто возникающие и долго устраниемые – периодически возникающие и долго устраниемые – редко возникающие и долго устраниемые – часто возникающие и недолго устраниемые – периодически возникающие и недолго устраниемые – редко возникающие и недолго устраниемые – часто возникающие и быстро устраниемые – периодически возникающие и быстро устраниемые – редко возникающие и быстро устраниемые.

Процесс исправления ошибок, возникающих при начальном разучивании технического приема, целесообразно начинать в следующей приоритетной последовательности в связи с частотой их возникновения и быстротой устранения: – часто возникающие и быстро устраниемые – периодически возникающие и быстро устраниемые – редко возникающие и быстро устраниемые – часто возникающие и недолго устраниемые – периодически возникающие и недолго устраниемые – редко возникающие и недолго устраниемые – часто возникающие и долго устраниемые – периодически возникающие и долго устраниемые – редко возникающие и долго устраниемые.

Быстрота исправления возникающих ошибок может определяться по количеству используемых для этого упражнений и суммарному времени их выполнения.

Литература:

1. Бурчуладзе К.В. К проблеме начального обучения детей 6-8 лет технике бросков мяча в гандболе / К.В. Бурчуладзе, М.М. Шестаков // Материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 17-20.
2. Вучева В.В. Технология обучения игровой деятельности / В.В. Вучева, О.Н. Мещерякова // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 6. – С. 15-18.
3. Игнатьева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах: методическое пособие / В.Я. Игнатьева, И.В. Петрачева. – М.: Светский спорт 2004. – 216 с.
4. Котов Ю.Н. Подход к классификации ошибок техники выполнения бросков в прыжке у гандболисток / Ю.Н. Котов // Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех: материалы XII Международного научного конгресса. – М.: РГУФК, 2008. – Том 1. – 205 с.
5. Кудрицкий В.Н. Гандбол. Техника, тактика игры и методика обучения / В.Н. Кудрицкий. – Брест: БГТУ, 2002 – 142 с.
6. Лях В.И. Учение и обучение двигательным действиям / В.И. Лях // Физическая культура в школе. – 2005. – № 2. – С. 8-10.

УДК: 796.015.1+796.332

**ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ НАГРУЗКИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО
УПРАЖНЕНИЯ НА ТОЧНОСТЬ ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЯ
ИНТЕРВАЛОВ ВРЕМЕНИ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 16-17 ЛЕТ**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Студент В. Краснянский

Кафедра теории и методики футбола и регби

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: shmm@mail.ru

Аннотация. В работе показаны закономерности изменения различительной временной чувствительности у юных футболистов 16-17 лет под воздействием утомления, наступающего в результате выполнения разной по длительности соревновательной нагрузки в процессе игры.

Ключевые слова: юные футболисты, соревновательная нагрузка, утомление, чувство времени.

В теоретических и экспериментальных исследованиях уже давно обосновано положение о том, что фактор времени в многообразии его признаков: длительности, темпа, интервала, ритма, скорости и т. п. получил у человека выражение в числе и слове и поэтому стал подлинным измерителем временной оценки его действий в различных видах практической деятельности [1, 3, 4].

Активность спортсменов, их технико-тактическая зрелость во многом определяются умением ориентироваться и возможностью управлять длительностью, темпом, ритмом и скоростью своих действий в условиях тренировки и соревнований [2, 5, 6].

Отсюда становится очевидной актуальность вопроса о состоянии процессов пространственно-временного различия у футболистов и динамике этих показателей по мере утомления спортсменов в процессе соревновательной деятельности.

В связи с этим, основной задачей данного исследования явилось обоснование закономерностей изменения показателей различительной временной чувствительности у юных футболистов 16-17 лет по мере наступления утомления в процессе соревновательного упражнения.

В результате исследования получены данные о закономерностях изменения показателей временной различительной чувствительности у юных футболистов 16-17 лет в зависимости от степени утомления от нагрузки соревновательного упражнения, которые указывают на ряд объективно существующих закономерностей.

В частности, у юных футболистов абсолютные величины воспроизведения заданных интервалов времени (0,5 с, 1,0 с, 2,0 с) в первой половине матча имеют положительную динамику, а во второй – отрицательную, независимо от длительности воспроизводимого отрезка.

На фоне нарастающего к окончанию матча утомления у юных футболистов повышается погрешность и начинает преобладать состояние переоценки заданных интервалов времени при их воспроизведении.

Под воздействием утомления от нагрузки первой половины матча у юных футболистов не происходит статистически достоверных изменений исходного уровня точности воспроизведения 0,5-секундного интервала времени, тогда как существенное снижение величины этого воспроизводимого временного отрезка происходит в течение второго тайма игры.

В первые 30 минут игры под воздействием утомления от нагрузки соревновательного упражнения у юных футболистов преобладает состояние недооценки 1,0-секундного интервала времени, тогда как с 46-й минуты матча и до его завершения начинает усиливаться состояние переоценки 1,0-секундного интервала времени.

У юных футболистов с 15-й минуты первого тайма игры под воздействием утомления от нагрузки соревновательного упражнения преобладает состояние недооценки 2,0-секундного интервала времени, тогда как с 46-й минуты матча и до его завершения начинает динамично развиваться состояние переоценки 2,0-секундного интервала времени.

Таким образом, выявленные в результате исследования закономерности изменения точности дифференцирования временных интервалов под воздействием утомления, наступающего в процессе выполнения соревновательной нагрузки, позволяют оптимизировать построение технико-тактической подготовки юных футболистов 16-17 лет путем рационального планирования заданий во время тренировочного занятия.

Литература:

1. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с.
2. Котло Е.Н. Механизмы эмоциональной детерминированности внутреннего отсчета времени спортсменов: автореф. дис. к.б.н. / Е.Н. Котло. – Ставрополь, 2005. – 24 с.
3. Леонов С.В. Взаимосвязь воспроизведения временных и пространственных интервалов. / Б.И. Беспалов, С.В. Леонов // Психология перед вызовом будущего: материалы научной конференции, посвященной 40-летнему юбилею факультета психологии МГУ. – М., 2006. – С. 201-203.
4. Лисенкова В.П. Индивидуальные и возрастные особенности восприятия времени (на примере детской, подростковой и юношеской выборок) / В.П. Лисенкова, Н.Г. Шпагонова // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – №3. – С. 49-57.
5. Озеров В.П. Психомоторные способности человека / В.П. Озеров. – Дубна: Феникс-Плюс, 2002. – 320 с.
6. Цуканов Б.И. Время в психике человека / Б.И. Цуканов. – Одесса: Астропринт, 2000. – 218 с.

УДК: 796.015.1+796.332

**ОСОБЕННОСТИ ДИНАМИКИ БЫСТРОТЫ СЛОЖНОЙ
ДВИГАТЕЛЬНОЙ РЕАКЦИИ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 16-17 ЛЕТ
В ПРОЦЕССЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Студент З.Ю. Кячев

Кафедра теории и методики футбола и регби

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: shmm@mail.ru

Аннотация. В работе показаны закономерности изменения показателей быстроты сложной двигательной реакции выбора на световой сигнал из двух альтернатив у юных футболистов 16-17 лет в процессе выполнения нагрузки соревновательного упражнения.

Ключевые слова: футболисты 16-17 лет, сложная двигательная реакция, динамика, соревновательная деятельность.

Сложные двигательные реакции с выбором из нескольких альтернатив, реакции на движущийся объект и антиципирующие реакции являются основными в условиях ведения соревновательной деятельности [2].

Особенно часто эти разновидности реакций встречаются в видах спорта, соревновательная деятельность в которых характеризуется постоянной и оперативной сменой ситуации при выполнении действий, в частности в футболе. В этом игровом командном виде спорта наибольшее число сложных двигательных реакций представляют собой реакции «выбора», когда из нескольких возможных действий требуется мгновенно выбрать одно, адекватное данной ситуации [1, 3].

На время данного вида реакции влияют такие факторы, как возраст, квалификация и состояние футболиста, тип сигнала, сложность и освоенность ответного движения, а также утомление, наступающее под воздействием нагрузки тренировочного занятия или соревновательного упражнения [4, 5].

Отсюда становится очевидной актуальность исследования вопроса об особенностях быстроты сложной реакции выбора на световой сигнал из двух альтернатив у юных футболистов 16-17 лет, а также о закономерностях ее изменения в процессе выполнения 90-минутного соревновательного упражнения. Это и обусловило актуальность данного исследования, а также определило ее основную задачу.

В результате исследования получены дополнительные сведения о закономерностях изменения показателя быстроты сложной двигательной реакции выбора на световой сигнал из двух альтернатив у юных футболистов 16-17 лет под воздействием нагрузки соревновательного упражнения.

В частности, установлено, что время сложной реакции выбора на световой сигнал из двух альтернатив под воздействием 90-минутной

соревновательной нагрузки у юных футболистов колеблется в границах от III до I взрослого разряда, характерных для спортсменов игровых видов спорта.

Соревновательная нагрузка первых 20 минут игры приводит к статистически достоверному улучшению у них показателя быстроты сложной реакции выбора.

В течение второй половины первого тайма игры (21-45 минуты) соревновательная деятельность юных футболистов приводит к статистически достоверному ухудшению у них показателя быстроты сложной реакции выбора.

Соревновательная нагрузка первых 20 минут второго тайма игры (45-65 минуты) вызывает у юных футболистов статистически достоверное улучшение показателя быстроты сложной реакции выбора.

В течение второй половины второго тайма (66-90 минуты) соревновательная деятельность приводит к статистически достоверному ухудшению у юных футболистов показателя быстроты сложной реакции выбора.

Таким образом, у юных футболистов 16-17 лет первые 20 минут в начале игры и после перерыва в начале второго тайма соревновательная нагрузка оказывает стимулирующее влияние на быстроту сложного реагирования при выборе из двух альтернатив, что выражается в статистически достоверном сокращении времени сложной реакции выбора.

У юных футболистов 16-17 лет показатель быстроты сложной реакции выбора под воздействием соревновательной нагрузки наиболее динамично и статистически достоверно ухудшается, начиная с 21-й минуты первого тайма и до окончания его окончания, а также с 46-й минуты второго тайма и до окончания игры.

У юных футболистов 16-17 лет соревновательная нагрузка второго тайма игры вызывает большее и статистически достоверное ухудшение показателя быстроты сложной реакции выбора из двух альтернатив по сравнению с нагрузкой первого тайма.

Очевидно, что выявленные закономерности изменения быстроты решения сложных двигательных задач, связанных с выбором из нескольких возможных вариантов, должны быть учтены при построении процесса технико-тактической подготовки юных футболистов 16-17 лет.

Литература:

1. Гордон С.М. Психофизиологическая готовность к экстремальной деятельности и методы ее формирования / С.М. Гордон, А.Б. Ильин // Основы психофизиологии экстремальной деятельности: курс лекций. – М.: Изд-во РГУФК, 2006. – С. 305-326.
2. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.
3. Малютина Т.В. Психологические и психофизиологические особенности развития в юношеском возрасте / Т.В. Малютина // Омский научный вестник. – 2014. – № 2 (126). – С. 129-133.
4. Парамонов В.В. Значимость показателей психофизического состояния у юных футболистов в решении двигательных задач в изменяющихся условиях / В.В. Парамонов // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 8. – С. 1190-1194.
5. Титовец С.В. Динамика психофизической подготовленности футболистов высокой квалификации в годичном цикле тренировки: автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.В. Титовец. – СПб., 2005. – 24 с.

УДК: 796.015.1+796.332

**ОСОБЕННОСТИ ТОЧНОСТИ ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЯ
УГЛОВЫХ ПАРАМЕТРОВ ДВИЖЕНИЙ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ
РАЗНОГО ВОЗРАСТА**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Студент К.М. Лиев

Кафедра теории и методики футбола и регби

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: shmm@mail.ru*

Аннотация. В работе представлены особенности угловой пространственной различительной чувствительности юных футболистов 9-11 и 16-17 лет, а также отличия этих показателей в зависимости от возраста.

Ключевые слова: юные футболисты, угловые параметры движений, точность дифференцирования, возрастная динамика.

Имеющиеся в настоящее время результаты исследования психомоторики спортсменов освещают главным образом частные вопросы этой проблемы, включая особенности сенсомоторных реакций, реакций на движущийся объект, «чувствия времени», tremора идеомоторных реакций, вопросы распознавания (разгадывания) действий противника и др. В то же время особенности точности кинестетической чувствительности в составе психомоторных действий требуют дальнейшего изучения [2, 3, 6].

Разрозненность и разноплановость имеющихся материалов при отсутствии единой теоретической основы в понимании психофизиологических механизмов и закономерностей становления многообразных эффектов психомоторики спортсменов задерживают освоение и использование этих закономерностей в практике современного спорта [1, 4, 5].

В связи с этим представляется очевидной актуальность вопроса о состоянии процессов пространственного различия футболистов и динамики его показателей по мере взросления юных спортсменов, что и определило основную задачу данного исследования.

Решение данной задачи осуществлялось при помощи методики точности воспроизведения заданного углового приращения пространственного интервала (амплитуды) в лабораторных условиях. В исследовании приняли участие юные футболисты 9-11 лет ($n=15$) и 16-17 лет ($n=17$).

В результате исследования установлены некоторые закономерности изменения показателей угловой пространственной различительной чувствительности в зависимости от возраста юных футболистов.

В частности установлено, что различительная чувствительность угловых параметров движения развивается по мере взросления и повышения квалификации юных футболистов.

У юных футболистов 9-11 лет точность дифференцирования заданных угловых параметров движений снижается по мере увеличения

воспроизводимого угла и его удаленности от нулевой точки и предыдущего воспроизводимого угла.

Наилучшие показатели различительной угловой пространственной чувствительности у юных футболистов 9-11 лет наблюдаются при дифференцировании заданных угловых параметров движения в пределах малых (30-50 град.) интервалов.

Наибольшая величина погрешности различительной пространственной чувствительности у этих футболистов проявляется при возрастании заданной величины воспроизводимого угла, а также при его удаленности от нулевой точки и предыдущей величины воспроизводимого угла.

У юных футболистов 16-17 лет наиболее высокие и стабильные показатели точности угловой пространственной чувствительности проявляются при дифференцировании заданных угловых параметров движения в пределах всего диапазона интервалов.

Наибольшая величина погрешности различительной угловой пространственной чувствительности у юных футболистов 16-17 лет проявляется при возрастании в два и более раз заданной величины воспроизводимого угла, а также при его аналогичной удаленности от нулевой точки и предыдущей величины воспроизводимого угла.

Очевидно, что выявленные закономерности изменения показателей угловой пространственной различительной чувствительности в зависимости от возраста юных футболистов целесообразно учитывать при построении процесса их технико-тактической подготовки.

Так, для совершенствования точности дифференцирования заданных угловых параметров движения при выполнении юными футболистами 9-11 лет технических приемов необходимо придерживаться правила постепенного увеличения/уменьшения амплитуды движений в планируемых заданиях.

У юных футболистов 16-17 лет для совершенствования точности дифференцирования заданных угловых параметров движения при выполнении технических приемов необходимо придерживаться правила контрастных заданий с возрастанием/уменьшением в два и более раз заданных параметров амплитуды движений в планируемых заданиях.

Литература:

1. Бабушкин Г.Д. Общая и спортивная психология: учебник для физкультурных вузов / Г.Д. Бабушкин. – Омск: СибГУФК, 2004. – 416 с.
2. Гончаров В.И. «Зона приемлемости» ошибок воспроизведения амплитуд движений как объективный и субъективный феномен / В.И. Гончаров // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгата. – 2007. – №7 (29). – С. 34-38.
3. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.
4. Озеров В.П. Психомоторные способности человека / В.П. Озеров. – Дубна: Феникс, 2002. – 320 с.
5. Парамонов В.В. Значимость показателей психофизического состояния у юных футболистов в решении двигательных задач в изменяющихся условиях / В.В. Парамонов // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 8 – С. 1190-1194.
6. Чатинян А.А. Особенности возрастной динамики показателей точности движений у школьников и студентов / А.А. Чатинян // Современный олимпийский спорт и спорт для всех: материалы XIII Международного научного конгресса. – Алматы: КазАСТ, 2009. – С. 626-629.

УДК: 796.332

**ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ С МЯЧОМ
ФУТБОЛИСТОВ РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В УСЛОВИЯХ
ТРЕНИРОВОЧНОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Студент А.А. Мелкумян

Кафедра теории и методики футбола и регби

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: shmm@mail.ru*

Аннотация. В работе показаны системные отличия в двигательной активности с мячом, которые наблюдаются между футболистами разного квалификационного уровня в условиях тренировочной деятельности и официальных матчей

Ключевые слова: футболисты, двигательная активность, тренировочная деятельность, соревновательная деятельность.

Основными компонентами объекта управления в процессе подготовки спортсменов, и в частности, футболистов, являются состояние игроков и параметры их деятельности. Закономерность этой функциональной связи заключается в том, что состояние футболиста во многом определяется содержанием предшествовавшей тренировочной или соревновательной деятельности, которое, в свою очередь, обуславливает параметры нагрузки последующего тренировочного процесса [2, 3].

Вполне закономерно, что функциональное состояние систем организма и уровень подготовленности футболистов (физической, технической, тактической и др.) отражаются и на особенностях двигательной активности игроков разного квалификационного уровня во время тренировочного занятия и во время матча [1, 4, 5].

В связи с этим представляется очевидной актуальность вопроса о закономерностях двигательной активности футболистов разного квалификационного уровня в процессе владения мячом во время тренировочной и соревновательной деятельности.

Целью данного исследования являлось обоснование структурных особенностей двигательной активности с мячом футболистов разной квалификации в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.

В результате исследования получены данные о структурных особенностях количественных показателей двигательной активности с мячом у футболистов разной квалификации, характерные для условий тренировочной деятельности и официальных матчей, указывающие на ряд объективно существующих закономерностей.

В частности, футболисты резерва в условиях тренировочной деятельности проявляют статистически достоверно большую двигательную

активность с мячом, чем в процессе официальных матчей, по всем техническим приемам, за исключением ведения мяча.

Футболисты резерва в первой половине тренировочных занятий игровой направленности гораздо чаще, чем в первых таймах официальных матчей, используют обыгрыш соперника, игру головой, передачи назад, вперед и поперек поля на короткие и средние дистанции, сохраняя количественное преимущество и в общем объеме действий с мячом.

Футболисты резерва во второй половине тренировочных занятий игровой направленности гораздо чаще, чем во вторых таймах официальных матчей, используют передачи мяча вперед на короткие и средние расстояния, передачи мяча на дальние расстояния, обыгрыш соперника, игру головой, а также удары по воротам, удерживая преимущество в общем объеме действий с мячом.

Квалифицированные футболисты в процессе тренировочной деятельности проявляют практически одинаковую двигательную активность с мячом, как и во время официальных матчей, по всем техническим приемам, за исключением коротких и средних передач мяча назад и поперек поля и ведения, сохраняя количественное преимущество и в общем объеме действий с мячом.

Квалифицированные футболисты в первой половине тренировочных занятий игровой направленности гораздо чаще, чем в первых таймах официальных матчей, применяют ведение мяча и его передачи назад и поперек поля на короткие и средние расстояния, тогда как количество других технико-тактических приемов остается практически одинаковыми.

Квалифицированные футболисты во второй половине тренировочных занятий игровой направленности гораздо чаще, чем во вторых таймах официальных матчей ведение мяча, тогда как объемы остальных действий с мячом остаются практически одинаковыми.

Таким образом, результаты исследования позволили выявить системные отличия в двигательной активности с мячом, которые наблюдаются между футболистами резерва и квалифицированными игроками в условиях тренировочной деятельности и официальных матчей, что позволяет рационализировать содержание процесса их технико-тактической подготовки.

Литература:

1. Левин В.С. Объем двигательных перемещений футболистов высокой квалификации в процессе соревновательной деятельности / В.С. Левин, А.К. Тихомиров // Теория и практика физической культуры. – 2012. - № 2. – С. 79-81.
2. Слуцкий Л.В. Управление физической подготовкой футболистов на основе контроля соревновательной двигательной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Л.В. Слуцкий. – М., 2009. – 24 с.
3. Тюленьев С. Сравнительный анализ технико-тактических действий команд-участниц розыгрышней Кубков мира 1990 и 1998 года / С. Тюленьев, Ю. Цубан // Теория и практика футбола. – 2000. – № 1. – С. 2-6.
4. Шварц А. Взаимосвязь соревновательной деятельности и тренировочных заданий высококвалифицированных футболистов / А. Шварц // Физическое воспитание студентов. – 2009. – № 1. – С. 14-17.
5. Шестаков М.М. Разносторонность действий юных футболистов разных этапов многолетней подготовки в условиях тренировки / М.М. Шестаков // Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования: сборник материалов всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары, 2018. – С. 135-140.

УДК: 796.332

**ОСОБЕННОСТИ ИЗМЕНЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОПЕРАТИВНОГО
МЫШЛЕНИЯ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ В СВЯЗИ С ПОВЫШЕНИЕМ
КВАЛИФИКАЦИИ**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Студент С.И. Музалев

Кафедра теории и методики футбола и регби

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: shmm@mail.ru

Аннотация. В работе показаны закономерности изменения показателей эффективности оперативного мышления по мере повышения спортивной квалификации юных футболистов в процессе многолетней подготовки.

Ключевые слова: оперативное мышление, юные футболисты, квалификация.

Основной практический результат тактического мышления спортсменов в процессе игровой деятельности заключается в нахождении средств, способов, форм ведения атакующих и оборонительных действий, обеспечивающих успешное решение конкретной оперативной задачи в матче [3].

Тактика ведения соревновательной деятельности опирается на работу механизма принятия адекватного сложившейся ситуации решения, которое заключается в переработке поступающей информации на неосознанном уровне, в переориентировке мышления и принятии решения на уровне вероятностного прогноза [5]. Поэтому тактическую зрелость команды в целом и ее отдельных игроков характеризует умение правильно решать задачи нейтрализации противника и успешного использования своих возможностей при организации атакующих и оборонительных действий [2, 4].

В связи с этим, в футболе, как и в других спортивных играх, команда высокой квалификации, как правило, представляет собой коллектив игроков с превосходным тактическим мышлением [1, 6].

Изучение особенностей изменения показателей оперативного мышления по мере роста спортивной квалификации спортсменов обуславливает актуальность, а также определяет основную задачу данного исследования.

Результаты исследования позволили получить дополнительные сведения о количественных и качественных показателях оперативного мышления юных футболистов разных этапов многолетней подготовки: начальной подготовки, спортивной специализации, совершенствования спортивного мастерства.

В частности, установлено, что эффективность оперативного мышления, характеризующаяся количеством сделанных ходов для решения задач разной сложности, у юных футболистов этапа начальной подготовки по сумме ходов, затраченных на решение шести задач, находится на «низком» оценочном уровне.

При решении шести задач повышающейся сложности между спортсменами этапа начальной подготовки и спортивной специализации отсутствуют статистически достоверные различия по количеству ходов, затраченных на перемещение фишки из исходного положения в заданное.

Эффективность оперативного мышления у юных футболистов этапа спортивной специализации по сумме ходов, сделанных при решении шести задач, находится на уровне «ниже среднего».

Юные футболисты этапа повышения спортивного мастерства статистически достоверно превосходят своих более молодых партнеров по эффективности решения оперативных тактических задач повышенной сложности, предусматривающих 12 и 14 ходов при их решении.

Эффективность оперативного мышления у юных футболистов этапа совершенствования спортивного мастерства по сумме ходов, сделанных при решении шести задач, находится на «среднем» оценочном уровне.

Наиболее существенные различия в показателях эффективности оперативного мышления были обнаружены при сравнении юных футболистов этапа начальной подготовки и этапа совершенствования спортивного мастерства, указывающие на преимущество более квалифицированных юных футболистов.

Таким образом, результаты исследования позволяют заключить, что у юных футболистов всех этапов многолетней подготовки, по мере повышения сложности решаемых задач от первой до шестой, наблюдается статистически достоверное увеличение количества ошибочных действий при перемещении фишек из исходного положения в заданную позицию.

Также установлено, что в процессе многолетней подготовки способность к эффективному решению тактических задач улучшается по мере перехода юных футболистов от этапа начальной подготовки к этапу спортивной специализации и далее к этапу совершенствования спортивного мастерства.

Литература:

1. Арбузин И.А. Развитие игрового мышления у юных футболистов 12-13 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук:13.00.04 / И.А. Арбузин. – Омск, 2006. – 24 с.
2. Драндров Г.Л. Характеристика игрового мышления футболистов и методические подходы к его развитию / Г.Л. Драндров, Е.Л. Сафонов, А.А. Плешаков // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 1. – С. 34-38.
3. Ильин Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
4. Лапшин О.Б. Теория методика подготовки юных футболистов / О.Б. Лапшин. – М.: Человек, 2010. – 176 с.
5. Пушкин В.Н. Оперативное мышление в больших системах / В.Н. Пушкин. – М.: Энергия, 1965. – 138 с.
6. Цубан Ю.В. Моделирование игровых упражнений в системе подготовки футболистов на этапе спортивного совершенствования: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Ю.В. Цубан. – М., 2003. – 23 с.

УДК: 796.332

**ОСОБЕННОСТИ ИЗМЕНЕНИЯ МЫШЕЧНОГО ТОНУСА
У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 16-17 ЛЕТ ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ
НАГРУЗОК РАЗНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Студент Н.В. Солодкая

Кафедра теории и методики футбола и регби

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: shmm@mail.ru

Аннотация. В работе рассмотрены особенности изменения показателей тонуса мышц нижних конечностей у юных футболистов 16-17 лет в результате выполнения тренировочных нагрузок аэробной, аэробно-анаэробной и анаэробной направленности.

Ключевые слова: юные футболисты, мышечный тонус, нагрузка, аэробная, аэробно-анаэробная, анаэробная.

Повышенные физические нагрузки у спортсменов нередко приводят к утомлению, состоянию перетрениированности, а также к развитию сопряженных с данными состояниями различных нарушений функционального состояния нервно-мышечного аппарата [1].

Соревновательная деятельность футболистов в современных условиях характеризуется значительно возросшими физическими и психическими нагрузками, которые они испытывают в процессе игры [2. 5].

Для различных упражнений, выполняемых футболистами на поле, характерна специфическая комбинация ведущих систем (локализации) и механизмов утомления. При выполнении упражнений наиболее важную роль в развитии утомления играют процессы, происходящие в ЦНС и исполнительном нервно-мышечном аппарате [3, 6].

В результате применения в процессе подготовки футболистов различных по объему и интенсивности нагрузок наблюдаются адекватные реакции всех систем организма, включая неврно-мышечную и другие системы. Поэтому в футболе высочайшие требования предъявляются к нервно-мышечному аппарату игроков [1, 4].

Отсюда становится очевидной актуальность исследования, связанного с изучением особенностей состояния нервно-мышечного аппарата футболистов и динамики его показателей под воздействием процессов утомления, возникающих при выполнении нагрузок различной направленности, что и определило основную задачу данного исследования.

В процессе решения данной задачи тонус мышц передней поверхности бедра, задней поверхности бедра и трехглавой мышцы голени измерялся в состоянии покоя, максимального напряжения и максимального расслабления пружинным миотонометром венгерской фирмы «Сирмаи». В исследовании приняли участие 17 футболистов 16-17 лет, из которых 6 защитников, 6 полузащитников и 5 нападающих.

В результате исследования установлены некоторые закономерности изменения показателей тонуса мышц нижних конечностей у юных футболистов 16-17 лет в результате выполнения тренировочных нагрузок аэробной, аэробно-анаэробной и анаэробной направленности.

В частности, установлено, что у юных футболистов 16-17 лет тренировочная нагрузка аэробной направленности длительностью 60 минут оказывает положительное воздействие на произвольное максимальное сокращение мышц передней поверхности бедра, мышц задней поверхности бедра и трехглавой мышцы голени. Однако она не оказывает существенного воздействия на изменение тонуса этих мышц в условиях покоя и при максимальном произвольном расслаблении.

Тренировочная нагрузка аэробно-анаэробной направленности длительностью 60 минут оказывает положительное воздействие на мышечный тонус мышц передней поверхности бедра, задней поверхности бедра и трехглавой мышцы голени при максимальном произвольном расслаблении, но приводит к утомлению и снижению показателя максимального произвольного напряжения к окончанию тренировки. При этом она не оказывает существенного воздействия на изменение тонуса этих мышц в условиях покоя.

Тренировочная нагрузка анаэробной направленности длительностью 60 минут вызывает у юных футболистов 16-17 лет увеличение показателей мышечного тонуса в условиях покоя и при максимальном произвольном напряжении мышц передней поверхности бедра, задней поверхности бедра и трехглавой мышцы голени. При этом величина мышечного тонуса снижается в условиях максимального произвольного расслабления у мышц задней поверхности бедра и трехглавой мышцы голени, а у мышц передней поверхности бедра она остается практически на прежнем уровне.

Таким образом, результаты исследования расширяют существующие в теории и методике футбола представления об особенностях динамики показателей мышечного тонуса мышц нижних конечностей у юных футболистов 16-17 лет под воздействием нагрузок разной направленности, вызывающих соответствующие им изменения в состоянии нервно-мышечного аппарата, что может быть использовано для совершенствования процесса их подготовки.

Литература:

1. Гимазов Р.М. Характеристики косвенного показателя фонового напряжения скелетных мышц позвоночника у спортсменов / Р.М. Гимазов // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. – 2012. – № 3 (18). – С. 108-112.
2. Григорьев А.И. Роль опорной афферентации в организации тонической мышечной системы / А.И. Григорьев, И.Б. Козловская, Б.С. Шенкман // Российский физиологический журнал им. И. М. Сеченова. – 2004. – Т.90. – №5. – С. 508-521.
3. Коц Я.М. Баланс тонуса покоя мышц-антагонистов у детей и взрослых / Я.М. Коц. – М., 1961. – 20 с.
4. Минц Е.И. Физиолого-биомеханический анализ функционального состояния опорно-двигательного аппарата у спортсменов: автореф. дис. ... канд. биол. наук / Е.И. Минц. – Краснодар, 2000. – 114 с.
5. Сафонов В.А. Тоническая регуляция моторных реакций. В глубинах процессов функционирования мозга / В.А. Сафонов. – М.: Ленанд, 2015. – 312 с.
6. Сафонов В.А. Мышечный тонус / В.А. Сафонов. – М.: ИПЦ Маска, 2016. – 290 с.

УДК: 796.332

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАВЕРШАЮЩИХ УДАРОВ ПО ВОРОТАМ ИЗ
РАЗЛИЧНЫХ ЗОН ШТРАФНОЙ ПЛОЩАДИ У ФУТБОЛИСТОВ
РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Студент А.В. Франчук

Кафедра теории и методики футбола и регби

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: shmm@mail.ru

Аннотация. В работе рассмотрены выявленные закономерности изменения количественных и качественных показателей завершающих ударов по воротам из разных зон штрафной площади в условиях соревновательной деятельности футболистов разной квалификации.

Ключевые слова: юные футболисты, разная квалификация, удары по воротам, зоны штрафной площади.

Удар по воротам является не только наиболее захватывающим моментом в футболе, но и важнейшим элементом атаки. Довольно часто создаются голевые моменты, которые по различным субъективным или объективным причинам не превращаются в голы [2, 3].

Факт остается фактом: на любом уровне мастерства в футболе процент упущенных возможностей нанести удар по воротам очень высок. Имеются в виду удары, которые не выполняются вообще. Специалистами показано, что количество забитых голов резко бы возросло, если бы все игроки били по воротам при каждой возможности [1, 4].

Выполняя удар, игроки нередко настолько возбуждаются, что концентрируют все внимание и энергию на его силе. В таких случаях силу трудно контролировать, а бесконтрольная сила ведет к неточности [5].

Сейчас не является секретом, что отрицательное влияние на качество удара по воротам могут оказывать даже зрители. Ведь игрок, забивший гол, для них является героем. Однако игроки должны понять, а тренеры – разъяснить им, что самая непростительная ошибка — когда игрок не ударит по воротам, находясь в выгодной для этого позиции [2].

Отсюда очевидна актуальность исследования, связанного с изучением особенностей эффективности завершающих ударов по воротам из различных зон штрафной площади у футболистов разной квалификации, что и определило основную задачу данного исследования.

В процессе исследования определялись показатели: общего количества ударов в абсолютных величинах и в процентном выражении, общего количества эффективных ударов (попавших в створ ворот) и результативных ударов, после которых был забит гол в ворота соперника.

В результате исследования получены сведения об отличительных особенностях количественных и качественных показателей завершающих

ударов по воротам из разных зон штрафной площади в условиях соревновательной деятельности футболистов разной квалификации. В частности установлено, что более квалифицированные футболисты выполняют большее количество ударов по воротам соперника по сравнению с менее квалифицированными.

Футболисты этапа спортивной специализации 100% завершающих ударов по воротам соперника выполняют из пределов штрафной площади, тогда как игроки этапа совершенствования спортивного мастерства 3,5% наносят даже из-за пределов штрафной площади.

Зоны штрафной площади, из которых наносится наибольшее количество завершающих ударов, у менее квалифицированных футболистов располагаются ближе к воротам соперника, тогда как у более квалифицированных футболистов их число не только увеличивается, но они еще и отдаляются от ворот соперника, выходя за пределы штрафной площади.

Эффективными по количеству ударов, попавших в створ ворот, у футболистов этапа спортивной специализации являются 32,1% зон, которые наиболее приближены к воротам соперника, тогда как у футболистов этапа совершенствования спортивного мастерства таких зон 46,4%, которые покрывают большее пространство штрафной площади и за ее пределами.

Результативными по количеству ударов, закончившихся взятием ворот соперника, у менее квалифицированных футболистов являются 21,4% из 28 зон, которые наиболее приближены к воротам соперника, тогда как у более квалифицированных футболистов таких зон 39,3% из 28, которые покрывают большее пространство штрафной площади.

Наибольшее количество голов футболисты этапа спортивной специализации и этапа совершенствования спортивного мастерства забивают из двух зон: зоны вратарской площади и зоны сразу же за ее пределами по центру ворот.

Очевидно, что выявленные закономерности изменения количественных и качественных показателей завершающих ударов по воротам из разных зон штрафной площади в условиях соревновательной деятельности футболистов разной квалификации должны быть учтены при построении процесса их технико-тактической подготовки.

Литература:

1. Герасименко А.П. Совершенствование основ технико-тактического мастерства юных футболистов: учебно-методическое пособие / А.П. Герасименко. – Волгоград: ВГАФК, 2003. – 72 с.
2. Годик М.А. Параметры мастерства / М.А. Годик, В.М. Годик // Еженедельник Футбол. – 2009. – № 24. – С. 22-24.
3. Голомазов С.В. Футбол. Аналитические закономерности взятия ворот: методические рекомендации / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: РГАФК, 2000. – 32 с.
4. Левин В.С. Футбол / В.С. Левин // Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учебник для студентов высших учебных заведений физической культуры / В.С. Левин. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – С. 280-312.
5. Левин В.С. Объем двигательных перемещений футболистов высокой квалификации в процессе соревновательной деятельности / В.С. Левин, А.К. Тихомиров // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 2. – С. 79-81.

Секция 2. НАУЧНО-КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЕ И ЭКОНОМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

УДК: 316.647.5

КУЛЬТУРА СОЦИАЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ В СОЧЕТАНИИ С ПРИНЦИПАМИ ТОЛЕРАНТНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

**Кандидат педагогических наук, доцент О.О. Айвазян
Преподаватель А.А. Кукушкина**

*Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: O.O.Ayyazyan@mail.ru, Aida_Aleksandrovna@mail.ru*

Аннотация. В статье раскрываются особенности культуры социальной коммуникации в процессе профессионального взаимодействия. А также выявляются основные правила общения и принципы толерантности, оказывающие положительный эффект во взаимодействии.

Ключевые слова: культура коммуникации, речь, толерантность, професионализм, общество.

В актуальный период соблюдение этикета и культуры в сочетании с принципами толерантности в процессе деловых взаимоотношений представляется важнейшим элементом, влияющим на высокую оценку уровня профессиональных навыков любого специалиста.

Коммуникация – это основа жизни человека. Успешное социальное, эмоциональное и интеллектуальное развитие невозможно без свободной коммуникации [1, с. 125].

Толерантность – это ценностная основа, позволяющая существовать как человеку, так и обществу, что дает возможность внешне оценить самого себя. Очевидной представляется необходимость разнообразных социальных групп придерживаться установленных правил поведения и общения, включающих компромиссное отношение и терпимость во всех ее формах. Но данные различных эмпирических исследований позволяют судить о том, что толерантность трудна в достижении, поскольку существуют разные интересы, воззрения, идеи, традиции, обычаи, предпочтения, амбиции и др. [3, с. 94].

К основным принципам толерантности относятся:

- 1) уважение;
- 2) отказ от конфликтного поведения;

- 3) принятие членов других социальных сообществ, при всех присущих им качествах;
- 4) равенство;
- 5) способность взаимодействовать с иными социальными субъектами [3, с. 95].

Культура деловой коммуникации – это способ взаимосотрудничества лиц в целях достижения общественно значимых целей, отражающих интересы определенных социальных групп на основе свободного самовыражения и действия в процессе коммуникативного взаимодействия.

Культура деловой коммуникации включает два вида правил:

1. Нормативные, предполагающие соблюдение правил в процессе взаимодействия коллег, равных по статусу.
2. Наставление – соответствует взаимодействию подчиненных и руководителя с соблюдением основополагающих правил.

Язык деловой коммуникации включает несколько направлений:

1. Ортологический компонент – нормированность единиц языка и правильность речи, т. е. важнейшим элементом в процессе взаимодействия является соблюдение шаблонных, клишированных фраз, свойственных конкретному этническому обществу.

2. Коммуникативный компонент предполагает соблюдение основных требований к языку и речи (правильность, точность, выразительность, чистота, доступность и др.), а также соблюдение внеязыковых факторов (условия, ситуация, задачи и цели взаимодействия).

3. Этический компонент – соблюдение норм и правил, зафиксированных в конкретной социальной среде. Придерживание данного компонента предполагает наличие знаний об обычаях и традициях собеседника.

Важным для процесса взаимодействия является также учет вида коммуникации, непосредственно влияющего на исход общения:

- 1) верbalное и невербальное общение, т. е. учет речевых и внеречевых элементов;
- 2) прямое и косвенное общение, предполагающие непосредственное взаимодействие при помощи естественных органов, либо опосредованное – при помощи посредников;
- 3) письменный, либо телефонный диалог.

Как и в любом виде коммуникации, самым эффективным остается прямой контакт, когда можно установить зрительную связь, услышать другого человека, почувствовать его эмоциональный настрой, повлиять на его решения внешними атрибутами и т. д.

Важность деловой коммуникации не вызывает сомнения. Здесь выделяют принципы такой коммуникации, которыми являются:

1. Целенаправленность – достижение поставленной задачи.
2. Межличностность – партнеры заинтересованы друг в друге.
3. Многомерность – не только обмен данными, но и установление межличностных связей.

4. Непрерывность коммуникаций – поддержание контактов на всех уровнях взаимодействия [2].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что роль культуры деловой коммуникации велика в современном обществе, поскольку она была сформирована конкретно для установления деловых контактов и достижения поставленных рабочих целей. В каждой сфере люди взаимодействуют. Они соблюдают правила, этикет, принципы, стили. Все это необходимо и в деловой сфере, где правильное использование принципов толерантности и правил коммуникации приводит к положительному итогу, а именно разрешению коммуникативных задач и достижению взаимопонимания в современных условиях поликультурности общества.

Литература:

1. Айвазян О.О. Коммуникация и речь // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. Педагогика и психология. – 2012. – Вып. 3 (103). – С. 125-129.
2. Баева О.Л. Ораторское искусство и деловое общение. – Минск, 2000.
3. Кукушкина А.А. Место и роль толерантности как одной из основных правовых ценностей современной молодежи в системе правового образования // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 1: Регионоведение: философия, история, социология, юриспруденция, политология, культурология. – 2017. – Вып. 1 (194). – С. 94-96.

УДК: 796.035

**ПОЛИТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ
ПАРАЛИМПИЙСКОГО СПОРТА**

Старший преподаватель Л.Г. Битарова

Кандидат исторических наук, доцент Ю.Г. Бич

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций

e-mail: Bitariva_Larisa@mail.ru

Аннотация. Паралимпийские игры – это по значимости вторые после Олимпийских игр спортивные состязания для спортсменов с инвалидностью. Становление и развитие паралимпийского движения тесно связано с политическими событиями, происходящими в мире. Международные политические организации оказывают давление на спортивные комитеты и российский паралимпийский спорт. Анализ историко-организационных аспектов становления спортивных состязаний для людей с инвалидностью, политизация данного процесса позволяют выяснить причины современных проблем паралимпийского движения.

Ключевые слова: историко-организационные аспекты, паралимпийское движение, спорт для людей с инвалидностью, физическая реабилитация, международные организации спортсменов инвалидов, политические аспекты.

Применение термина паралимпийские игры имеет давнюю историю, происходит от греческого слога «*para*» (рядом) и слова «олимпийские». Точной отсчета паралимпийского движения можно назвать 1888 г., когда в Берлине образовался первый спортивный клуб для глухих, соответствующий конвенции о деятельности Общества Красного Креста, которую подписали 16 стран. Решение проводить работу по физическому восстановлению раненых во время военных действий соответствовало задачам времени. Локальные войны охватили все мировое пространство, и «людей сувечьями становилось все больше». Основателем паралимпийского движения является выдающийся нейрохирург Людвиг Гуттман, открывший в 1944 г. Центр спинно-мозговой травмы при больнице Сток-Мандевиль в Великобритании. Этот центр использовал опыт работы врачей в годы Первой и Второй мировых войн. Разработанные и применяемые там методики способствовали реабилитации больных и вселяли психологическую уверенность в будущую полноценную жизнь «как у всех»[1].

Развитие всемирного спорта для людей с инвалидностью, названного «паралимпийским движением», «официально начинается с 1945 г. после окончания Второй мировой войны». Политические тенденции объединения всех миролюбивых сил позитивно отразились и на спорте. Оформляются международные политические, социальные организации, обращающие внимание на желание людей с физическими и интеллектуальными недостатками заниматься спортом, активно приобщаться к мирной жизни.

Проводится ряд важных мероприятий: «в 1948 г. в Сток-Мандевиле – соревнования по стрельбе из лука среди спортсменов-инвалидов на колясках. В 1952 г. – первые международные соревнования с участием 130 спортсменов-инвалидов ((Международные Сток-Мандевильские игры). Они стали предшественниками современных Паралимпийских игр. В итальянском Риме в сентябре 1960 г. проведены ежегодные Международные Сток-Мандевильские игры (участвовали 400 спортсменов-инвалидов из 23 стран). Эти соревнования принято считать первыми Паралимпийскими играми. Программа Игр насыщена. В нее вошли восемь видов спорта: легкая атлетика, плавание, фехтование, баскетбол, стрельба из лука, настольный теннис. Таким образом, «по решению МОК с 1960 г. летние Паралимпийские игры проходят в год проведения Олимпийских игр, после их окончания. С 1976 г. регулярно проводятся зимние игры для людей с инвалидностью. С 1988 г. летние, а с 1992 г. зимние Паралимпийские Игры проводятся в том же городе, что и Олимпийские игры» [2].

В 1964 г. в Токио (Япония) было предложено новое название соревнований – «Паралимпийские игры и впервые использована паралимпийская атрибутика (флаг, гимн и символ)». Символика отличается от олимпийской и представляет три полукруга – дух, воля и разум. Развитие паралимпийского движения тесно связано с желанием миролюбивых государств принять у себя и провести такого рода спортивные состязания. Геополитически проведение такого рода состязаний становится выгодным для многих европейских государств. Первые зимние Паралимпийские игры прошли в г. Эрншельдсвик (Швеция), где в качестве спонсоров выступают крупные транснациональные корпорации [5].

Проведение международных соревнований осложнялось политическими провокациями (акциями протеста, выступлениями глобалистов и антиглобалистов), террористическими действиями националистических группировок (Мюнхенская Олимпиада 1972 г.) Появилась необходимость в создании руководящей и координирующей международной организации, являющейся связующим звеном всех центров, объединяющих занятия спортом людей с разными формами инвалидности. В «1989 г. в качестве признанного руководящего органа Паралимпийского движения был организован Международный Паралимпийский комитет (МПК)» [1]. В 1994 г. российская сборная паралимпийцев впервые приняла участие и успешно выступила на зимних Играх в Лиллехаммере [3]. Это подняло престиж государства и активизировало чувство национальной гордости за страну. Российские паралимпийцы успешно выступали за честь страны и во многих видах спорта показывали свои лучшие спортивные достижения. Роман Петушкиов, Олеся Владыкина, Мария Иовлева и многие другие приумножили славу российского спорта [1].

Паралимпийские игры в Пекине (Китай, 2008) вошли в историю не только как самые представительные (участвовало более 4 тысяч спортсменов, представлены 148 стран мира). Праздник спорта был омрачен военным

обстрелом мирных жителей Южной Осетии и наших миротворческих военных подразделений. Правительство Саакашвили первоначально, обвинив Россию в данном преступлении, настроило европейские политические круги против нашего государства. Обострение международных дипломатических отношений повлекло за собой ряд санкций, что, к сожалению, отразилось и на спорте [3].

Современный спорт, по мнению российских политиков, стал не миром, а холодной войной и железным занавесом. В результате слабости многих политических международных организаций и спортивных федераций российскую сборную паралимпийцев (300 чел.) отстранили от участия в играх Рио-де-Жанейро и южнокорейском Пхенчхане. Сославшись на бездоказательный доклад Макларена, всю сборную обвинили в системном применении допинга. Эти действия «чиновников от спорта» направлены против нашей страны [4].

Резюмируя вышеизложенное следует отметить, что становление паралимпийского движения в мире следовало традициям гуманизма в спорте – «спорт для всех» и «спорт равных возможностей». Политическая ситуация в мире обострилась, спорт стал точкой пересечения крупных политических сил и местом вложения средств экономических и финансовых корпораций. Спорт перестает быть носителем пацифистских идей и «правил честной игры». Организационным структурам требуется реорганизация и отказ от влияния политических инсинуаций.

Литература:

1. Андреева Ю.В. Паралимпийские игры: спортивное мастерство на грани возможного. К 30-летию со дня проведения // БМИК. – 2013. – №11. – 1232 с.
2. История паралимпийского спорта: события, факты, цифры // Паралимпийский спорт: нормативное, правовое и методическое регулирование / авт.-сост. А.В. Царик; под общ. ред. П.А. Рожкова. – М.: Советский спорт, 2010. – С. 1209–1212: ил.
3. Овсянникова К.А. Политические аспекты участия Российской Федерации в развитии международного паралимпийского движения: автореф. дис. ... канд. полит. наук: 23.00.04 / К.А. Овсянникова. — М., 2011. — 25 с.
4. Результаты участия сборных команд России в Паралимпийских играх // Паралимпийский спорт: нормативное, правовое и методическое регулирование / авт.-сост. А.В. Царик; под общ. ред. П.А. Рожкова. – М.: Советский спорт, 2010. – С. 1215–1256: ил.
5. Трескин А. Паралимпийское движение в ССР и России: становление и развитие // А. Трескин, Н. Мельникова // История физической культуры и спорта. Антология. И89 Кн. II. – М.: Русь-Олимп, 2011. – С. 222–241.

УДК: 75.059

ОСОБЕННОСТИ РУССКОЙ ПЕЙЗАЖНОЙ ЖИВОПИСИ

Кандидат исторических наук, доцент Ю.Г. Бич

Магистрант В.Д. Максименко

Кафедра философии, культурыоведения и социальных коммуникаций

Контактная информация для переписки 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: Yulia_Bich@mail.ru

Аннотация. В работе дается анализ становления и развития во второй половине 19 – начале 20 веков такого жанра русской живописи, как пейзаж, проведена попытка его классификации.

Ключевые слова: пейзаж, русская живопись, Левитан, Саврасов, Шишкин, искусство, тонально-цветовой пейзаж и т.д.

Русские художники долгое время не уделяли достойного внимания пейзажу, как жанру, употребляли слово «мотив», а пейзаж оставался на обочине большого искусства. И богатые меценаты, и демократические слои предпочитали что-то более эффектное или пикантное. В пейзажах русских авторов одни искали замки, горные кручи и бурные водопады, другие жаждали обличительных мотивов.

Художник Каменев называл работу Саврасова «Грачи прилетели» святой молитвой [1]. Однако и передвижники хвалили Саврасова снисходительно, неуверенно. Как же можно не обличать язвы и пороки общества, а писать такое незамысловатое?

А.П.Чехов описал в повести «Три года», которая вышла в 1895 году, удивительную метаморфозу [2]. Семейная пара попала на выставку, и муж охарактеризовал картины Шишкина как скучные. А супруга начала представлять, что она сама идет по мостику через речку, дальше по лесной тропинке, и так ее душе стало замечательно, что она воскликнула, удивляясь: «Как это хорошо написано!». Юлия Сергеевна почувствовала отражение чего-то неземного, вечного. И произошло чудо вживания в пейзаж. Вернувшись домой, героиня почувствовала вражду к «швейцарскому пейзажу», который висел над роялем.

Тоже самое стало происходить очень постепенно, но неотвратимо и с пейзажами в русском искусстве.

Первый остро почувствовал тончайшие грани российского пейзажа И. Левитан, его приветливость и унылую неприятность, «тревожную неправильность». Может быть, горечь собственной несчастливой судьбы нашла такое отражение в его творчестве, в его проникновении в русскую культуру. Тоска Левитана продуктивно «работала» на живопись. Он находил точные тональные соотношения больших пространственных масс [5]. Во многом способствовал его дару талантливый учитель – Саврасов. Соучеником и товарищем Левитана был и Коровин – пожалуй, первый и талантливейший русский импрессионист. Учителем Коровина был тонкий лирик и романтик

живописи В. Борисов-Мусатов. Какая связь и преемственность поколений! Учениками Мусатова по духу стал саратовец Петров-Водкин и армянин М. Сарьян [3]. Творчество обоих отличалось красочной контрастностью, свежестью, оптимизмом. Еще один волжанин, воспевший купеческий быт русской провинции на фоне пышного поволжского пейзажа, – это Б. Кустодиев. Удивляет созданный им на полотнах добрый, веселый, красочный, яркий, балаганный русский мир и жесточайшая реальность его жизни. Болезнь, парализация, постоянная нестерпимая боль и окошко мастерской не помешали ему создать праздничный, ярмарочный пейзаж на полотнах (будь то портрет Шаляпина или Купчиха за чаем – почти любой сюжет его картин сопровождают волжские виды). Волга дала целый пласт прекрасных пейзажистов. Можно говорить о саратовской школе, наряду со столичными школами отечественной живописи.

Русский пейзаж понятие не столько географическое, сколько духовное. Максимилиан Волошин осел на юге, в Коктебеле, и одухотворил его виды природы, создал тонкую акварельную пейзажную живопись Восточного Крыма – Киммерии [4].

Взорвал этот мир символизм со своими потрясающими публику выставками «Алой розы» в 1904 году и «Голубой розы» в 1907 году. Многих художников эти выставки научили сохранять живописное единство холста. Сарьяна и Кузнецова влекут далекие путешествия, результатом которых стал удивительный мир Киргизии, Египта, Константинополя, открывшийся на их полотнах [5].

В целом очень условно можно попытаться классифицировать русский пейзаж на «тонально-цветовой» (это Левитан и Серов) и «цвето-тональный» (представители которого от Борисова-Мусатова и Кустодиева идут через символистов к высшим достижениям XX века – Кончаловскому, Сарьяну, Кузнецовой). Оба эти потока взаимопроникают, существуют и в конечном итоге сливаются в реку великой русской живописи.

Литература:

1. Константин Коровин / Жизнь и творчество. Письма. Документы. Воспоминания. – М., 1963. – 141 с.
2. А.П. Чехов. Три года / Собрание сочинений. – Т.7. – М., 1956. – С. 472-473.
3. К.С. Петров-Водкин. Пространство Эвклида. Хлыновск. Самаркандиния. – Л., 1982. – 350 с.
4. В. Рождественский. Коктебель Максимилиана Волошина / Избранное в 2-х. – Т.2. – Л., 1974. – 173 с.
5. Елена Львова. Русский пейзаж / Наше наследие. – № 5. – 1989. – С. 4-12.

УДК: 338.487

КЛИЕНТООРИЕНТИРОВАННОСТЬ КАК ИНСТРУМЕНТ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА УСЛУГ В ТУРИСТСКОЙ ИНДУСТРИИ

Старший преподаватель Е.В. Василенко

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail:vasilena2012@yandex.ru*

Аннотация. В работе рассматривается клиентоориентированность как инструмент повышения качества услуг предприятий туристской индустрии, применение которого предполагает понимание и удовлетворение потребностей клиентов.

Ключевые слова: клиентоориентированность, клиентоориентированный подход , качество услуг, клиент.

Клиентоориентированность – важный элемент в деятельности любого предприятия туристской индустрии. Клиентоориентированный подход набирает все большую популярность, находя отражение в стратегических планах и тактических действиях персонала туристских предприятий по повышению качества услуг.

Единого определения понятия «клиентоориентированность» сегодня нет. Термин происходит от английского «customer-oriented», то есть «ориентированный на клиента». Также в зарубежной литературе встречается понятие «рыночная ориентация», а в трудах отечественных исследователей – понятие «клиентоцентричность».

Изучение различных определений этого термина позволяет рассматривать клиентоориентированность как, во-первых, характеристику деятельности, направленной на удовлетворение клиента; во-вторых, процесс; в-третьих, инструмент влияния на отношения с клиентами [2].

Наиболее распространенными являются два подхода, раскрывающие суть этого понятия. Первый подход рассматривает клиентоориентированность как определенную характеристику деятельности, которая позволяет определить стратегию туристского предприятия по формированию взаимовыгодных отношений со своими клиентами. В основе второго подхода – отношение к клиенту, при котором в центре внимания оказывается не продукт, а потребности, запросы, ожидания и интересы потребителя. Таким образом, клиентоориентированное туристское предприятие изучает потребности клиента и предлагает ему услуги, соответствующие его потребностям, а также предвосхищающие их.

В соответствии с ГОСТом Р 50690-2017 «Туристские услуги. Общие требования» удовлетворенность туристов является одним из основных показателей качества, а под качеством услуги понимается совокупность ее характеристик, определяющая способность услуги удовлетворять потребности потребителя [1]. Следовательно, мы можем рассматривать

клиентоориентированность как инструмент повышения качества услуг.

Предприятие туристской индустрии можно отнести к клиентоориентированным по следующим критериям:

- проведение маркетингового анализа существующих и потенциальных потребностей клиентов;
- ориентация на удовлетворение выявленных потребностей;
- активное применение индивидуального подхода к клиентам;
- использование персонального менеджмента при обслуживании корпоративных и VIP-клиентов [2].

Все эти критерии обеспечиваются при повышении качества услуг и обслуживания, то есть только при условии развития клиентоориентированности.

В связи с этим ключевые компетенции персонала предприятий туристской индустрии должны смещаться в сторону целевого персонального общения с клиентами, привлечения и удержания прибыльных потребителей [3].

Клиентоориентированный сотрудник должен быть общительным, энергичным, честным, внимательным, предупредительным, вызывать доверие у потребителей, уметь убеждать и стремиться помочь клиентам с учетом их индивидуальных запросов и предпочтений.

Клиентоориентированность как инструмент повышения качества услуг предполагает: дифференциацию клиентов, выявление наиболее ценных потребителей и определение таких критериев деятельности туристского предприятия, которые важны для ключевых клиентов; формирование корпоративной культуры, ориентированной на клиентоориентированный подход; объективная оценка и вознаграждение сотрудников, обладающих соответствующими компетенциями; определение показателей оценки реализации клиентоориентированного подхода и оценка их в динамике.

Таким образом, уровень качества услуг на предприятиях туристской индустрии во многом определяется эффективностью применения клиентоориентированного подхода.

Литература:

1. ГОСТ Р 50690-2017 «Туристские услуги. Общие требования»: [Электронный документ] URL https://allgosts.ru/03/080/gost_r_50690-2017 (дата обращения 03.09.2019).
2. Заднепровская Е.Л. Способы сохранения клиентской базы на примере гостевого дома «Ирий», г. Сочи / Е.Л. Заднепровская, О.С. Зиберова // Пути повышения эффективности управлеченческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий: материалы III международной научно-практической конференции. – Донецк: Донецкая академия управления и государственной службы при Главе Донецкой Народной Республики, 2019. - С. 127-128.
3. Коновалова Е.Е. Клиентоориентированность как ключевой фактор эффективной деятельности туристского предприятия / Е.Е. Коновалова // Сервис в России и за рубежом. – Т. 9. – 2015. – С. 118-125.
4. Ползикова Е.В. Особенности стандартов туристских организаций / Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская // Актуальные проблемы правового и экономического знания: теория и практика: Материалы международной научно-практической конференции. – Т.2. – 2018. – С. 208-211.
5. Шпырня О.В. Технологии продаж в туристской индустрии / О.В.Шпырня, В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 200 с.

УДК: 796.075+796.332

**ЭКОНОМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ФУТБОЛА**

Кандидат педагогических наук, доцент С.С. Воеводина

Магистрант О.А. Акулов

Кафедра управления в спорте и образовании

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, улица Буденного, 161,
e-mail: ssvoevodina@yandex.ru*

Аннотация. В работе представлены структура российского футбола, результаты анализа экономических основ российского профессионального футбола и направления их развития.

Ключевые слова: профессиональный футбол, стратегия развития футбола, экономические аспекты, футбольная инфраструктура.

В соответствии с Общенациональной стратегией развития российского футбола на период до 2030 года экономическая основа развития профессионального футбола связана с поэтапным сокращением ее бюджетного финансирования (в том числе средств государственных корпораций, акционерных обществ с государственным участием).

Следует отметить, что для развития футбольной инфраструктуры в регионах за счет бюджетных средств реализован спортивный проект «Подарим детям стадион», результатом которого является строительство 750 футбольных полей, 6 футбольных манежей для спортивных школ [5].

Данный вид спорта представлен 35 тыс. футбольными командами [4].

Структура российского футбола представлена тремя уровнями:

- профессиональный футбол – РФПЛ (16 футбольных клубов), ФНЛ (20 футбольных клубов) и ПФЛ (64 футбольных клуба);
- любительская футбольная лига (1757 футбольных команд (1 команда на 80 тыс. чел. российского населения), из них: III дивизион – 157 команд и IV дивизион – 1 600 команд);
- массовый футбол.

Участие профессиональных футбольных клубов в международных спортивных соревнованиях обеспечивает приток инвестиций в российский футбол и наличие большой зрительской аудитории.

Вместе с тем уровень развития российского футбола не соответствует положительной динамике развития физической культуры и спорта и ниже, чем в других европейских странах [5].

Одной из причин такого положения является отсутствие эффективной системы управления развитием данного вида спорта.

С целью развития экономической основы профессионального футбола и обеспечения конкурентоспособности российских футбольных клубов в международном аспекте (не ниже 6-го места в клубном рейтинге UEFA) планируется:

- использование механизма финансового обеспечения профессионального футбола за счет отчислений организаторов азартных игр в букмекерских конторах;
- привлечение частного финансирования в развитие футбола;
- стимулирование спонсорства;
- применение моделей управления спортивными объектами, сложившихся в международной практике, с участием управляющих компаний (осуществляют функции по эксплуатации, содержанию и управлению многофункциональным использованием стадионов), сочетанием бюджетного финансирования и внебюджетных источников.

Данное направление связано с решением вопроса футбольной инфраструктуры. В рамках Концепции «Наследия чемпионата мира по футболу FIFA 2018 года» предлагается реализация проектов строительства спортивных стадионов ограниченной вместимости с учетом адаптации к региональным условиям.

Изменение экономических аспектов развития профессионального футбола влияет на рынок труда профессиональных футболистов, в частности на обеспечение прав молодых игроков, подготовленных в спортивных организациях, по включению их в заявки профессиональных футбольных клубов и введение системы их вознаграждения с целью развития спортивного мастерства.

Целесообразно и решение вопроса о стимулировании тренеров спортивных организаций за счет трансферов подготовленных ими игроков.

Реализация указанных экономических аспектов развития профессионального футбола позволит увеличить количество региональных профессиональных футбольных клубов и повысить качество спортивной подготовки по данному виду спорта.

Литература:

1. Гетман Е.П. Экономические и маркетинговые исследования в решении актуальных проблем современного спорта / Е.П. Гетман, С.С. Воеводина, Л.А. Гремина // Научно-педагогические школы в сфере физической культуры и спорта: Материалы Международного научно-практического конгресса, посвященного 100-летию ГЦОЛИФК. Под общ. ред. А.А. Передельского. – 2018. – С. 744-748.
2. Золотарев А.П. Актуальные вопросы совершенствования системы управления развитием футбола в Российской Федерации / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, А.Е. Власов, С.А. Российский // Теоретико-методические аспекты современного футбола: Коллективная монография, посвященная 10-летию Межрегионального Центра подготовки специалистов в сфере футбола «Юг». Под общей редакцией А.П. Золотарева. – Краснодар, 2019. – С. 9-14.
3. Поротькин Е.С. Профессиональные футбольные клубы: кто эффективнее тратит деньги?// Наука. Бизнес. Образование: Материалы XII Всероссийской научно-практической конференции. – М: ФГБОУ ВО «СамГТУ», 2017. – С. 43-47.
4. Приказ Минспорта России от 11.09.2017 № 797 «Об утверждении общегосударственной стратегии развития футбола в Российской Федерации на период до 2030 года (в новой редакции)». Сборник официальных документов и материалов Министерства спорта РФ, № 10, 2017.
5. Распоряжение Правительства РФ от 24 июля 2018 г. № 1520-р «Об утверждении Концепции наследия чемпионата мира по футболу FIFA 2018 года» //Сборник официальных документов и материалов Министерства спорта РФ, № 10, 2017.

УДК:37.015.6

**ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ
МИРЕ И РОССИИ**

Кандидат экономических наук, доцент Е.П. Гетман

Кафедра управления в спорте и образовании

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: egetman@mail.ru*

Аннотация. В работе поднимается тема развития образования в современном мире и России. Анализ изменений, происходящих в образовании, подкрепляется исследованиями российских и зарубежных организаций.

Ключевые слова: образование, экономика образования, навыки, компетенции.

В национальном проекте «Образование» роль и значение образования рассматриваются с позиций влияния на экономику страны. Укрепляется понимание образование, которое с позиций государства, и человека начинает оцениваться как инвестиционный объект, определяющий перспективы развития общества, государства, личности. В мире и России образование становится более доступным, повышается его дизайн и качество. Отчасти в России сокращается спрос на платное образование, с одной стороны, и одновременно идет заметное снижение количества частных вузов. В то же время государственные вузы продолжают вести прием на внебюджетное обучение. По данным исследовательского холдинга «Ромир», в России больше 37% граждан уже не готовы платить за образование своих детей, а 71% – за собственное [2].

В последние годы формируется такая ситуация в экономике, что навыки, полученные в рамках системы образования, очень быстро устаревают. Приходит понимание, что в течение жизни людям придется переучиваться или доучиваться, осваивать новые технологии. Например, окончив факультет педагогики и управления, значительную часть управленческих и педагогических навыков придется обновлять. Однако это не значит, что то, чему обучают в вузах, уже не нужно. Так как важно, чтобы, обучаясь в вузе, молодые люди получили навык собственного обучения. Можно утверждать, что в этом заключается ключевое умение, которое дает система образования. Помимо этого образование призвано дать общую культуру и видение мира. В педагогических вузах на уровне правительства рассматривается предложение о введение интернатуры, что может быть выражено через поддержку молодого педагога наставником со стороны вуза или опытным учителем онлайн в течение определенного периода, например учебного года.

Таким образом в современной экономике образование становится основным двигателем карьеры и предпосылкой возможности множественных профессиональных сценариев в течение всей жизни. Что задает тренд на главное изменение – запрос на индивидуализацию образовательных траекторий, когда набор необходимых компетенций выбирает не вуз, а

самостоятельно обучающийся. В рассматриваемой парадигме меняется роль преподавателя. Преподаватель это уже не просто транслятор знаний, а исследователь, консультант, ментор, руководитель проектов.

Образование как отрасль национальной экономики переживает достаточно трудный процесс цифровой трансформации. Идет дискуссия о развитии модели онлайн-университетов.

По данным Министерства науки и высшего образования РФ, в 2019 году выпускники чаще всего подавали документы на факультеты медицины, экономики, СМИ и международных отношений. Конкурс на специальности, связанные с этими направлениями, составил 14 человек на место [3].

По данным исследований, проведенных в августе 2019 г. американской образовательной платформой Coursera, опубликован рейтинг востребованных навыков в разных странах мира (Global Skills Index). Эксперты оценили распространность ключевых компетенций в сферах, которые испытывающих наибольшую потребность в новых специалистах. Оказалось, что одними из важных являются навыки в следующих областях: статистике, финансах, маркетинге, бизнесе, новых технологиях и умении работать с большими данными. Специалистами был отмечен потенциал России в сфере технологий. Однако были сделаны рекомендации по результатам проведенных исследований о необходимости модернизации системы российского образования [4].

Таким образом, можно говорить не только об определенной роли образования в развитии экономики страны, но и о необходимости опережающего развития системы образования в целом. Что касается задач исследования в области экономики образования, то к ним можно отнести: обоснование соотношения роли государства и рынка в образовании по уровням системы; определение границ действия рыночного механизма в образовании; обоснование методологических подходов к разработке системы экономических отношений в образовании; определение условий и направлений развития системы экономических отношений в образовании и разработка современных образовательных технологий и механизмов их реализации [1].

Необходимость развития образования проявляется и в том, что в учебные планы профилей вузовского обучения введена учебная дисциплина «Экономика образования», роль которой обуславливается изменениями в системе образования, поиске современных инновационных путей развития как в образовании, так и экономике в целом.

Литература:

1. Гетман Е.П. Экономика и право в спорте и образовании: коллективная монография. / Е.П. Гетман, Л.А. Гремина, С.С. Воеводина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 154 с.
2. В России сократился спрос на платное образование/ [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.finanz.ru/novosti/lichnye-finansy/v-rossii-sokratilsya-spros-na-platnoe-obrazovanie>
3. Министерства науки и высшего образования РФ [Электронный ресурс]. – URL: <https://activityedu.ru/News/v-minobrnauke-nazvali-samye-populyarnye-specialnosti-u-rossiyskih-abituriyentov/>
4. Профессии будущего: какие навыки важны для цифровой экономики [Электронный ресурс]. – URL: <https://activityedu.ru/>

УДК: 338.483.11(470.62)

**РЕКРЕАЦИОННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ
ПРИРОДНЫХ РЕСУРСОВ ДЛЯ ОТДЫХА (НА ПРИМЕРЕ ДИНСКОГО
РАЙОНА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ)**

Старший преподаватель Л.И. Демидова

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161, каб.11.

e-mail: skst@kgufkst.ru

Аннотация. В работе охарактеризован природно-рекреационный потенциал Динского района Краснодарского края, который представлен особо охраняемыми природными территориями, рыболовными и охотничими базами отдыха, рассмотрена возможность использования их для оздоровления и отдыха.

Ключевые слова: Динской район, Краснодарский край, рекреационные возможности, ООПТ, базы отдыха, потенциал.

Динской район Краснодарского края располагается в степной зоне Кубанской низменности, поэтому агроклиматические условия довольно благоприятные – летом жарко с достаточным количеством дождей, а зимы короткие и теплые. На биоклимат местности существенно влияет близость Черного и Азовского морей.

Благоприятные природно-климатические ресурсы и условия, развитая транспортная инфраструктура и близость к краевому центру создают привлекательные возможности для развития всех форм туризма в районе [1, 4]. Территория Динского района достаточно хорошо обводнена степными реками, такими как Понура, Кочеты (и их притоки) и Кубань в нижнем ее течении, которые благоприятны для строительства и благоустройства баз отдыха для рыбной ловли и проведения досуга. Растительные ресурсы представлены в основном лесозащитными полосами. Из животного мира представлены норные животные (суслики, полевка и др.), большая популяция зайца-русака, разнообразие птиц (грачи, сойки, синицы и т.д.).

Обладая красивейшими местами для отдыха, район становится инвестиционно-привлекательным [2, 5]. В сельских округах Пластуновском и Новотитаровском расположены 2 заказника, где успешно разводятся фазаны.

Рекреационный потенциал Динского района представлен 465 объектами культурно-исторического населения: курганы (373); памятники архитектуры (47), монументальные памятники истории (15), братские могилы Великой Отечественной войны (30); особо охраняемые природные территории («Парк-полуостров», «Лесопарк Юбилейный», «Роща Зеленый кут»).

«Парк-полуостров» является ботаническим памятником природы, относится к государственным памятникам местного значения и находится в 3 км. от ст. Пластуновская. Памятник природы представляет собой естественные лесные насаждения.

«Лесопарк Юбилейный», располагаясь на территории двух поселений: Нововеличковском и в 3 км от ст. Новотитаровской, тоже относится к ботаническим памятникам регионального значения. На его территории произрастают хвойные и лиственные породы (ива, ясень, орех черный, сосна и др.).

«Роща Зеленый кут» находится в ст. Старомышастовской, представляет собой лиственные породы как естественного, так и искусственного насаждения.

Все ООПТ Динского района несут в себе ценность культурно-эстетического назначения и могут быть использованы в рекреационных целях.

Помимо культурно-эстетического отдыха на территории муниципального образования создано множество уютных мест, расположенных в парковых зонах. Базы отдыха и рыболовные базы могут предоставить условия для отдыха в выходные и праздничные дни с друзьями, с семьей или коллегами [3]. Например, свои услуги предоставляют рыболовная база «Рыбацкое становище», базы отдыха «Береговая», «Водолей», «Камыш», «Андреевский парк», «Удача рыбака», «Восход», «Пластунка», «Папа Карло» и мн. др. Для рыбной ловли можно взять напрокат рыболовные снасти, лодки и т.д. В лесных массивах разрешена охота на зайца, лису и на водоплавающих птиц на заболоченных участках.

Отдохнуть от шумной городской суеты можно в самом известном клубе загородного отдыха «Усадьба Фамилия». Отметим, что рекреационные возможности этой территории очень обширны, она обладает первозданной природой и набором различных высококачественных услуг.

Таким образом, Динской район Краснодарского края имеет выгодное географическое положение и богатый природно-рекреационный потенциал, который можно использовать с рекреационными целями и для оздоровления.

Литература:

1. Белущенко В.С. Развитие регионального туризма в Каневском районе Краснодарского края на основе природно-рекреационного потенциала / В.С. Белущенко, М.А. Дьяконова, А.А. Юрченко // Молодежь – науке – VII. Актуальные проблемы туризма, спорта и бизнеса: материалы Всерос. науч-практ. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых (20–22 апреля 2016 г., Сочи). – Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2016. – С. 123-125.
2. Белущенко В.С. Природно-рекреационный потенциал Брюховецкого района как основа развития аграрного туризма / В.С. Белущенко, Е.А. Владимирова, А.А. Юрченко / Молодежь-науке-IX: Развитие сферы туризма, гостеприимства и спорта в контексте повышения уровня и качества жизни населения: материалы Всерос. науч-практ. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых (19-21 апреля 2018 г., Сочи). – Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2018. – С. 35-38.
3. Макрушина И.В. Проект внутреннего тура «Карельские напевы» как, новое направление развития внутреннего туризма из Москвы / И.В. Макрушина, Т.Н. Поддубная // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере: материалы IV Международной научно-практической конференции Олимпийской академии Юга. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 254-257.
4. Минченко В.Г. Перспективы развития аграрного туризма в Краснодарском крае / В.Г. Минченко, И.В. Макрушина, А.Г. Василиади // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – Т. 2. – С. 93-95.
5. Самсоненко Т.А. Перспективы развития агротуристического направления в Краснодарском крае / Т.А. Самсоненко, А.А. Юрченко, Ю.Б. Рагер // Материалы научной и науч.-практ. конф. ППС КГУФКСТ. – Краснодар.: КГУФКСТ, 2016. – С. 120-122.

УДК:796.07

СРЕДСТВА ГИМНАСТИКИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ РЕЖИССЕРА МАССОВЫХ ВЫСТУПЛЕНИЙ И ПРАЗДНИКОВ

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Еремина¹

Преподаватель В.А. Ильчева²

¹*Кафедра социально-культурного сервиса и туризма*

²*Кафедра теории и методики гимнастики*

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: eremina-otdel-k@mail.ru*

Аннотация. Данная работа рассматривает возможность использования упражнений гимнастики как специфических выразительных средств в процессе подготовки по направлению «Режиссура театрализованных представлений и праздников».

Ключевые слова: средства гимнастики, массовые выступления, гимнастика, общеразвивающие упражнения, базовые виды, акробатические упражнения.

Профессионально-прикладная направленность средств гимнастики характеризует их как часть профессиональноориентированной подготовки по направлению «Режиссура театрализованных представлений и праздников» и создает условия для овладения трудовыми функциями в профессиональной деятельности. Образовательная программа «Художественно-спортивные представления и праздники» ориентирована на использование выразительных средств, заимствованных в спортивных видах гимнастики в производственной деятельности, таким образом, возникает потребность дальнейшей разработки и обоснования методики использования средств гимнастики в профессионально-прикладной подготовке обучающихся данного направления.

В современной режиссуре массовых спортивно-художественных представлений большое место занимает гимнастика как одна из базовых спортивных дисциплин, направленных на формирование владений исполнения упражнений основной гимнастики и умений обучать им.

В ходе освоения дисциплины «Базовые виды двигательной подготовки (гимнастика)» обучающиеся знакомятся с техникой базовых упражнений, учатся организовывать и проводить занятия основной гимнастики, осваивают методику обучения упражнениям и методику помощи и страховки. В основе данной дисциплины лежит раздел «Общие основы теории и методики гимнастики», обязательно обучающиеся осваивают разделы «Гимнастическая терминология» и «Обучение базовым средствам гимнастики».

Дисциплина «Базовые виды двигательной подготовки (гимнастика)» является фундаментом овладения специфическими выразительными средствами массовых спортивно-художественных представлений на стадионе, к ним относятся: массовые вольные, акробатические и общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов, выполняемые различными вариантами и способами; строевые упражнения, включая различные элементы передвижения, фигурной

маршировки, построения и перестроения; сольные и групповые гимнастические номера; художественный «живой» фон.

При обучении массовым упражнениям обучающиеся должны овладеть способностью синхронно выполнять движения с предметами и без. В качестве предметов можно использовать гимнастические палки, шарфы, гантели, булавы, обручи, мячи, ленты, шесты, лестницы, гимнастические скамейки и другие. Вольные и общеразвивающие упражнения, выполняемые большим количеством людей, характеризуются синхронностью и невысокой сложностью движений. Акробатические упражнения в массовых выступлениях – это простейшие пирамиды и колонны, выполняемые двумя, тремя или большим количеством занимающихся.

Строевые упражнения служат для организации участников массовых выступлений, составляют основу композиции и показывают возможность массы как единого организма. Построения бывают сомкнутые и разомкнутые. Строевые упражнения используются на выходах и уходах. Для передвижения участников из одного построения в другое используют различные перестроения. Выполнение перестройки большой массой людей воспринимается очень эмоционально и вызывает восхищение зрителей.

Сольные номера выполняются на фоне массового сопровождения, они отличаются более сложным содержанием, оригинальностью и качеством. Наиболее часто используют выступления профессиональных гимнастов, танцоров, борцов, конников и других. Это номера на стыке спорта и искусства.

Дисциплина «Базовые виды двигательной подготовки (гимнастика)» расширяет спектр специфических выразительных средств массовых спортивно-художественных представлений. Дополнить необходимо освоением прыжков (опорные и безопорные) и упражнений на гимнастических снарядах, снарядах массового типа и различных конструкциях. Особое внимание необходимо уделить прикладным гимнастическим упражнениям, к которым отнесены различные варианты ходьбы, бега, упражнения в равновесии, лазания и перелезания, переползания, поднимание и переноска груза, метания, ловля.

Заключение. Обучающиеся, освоив данную дисциплину, получат необходимую базу специфических выразительных средств и будут способны поддерживать достаточный уровень физической подготовленности для реализации профессиональной деятельности режиссера художественно-спортивных представлений и праздников.

Литература:

1. Владыко А.К. Участие студентов в спортивно-массовых мероприятиях / А.К. Владыко, С.А. Брылев. – Саратов, 2015. – С. 696-699.
2. Даценко С.С. Базовые виды двигательной деятельности (спортивные игры) / С.С. Даценко, Л.А. Дмитренко, Г.Н. Дудка, Е.А. Колесникова, В.В. Костюков, О.Н. Костюкова, С.В. Литвинова. – Краснодар.: КГУФКСТ, 2012. – 116 с.
3. Иванасова В.И. Этапы формирования профессионально-педагогических умений и навыков средствами основной гимнастики / В.И. Иванасова, Н.В. Береславская. – Краснодар.: КГУФКСТ, 2011. – С. 56-60.
4. Кудашов В.Ф. Анализ средств, приемов, используемых в массовых художественно-спортивных мероприятиях / В.Ф Кудашов. – СПб, 2003. – С. 67-64.
5. Костюкова О.Н. Организация спортивных мероприятий / О.Н. Костюкова, В.Г. Бирюков, О.С. Шелудько. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – С. 115-116.

УДК: 796.011.5

О РОЛИ СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН В ФОРМИРОВАНИИ СОЛИДАРНОЙ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНА

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Еремина¹

Кандидат философских наук, доцент Е.А. Найденко²

Старший преподаватель А.В. Тонковидова²

¹ Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

² Кафедра философии, культурологии и социальных коммуникаций

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: naidenko07@mail.ru*

Аннотация. В работе раскрывается роль дисциплин социально-гуманитарного цикла в формировании специалистов в области физической культуры и спорта на основе концепции солидарной личности.

Ключевые слова: философия, история России, всеобщая история, солидарная личность, спорт, спортсмен, компетенции.

В современной политической доктрине присутствует понятие консервативных, традиционных ценностей, которые находят свое теоретическое обоснование в трудах русских философов Н.А. Бердяева, С.Н. Булгакова и выражаются в идее формирования солидарной личности в историческом развитии, в феномене олимпийского движения, в спорте [3].

Основой формирования солидарной личности выступают традиционные ценности [4]. Россия играет важную роль в их сохранении, в том числе и через систему образования, в которой реализуются образовательные стандарты нового поколения, компетентностно-ориентированный подход.

В новые учебные планы по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» включены дисциплины «Философия» с объемом 3 з.е.

В связи с тем, что Философия реализует компетенции УК-1, УК-5, она выступает основанием профессиональной и спортивной деятельности, помогая формулировать ее цели, задачи, ценностные установки и разрабатывать систему успешного и эффективного продвижения будущего специалиста к высокому профессиональному уровню и значимым результатам.

Изучив философию, обучающийся получает знания, умения и навыки осуществления поиска, критического анализа и синтеза информации, становится способным применять системный подход для решения поставленных задач в учебной и профессиональной сфере солидарной личности. Мировоззрение, сформированное на основе философских знаний, делает возможным воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

Философия способствует развитию логического мышления; мыслить – значит оперировать понятиями. Вспомним древних греков: и тело, и разум одинаково нуждаются в тренировке. И, наконец, философия способствует повышению общекультурного уровня студента, давая знания о великих

российских и зарубежных мыслителях, знакомя с современной картиной мира, с особенностями развития общества на данном этапе его развития, с глобальными проблемами современности и сценариями будущего развития.

Дисциплины «История России» – 4 з.е. и «Всеобщая история» с объемом 2 з.е. также включены в учебные планы, они реализуют компетенции УК-1, УК-5. Необходимость увеличения объема аудиторных часов по дисциплинам связана с обострением международной обстановки. Знание исторических фактов, событий, явлений позволяет осмысливать текущие исторические события, процессы, избегать фальсификации событий и давать им критическую оценку. Исторические знания делают возможным формирование принципа мультикультурализма как важной составляющей мировоззрения и элемента профессиональной деятельности солидарной личности.

Особенности социального развития общества также обуславливают актуализацию социально-гуманитарного образования в современную эпоху, поскольку существенной характеристикой современного общества является такое его состояние, при котором социальные явления заменяют друг друга, смешиваясь: политика не ограничивается своей сферой, она выходит за ее пределы, охватывая экономику, искусство, спорт и другие социальные феномены [2]. Благодаря деятельности международных спортивных организаций, экономически зависящим от некоторых кругов США и, соответственно, лоббирующим их интересы, спорт не является более могучим фактором, способствующим сближению народов мира, превращаясь в средство навязывания политической воли, «закон ценности», к сожалению, уходит из политической жизни современного общества [1].

Таким образом, историко-философские знания, на наш взгляд, смогут сыграть существенную роль в формировании солидарной личности спортсмена.

Литература:

1. Бодрийяр Ж. Прозрачность зла. – М., 2006.
2. Бодрийяр Ж. Символический обмен и смерть. – М., 2006.
3. Бердяев Н.А. Духовные основы русской революции. – СПб., 1998 г.
4. Булгаков С.Н. Философия хозяйства / С.Н. Булгаков. – М.: Институт русской цивилизации, 2009. – 464 с.

УДК: 811.161.1

**ПРИЕМЫ РАБОТЫ С АУДИОВИЗУАЛЬНЫМ МАТЕРИАЛОМ
НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ИЗУЧЕНИЯ РУССКОГО ЯЗЫКА**

**Доктор филологических наук, профессор С.Г. Казарина¹
Teacher N.B. Kazarina²**

Кандидат педагогических наук, доцент О.О. Айвазян¹

¹*Кафедра философии, культурыоведения и социальных коммуникаций*

²*Scuola Suberiore per Mediatori Linguistici Nelson Mandela, Italian Republic*

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: profveta@mail.ru*

Аннотация. В работе рассматривается начальный этап обучения иностранных граждан с опорой на аудиовизуальные материалы. Даётся перечень упражнений, обеспечивающих поддержание уровня мотивации обучения и выхода в монологическую и диалогическую виды речи.

Ключевые слова: специфика обучения вне языковой среды, вводно-фонетический курс, аудиовизуальные материалы, лексические ряды.

В течение последних десятилетий в методике русского языка как иностранного (РКИ) наблюдается интенсивный поиск эффективных подходов и методов обучения (см. работы Вагнер В.Н., Вятютнева М.Н., Рожковой Г.И., Хаврониной С.А., Черемисиной Н.В. и других исследователей). Динамичный характер этого процесса имеет различные причины, в числе которых мы назовем следующие:

- расширенный контингент обучаемых в условиях дефицита аудиторного времени;
- различный уровень подготовки студентов;
- отсутствие прочных поурочных связей между речевой практикой и презентацией грамматического материала;
- неодинаковый уровень мотивации обучения, иногда чрезвычайно низкий;
- невозможность ввести в вводно-фонетический курс должное количество страноведческой информации, поддерживающей мотивацию оптимального уровня;
- разная профессиональная принадлежность будущих специалистов;
- недостаточное расширение pragmatischenной направленности образования.

Цель настоящей публикации – передать опыт изучения русского языка иностранными гражданами, приобретенный в рамках речевой практики.

Возможностью оптимизации и интенсификации начального этапа обучения, несомненно, обладают технологии, опирающиеся на видеоряд. Сопровождение используемого нами пособия по вводно-фонетическому курсу (ВФК), как и других рассматриваемых методистами средств обучения на

бумажных носителях, а также аудиовизуальных материалов способствует усвоению, расширению словарного запаса учащихся, закреплению падежной системы и глагольных форм в связи с конкретной, наглядно представленной ситуацией. Обращение к видеоряду мультипликационного фильма вполне соотносится с принятыми принципами обучения, к которым относят сознательность, коммуникативность, устное опережение, ситуативно-тематическое представление материала, наглядность, минимизация учебных часов или концентрация[1, 2, 3].

Поскольку на начальном этапе необходимо уделять внимание не только запоминанию лексики и грамматических правил, но и формированию механизмов речепорождения на русском языке, использовались различные типы тренажеров, а именно:

- система упражнений учебного пособия (ВФК), вырабатывающая автоматическую способность адекватно употреблять языковые единицы для номинации объектов и ситуаций действительности;
- сборник входящих в ВФК микротекстов;
- тренажеры на электронных носителях (сборник мультипликационных фильмов).

В рамках вводно-фонетического курса был использован канонический вариант мультипликационного сериала, персонажами которого являются антропоморфные звери Волк и Заяц. Были использованы серии с первой по шестнадцатую, то есть канонический вариант мультфильма.

Видеоматериалы позволили ввести страноведческую информацию, предъявить речевые образцы и выявить необходимые на начальном этапе обучения лексические ряды, достаточно значимые и в условиях дальнейшего обучения в вузе, в частности:

- 1) глаголы движения: ходить, бегать, ехать, плыть, ползти, везти, вести и пр.;
- 2) обозначение, места действия: цирк, стройка, комната, транспорт, стадион, деревня, корабль и др.;
- 3) лексемы, обозначающие животных: волк, заяц, медведь, еж и т.д..;
- 4) номинации цвета: красный, желтый, коричневый, зеленый, голубой, белый, розовый и пр.

Специфика начального этапа обучения состоит в ограничении учебного материала, строгом отборе лексического и грамматического минимума. При этом отбор учебного материала диктуется степенью его необходимости для решения той или иной коммуникативной задачи.

Полученный опыт работы дает возможность утверждать, что аудиовизуальные материалы в обязательном порядке должны присутствовать на начальном этапе изучения русского языка, поскольку именно многосенсорное предъявление информации обеспечивает как интерес к неродному языку, так и должный уровень мотивации к его изучению.

Видеокурс способствует обучению прежде всего аудированию и говорению, обеспечивает выход изучающих русский язык в письменную речь

и способствует легкому введению и закреплению лексического материала, что позволяет перейти к речевой деятельности на ранних этапах введения вводно-фонетического курса.

Видеофильмы как источник информации и эффективнейшее средство обучения неродному языку обладает широкими возможностями, поскольку обеспечивает наглядность, полисенсорный ввод учебного материала, воздействует на эмоциональную сферу обучающихся и логическую обработку познаваемой информации, обеспечивает развитие устной и письменной речи и контроль успешности различных видов речевой деятельности: аудирования, говорения, письма – на ранних этапах изучения языка.

Литература:

1. Василенко Е.И. Методические задачи по русскому языку / Е.И. Василенко, В.В. Добровольская. – СПб: Златоуст, 2003. – 275 с.
2. Вопросы обучения русскому языку иностранцев на начальном этапе. – М.: Русский язык, 1976. – 206 с.
3. Тюрина Г.А. Фреймовый способ организации лексики в практическом курсе русского языка как иностранного: автореф. дис. ... д-ра педагог. наук. – СПб, 200. – 37 с.

УДК: 796(091)

**РЕЗУЛЬТАТЫ I СЕВЕРО-КАВКАЗСКОЙ ОЛИМПИАДЫ 1915 ГОДА
И ИХ ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ СПОРТА НА КУБАНИ
В ДОРЕВОЛЮЦИОННЫЙ ПЕРИОД**

Аспирант Т.А. Кладова¹

Доктор исторических наук, профессор Т.А. Самсоненко²

Кандидат педагогических наук, доцент Д.А. Кружков¹

¹ Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

² Кафедра философии, культурологии и социальных коммуникаций

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161, каб. 10,
e-mail: skst_kgufkst@mail.ru*

Аннотация. В работе приводится сравнительный анализ результатов выступления кубанских спортсменов на I Северо-Кавказской олимпиаде 1915 года в г. Новороссийске.

Ключевые слова: спорт в дореволюционной России, спорт на Кубани, спортивные клубы и общества, I Северо-Кавказская олимпиада.

По свидетельству историков [1, 6] и по данным Государственного архива Краснодарского края [2, 3], участие русских спортсменов в Играх V Олимпиады 1912 года в г. Стокгольме (Швеция) способствовало повышению интереса населения Кубани к спорту, что привело к созданию кружков и секций по таким видам спорта, как борьба, гимнастика, легкая атлетика, плавание, теннис, тяжелая атлетика, футбол. Появились первые спортивные клубы в Екатеринодаре: «Ахиллес» (1912), «Спорт» (1913), «Виктория» (1913); Новороссийске: «Олимпия» (1913), Ставрополе: «Фут-Бол» (1913) и в других городах. Вместе с тем отсутствие специальной литературы, тренерских кадров, недостаточно развитая материальная база, практически полное отсутствие мест для занятий и соревнований приводили к тому, что спорт развивался на естественных площадках, во дворах и подвалах.

В этих условиях спорт не только формировался, но и начал выходить на национальный уровень – отмечено участие легкоатлетов из Екатеринодара в I и II Всероссийской Олимпиадах в Киеве (1913) и Риге (1914) [5]. К сожалению, история не сохранила их имен.

Стремление развивать спорт во время начавшейся Первой Мировой войны, чтобы использовать его потенциал для укрепления духа патриотизма и направить вырученные средства на помощь раненым, привело к совместному решению руководителей спортивных клубов Екатеринодарской губернии о проведении в регионе I Северо-Кавказской Олимпиады. Она была организована 28-29 июня 1915 года в г. Новороссийске и стала крупнейшим региональным спортивным событием того периода [7].

В Музее истории физической культуры и спортивной славы Кубани (Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма») хранятся афиши и программа этих соревнований.

Представляется интересным проведение сравнительного анализа результатов победителей I Северо-Кавказской олимпиады с рекордами I и II Всероссийских олимпиад (таблицы 1 и 2).

Таблица 1 – Сравнительная характеристика результатов Игр V Олимпиады и Внутрироссийских соревнований национального и регионального уровней

Виды состязаний	Соревнования				Рекорд России, 1917
	Игры V Олимпиады, 1912	I Всероссийская олимпиада, 1913	II Всероссийская олимпиада, 1914	I Северо-Кавказская олимпиада, 1915	
Бег на 100 м, с	10,8	11,4	10,8	12,2	10,8
Бег на 400 м, с	48,2	50,8	51,8	-	50,8
Бег на 1500 м, мин, с	3.56,8	4.27,5	4.16,0	-	4.12,9
Бег на 110 м с/б, с	15,1	16,8	16,8	18,8	16,8
Прыжок в высоту, см	193	-	180	155	180
Прыжок в длину, м	7,60	6,24	6,41	6,11	6,58
Прыжок с шестом, м	3,95	3,40	-	2,70	3,53
Толкание ядра, м	15,34	-	11,09	9,68	13,02
Метание диска, м	45,21	38,52	41,15	28,55	42,20
Метание копья, м	60,64	48,21	52,98	43,56	54,12

Таблица 2 – Результаты I Северо-Кавказской олимпиады в дисциплинах, не входивших в программу национальных соревнований

Виды состязаний	Результат	Победитель
Бег на $\frac{1}{2}$ мили, мин, с	2.36,2	Г. Нитамалас, Ставрополь
Бег на 1 милю, мин, с	5.31,0	М. Степанищев, Новороссийск
Прыжок в длину с места, м	2,8	Г. Маслов, Новороссийск
Прыжок в высоту с места, см	123	В. Тихомиров, Екатеринодар
Тройной прыжок, м	11,64	М. Картунов, Екатеринодар
Перетягивание каната	1 место	Клуб «Фут-Бол», Ставрополь
Поднятие гирь	1 место	А. Сидоренко, Екатеринодар
Эстафета	1 место	Клуб «Спорт», Екатеринодар

Победителями в общекомандном зачете стали спортсмены Екатеринодара, набрав в сумме 59 очков, на втором месте с 50 очками расположились атлеты из Новороссийска, а представители Ставрополя, завоевав 30 очков, расположились на третьей ступени пьедестала. К сожалению, не нужно проводить математической обработки, чтобы видеть, что результаты, показанные на I Северо-Кавказской олимпиаде, не дотягивают даже до национального уровня развития спорта в рассматриваемый период [4].

Вместе с тем эти соревнования пропагандировали малоизвестные виды спорта и способствовали появлению интереса к ним. А учитывая многонациональный характер и миротворческий потенциал спорта, эта Олимпиада стала для региона жизнеутверждающим праздником, положившим

начало борьбе за упрочение олимпийских идеалов в спортивном движении Юга России [5].

Литература:

1. Бич Ю. Г. История физкультуры и спорта на Кубани / Ю.Г. Бич. – Краснодар, 2011. – 190 с.
2. Государственный архив Краснодарского края, ф.454, оп.2, д.3633
3. Государственный архив Краснодарского края, ф.470, оп.2, д.1407.
4. Кладова Т.А. Первые спортивные общества в Екатеринодаре в начале XX века / Т.А. Кладова, Н.А. Арзамасцева // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере: Материалы IV Международной научно-практической конференции Олимпийской академии Юга. – Краснодар, 2018. – С. 107-112.
5. Кривошапов Н.И. История легкой атлетики Кубани: 1912-2012: Цифры, факты, комментарии / Н.И. Кривошапов. – Краснодар, 2012. – 674 с.
6. Прохода П.В. Взаимосвязь исторических условий и семейных традиций (на примере Черноморского казачества) // Семейная политика на Кубани: содержание, проблемы и перспективы: Региональная научно-практическая конференция. – Краснодар, 2008. – С. 330-334.
7. Рубан М.Л. Роль I Северо-Кавказской Олимпиады в пропаганде олимпийских идеалов / М.Л. Рубан // Олимпийское движение и его региональные проблемы. – Краснодар: КГАФК, 1991. – С. 7-8.

УДК: 378.016

**ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОГРАММНОГО КОМПЛЕКСА
«САМО-ТУР» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ
ПО НАПРАВЛЕНИЮ 43.03.02 «ТУРИЗМ»**

Кандидат педагогических наук, доцент Д. А. Кружков

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161, каб.10,
e-mail: skst_kgufkst@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены основные функциональные возможности программно-аппаратного комплекса «САМО-Тур», позволяющие использовать его в рамках 18 дисциплин учебного плана по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» и способствующие формированию 14 универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

Ключевые слова: информационные технологии, программно-аппаратный комплекс «САМО-Тур», компетенции обучающихся.

Современные требования Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» (направленность (профиль) – «Технология и организация комплексного обслуживания в индустрии туризма») предполагают расширенное использование в учебном процессе информационно-коммуникационных технологий [2], в том числе специализированного программно-аппаратного обеспечения. Модернизированная версия разработанного в 1991 году компанией «САМО-Софт» программного комплекса «САМО-Тур» [4, 5] в полной мере отвечает данному требованию и может быть интегрирована в систему подготовки обучающихся факультета сервиса и туризма ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма».

Поскольку конечной единицей туристского продукта является формирование пакета тура [1], основными функциональными задачами комплекса «САМО-Тур» являются:

- ведение базы данных гостиниц с описанием типов номеров и классов размещения с указанием цен на номера;
- ведение базы данных рейсов между нужными точками тура с указанием цен;
- ведения базы данных стран, регионов и городов, необходимых для создания тура;
- отслеживание визовых формальностей;
- отслеживание объемов реализации туристского продукта;
- работа с блоками на нужное количество мест на рейсах;
- работа с блоками на нужное количество номеров в гостиницах на период тура;

- управление бухгалтерской отчетностью и формирование статистики продаж;
- управление документооборотом и формированием прайс-листов;
- управление начислением комиссий турагентам и партнерам;
- формирование комплексного программного тур.
- формирование перечня дополнительных услуг, включая экскурсионные объекты с указанием цен на них;
- формирование по каждому городу перечня аэропортов, вокзалов и портов, между которыми будут осуществляться рейсы;
- формирование списка страховок с указанием цен на них;
- формирование список организаций-партнеров (авиакомпаний, страховых компаний, поставщиков услуг, турагентов и т.п.).

Такие широкие возможности программного комплекса «САМО-Тур» позволяют использовать его, как целиком, так и частично, в учебном процессе факультета сервиса и туризма для формирования необходимых компетенций обучающихся в рамках следующих дисциплин:

- Бухгалтерский и финансовый учет в индустрии туризма;
- Информационно-коммуникативные технологии в индустрии туризма;
- Маркетинг в туризме;
- Научно-исследовательская деятельность в индустрии туризма;
- Основы организации туристской деятельности;
- Программное обеспечение и автоматизация деятельности предприятий туризма;
- Проектная деятельность в индустрии туризма;
- Страхование в туризме и туристские формальности;
- Технологии комплексного обслуживания в сфере гостеприимства;
- Технология и организация внутреннего и международного туризма;
- Технология и организация туроператорских и турагентских услуг;
- Технология и организация экскурсионных услуг;
- Технология организации деятельности предприятий питания;
- Технология организации деятельности предприятий размещения;
- Транспортное обслуживание в индустрии туризма;
- Туристско-рекреационное проектирование;
- Экономика и предпринимательство в индустрии туризма;
- Электронная коммерция в индустрии туризма.

Таким образом, овладение ключевыми функциями программного комплекса «САМО-Тур» будет в различной степени способствовать формированию у обучающихся универсальных (УК-1, УК-2, УК-4), общепрофессиональных (ОПК-1, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-5) и профессиональных (ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7) компетенций, что сделает выпускников более конкурентоспособными и востребованными на рынке труда в сфере сервиса, туризма и гостеприимства [3].

Литература:

1. Еремина Е.А. Динамическое пакетирование туров в условиях перехода на цифровую экономику / Е.А. Еремина, Д.М. Джаббарова // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – Краснодар, 2018. – № 1. – С. 117-119.
2. Еремина Е.А. Проблема реализации ФГОС 3+ на разных ступенях профессиональной подготовки по направлению «Туризм» / Е.А. Еремина, В.Г. Минченко, Т.Н. Поддубная // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – Краснодар, 2017. – № 1. – 220 с.
3. Макрушина И.В. Современные подходы к организации профессионального воспитания обучающихся в целостном образовательном пространстве / И.В. Макрушина, Е.А. Еремина // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2019. – № 2 (238). – С. 50-58.
4. Морозова Н.С. Информационное обеспечение туризма: Учебник / Н.С. Морозова, М.А. Морозов, А.Д. Чудновский, М.А. Жукова, Л.А. Родигин. – М.: 2014. – 288 с.
5. Шпырня О.В. Использование информационных технологий в туристской деятельности / О.В. Шпырня, В.В. Лысенко // Информационно-вычислительные технологии и их приложения: сборник статей. – Пенза, 2007. – С. 189-190.

УДК: 378.016

**КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ ПОДХОД В ПРЕПОДАВАНИИ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ «КОМПЛЕКСНОЕ ТУРИСТСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ
СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ»**

Кандидат педагогических наук, доцент Д.А. Кружков

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161, каб.10,
e-mail: skst_kgufkst@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены основные направления организации учебного процесса по дисциплине «Комплексное туристское обслуживание спортивных мероприятий» на основе компетентностного подхода.

Ключевые слова: профессиональные компетенции, организация учебного процесса, комплексное туристское обслуживание, спортивные мероприятия.

В современных условиях спорт и спортивные соревнования, особенно международного уровня, являются фактором развития туризма [4]. Игры Олимпиад, Олимпийские зимние игры, Паралимпийские игры (летние и зимние), чемпионаты мира и Европы по командным и индивидуальным видам спорта, соревнования на Кубки мира и Европы, национальные чемпионаты – это лишь небольшой перечень спортивных мероприятий, которые собирают десятки тысяч болельщиков и поклонников спорта со всего мира, сформировав особый сегмент туристской индустрии – фан-туризм.

Вышеперечисленные обстоятельства, в условиях перехода на новый Федеральный государственный образовательный стандарт ФГОС 3++ [1, 5], обусловили трансформацию ранее читавшейся в Федеральном государственном образовательном учреждении высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» учебной дисциплины «Организация и обслуживание международных форумов» в «Комплексное туристское обслуживание спортивных мероприятий».

Данная дисциплина предусмотрена учебным планом по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» (направленность (профиль) – «Технология и организация комплексного обслуживания в индустрии туризма») и реализуется кафедрой социально-культурного сервиса и туризма в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» основной профессиональной образовательной программы высшего образования.

В соответствии с учебным планом дисциплина «Комплексное туристское обслуживание спортивных мероприятий» изучается на 4-ом курсе в 7 и 8 семестрах и нацелена на формирование профессиональной компетенции ПК-1. Ее содержание охватывает широкий круг вопросов, связанных с формированием способности организовывать работу исполнителей, принимать решения об организации туристской деятельности, основные из которых:

- роль крупных спортивных соревнований в развитии современного туризма;
- характеристика крупнейших спортивных мероприятий в мировой и отечественной истории;
- расчет численности штатного и временного персонала организационного комитета спортивного мероприятия;
- функциональные направления деятельности организационного комитета спортивного мероприятия;
- требования к персоналу предприятий размещения, питания, сервиса, культурно-досуговой сферы и безопасности в месте проведения;
- расчет количества потребителей туристского продукта на время проведения мероприятий;
- обеспечение комплексного характера туристского обслуживания гостей и болельщиков;
- формирование комплексного туристского продукта с использованием программно-аппаратного комплекса «САМО-Тур»;
- технологии продвижения туристского продукта, связанного с данным направлением.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль успеваемости в форме устного опроса, реферата, доклада, индивидуальных заданий, кейс-задач, компьютерного тестирования (очная и заочная формы обучения) и выполнения контрольной работы (заочная форма обучения) [3]. Промежуточная аттестация проводится в 7 семестре в форме зачета (очная и заочная формы обучения), в 8 семестре в форме экзамена (очная форма обучения) и зачета по контрольной работе и экзамена (заочная форма обучения). Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 6 зачетных единицы (216 часов). В рамках самостоятельной работы, обучающиеся активно привлекаются в качестве волонтеров к обслуживанию спортивных мероприятий, проводимых на территории г. Краснодара и Краснодарского края.

Таким образом, учитывая компетентностно-ориентированный подход к ее построению, реализация дисциплины «Комплексное туристское обслуживание спортивных мероприятий» будет способствовать формированию компетенций, которые сделают выпускников более конкурентоспособными и востребованными на рынке труда в сфере сервиса, туризма и гостеприимства [2].

Литература:

1. Еремина Е.А. Проблема реализации ФГОС 3+ на разных ступенях профессиональной подготовки по направлению «Туризм» / Е.А. Еремина, В.Г. Минченко, Т.Н. Поддубная // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. - Краснодар, 2017. – № 1. – С. 220-221.
2. Макрушина И.В. Современные подходы организации профессионального воспитания обучающихся в целостном образовательном пространстве / И.В. Макрушина, Е.А. Еремина // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2019. – № 2 (238). – С. 50-58.

3. Поддубная Т.Н. Проектирование фондов оценочных средств как условие реализации ФГОС ВО / Т.Н. Поддубная, Д.А. Кружков, Л.И. Демидова, Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2019. – № 1. – С. 104-113.
4. Хазова С.А. Компетентностный поход к профессиональному физкультурно-спортивному образованию / С.А. Хазова // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: «Педагогика и психология». – 2008. – Вып. 7. – С. 248-252.
5. Шпырня О.В. Проблемы внедрения федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования 3++ в индустрии туризма и гостеприимства / О.В. Шпырня, М.Н. Андрейко // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2018. – № 3. – С. 105-110.

УДК:796.071.2

**ЭКОНОМИЧЕСКАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПОДГОТОВКИ КАДРОВ
ДЛЯ ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Кандидат экономических наук, доцент М.Г. Коваленко

Кафедра управления в спорте и образовании

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: katrin0667@mail.ru*

Аннотация. В работе рассматривается актуальность проблемы вузовской подготовки кадров для отрасли физическая культура и спорт, в связи с современным осмыслиением физической культуры как социального явления, оказывающего значительное влияние на формирование общей культуры личности и общества в целом.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, рыночная экономика, высшая школа, подготовка кадров, трудовые ресурсы, экономическая составляющая.

Социально-экономические, политические и другие внешние воздействия оказывают существенное влияние на формирование новой системы общественных взглядов и материально-духовных ценностей. На этом фоне меняются традиционные представления о физической культуре и спорте. Возрастает потребительский спрос на предоставление услуг средствами физической культуры и спорта[2].

Вышесказанное свидетельствует о перспективах дальнейшего развития сферы физической культуры и спорта, повышении их статуса и востребованности на рынке предлагаемых услуг, а также ее благополучной адаптации к условиям рыночной экономики. Однако для успешного развития этого процесса необходимо, чтобы его реализацией занимались трудовые ресурсы, обладающие высоким уровнем профессиональной компетентности, эрудиции, творчества и креативности. Это должны быть профессионалы, способные работать не только в режиме функционирования системы, но и в режиме ее преобразования, совершенствования, развития [3].

Совершенно очевидно, что в настоящее время перед вузами физической культуры ставятся новые задачи, решение которых требует, прежде всего, изменений концептуальных основ высшей школы. К примеру, это выражается в предложении отказаться от установки формирования необходимого комплекса общеобразовательных и специальных знаний, умений, навыков и перейти к установке воспитания и развития личности обучающегося посредством оказания помощи в их профессиональном становлении [5].

Не менее важным вопросом является разработка требований, предъявляемых к выпускникам вузов физической культуры. На их основе формируется содержание профессиональной подготовки, овладение которым может гарантировать результат, соответствующий новым требованиям.

Таким образом, основываясь на изученном материале, касающемся проблем и их решений в области высшего образования и профессиональной подготовки специалистов физической культуры, можно с уверенностью сказать, что данный процесс представляет собой динамичную систему, в которой четко просматриваются попытки своевременного и адекватного реагирования на происходящие социально-экономические преобразования общества, а также тенденции научно-педагогического процесса.

Анализируя и обобщая сведения, полученные в процессе изучения доступной научной, учебной, специальной и научно-методической литературы, а также правовых, регламентирующих и инструктивных документов, мы пришли к заключению:

1. Современное осмысление физической культуры как социального явления выделило целый ряд аспектов по преобразованию системы подготовки профессиональных кадров для данной отрасли, компетентность которых должна в полной мере соответствовать новому социальному заказу и реально сформировавшемуся запросу общества.

2. В реально сложившейся обстановке можно с достаточно высокой степенью уверенности говорить об острой необходимости переосмыслиния стратегии подготовки кадров в соответствии с задачами, определяемыми федеральными и региональными органами власти и управления.

3. Проблема подготовки кадров для сферы физической культуры и спорта по-прежнему остается предметом пристального внимания ученых и специалистов, как у нас в стране, так и за рубежом. При этом круг рассматриваемых аспектов достаточно широк [1].

4. Несмотря на реально обозначившуюся тенденцию проявления рыночных отношений в сфере физической культуры и спорта, вопросы подобного характера в системе профессиональной подготовки остаются без должного внимания.

Таким образом, отмечая наличие и актуальность общей проблемы вузовской подготовки кадров для отрасли физическая культура и спорт, следует отметить возникновение новой, частной проблемы, связанной с экономической составляющей компетентного подхода и целостной структуре построения образовательного процесса [4]. В связи с этим, разработка вопроса и проведение исследований в данном направлении имеют объективную обоснованность и целесообразность, а обращение к ним является весьма своевременным.

Литература:

1. Аронов Г.З. Формирование механизма повышения качества и доступности услуг сферы физической культуры на основе муниципально - частного партнерства: диссертация канд. эконом.наук / Г.З. Аронов; Санкт Петербургский гос. ун-т. – СПБ: [б.и.]. – 2016. – 274 с.
2. Бауэр В.Г. Социальная значимость физической культуры и спорта в современных условиях развития России / ВТ. Бауэр // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 1. – 56 с.
3. Галкин В.В. Экономика и управление физической культурой и спортом: учебное пособие для вузов / В.В.Галкин. Ростов н/Д.: Феникс, 2016. – 448 с.
4. Пряхин О.Н. Организационно-управленческие факторы спортивно-физкультурных комплексов в условиях рыночной среды: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / О.Н. Пряхин. – СПб., 2017. – 24 с.
5. Экономика массового спорта: Учебное пособие / Авторский коллектив М.И. Золотов, Н.А. Платонова, О.И. Вапнярская. – М.: Физическая культура, 2015. – 300 с.

УДК: 338.48

**СОВРЕМЕННЫЕ КАНАЛЫ ДЕЛОВОЙ КОММУНИКАЦИИ
В ТУРИЗМЕ**

Кандидат географических наук, доцент И.М. Кучеренко

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161, каб.10,
e-mail: skst_kgufkst@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены каналы деловой коммуникации в туризме на примере профессиональных рабочих встреч между туроператорами и турагентствами (региональный workshop), проводимых накануне летнего и зимнего сезонов в городах России и стран СНГ. Отмечено, что это удачный способ налаживания партнерских отношений и развития агентской сети.

Ключевые слова: воркшоп, профессиональные встречи, бизнес-завтрак, мастер-класс, каталог, новый опыт, партнеры, информация, туроператор, турагент, турбизнес.

Проект стратегии развития туризма до 2035 года предполагает акцентировать внимание на ведущих направлениях: создании конкурентоспособного туристического продукта и поддержании его востребованности и доступности. Решить данные задачи возможно максимально эффективно, расширяя границы и возможности региональных воркшопов, которые охватывают десятки городов нашей страны, ближнего и дальнего зарубежья.

Региональные workshop — это профессиональные рабочие встречи между туроператорами и турагентствами, проводимые накануне летнего и зимнего сезонов в городах России и стран СНГ. Это удачный способ налаживания партнерских отношений и развития агентской сети. Мероприятия отличают компактность по времени проведения и высокая посещаемость деловых встреч. Тщательная подготовка мероприятия, профессиональная работа отдела workshop «Турбизнес» и мощная информационная поддержка в регионах являются залогом развития бизнеса. Workshop «Турбизнес» проводятся начиная с 1998 года, за 20 лет проведено более 700 деловых встреч в 70 городах России, стран СНГ и Европы.

Workshop «Турбизнес» — отличный канал деловой коммуникации между операторами и розницей. Радует высокий профессионализм организации встреч — это не банальная «раздача каталогов», а эффективное B2B-мероприятие с лекциями, мастер-классами, деловыми завтраками[3]. Бытует мнение, что рабочие встречи операторов с агентами в формате Workshop теряют свою актуальность в связи с развитием интернет-технологий. Однако невозможно заменить живое общение с партнерами, и «Workshop Турбизнес» это успешно доказывает, собирая на своих мероприятиях в регионах России сотни агентств, которые действительно настроены на серьезную и профессиональную работу. Отличная организация воркшоп в форме семинаров и бизнес-завтраков качественно отличается от стереотипа, что воркшоп — это «сбор макулатуры».

Удобный и качественный инструмент для общения между участниками и посетителями региональных workshop «Турбизнес» - это внедрение системы назначенных встреч. Организаторы данного мероприятия проводят кропотливую работу, в рамках которой они делают почтовые и онлайн-рассылки по актуальной выверенной базе туроператоров и агентств, гостиниц, региональных администраций и зарубежных представительств по туризму, страховых и транспортных компаний. Длительные и надежные партнерские отношения с Представительством Министерства туризма Доминиканской Республики в России, Словацким управлением по туризму, Отделом туризма Посольства Испании, компанией PegasTouristik, «Карибский Клуб» и др. являются залогом успешной деятельности, направленной на продвижение туристских услуг на рынок туринастрии.

К тому же данные мероприятия имеют ряд преимуществ, а именно:

- широкую линейку предложений (участие в 27 городах России и СНГ за сезон);
 - самую высокую явку профессиональных посетителей на мероприятия;
 - организацию индивидуальных презентаций, мастер-классов, конференций, бизнес-завтраков, образовательных дней, обучающих семинаров, роуд-шоу для турфирм, гостиниц Москвы и регионов [2];
 - организацию ежегодной профессиональной премии в области делового туризма и MICE – RussianBusinessTravel& MICE Award;
 - организацию бизнес-завтраков в рамках workshop «Турбизнес». В течение последних пяти лет в рамках проведения workshop стал популярен новый формат бизнес-завтраков.

Менеджеры компании по организации деловых встреч предоставляют ряд дополнительных услуг, которые делают работу туроператоров и турагентов максимально комфортной и эффективной. Практически все «цепочки» workshop «Турбизнес» отличает безупречная организация семинаров; четкий тайминг; идеальные конференцвозможности выбранных объектов; хорошее техническое оснащение площадок. Анализируя ежегодную деятельность Workshop, особенно важно отметить, что такой формат профессиональных встреч дает дополнительную возможность донести информацию о своей компании и новинках сезона до региональных представителей, турагентств, а также пообщаться со своими коллегами-туроператорами в неформальной обстановке и обменяться опытом. Четкая организация, высокая посещаемость агентствами, просторные залы гостиничных предприятий, интересная программа пребывания – все это делает бизнес-поездки с «Турбизнес» очень разнообразными и эффективными.

Литература:

1. Кирьянова Л.Г. Маркетинг и брендинг туристских дестинаций: учебное пособие для магистратуры / Л.Г. Кирьянова. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 264 с.
2. Кучеренко И.М. Современное состояние бизнес туризма и эффективное управление корпоративными тревел-программами / И.М. Кучеренко // Экономика и предпринимательство. – М., 2015. – № 6. (ч. 2). – С. 544-54.

3. Кучеренко И.М. Разработка механизма партнерских взаимоотношений в туризме / И.М. Кучеренко, Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская, Я.В. Коробенко // Финансовая экономика. – М.: Некоммерческий фонд содействия развитию экономической науки и образования «Экономика». – 2019. – № 1. – С. 353-355.
4. Юрченко А.А. Социально-экономические и рекреационные возможности развития туризма в Краснодарском крае / А.А. Юрченко, В.Г. Минченко, Е.Л. Заднепровская, Е.В. Ползикова // Вестник Национальной академии туризма. – СПб.: Национальная академия туризма. – 2017. – № 3 (43). – С. 48-52.
5. Profi.Travel в регионах России:<https://profi.travel>

УДК: 338.48+378.016

**СОДЕРЖАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕХНОЛОГИЯ
ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕДПРИЯТИЙ РАЗМЕЩЕНИЯ»
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПО НАПРАВЛЕНИЮ
ПОДГОТОВКИ 42.03.02 «ТУРИЗМ»**

Кандидат педагогических наук, доцент И.В. Макрушина

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161, каб.10,
e-mail: skst_kgufkst@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены основные аспекты содержания и реализации дисциплины «Технология организации деятельности предприятий размещения» в образовательном процессе по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» (бакалавриат).

Ключевые слова: технология организации деятельности предприятий размещения, содержание дисциплины, реализация дисциплины, направление подготовки 43.03.02 «Туризм», бакалавриат.

В настоящее время туризм является одной из активно развивающихся отраслей экономики страны. В этой связи особую роль приобретает эффективная технология организации предприятий размещения как одного из важнейших элементов развития сферы туризма, направленная на максимальное удовлетворение туристов как на основе соответствия требований государственных стандартов к деятельности предприятий размещения, так и на основе соблюдения культуры обслуживания сотрудниками предприятий размещения при взаимодействии с гостями.

В Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма дисциплина «Технология организации деятельности предприятий размещения» реализуется кафедрой социально-культурного сервиса и туризма в рамках части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» основной профессиональной образовательной программы высшего образования.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-м курсе в 6 семестре (очная форма обучения) и на 5-м курсе в 9 семестре (заочная форма обучения).

Дисциплина нацелена на формирование профессиональных компетенции ПК-1, ПК-4.

Содержание дисциплины отражает круг вопросов, связанных с:

- способностью организовывать процесс обслуживания на предприятиях размещения;
- умением применять в деятельности нормативно-правовых акты профессиональной сферы,
- умением учитывать запросы потребителей;
- умением применять клиентоориентированные технологии;

– формированием способности организовать работу исполнителей, принимать решения об организации туристской деятельности.

В рабочей программе дисциплины предусмотрены следующие виды контроля, текущий контроль успеваемости в форме устного опроса, реферата, кейс-задач (очная и заочная формы обучения) и выполнение контрольной работы (заочная форма обучения); промежуточная аттестация в форме экзамена (очная форма обучения) и зачета по контрольной работе и экзамена (заочная форма обучения) [1, 2].

С этой целью содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с основами технологии и организации деятельности предприятий размещения, особенностями управления отелями разных типов, принципами функционирования основных служб гостиницы, организационной подготовке предприятий питания к обслуживанию потребителей, обслуживания потребителей в ресторанах, предоставлением услуг по организации и особенностям обслуживания иностранных туристов.

Также в ходе изучения дисциплины обучающиеся учатся применять полученные ими теоретические знания, умения и владения во время работы с соответствующей нормативно-правовой документацией в сфере гостиничной индустрии документацией.

Каждая из вышеперечисленных компетенций осваивается посредством проведения лекций, практических занятий, устных опросов, подготовки презентаций и т.д.

Таким образом, реализация дисциплины «Технология организации деятельности предприятий размещения» обеспечивает формирование компетенций, что в рамках образовательной программы приведет к конкурентоспособности будущих бакалавров в области туризма.

Литература:

1. Еремина Е.А. Проблема реализации ФГОС 3+ на разных ступенях профессиональной подготовки по направлению «Туризм» / Е.А. Еремина, В.Г. Минченко, Т.Н. Поддубная // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 220 с.
2. Кружков Д.А. Анализ компетенций, развиваемых в процессе подготовки кадров для индустрии туризма и гостеприимства в вузах Краснодарского края / Д.А. Кружков, Г.Г. Мовсесян, Н.А. Арзамасцева // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – Краснодар, 2014. – № 1. – С. 45-47.
3. Ползикова Е.В. Теоретические и методические аспекты подготовки студентов в области туризма / Е.В. Ползикова, Т.Н. Поддубная, Ф.Р. Хатит, Е.Л. Заднепровская // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – Майкоп: Майкопский государственный технологический университет. – 2017. – № 3. – С. 61-66.
4. Поддубная Т.Н. Проектирование фондов оценочных средств как условие реализации ФГОС ВО / Т.Н. Поддубная, Д.А. Кружков, Л.И. Демидова, Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2019. – № 1. – С. 104-113.
5. Шпырня О.В. Проблемы внедрения федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования 3++ в индустрии туризма и гостеприимства / О.В. Шпырня, М.Н. Андрейко // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2018. – № 3. – С. 105-110.

УДК: 338.48+378.016

**КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ ПОДХОД В РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ
«ПЛАНИРОВАНИЕ КАРЬЕРЫ В ТУРИЗМЕ»
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПО НАПРАВЛЕНИЮ
ПОДГОТОВКИ 43.03.02 «ТУРИЗМ»**

Кандидат педагогических наук, доцент И.В. Макрушина

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Еремина

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161, каб.216,
e-mail: skst_kgufkst@mail.ru*

Аннотация. Рассмотрено содержание и реализация дисциплины «Планирование карьеры» по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» на основе компетентностного подхода в образовательном процессе. Освещены планируемые результаты обучения по данной дисциплине.

Ключевые слова: компетентностный подход, образовательный процесс, содержание дисциплины, реализация дисциплины, формируемые компетенции, результаты обучения, направление подготовки 43.03.02 «Туризм», бакалавриат.

В настоящее время в России все более востребованными становятся компетентные, профессионально мобильные специалисты, способные эффективно функционировать в быстрымениющихся условиях развития современного мира, экономики, науки и техники. Решением существующих проблем в теории и практике высшего образования подготовки востребованных специалистов является компетентностный подход [1].

В Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма дисциплина «Планирование карьеры в туризме» реализуется в компетентностном подходе в образовательном процессе в рамках части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2-м курсе в 4 семестре (очная форма обучения) и на 3-м курсе в 5 семестре (заочная форма обучения).

Дисциплина нацелена на формирование универсальных компетенций УК-3, УК-6 и профессиональной компетенции обучающегося – ПК-1 [2].

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с: осуществлением социального взаимодействия и реализацией своей роли в трудовом коллективе; формированием способности намечать и следовать вектору своего саморазвития будущего работника сферы туризма в течение всей жизни; формированием способности организовать работу исполнителей, принимать решения об организации туристской деятельности.

Для освоения дисциплины предусмотрены такие виды контроля, как текущий контроль успеваемости в форме устного опроса, подготовки докладов,

выполнения индивидуальных заданий, проведения деловых игр и промежуточная аттестация в форме зачета (очная и заочная формы обучения).

Важное значение при формировании компетенций имеет самостоятельная работа студентов. Основными видами самостоятельной работы являются: конспектирование учебной литературы, написание рефератов, подготовка презентаций по тематике занятий, подготовка сообщений и докладов, с использованием интернет-ресурсов, закрепление теоретического материала путем выполнения практических заданий, освоение учебного материала с использованием информационных образовательных ресурсов, таких как электронные учебники, ЭБС и т.д. Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Планирование карьеры в туризме» проводится в соответствии с теоретической частью курса, которая включает в себя терминологический аппарат дисциплины, этапы планирования карьеры, самопознание как основу планирования карьеры, постановку целей и выбор пути их достижения, мотивацию работников сферы сервиса и туризма, роль личностных качеств в формировании карьеры, современные технологии трудоустройства, регулирование социально-трудовых отношений, развитие карьеры в организации. Результаты самостоятельной работы студенты докладывают на учебных занятиях, а также на научно-практических конференциях и издают в периодических изданиях [3].

Таким образом, изучение дисциплины «Планирование карьеры в туризме» способствует формированию универсальных и профессиональных компетенций будущих работников сферы туризма в компетентностно-ориентированном образовательном процессе, что в комплексе с другими курсами в рамках образовательной программы приведет к всестороннему развитию будущих бакалавров в области туризма.

Литература:

1. Хазова С.А. Компетентностный поход к профессиональному физкультурно-спортивному образованию / С.А. Хазова // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: «Педагогика и психология». – 2008. – Вып. 7. – С. 248-252.
2. Шпырня О.В. Проблемы внедрения федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования 3++ в индустрии туризма и гостеприимства / О.В. Шпырня, М.Н. Андрейко // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2018. – № 3. – С. 105-110.
3. Еремина Е.А. Проблема реализации ФГОС 3+ на разных ступенях профессиональной подготовки по направлению «Туризм» / Е.А. Еремина, В.Г. Минченко, Т.Н. Поддубная // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 220 с.
4. Кружков Д.А. Анализ компетенций, развиваемых в процессе подготовки кадров для индустрии туризма и гостеприимства в вузах Краснодарского края / Д.А. Кружков, Г.Г. Мовсесян, Н.А. Арзамасцева // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – Краснодар, 2014. – № 1. – С. 45-47.

УДК: 323.2(470.62)

**ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРОГРАММЫ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ «КАЗАЧЕСТВО КУБАНИ»**

Доктор исторических наук, доцент Г.О. Мациевский

Кафедра философии, культурологии и социальных коммуникаций

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: 2007nauka@mail.ru

Аннотация. Работа посвящена анализу основных направлений государственной программы Краснодарского края «Казачество Кубани».

Ключевые слова: государственная программа, современное казачество, возрождение казачества, Кубань.

С конца 1980-х гг. на Кубани, как и по всей России, идет активный процесс возрождения и развития казачества. В целях поддержки казачьего движения и помощи в организации и развитии его государственной службы, на различных уровнях были приняты десятки нормативных правовых актов, в числе которых: Федеральный закон от 12 января 1996 г. № 7-ФЗ «О некоммерческих организациях», Федеральный закон от 5 декабря 2005 г. № 154-ФЗ «О государственной службе российского казачества», Постановление Правительства РФ от 5 октября 2010 г. № 795 «О государственной программе "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011 - 2015 годы"», Закон Краснодарского края от 5 ноября 2002 г. № 539-КЗ «О привлечении к государственной и иной службе членов казачьих обществ Кубанского казачьего войска в Краснодарском крае», постановление Законодательного Собрания Краснодарского края от 19 июня 2006 г. № 2320-П «Об утверждении Концепции патриотического воспитания населения Краснодарского края», постановление главы администрации Краснодарского края от 1 августа 2007 г. № 701 «Об обязательной подготовке к военной службе и военно-патриотическом воспитании допризывной молодежи Краснодарского края» и др. В 2012 г. на федеральном уровне была утверждена Стратегия развития государственной политики Российской Федерации в отношении российского казачества до 2020 года. В целях реализации Стратегии в Краснодарском крае был принят план мероприятий, утвержденный распоряжением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 28 января 2015 г. № 28-р.

Постановлением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 16 ноября 2015 г. № 1037 «О государственной программе Краснодарского края «Казачество Кубани» была утверждена такая Программа [1]. Ее целью было заявлено «реализация государственной политики в отношении казачества в Краснодарском крае», а задачами: «привлечение членов казачьих обществ, внесенных в государственный реестр казачьих обществ в Российской Федерации, к оказанию содействия федеральным органам исполнительной власти и (или) их территориальным органам, органам

исполнительной власти Краснодарского края и органам местного самоуправления муниципальных образований Краснодарского края в осуществлении задач и функций в порядке, установленном законодательством Российской Федерации, законодательством Краснодарского края, оказание содействия в культурном, физическом, патриотическом воспитании молодежи, сохранении и развитии самобытной казачьей культуры и духовных ценностей кубанского казачества; создание условий для проведения качественной системной работы по воспитанию, обучению и развитию учащихся в государственных общеобразовательных учреждениях казачьих кадетских корпусах Краснодарского края, подведомственных департаменту по делам казачества и военным вопросам Краснодарского края» [1]. Объем финансирования на 2016-2021 гг., согласно Программе, предполагался в размере 6206143,0 руб., из которых 5000,0 руб. из федерального бюджета и 6201143,0 руб. из краевого бюджета.

В соответствии с федеральным и региональным законодательством [2, 3], государственной программой предусмотрено оказание финансовой поддержки социально ориентированным казачьим обществам на осуществление следующих видов деятельности: – по участию в защите государственной границы Российской Федерации для выполнения совместно с пограничными органами следующих задач: обеспечения контроля за соблюдением режима государственной границы Российской Федерации, пограничного режима и режима в пунктах пропуска через государственную границу Российской Федерации; участия в розыске лиц, пытающихся совершить или совершивших незаконное пересечение государственной границы Российской Федерации; разъяснения гражданам правил режима государственной границы Российской Федерации, пограничного режима и режима в пунктах пропуска через государственную границу Российской Федерации; – в сфере патриотического, в том числе военно-патриотического воспитания граждан Российской Федерации; – по участию в охране общественного порядка; – в области образования, просвещения, культуры, профилактики и охраны здоровья граждан, пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта и содействия указанной деятельности [4].

Литература:

1. Постановление главы администрации (губернатора) Краснодарского края об утверждении государственной программы Краснодарского края от 16 ноября 2015 года № 1037 [электронный ресурс] // Министерство экономики Краснодарского края. Официальный сайт. URL : <https://economy.krasnodar.ru/gos-prog-kk/perekh-gp/>
2. Федеральный закон от 12 января 1996 г. 7-ФЗ «О некоммерческих организациях» [электронный ресурс] // Консультант Плюс. Официальный портал. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8824/
3. Закон Краснодарского края от 7 июня 2011 г. № 2264-КЗ «О поддержке социально ориентированных некоммерческих организаций, осуществляющих деятельность в Краснодарском крае» [электронный ресурс] // Консорциум кодекс. Официальный портал. URL : <http://docs.cntd.ru/document/461603481>
4. Закон Краснодарского края «О привлечении к государственной и иной службе членов казачьих обществ Кубанского казачьего войска в Краснодарском крае» [электронный ресурс] // Администрация Краснодарского края. URL:
https://admkrain.krasnodar.ru/content/1219/?SECTION_ID=1219

УДК:378.18

**УНИВЕРСИТЕТ КАК ШКОЛА ПРОПАГАНДЫ СОЦИАЛЬНЫХ
НАПРАВЛЕНИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ**

Кандидат технических наук, доцент Ю.Д. Овчинников

Кафедра биохимии, биомеханики и естественнонаучных дисциплин

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161, каб.346,
e-mail: yuriy.ovchinnikov@inbox.ru.*

Аннотация. В работе показано формирование социальной значимости образовательного учреждения в современных условиях развития образовательного процесса и общества.

Ключевые слова: социальные проекты, научные направления, научные подходы, студенческая наука, волонтерское движение.

В 2019 году Кубанскому государственному университету физической культуры, спорта и туризма исполняется 50 славных ярких лет, полных спортивных побед и духовно-нравственных традиций. Студенты университета занимают активную жизненную позицию не только в спортивных мероприятиях, но и в общественных делах, участвуют в международных, всероссийских, региональных конкурсах, научных конференциях, публикуют первые научные открытия во всероссийских и международных научных журналах, получая заслуженные награды, повышенные стипендии: ректорскую, губернаторскую, президентскую [1]. Сотрудничество университета со многими образовательными и социальными учреждениями позволяет студентам приобретать первый педагогический опыт в общеобразовательных и спортивных школах, работая с детьми. На современном этапе развития образования университет выполняет важную социальную функцию, являясь школой пропаганды социальных направлений, формирующих идейность и идеологию общества [2, 3, 6]. Популярной формой социальных инициатив является участие в социальных проектах и волонтерском движении [10]. Обладая мощной научной и материально-технической базой, университет выступает современной модуляционной платформой подготовки специалистов, овладевающих различными компетентностями, востребованных не только на рынке оздоровительных услуг, но и способных работать в социальных направлениях, развивающих и поддерживающих национальные приоритеты и интересы страны [4, 8]. Образование в вузе становится не самоцелью, а важной социальной технологией, способной соединять не только теорию и практику, ориентировать развитие личности и группы людей, объединенных одной общей задачей, целью на позитивные изменения окружающей среды [5, 9]. На протяжении многих десятилетий Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма выполняет стратегическую задачу по развитию массовой физической культуры и спорта в регионе [6, 7].

Литература:

1. Ахметов С.М. Физиологические особенности и резервы сердечно-сосудистой системы профессиональных спортсменок в прединволютивном периоде / С.М. Ахметов, С.В. Погодина, В.Г. Манолаки, Г.Д. Алексанянц // Человек. Спорт. Медицина. – 2018. – Т. 18. – № S. – С. 46-54.
2. Готов к труду и обороне: история и современность / Г.Д. Алексанянц, Н.К. Артемьева, С.П. Аршинник и др. Самара, 2017.
3. Здоровьесберегающее образование: современные факторы развития / Л.М. Алдарова, Н.К. Артемьева и др. – Самара, 2016.
4. Золотарев А.П. Институт национальных молодежных команд по женскому футболу как фактор конкурентоспособности / А.П. Золотарев, Р.З. Гакаме, Т.В. Зайцева // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1. – 34 с.
5. Лавриченко С.П. Взаимосвязь пищевого статуса и алиментарно-зависимых нарушений обмена веществ юных футболистов / С.П. Лавриченко, Н.К. Артемьева // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2018. – № 1. – С. 320-322.
6. Лызарь О.Г. Характеристика ценностного отношения студентов к здоровью и его изменение в процессе занятий оздоровительной физической тренировкой / О.Г. Лызарь, А.И. Лыч, Е.В. Братко // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2018. – № 31. – С. 25-28.
7. Осик В.И. Современные подходы к формированию здоровьесберегающей деятельности студентов вуза физической культуры и спорта / В.И. Осик, В.А. Гуляева, С.В. Левчук // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – № 2. – С. 67-72.
8. Путинцева А.Р. Об открытии легкоатлетического манежа Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма / А.Р. Путинцева, Ю.Д. Овчинников // Волонтер. – 2019. – № 2. – С. 84-90.
9. Современные направления развития вузовского образования / А.Ю. Нагорнова, А.А. Тарасенко и др. Коллективная монография / Ответственные редакторы А.Ю. Нагорнова, Т.Б. Михеева. – Ульяновск, 2019.
10. Тарасенко А.А. Развитие волонтерского движения в программных документах / А.А. Тарасенко, Ю.Д. Овчинников // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. – 2019. – № 1. – С. 65-73.

УДК: 79(470.62)

**РАЗВИТИЕ КУЛЬТУРЫ ЗРЕЛИЩ В РЕГИОНЕ:
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ**

Кандидат философских наук, доцент А.В. Плотников

*Кафедра философии, культурологии и социальных коммуникаций
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161,
e-mail: smishnik@bk.ru*

Аннотация. В работе анализируются проблемы развития зрелищной культуры в Краснодарском крае. Представлены элементы развития зрелищной культуры в регионе как способа организации досуга населения в социально-культурном пространстве.

Ключевые слова: социально-культурный детерминизм, социокультурная среда, зрелищная культура региона, подготовка бакалавров.

Современные процессы социально-культурного детерминизма формируют пространство, в котором создаются стратегические основания для формирования новых смысловых форм не только массовой культуры, но и культуры зрелищ, как ее специфической составляющей. Обойти вниманием подобные явления, представляющие рост заинтересованности населения к различным формам зрелищной культуры, не только в контексте проводимых общественных или политических событий в регионе, но и в ходе анализа содержательности форм и композиционных структур замыслов проведения праздников, театрализованных представлений или фестивалей на сегодняшний день невозможно.

Актуальность исследования зрелищной культуры определяется сегодня и развитием рынка социально-культурных услуг региона, и наличием определенной управленческой культуры специалистов учреждений культуры, в том числе и режиссеров театрализованных представлений и праздников. Тенденции формирования социально-культурной среды региона зависят от уровня развития зрелищной культуры, имеющихся зрелищных форм, создаваемых режиссерами в регионе, причастности населения к лучшим образцам художественных произведений в сфере массовых зрелищ.

В настоящее время перед страной стоит цель по сохранению и продвижению культурных ценностей, их гармоничного совершенствования с учетом традиций и инноваций в современных рыночных условиях. В задачи учреждений культуры региона, как социального института создания массовых зрелищ, входит формирование общественной активности и культуры массовых зрелищ, как среды для проявления творческой активности населения региона. В учреждениях культуры имеются всевозможные формы зрелищных программ как инструменты реализации свободного времени и отдыха людей, среди которых: событийные творческие проекты, кружки в учреждениях культуры региона, творческие и любительские объединения художественной самодеятельности, отдельные событийные программы, направленные на организацию досуга, художественное просвещение и оздоровление участников и зрителей. Одной из сложившихся в сфере досуговой деятельности проблем в работе учреждений культуры может

выступать организация и проведение праздников как явления зрелищной культуры.

Действующая в регионе стратегия развития культуры позволяет говорить о последовательном улучшении деятельности учреждений культуры за последние 10 лет. Решение основных стратегических задач определяет плановые показатели в реализуемых в регионе концепциях учреждений культуры, среди которых наиболее показательны для исследования:

1. Уровень материально-технической базы учреждений культуры, используемых в процессе проектирования программ организации досуга, художественного просвещения или оздоровления.

2. Уровень профессиональной квалификации специалистов учреждений культуры в целом и подготовленности специалистов, которые работают в проектах проведения досуговых программ с населением.

3. Уровень профессиональной адаптации выпускников направления 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников» на базах практики.

Согласование квалификационных ожиданий сферы учреждений культуры, с учетом современных критериев и компетенций, указанных во ФГОС ВО направления, а также требований профессионального сообщества режиссеров массовых зрелищ к процессу подготовки бакалавров, определяет комбинацию необходимых и достаточных компетенций к профессиональной адаптации будущего режиссера, позволяет ежегодно актуализировать учебные планы основных образовательных программ для подготовки специалистов и руководства учреждениями в отрасли организации досуга. Такие системы согласования интересов заинтересованных сторон должны создаваться в органах государственной власти для структурирования и планирования деятельности всех акторов системы: органы государственной власти, образовательные организации высшего образования, органы власти в регионах и муниципальных образованиях, учреждения культуры, спорта и дополнительного образования, которые действуют в сфере организации свободного времени, досуга и оздоровления населения.

Для исследования проведен мониторинг системы планирования деятельности учреждений культуры, на примере работы муниципальных бюджетных учреждений культуры муниципальных образований Краснодарского края. В мониторинговый охват удалось включить более 30-ти различных учреждений культуры: от Домов культуры и Школ искусств до творческих объединений и концертных организаций регионального уровня. По статистике данных мониторинга, можно выделить некоторые проблемные зоны для организационного процесса всех учреждений:

- низкий уровень вовлеченности специалистов учреждений культуры в процессы планирования и координации стратегических процессов работы учреждений культуры региона;

- отсутствие системы делегирования полномочий внутри учреждений культуры региона;

- слабая и несовременная материально-техническая база учреждений культуры региона;

– отсутствие механизмов контроля квалификационных требований и последовательной работы по повышению квалификации и росту профессионализма среди специалистов учреждений культуры в регионе, которые отвечают за подготовку и организацию досуговых проектов.

В целом же, мониторинг позволяет сделать вывод о тенденции снижения интереса специалистов учреждений культуры в регионе к развитию собственной профессиональной квалификации. Важно отметить повышенную загруженность учреждений культуры ненужным для процессов организации досуга документооборотом, при этом снижается общий объем временных ресурсов, направленных на создание и репетиционную реализацию замыслов содержательных программ профессиональными организаторами процессов отдыха и свободного времени населения.

Развитие зрелищной культуры населения остается одним из важнейших факторов развития и стратегическим ресурсом управления, традиционно находится в центре внимания всех стратегических программ в регионе и муниципалитетах, транслируется в замыслах основных культурных событий на территории Кубани. Повышение доступности культурных услуг для жителей региона один из важнейших разделов работы Министерства культуры Краснодарского края. В столице Кубани и во всех районах края ежегодно реализуются праздничные и культурно-досуговые мероприятия (фестивали, дни культуры, конкурсы, театрализованные праздники, концерты, спектакли и др.). Положительный результат проводимых мероприятий зависит не только от организационных усилий властей региона, но и от вклада спонсоров и общественных активистов, от всех групп зрительской аудитории.

Основной вклад в организацию и проведение массовых праздников вносят сегодня клубные учреждения Краснодарского края. Из года в год эти любительские ресурсные институты совершенствуют свое творческое мастерство, что отражается и в обратной связи со зрителями из числа местного населения при проведении зрелищных праздников. Не забываются и традиционно-массовые праздники, посвященные Дню города, открытию или закрытию сезона фонтанов, новогодние, рождественские, пасхальные; музыкальные и хореографические фестивали. В рамках запланированных программ выходного дня на летней площадке традиционно выступают самодеятельные коллективы. Работа по организации и проведению праздников учреждений культуры разнообразна и разнопланова, достойна внимания и отдельного исследования.

Праздники, торжества, ритуалы зрелищной культуры сопровождают человека в течение всего его жизненного существования, приобретая различные формы и модифицируясь. Вместе с тем сущность и роль профессиональной подготовки специалистов и бакалавров, в целом системы непрерывного повышения и развития профессиональной квалификации, получают особенную важность для повышения эффективности зрелищных программ, для формирования и актуализации образовательных программ в вузах. Сегодня только системность в профессиональной адаптации бакалавров направления 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников» позволит совместить высокие требования современной зрелищной ситуации, которые предъявляются к выпускникам и представителям сферы организации досуга. Участие в учебной

работе практиков-работодателей и на этапе отбора абитуриентов в образовательную организацию, и на этапе итоговой аттестации для безболезненного входа молодого специалиста в профессиональную деятельность позволит усилить связь содержательности подготовки бакалавров с реальностью практической деятельности в сфере.

В итоге важно определить, что праздник представляет собой специфичную форму общественного единения, где проявляется единое настроение и сопреживание соучастников. Систематизация и единение всех участников в процессе подготовки современных замыслов массовых праздников, представлений и иных зрелищных проектов, начиная с этапа подготовки будущих режиссеров театрализованных представлений и праздников, крайне важна и результативна. Ресурсным аспектом такой системы должна стать поддержка властей в создании профессионального сообщества режиссеров массовых зрелищ в регионе. Такое сообщество, безусловно, полезное как инструмент профессиональной аттестации специалистов и бакалавров, как постоянная структура для привлечения в учебный процесс на короткие программы дополнительного образования и повышения квалификации заинтересованных профессионалов-практиков отрасли, как механизм общественной аккредитации образовательных организаций.

Только присутствие квалифицированной команды профессионалов в организации праздников сможет дать не только новые возможности и художественные открытия в содержательно-смысловом аспекте, но и позволит сменить стереотипы во взглядах на праздничные зрелища, как зрелища всегда однотипные по смыслу и однообразные по выразительности. Такая профессиональность квалификации в культуре режиссеров-постановщиков массовых зрелищ открывает возможности по-новому взглянуть на праздник, как на единение интересных мыслей и интересных творческих и деятельных людей. В сложное время повышение уровня профессионализма творческих специалистов и организаторов проектов социально-культурной деятельности в культурно-досуговых учреждениях и в образовательных организациях, без сомнения, позволит совершенствовать общенародное творчество, любительство, музыкальную и художественную культуры, прививая подрастающему поколению как новые, так и традиционные нравственные и эстетические ориентиры.

Литература:

1. Гавдис С.И. Театр масс в сохранении культурного наследия России // Формирование региональной культурной политики в контексте модернизации образования / С.И. Гавдис // Материалы международной научно-практической конференции. Орловский государственный институт искусств и культуры; редакционная коллегия: Н.А. Паршиков (главный редактор), И.А. Ивашова (научный редактор и составитель), В.М. Гапоненко, Н.А. Меркульева, Г.Н. Харитонова. – 2014. – С. 239-243.
2. Плотников А.В. Теория, методика и организация социально-культурных проектов: учебное пособие / А.В. Плотников, Г.Г. Плотникова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 210 с.
3. Петров Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления (Основы режиссуры, технологии, организации и методики) / Б.Н. Петров. – М.: ТВТ Дивизион, 2014. – 392 с.
4. Силин А.Д. Площади – наши палитры: (Специфика работы режиссера при постановке массовых театрализ. представлений под открытым небом и на нетрадиц. сцен. площадках) / А.Д. Силин. – М.: Сов. Россия, 1982. – 184 с.

УДК: 79.01/09

**КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ОРГАНИЗАЦИИ
ХУДОЖЕСТВЕННО-СПОРТИВНЫХ ЗРЕЛИЩ**

Кандидат философских наук, доцент А.В. Плотников

*Кафедра философии, культурыоведения и социальных коммуникаций
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161,
e-mail: smishnik@bk.ru*

Аннотация. В исследовании рассматривается феномен современных художественно-спортивных зрелищ с точки зрения его социокультурной детерминации и содержательно-смыслового наполнения, как система знаковой семиотики и культурологических коммуникаций. Проведен анализ презентации художественно-спортивных зрелищ в социокультурном пространстве.

Ключевые слова: аспекты анализа феномена, спортивные зрелища, контексты исследования художественно-спортивных зрелищ, культурология художественно-спортивных зрелищ, символы и смыслы, семиотика зрелищ, спортивная тема в проектировании социально-культурных событий.

Современная российская социально-культурная деятельность и мировая социокультурная парадигма в целом, среди прочих специфических атрибутов, проявляют особенную актуальность интересов к такому явлению, как спортивные или художественно-спортивные зрелища, у огромного числа респондентов и участников специфических социальных групп, к которым можно отнести зрительскую аудиторию. Художественно-спортивные зрелища это широкий спектр спортивных и неспортивных событий, которые осваиваются с применением методик развития драматургической структуры события средствами выразительной зрелищности. Среди таких явлений – олимпиады, чемпионаты и первенства мира, крупные турниры и первенства, создаваемые и реализуемые с помощь медиаканалов продвижения в различных видах спорта: футболе, хоккее, боксе, ММА, фигурном катании или зимних видах спорта. Десятилетия двадцать первого века демонстрируют этот выразительный сегмент социально-культурной действительности по многим показателям, где спортивные зрелища устойчиво удерживают ведущие позиции в перечне интересов современного общества. Эти тенденции подтверждаются высокими темпами вторжения инструментов массовой культуры в сферу социокультурного проектирования зрелищ, а по масштабам распространения, уровню презентационной активности в пространстве средств массовой информации, числу разнообразию включенных в его орбиту целевых групп часто бывает все рейтинги популярности.

На наш взгляд, уже в силу наличия масштабного и регулярно подтверждаемого статистикой высокого зрительского интереса современные художественно-спортивные зрелища заслуживают основательного анализа и как отдельный феномен массовой культуры и как особое социокультурное

явление. Такие исследования актуальны еще и потому, что независимо от того, какая исходная установка – позитивная или негативная – движет этим аналитическим процессом, основанием для них становятся устойчивый коммерческий интерес и специфические интересы организаторов и постановщиков таких событий. Культурологические процессы генезиса трансформаций в спорте, структурную содержательность художественно-спортивных зрелищ можно систематизировать по важным элементам зрелищности: от состязательности как аспекта конструирования драматургической композиционной структуры до специфики выразительности средств создаваемых замыслов различных представлений или шоу. В современных исследованиях особое внимание уделяется промежуточным формам и специфике проектирования основных этапов, создаваемых художественно-спортивных проектов. Такие формы и этапы тесно сопряжены с динамикой социального контекста бытования зрелищ в массовой культуре общества, что делает необходимым культурологический анализ данного явления, направленный на раскрытие культурологических оснований, теоретических факторов и методических механизмов развития современного мира спортивных зрелищ.

Феномен художественно-спортивных зрелищ как специфического вида деятельности социума важно рассматривать не только в контексте анализа уникальных идей замыслов, конкретики измерений зрительского интереса, включая специфику отдельных форм и видов соревновательной деятельности, но и аспектов исторического генезиса явления, особенностей организационно-управленческой составляющей создаваемых спортивных зрелищ.

Цель исследования: подвергнуть специальному анализу не только современную спортивно-зрелищную практику, которая включает обширный спектр социокультурных технологий: тренировки как репетиции зрелищ, выполнение действий как моделирование стереотипов, измерения результатов как формирование направлений успешности. Исследователям интересны и реализуемые замыслы постановщиков множества современных социально-культурных мероприятий и проектирование художественно-спортивных событий, среди которых особенного внимания заслуживают олимпиады, чемпионаты, отдельные матчи и турниры в различных видах спорта. В таких событиях интересны социальные контексты результатов состязательных зрелищ и их постоянное преодоление, реальная жизнь охваченных этой практикой профессионалов-людей, включенных в создаваемые спортивные проекты, а также быстро развивающееся научно-техническое обеспечение спортивных процессов.

Современное развитие масштабных проектов по производству и реализации спортивных товаров и услуг внедряет в массовую культуру России двадцать первого столетия, наряду с бурным развитием отдельных видов спорта (бокса, ММА, баскетбола и т.д.) в системы и компоненты массовых коммуникаций, связанные со спортом в целом: соревновательность, азарт, игровую заразительность, имидж создаваемого спортсменом успеха.

Создаваемые организаторами социокультурные события спортивной зрелищности активно воздействуют на мотивацию зрителей, формируют желание побеждать, соревновательное настроение и стиль здоровой физической активности в реальной жизни каждого россиянина. Эти тенденции представляют важные социализирующие компоненты для эффективной адаптации личности в социокультурном пространстве. Проведенный на материалах мониторинга СМИ анализ феномена художественно-спортивных зрелищ представляет не только динамику развития социальных практик, но и позволяют углубляться в содержательность отдельных видов спортивных зрелищ. Например, резкий рост интереса к смешанным единоборствам и в России, и в мире представляет широкое поле для предметного интереса различных научных сфер (культурологии, спортивной медицины, биомеханики, экономики, генетики и др.), многие из которых являются достаточно разработанными.

Сегодня важно обусловить комплекс социокультурных детерминант, определяющих структурные, содержательные и смысловые характеристики феномена художественно-спортивных зрелищ как модели многомерной «проекции» современной массовой культуры в целом. При этом формируется расширение возможностей в исследовании феномена в контексте, создаваемых замыслов его социокультурной событийности. Такие возможности позволяют очертировать границы художественно-спортивной зрелищности в системе социальных и культурных институтов, что становится важным условием для понимания условий продвижения спортивных зрелищ в России и мире.

Новый аспект анализа позволяет поместить семиотические характеристики исследуемого феномена в более общий социально-культурный контекст символизации смыслов современной массовой культуры. Направление концентрирует взгляд на спортивных технологиях зрелищ как бы извне, в соотнесении с развитием проектирования пространства события, с принятыми в данном социальном сообществе симуляками в транслируемых культурных традициях и кодах. Развитие художественно-спортивных зрелищ в начале XXI века выделяет существенное внимание социальной содержательности контекста в таких значимых атрибуатах, как процессы глобализации, взрывное развитие в профессиональных и межкультурных коммуникациях, визуализация форм зрелищной культуры, рост ценности индивидуального успеха в деятельности, возрастающее влияния Интернета и телевидения на массовое сознание.

Многозначность мультикультурности социокультурного пространства существенно повышает значение символизации в содержательной структуре различных видов социальных практик, в том числе, и в спортивных зрелищах. Современный спорт пульсирует знаками, изобилует символическими элементами, активно насыщается визуальными тактильными контекстами. Такая семиотическая позиция субкультуры спорта сегодня становится благодатной средой для освоения знаний новых смысловых атрибуатах в этом виде деятельности человека.

Очередной контекст исследования направлен на рассмотрение социально-культурной и зрелищной функциональности событий, пересечения с социальными сферами, где спортивное зрелище становится востребованным для зрителя с позиций его символической целостности. Символическое значение спорта высоких достижений и отдельных видов массовых спортивных зрелищ определяет «символический маркер» социальной зрелищности феномена, когда социальный статус спортсмена высокого уровня, социальные притязания индивида или группы из спортивных зрелищ на лидерские позиции в обществе подчеркиваются в условиях современной дифференцированности общества. Существенный символический потенциал концентрируется в элементах самореализации спортсмена-артиста через замыслы художественно-спортивных зрелищ, где не только решаются задачи самоутверждения личности, но и создается существенный механизм для оперативной социализации молодежи.

Социогуманитарный контекст проведенного анализа спортивных зрелищ, при всей его неоднозначности в социокультурном мониторинге, которая подчеркивается маргинальностью данного научного направления, позволяет сравнивать феномен с предметом разработки других, признанных исследованиями проблем культурологического дискурса. За последние десятилетия исследования в данном контексте сформировали теоретическую базу, а также обширный корпус методологической литературы по данной теме как за рубежом, так и в сфере российской культурологии.

Специфическим отличием культурологического взгляда на процессы создания и результаты влияния художественно-спортивных зрелищ на массовое сознание зрительской аудитории становится помещение процесса создания зрелищных событий рассматриваемого явления в широкий социокультурный контекст массовой культуры. Для этого необходимо сравнить основные компоненты исследования с традиционными в этой области направлениями исследований сегодня. Взгляд на социально-культурную составляющую практики спортивных зрелищ позволяет осознать их как бы извне, в контексте представления и определения их важной роли в развитии динамики массовой культуры в целом, а также в формировании инструментов институциональности социокультурной деятельности в частности. Основные исследовательские векторы движения представляют здесь оценку границ взаимопроникновения: соотнесение взаимодействий и взаимозависимости изучаемого явления художественно-спортивных зрелищ с особенностями социального и культурного пространства, в котором зреет и развивается рассматриваемый феномен.

Исследования, которые систематизируют результаты анализа процессов развития спортивных событий дают основание для выделения за последние годы в историческом генезисе и культурологическом контексте огромного количества замечательных примеров подобного рода взаимопроникновений. Современное обострение интереса к художественно-спортивным зрелищам в России становится доминантой в исследованиях культурологического

взаимопроникновения таких явлений в структуру массового сознания. В социально-культурном пространстве создается необходимость обращения не только к мифам и классическим стереотипам как ценностным и смысловым константам, но и к перспективам в развитии огромного числа форм и видов художественно-спортивных зрелищ в пределах границ современного социокультурного пространства.

Современное воспроизведение феномена как необычной социальной практики позволяет транслировать его образы и его просветительские образцы. Результаты явления определяются не только спортом как видом деятельности или художественно-спортивными зрелищами, как комплексом социально-культурных событий. Важным аспектом для трансляции явления в систему массовых коммуникаций, прежде всего в СМИ, становятся еще и представители «внеспортивных» социокультурных практик: политики, массовых коммуникаций, бизнеса, искусства, образования, шоу-индустрии и др. При этом создаваемые зрелищами внешние образцы спорта и принципы соревновательности переформатируют смысловые акценты художественно-спортивных зрелищ. В процессе деятельности производится смысловая «перезагрузка» их семиотических симуляков, определяется новое значение спортивных зрелищных событий для зрительской аудитории и субкультурных групп болельщиков.

Многочисленные их проявления выделяются не только на уровне международной политики государств или в корпоративной культуре отдельных бизнесов, но и в общественной и часто в политической деятельности отдельных звездных спортсменов. Художественно-спортивные зрелища и их событийные и организационные смыслы используется как эффективная «мягкая сила воздействия», которая существенно влияет не только на зрительскую аудиторию, но и на социально-культурные или межгосударственные процессы в целом [5]. Важные массовые художественно-спортивные зрелищные события, серьезные спортивные победы, личный успех отдельных выдающихся спортсменов становятся важной составляющей в процессе формирования не только постулатов для становления личности, но и имиджа, репутации и популярности государства. Уровень спортивных достижений или охвата зрелищной аудитории, в силу их масштабности, играют отнюдь не последнюю роль в доступности восприятия зрителя и отсутствии необходимости какого-либо перевода с языка на язык. Примером такого ролевого влияния является бойцовский чемпионат ММА в ведущей лиге мира UFC, с охватом телевизионной аудитории более 500 млн. чел. Язык, формируемый спортивными зрелищами, становится универсальным не только в географическом пространстве лиги, но и в пространствах огромного числа государственных сообществ любителей данного вида спортивного зрелища.

Кроме того, феномен выполняет и социально-интегрирующую функцию в социальной практике, обеспечивая символическую интеграцию разных социальных слоев в коллективном процессе деятельности. В оценке зрелищ объединяются интересы многих болельщиков. Их коллективная идентичность в

деятельности становится одной из важнейших социальных функций культуры, интеграционный потенциал художественно-спортивных зрелищ выступает как символический контекст последних. Сфера электронных медиа (телевидение, Интернет, социальные сети) в последние десятилетия предлагает широкий спектр выразительных и наглядных примеров символической и сиюминутной ломки социальных барьеров, ограниченной «здесь и сейчас» драматургией замысла ситуации. Наиболее памятный пример: широкая общественная активность, невероятное массовое народное ликование болельщиков и простых граждан России от нескольких побед команды российских футболистов в блестяще проведенном нашей страной чемпионате мира в 2018 г. Такие моменты художественно-спортивного единения, «всенародный катарсис» в России смешиваются в ликующей движущейся толпе, ставшей символом единства не только российской нации, но и торжества ее ценностных основ: широкой души, дружелюбия, гостеприимства, высокой культуры приема гостей; а также принадлежности к группам фанатов, до того разделенным пропастью.

Рассматриваемый материал дает содержательные основания для важного предположения: исследовать феномен художественно-спортивных зрелищ необходимо, а значит, позволительно говорить о многообразии социокультурных контекстов и векторов научно-исследовательского анализа проявлений символического капитала спорта в современном мире. Такие исследования особенно важны для осознания содержательных пределов и культурологических границ художественно-спортивных зрелищ. Кроме того, в них, в свою очередь, определяется структурная реальность ценностно-смыслового потенциала феномена художественно-спортивных представлений и праздников, его востребованность в разных процессах массовой культуры и профессионального образования, как сферах проектирования моделей социальной жизни.

Литература:

1. Зверева В.В. Телевизионный спорт // Логос. Философско-литературный журнал. – 2006. – № 3. – С. 63-75.
2. Зоркая Н.М. Сюжетные и зрелищные формы русской лубочной культуры конца XIX - начала XX века: дис. ... д-ра искусствоведения. – Москва, 1992. – 219 с.
3. Ларина Е.Г. Лингвопрагматические особенности ток-шоу как жанра телевизионного дискурса. – Волгоград, 2004.
4. Липков А.И. Проблемы художественного воздействия: принцип аттракциона. – Москва, 1990.
5. Плотников А.В. Особенности формирования профессиональной культуры в подготовке режиссеров художественно-спортивной направленности / А.В. Плотников, Г.Н. Сологуб – Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №2. – С. 54-60.
6. Стаметов В.В. Природа шоу как массовой псевдокоммуникации. – Тамбов, 2008.
7. Уразова С.Л. Реалити-шоу в контексте современного телевидения. – Москва, 2008.
8. Элиас Н. Генезис спорта как социологическая проблема // Логос. Философско-литературный журнал. – 2006. – № 3. – С. 41-63.
9. Эйзенштейн С.М. Монтаж аттракционов // Избранные произведения: в 6-ти томах. – Т. 2. – Москва, 1965. – 270 с.
10. Ясперс К. Смысл и назначение истории. – Москва, 1991. – С. 331.
11. Robert Edelman. «Spartak Moscow. A History of the People's Team in the Worker's State» / Cornell University Press. Ithaca & London. 2009.C. 160.

УДК: 378.016

**ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА
НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ 51.03.05 «РЕЖИССУРА
ТЕАТРАЛИЗОВАННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ И ПРАЗДНИКОВ»
ПО ФГОС ВО 3++**

Кандидат философских наук, доцент А.В. Плотников

Кандидат педагогических наук, доцент Г.Г. Плотникова

*Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161,
e-mail: smishnik@bk.ru*

Аннотация. Рассмотрены основные положения Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования направления подготовки 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников», выявлены особенности изменений в организации учебного процесса бакалавров.

Ключевые слова: ФГОС ВО, режиссура театрализованных представлений и праздников, сферы и области профессиональной деятельности, учебная практика, производственная практика.

В 2019-2020 учебном году подготовка режиссеров театрализованных представлений в ФГБОУ ВО КГУФКСТ должна быть организована на основании измененных требований ФГОС ВО направления 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников» поколения 3++. Принципиальные особенности нового стандарта, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ еще 6 декабря 2017 года, на уровне бакалавриата вызывают необходимость внесения существенных изменений в планирование учебной деятельности обучающихся образовательной организацией высшего образования. Следует отметить повышенное внимание государственной власти к подготовке компетентных специалистов для сферы культуроведения и социально-культурных проектов, т.к. ответственных профессионалов, режиссеров театрализованных представлений и праздников, получивших современное высшее образование, особенно ждут в дополнительном образовании детей и взрослых, в электронных средствах массовой информации, в организациях культуры, искусства и спорта нашей страны [1].

Рассмотрим наиболее важные изменения в основных разделах ФГОС ВО направления поколения 3++, которые должны реализоваться в утверждаемом вузом учебном плане и основной профессиональной образовательной программе направления [2]. В первом разделе «Общие требования» новый стандарт предъявляет обязательные требования к самостоятельности образовательной организации в части ответственности за составление содержательной стороны организации учебного процесса, а также формирование требований и оценочных инструментов по результатам

освоения обучающимся образовательной программы в виде универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, а также допускает электронное обучение и дистанционные образовательные технологии, что повышает актуальность принципов обучения по направлению в современной информационной среде. В этом же разделе стандарта выделены конкретные области и сферы профессиональной деятельности, где выпускники направления могут осуществлять профессиональную деятельность:

- 01 Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых);
- 04 Культура и искусство (в сфере режиссуры театрализованных представлений и праздников);
- 11 Средства массовой информации, издательства и полиграфии (в сфере режиссуры средств массовой информации).

Обновленный ФГОС ВО изменяет состав и распределение приоритетов в 6-ти типах профессиональной деятельности, по которым образовательная организация может готовить выпускников направления (выделены технологический и педагогический типы, удален научно-исследовательский тип деятельности):

- технологический;
- педагогический;
- организационно-управленческий;
- проектный;
- режиссерско-постановочный;
- художественно-просветительский.

Описание характеристики профессиональной деятельности выведено из требований стандарта. Первый раздел «Общие требования» стандарта конкретизирует для образовательной организации необходимость определять направленность (профиль) программы бакалавриата в соответствии с требованиями, определенных ранее, областей и сфер профессиональной деятельности выпускника, а также типов решаемых профессиональных задач, дополняя их еще и объектами профессиональной деятельности и областями знаний.

Второй раздел представляет структуру и объем (240 з.е.) программы бакалавриата:

- Блок 1 Дисциплины (модули) – не менее 160 з.е.;
- Блок 2 Практика – не менее 20 з.е.;
- Блок 3 Государственная итоговая аттестация – не менее 9 з.е.

Утверждены для образовательной организации учебная (ознакомительная и/или творческая) и производственная (творческая) практики, а также объем контактной работы с обучающимися с педагогическими работниками не менее 50% для очной, не менее 30% дляочно-заочной; не менее 20% для заочной форм обучения.

Таким образом, обозначенные выше изменения позволяют сделать выводы о том, что в ФГОС ВО 3++ по направлению подготовки 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников»:

1. На основе материально-технической и информационной среды обучения, имеющейся в образовательной организации, закреплены содержательные требования к подготовке информационной и технологической компетентности выпускника.
2. Придается особое значение профессиональной адаптации обучающихся.
3. Определяется задача в ходе освоения программы бакалавриата отработки каждым обучающимся собственной профессиональной методологии в контактной работе с преподавателем и в планировании профессиональной практики.

Литература:

1. Плотников А.В. Режиссура театрализованных представлений и праздников: учебно-методическое пособие / А.В. Плотников, Г.Г. Плотникова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 71 с.
2. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fgosvo.ru/fgosvo/92/91/4/101>

УДК: 379.8

ЖАНРОВЫЕ ОСОБЕННОСТИ ХУДОЖЕСТВЕННО-СПОРТИВНОЙ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ ЗРЕЛИЩ

Кандидат философских наук, доцент А.В. Плотников

Кандидат педагогических наук, доцент Г.Г. Плотникова

Кафедра философии, культурыоведения и социальных коммуникаций

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161,
e-mail: smishnik@bk.ru*

Аннотация. Рассматривается жанровая специфика выразительных средств в массовых спортивно-художественных представлениях, которая обусловлена приоритетностью развития главного героя зрелища – массы участников, зрителей, актуальностью социального заказа зрелищного события, особенностями сценической площадки, а также уровнем развития спорта и спортивной режиссуры.

Ключевые слова: спортивно-художественные представления и праздники, спортивная режиссура, режиссерский замысел, жанр.

Современная массовая культура представляет для организации массовых спортивных представлений или праздников широкий спектр специфической выразительности, которая не только определяет жанровые особенности создаваемых режиссерами замыслов, но и опирается на выразительные средства классической режиссуры в единой конструкции композиции сценического зрелища [3]. Режиссеру сложно создавать успешный замысел массового спортивно-художественного представления без музыки или использования специфики пространственных конструкций стадиона или площади, построений и перестроений больших масс участников, согласования в художественном решении зрелища работы фонарирующих групп и декорирования художественного фона спортивных трибун. При этом музыка, сценография, монтаж, композиция, построения и перестроения, художественный фон и декорации, например, являются не только специфическим выразительным средством жанра художественно-спортивных праздников, сколько средствами выразительности режиссера любого массового зрелища, которые помогают формировать развитие усилить впечатление, расставить смысловые акценты в замысле представления или спектакля, концерта или спортивного турнира [2].

Отметим, что замысел массового спортивного праздника или представления включает комплекс разнообразных спортивных, культурных и художественно-тематических действий, где сценой становится спортивная площадка, площадь города, сцена концертного зала или беговые дорожки парка культуры и отдыха в зависимости от проектируемых режиссером массового зрелища постановочных задач, которые выполняются на пространстве территории замысла. Спецификой жанра определяются такие средства выразительности, как средства физической культуры, того или иного вида

спорта, художественные средства монтажа или методические инструменты театрализации. Для режиссера замысел спортивно-художественного представления становится полем для композиционного монтажа в массовом сценическом действии не только единиц информации, составленных из сольных, групповых номеров, массовых художественно-акробатических выступлений, но и художественных средств выразительности классических искусств музыки, театра, хореографии и пр.

Выявление жанровой специфики выразительных средств в массовых спортивно-художественных представлениях обусловлено, в первую очередь, приоритетностью развития главного героя зрелища – массы участников, зрителей, актуальностью социального заказа зрелищного события, особенностями сценической площадки, а также уровнем развития спорта и спортивной режиссуры.

В устоявшемся представлении к специфическим выразительным средствам массовых спортивно-художественных представлений на стадионе относят и сегодня:

1. Массовые упражнения – упражнения, выполняемые одновременно большим количеством участников. Такие упражнения могут выполняться без предмета или с предметами. По содержанию и характеру выполнения массовые упражнения делятся на вольные, поточные и пирамидковые.

2. Построения и перестроения – организованные формы сценического расположения, передвижения (сценического действия) большого числа участников на площадке стадиона или городского парка, которые составляют основу сценической композиции и являются средством проявления возможностей массы участников как единого художественно-постановочного целого.

3. Вставные сольные и групповые номера – исполнители представляют свое мастерство на фоне основной массы участников, режиссерское решение во многом зависит не только от их содержания и качества исполнения, но от их представления на фоне огромной массы участников и зрителей.

4. Художественный фон (живой фонирующий экран) – сценографическое решение на трибуне стадиона и спортивной площадке цветового, графического, мозаичного или рисованного фона по замыслу представления.

Наиболее важной постановочной задачей режиссера становится сегодня композиционное объединение всех специфических и классических выразительных средств в единое художественное целое театрализованного события, которое закреплено в сценарном материале постановочного плана режиссера [1]. Эту задачу нужно научиться решать еще на вузовской скамье, под контролем педагога, мастер курса, она же станет важнейшей и для профессиональной деятельности выпускника. Театрализация в подготовке выпускников направления 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников» это не только метод профессиональной деятельности, но и методологическая база получения высшего образования,

профессиональной социализации в среде организации досуга, физкультурных и спортивных зреищ [4].

Литература:

1. Мордасов А.А. Принципы режиссуры театрализованных представлений и праздников: монография / А.А. Мордасов; Челяб. гос. акад. культуры и искусств. – Челябинск, 2014. – 120 с.
2. Петров Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления. Основы режиссуры, технологии, организации и методики: учеб. пособие для студентов учеб заведений физ. культуры / Б.Н. Петров. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 351 с.
3. Плотников А.В. Режиссерский замысел художественно-спортивной программы как феномен культуры зреища / А.В. Плотников // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – № 3. – С. 69-74.
4. Плотникова Г.Г. Проектирование модели самостоятельной работы студента вуза по учебной дисциплине // Проблемы современного педагогического образования. – 2016. – № 53-7. – С. 167-175.

УДК: 379.8

**МИЗАНСЦЕНИРОВАНИЕ КАК КОМПЕТЕНТНОСТЬ
РЕЖИССЕРА МАССОВЫХ ЗРЕЛИЩ**

Кандидат философских наук, доцент А.В. Плотников

Кандидат педагогических наук, доцент Г.Г. Плотникова

Кафедра философии, культурыоведения и социальных коммуникаций

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161,
e-mail: smishnik@bk.ru*

Аннотация. Исследование рассматривает современные основы мизансценирования как навыка для композиционного мышления режиссера, а также как компетентность в подготовке обучающихся направления подготовки 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников».

Ключевые слова: лексика пластической формы, мизансценирование, режиссура театрализованных представлений, компетентность.

Современная лексика внешней пластической формы в классическом представлении – архитектоника или структурная основа театрализованного действия, общая внешняя форма построения взаимосвязей его частей и основ мизансценирования становится основанием философской системы замысла массовых зрелищ, ярчайшим средством выражения стиля режиссера, его мировоззренческих установок, художественно-смысовых или образных решений. Массовое театрализованное представление или художественно-спортивный праздник по всем сценическим элементам представляют собой пространство для создания предлагаемых обстоятельств, в которых развивается драматургия конфликта, борьба сценических интересов героев режиссерского замысла [2]. Построение точной пластической формы – это проявление и развитие борьбы сценических героев с предлагаемыми обстоятельствами под давлением внешней среды или силы иных персонажей замысла, создает внутри каждого сценического эпизода или блока композиционной структуры широкие возможности для столкновения иносказательности и определенности смыслов. Создание режиссером пространства для драматургического согласования внешней пластической выразительности мизансценирования и смысловой иносказательности структуры композиции в замысле позволяет сегодня продолжать художественный поиск и развивать режиссерскую методологию.

Мизансценирование представляет собой работу режиссера по продумыванию системы четкого по смыслам и художественного по образности расположения всего состава исполнителей в структуре композиции массового зрелища на сценической площадке (поле стадиона, пространство городской площади, сцена концертного зала и т.д.) по отношению друг к другу в окружающей их пространственной среде. Выстраивая мизансцены каждого эпизода, режиссер массового зрелища реализует выразительный прием массовых построений / перестроений, иных расположений актеров, ведущих, спортсменов как определенный уникальностью замысла, ему соответствующий

и вскрывающий внутреннюю драматургию процесс их взаимодействия со сценографией и особенностью построения композиционной структуры [3]. Глубокая и многозначительная по смыслам мизансцена не может быть самоцелью для режиссера. Ее формирование есть результат согласования комплекса организационно-управленческих и режиссерско-постановочных решений в профессиональной деятельности по подготовке массового зрителя, необходимых для реализации замысла, с учетом современных технологий проектирования зрителя. Важный контекст мизансценирования для режиссера это выделение пространства для выражения внутренних отношений героев и участников представления через внешние физические действия или пластические формы. Решать сценическую мизансцену – значит создавать целостность оценки образов и новых художественных смыслов, раскрывать зерно сквозного действия режиссерского замысла. Так, художественная идея создания «театра в масштабе стадиона» была реализована с использованием воздушного пространства стадиона «Фишт» в массовом театрализованном действе «Сны о России» на церемонии открытия XXII Олимпийских зимних игр в Сочи. По мнению Т.Ю. Смирнягиной, «в строительство стадиона художественная идея внесла существенные дополнения – над гигантским архитектурным сооружением возникает многофункциональная многоярусная крыша, под сводами которой установлена многотонная подвесная система. Именно по ней доставляются монументальные декорации, осуществляются высокотехнологичные световые, сценографические решения, в том числе аттракционного типа» [4, с. 119].

Современное искусство мизансценирования выражается в освоении компетентности режиссера мыслить композиционно в построении пластических образов и архитектоники зрителевидного произведения в целом. Традиционно «компетентность» рассматривается учеными как «желаемый результат обучения» [1]. Сегодня быть компетентным режиссером массового зрителя, значит быть способным профессионально согласовывать в единой композиции замысла выразительные средства классических и специфических жанров, выполняя не только законы монтажа, но и методологию мизансценирования в построении взаимодействий больших групп артистов или спортсменов-участников со зрителями. Формировать чувство перспективы, осознавать иносказательность ракурсов, соотношение планов и фона, взаимодействие отдельных пластических фигур в контрастности с внешней средой у будущих режиссеров позволяет выполнение практических постановочных проб в рамках курсового показа обучающихся. Такие пробы своих режиссерских замыслов реализует каждый обучающийся в завершении учебного года под руководством преподавателя дисциплины (модуля) «Режиссура театрализованных представлений и праздников» базового цикла учебного плана направления.

Вывод: навык мизансценирования формируется еще в процессе получения высшего образования обязательной для освоения режиссером компетенцией, он должен иметь поле для реализации практических проб и

анализа ошибок в учебном процессе под контролем ведущих преподавателей - практикующих режиссеров в сфере создания массовых театрализованных зрелищ. Следовательно, для формирования компетентности мизансценирования у режиссера массовых зрелищ целесообразно включение в учебный план дополнительных (в том числе индивидуальных часов) на практические пробы в рамках базовой дисциплины «Режиссура театрализованных представлений и праздников».

Литература:

1. Делор Ж. Образование: сокрытое сокровище / Ж. Делор. – М.: Издательство ЮНЕСКО, 1996. – 31 с.
2. Плотников А.В. Режиссерский замысел художественно-спортивной программы как феномен культуры зрелища / А.В. Плотников // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – № 3. – С. 69-74.
3. Плотников А.В. Режиссура театрализованных представлений и праздников: учебно-методическое пособие / А.В. Плотников, Г.Г. Плотникова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 71с.
4. Смирнягина Т.Ю. Поэтика праздничного зрелища: традиции и новации в церемонии открытия XXII Олимпийских зимних игр в Сочи (2014) // Искусство и гуманитарное знание / Т.Ю. Смирнягина. – 2018. – №3. – С. 117-122.

УДК: 811.111

ЯЗЫК СПОРТИВНЫХ КОММЕНТАТОРОВ: ГИПЕРБОЛЫ И ПЕЙОРАТИВЫ

Кандидат филологических наук, доцент Ж.А. Терпелец

Кафедра иностранных языков

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161,
e-mail: zterpelec@yandex.ru*

Аннотация. В речи спортивных комментаторов можно встретить большое количество языковых средств для описания спортивных событий, людей, явлений. Язык спортивных средств массовой информации характеризуется употреблением множества метафор, сравнений, метонимии, иронии, сленга, а также гипербол и даже слов с уничижительным смыслом (пейоративов).

Ключевые слова: язык спортивных комментаторов, дискурс средств массовой информации, спортивный дискурс, гипербola, пейоратив.

Сфера спорта и спортивных средств массовой информации – это идеальная среда для практически любого типа смысловых изменений. Люди часто интересуются общей информацией, касающейся спорта, а не информацией о конкретном спортивном событии. По этой причине спортивные журналисты и особенно комментаторы стараются сделать свою речь как можно более привлекательной и интересной, чтобы не дать слушателю/читателю скучать.

Язык спортивных комментаторов насыщен множеством языковых средств для описания событий и явлений спорта. Спортивный дискурс является удачным местом для употребления метафор, метонимии, иронии, сленга, гипербол. Семантическое изменение означает, что новые значения добавляются или чередуются с уже существующим значением данного слова.

Мы фокусируем внимание на гиперболах и словах с уничижительным смыслом. Гипербola – это семантическое изменение, основанное на чрезмерном преувеличении; образное выражение, заключающееся в непомерном преувеличении событий, чувств, силы, значения, размера изображаемого явления; внешне эффектная форма подачи изображаемого [1]. На возникновение ее влияют эмоции. Это результат чрезмерной реакции в конкретной ситуации. Гипербola придает напряженность и делает речь спортивных комментаторов яркой, образной, то есть интересной и динамичной.

Баскетбол:

one of the biggest upsets in NBA finals history (можно перевести как: *одно из самых больших разочарований в истории финалов НБА*);

monsterjam (монстр-импровизация).

Теннис:

spectaculars hot (зрелищный удар);

under tremendous pressure (под огромным/ужасным давлением...).

Иногда спортивные комментаторы «втягиваются» в происходящее на поле, преувеличивают ситуацию, доходя до пика реакции. Они склонны хвалить каждое удачное движение спортсменов и слишком остро реагировать, когда движение действительно умело свершено. Но именно это делает спортивного комментатора интересным аудитории. Чем остree он действует на психику, тем ближе он будет к популярности среди спортивного сообщества и аудитории.

Встречаются также случаи унижения спортсменов, но в основном это происходит в так называемой «желтой прессе». Пейоративы (pejoration) добавляют новое отрицательное значение слову с первоначально нейтральным или положительным значением. Они выражают негативную оценку чего-либо или кого-либо, неодобрение, порицание, иронию или презрение [2].

Первый пример из баскетбольной среды, и это термин *ball hog*. Он относится к игроку, который не очень популярен среди своих товарищей по команде. Он держит мяч, не передавая его другим игрокам, бьет сам, без «сотрудничества» с другими игроками [3]. Слово *hog* имеет общее значение *кабан, боров особенно тяжелого веса*. Мы видим, что слово изначально имело нейтральное значение, но если мы поместим его в баскетбольный контекст, оно получит отрицательное значение.

Другой пример, который следует упомянуть, – выражение *jew goal* (еврейский гол) [4]. Это очень сомнительный и оскорбительный термин для всех приверженцев иудаизма, но он часто используется определенной частью футбольного сообщества. Смысл *jew goal* заключается в том, что команда забила очень легкий гол [5]. Существует явный сдвиг от нейтрального значения к отрицательному значению.

Еще один пример уничижительного термина слово *brick* (кирпич). В баскетболе нейтральное слово приобретает отрицательное значение – плохой, неумелый удар [6].

Таким образом, язык спортивных комментаторов, будучи ярким примером использования спортивной терминологии, включает в себя наряду со многими экспрессивными языковыми средствами гиперболы, жаргонные термины (сленг), в том числе уничижительные.

Литература:

1. <http://www.textologia.ru/slovari/literaturovedcheskie-terminy/?q=456> (дата обращения: 08.09.2019).
2. <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/669592> (дата обращения: 08.09.2019).
3. <https://www.urbandictionary.com/define.php?term=Ballhog> (дата обращения: 06.09.2019).
4. <https://www.youtube.com/watch?v=2QfDZjgvajQ> (дата обращения: 08.09.2019).
5. <https://www.urbandictionary.com/define.php?term=jew%20goal> (дата обращения: 06.09.2019).
6. <https://www.urbandictionary.com/define.php?term=throwing%20a%20brick%20in%20the%20basket> (дата обращения: 06.09.2019).

УДК: 338.48

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ТУРИЗМ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ МИРОВОЙ ЭКОНОМИКИ

Кандидат педагогических наук, доцент О.В. Шпырня

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161, каб.10,
e-mail: oleg_shpyrnya@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены вопросы, связанные с развитием международного туризма как фактора развития мировой экономики. Представлены статистические данные за 2018 год по структуре развития отрасли. Обоснована важность международного туризма в мировом экспорте товаров и услуг.

Ключевые слова: международный туризм, мировая экономика, международные туристские прибытия, экспортная выручка.

В настоящее время индустрия международного туризма является основной движущей силой в мировой экономике, что обусловлено увеличением доли среднего класса в странах с развивающейся экономикой, технологическими достижениями, внедрением в турбизнес новых бизнес-моделей. Как итог, повысилась доступность международных путешествий снизилась их стоимость (не по всем направлениям) и произошло упрощение визового режима. В результате мы видим, что качество международных туристских прибытий выросло в 2018 году на 5% по отношению к 2017 году и составило 1,4 млрд дол. США [3].

Доказательством сильнейшего влияния международного туризма на мировую экономику является то, что экспортная выручка, генерируемая данной отраслью, составила 1,7 трлн. долларов США. Это делает индустрию международного туризма реальной силой в условиях глобального экономического роста и развития мировой экономики, содействуя созданию новых рабочих мест и являясь катализатором для процесса внедрения инноваций в турбизнесе. Иными словами, международный туризм помогает повышению благосостояния для миллионов жителей нашей планеты и трансформации целых сообществ [1].

Рост международных туристских прибытий и поступлений от индустрии туризма в бюджеты различных уровней продолжает опережать показатели остальных отраслей мировой экономики. При этом как развитые, так и развивающиеся страны получают выгоду от стимулирования процесса развития международного туризма. Вот уже семь лет подряд экспорт туристских услуг растет быстрее, чем экспорт товаров, что обуславливает сокращение торгового и валютного дефицита во многих странах [2].

При этом необходимо учитывать современные тренды развития мировой экономики. Сегодня на повестке дня стоит цифровизация, внедрение инновационных технологий, использование искусственного интеллекта при

формировании товарного предложения. Соответственно как туристские дестинации, так и туристские предприятия должны адаптироваться к указанным трендам, чтобы являться конкурентоспособными на рынке международного туризма.

Сегодня туризм является третьей по величине экспортной отраслью в мире после нефтяной и химической промышленности, но впереди автомобилестроения и индустрии питания [4]. Экспортная выручка от международного туризма растет быстрее, чем от торговли товарами. Это доказывают следующие факты:

- в 2018 году экспортная выручка от международного туризма составила 121 млрд. долларов США;
- экспортные поступления от международного туризма являются важным источником иностранных доходов для многих туристских дестинаций в мире;
- туризм является важным компонентом диверсификации экспорта как для развитых, так и для развивающихся стран, что обуславливает наличие потенциала для сокращения торгового дефицита и компенсации для более слабых экспортных доходов от других товаров и услуг.

Литература:

1. Заднепровская Е.Л. К вопросу формирования кластерного подхода развития туристской отрасли / Е.Л. Заднепровская, М.В. Коренева // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере: Материалы IV Международной научно-практической конференции Олимпийской академии Юга. – 2018. – С. 225-227.
2. Минакова А.С. Современные тенденции развития международного туризма / А.С. Минакова, Е.А. Еремина // Тезисы докладов XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар. – 2015. – С. 164-165.
3. Минченко В.Г. Влияние внешних факторов на динамику туризма в России / В.Г. Минченко, Е.В. Василенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – № 1. – 127 с.
4. Шпырня О.В. Тенденции развития международного рынка туристских услуг / О.В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2018. – № 1. – С. 62-66.
5. Шпырня О.В. Технология организации международного туризма: учебное пособие / О.В. Шпырня, С.Ф. Евтушенко. – Краснодар, 2012. – 168 с.

УДК: 338.483.13

ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ЭФФЕКТИВНОЙ КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ ПРЕДПРИЯТИЙ ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА

Кандидат педагогических наук, доцент А.А. Юрченко

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: AUrchenko55@rambler.ru*

Аннотация. В работе раскрывается смысл понятий «корпоративная культура» и «корпоративные ценности». Акцент делается на формировании корпоративной культуры на предприятиях сферы гостеприимства. Обращается внимание на ключевую роль руководителя предприятия.

Ключевые слова: корпоративная культура, этапы формирования корпоративной культуры, корпоративные ценности.

Природные и ориентированные факторы способствуют формированию корпоративной культуры на предприятиях индустрии гостеприимства. На протяжении нескольких десятилетий многие компании смогли создать свою систему правил поведения, внутренних ценностей и т. д. [2, 4] Прежде, чем сформировать корпоративную культуру, предприятиям индустрии гостеприимства необходимо ее элементы адаптировать, т. е. провести корректировку определенных норм и правил с учетом развития общества, растущих потребностей клиента, но с учетом инноваций со стороны работников, имеющим богатейший опыт работы в компании [1, 5]. При этом личность и авторитет руководителя играют немаловажную роль в формировании эффективной корпоративной культуры.

Каждая компания или предприятие имеет свою корпоративную культуру, которая носит индивидуальный характер и зависит от ряда факторов, таких как направление деятельности предприятия, его идеология, традиции государства и другие. Все эти факторы и создают ценности корпоративной культуры, по-разному проявляясь внутри компании.

Прежде чем будет сформирована на предприятии корпоративная культура, необходимо изучить все компоненты уже существующей корпоративной культуры.

Этапы формирования и развития корпоративной культуры заключаются в следующем:

- 1) определить миссию компании (цель создания, функционирование предприятия и т. д.);
- 2) провести оценку норм служебного этикета (имидж компании, общепринятые правила этикета сотрудников и т. д.);
- 3) проанализировать корпоративный стиль компании (символика, дизайн интерьеров и здания, дресс-код и т. д.) [2].

Как уже отмечалось, с одной стороны, эффективность разработки и развития корпоративной культуры зависит от авторитета руководителя,

приверженности работника (лояльность, вовлеченность, интеграция), выражающаяся в желании работать в компании и способствовать ее успеху, а с другой стороны корпоративная культура как мощный стратегический инструментарий является и средством управления персоналом, и мотивацией сотрудников [4].

Сотрудники компании стремятся не только к финансовому успеху, но и должны себя психологически чувствовать комфортно на работе, а корпоративные ценности должны соответствовать их личностным ценностям и помогать справиться с непредвиденными обстоятельствами, хотя не все общекорпоративные ценности, даже признанные коллективом, можно отнести к личностным [1, 3].

Корпоративные ценности (например, лозунги, девизы и др.) необходимо вводить постепенно, также постепенно они должны приниматься сотрудниками.

Что касается образования корпоративной культуры, то она заключается в следующем:

- 1) управление организационными коммуникациями;
- 2) формирование философии компании;
- 3) образование сплоченных коллективов, команд;
- 4) управление работоспособностью персонала;
- 5) развитие лидерства.

Таким образом, корпоративная культура предприятия индустрии гостеприимства представляет собой набор убеждений, отношения, поведение, правила, подходы к работе, коммуникационные пути, которые сознательно или бессознательно принимаются и наблюдаются большинством работников компаний.

Формирование корпоративной культуры для предприятий индустрии гостеприимства имеет большое значение и может быть реализовано как выражение основных ценностей и норм в организационной структуре, корпоративном управлении, кадровой политике, повышении производительности труда и т.д.

Литература:

1. Джум Т.А. Специфика малого бизнеса в сервисной практике / Т.А. Джум, А.А. Юрченко Ю.Б. Рагер / Социально-экономические аспекты развития современного общества в постолимпийский период: материалы всероссийской научно-практической конференции (28 февраля-01 марта 2015 г.). – Краснодар. – С. 137-145.
2. Кандария И.А. Формирование корпоративной культуры в организации. – Режим доступа // <http://www.magistr-mba.ru> (дата обращения 07.08.2019).
3. Немцова В.О. Ролевые игры как новая форма работы в культурном туризме / В.О. Немцова, А.А. Юрченко // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (01 января-31 марта 2016 г.). – Краснодар, 2016. – С. 120-121.
4. Рагер Ю.Б. Внутрикорпоративные праздники как инструменты PR / Ю.Б. Рагер, А.В. Канкина // Научные труды Кубанского государственного технологического университета. – 2016. – № 7. – С. 98-104.
5. Шпырня О.В. Проблемы профессиональной подготовки кадров в индустрии туризма // Курортно-рекреационный комплекс в системе регионального развития: инновационные подходы. – 2011. – № 1. – С. 349-353.

УДК 338.48(470.62)

**УСЛОВИЯ И РЕСУРСЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ АКТИВНОГО ОТДЫХА
В МО ЕЙСКИЙ РАЙОН КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

Кандидат педагогических наук, доцент А.А. Юрченко

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: AUrchenko55@rambler.ru*

Аннотация. В работе на региональном материале рассматривается развитие водных экстремальных видов туризма. Описанию и анализу подвергаются исключительно благоприятные для этого географические и природно-климатические условия Азовского моря, и Ейского района в частности, способствующие развитию данного вида туризма.

Ключевые слова: Ейский район, коса Долгая, Ейская, активные виды отдыха.

МО Ейский район занимает выгодное географическое положение, омываясь водами Азовского моря и располагаясь в пределах северной части Азово-Кубанской низменности представляет благоприятные условия и возможности для развития активных форм отдыха. Благодаря разнообразным природно-климатическим факторам Ейский полуостров становится достаточно популярным курортно-туристским районом Краснодарского края и России [2, 5]. Успешно развивается пляжный отдых, бальнеологический и детский курорт, а с недавних пор и активный туризм (охота, рыбалка, фермерский туризм, экстремальный водный туризм и др.).

Особенной природной уникальностью для развития экстремальных видов туризма являются ракушечно-песчаные косы, такие как Камышеватская, Ясенская, Ейская, Долгая, Глафировская, Сазальникская. Наилучшими природными предпосылками для развития водных видов туризма и рекреационных комплексов располагают Ейская и Долгая косы, которые популярны среди туристов, занимающихся экстремальными видами спорта [1, 3].

Коса Долгая (Должанская) простирается далеко от берега в море примерно на 8-10 км (ширина ≈ 6 км), лежит на западном берегу Таганрогского залива Азовского моря и является геоморфологическим памятником природы с 1983 года (создан природный заказник), на ней расположены базы отдыха [2, 4].

Должанка – территория активного отдыха, известная на всю Россию. На косе регулярно проводятся соревнования по виндсерфингу. Для развития водных видов спорта создана определенная туристская инфраструктура. Например, серф-кайт-станция «Ветратория», серф-станция «Малина», серф-приют и Скейт-парк на Долгой косе. Все станции удобно расположены на косе, где для гостей всегда доступны оба берега косы. Постоянно ветренная погода, пологое дно, небольшая глубина воды создают благоприятные условия для занятий и обучения этим видам спорта. Ветры, дующие с моря поперек косы, создают с одной стороны залива полный штиль, с другой – сильные волны. Для гостей и любителей острых ощущений предусмотрены пункты проката оборудования для виндсерфинга,

сапсерфинга, кайтсерфинга, а также функционирует дополнительный пункт проката, размещенный на споте в местах, согласно прогнозам погоды. Желающие, как взрослые, так и дети, могут обучиться этим водным видам отдыха. Серфприют на Долгой косе одновременно может принять до 200 человек. На базе есть скалодром, теннисный корт, настольный теннис, бильярд, баскетбольная площадка, баня, детские площадки, можно взять на прокат велосипед. Приют в первую очередь создавался для серфингистов, но сегодня здесь собираются и любители вейкборда, флейтборда, водных лыж.

Каждый год на Должанской косе проводятся спортивные состязания «Серфомай», а осенью открывает свои двери знаменитый фестиваль «Должанский марафон», организуемый «Серфприютом». Также в начале мая в акватории Таганрогского залива проходит парусный фестиваль крейсерских яхт «Парусная весна в городе Ейске».

Коса Ейская (ее еще называют Птичьим островом) для любителей парусных видов спорта давно стала любимым местом. Знаменитые ейские ветра поймать приезжают яхтсмены, кайтеры. На краю косы расположен первый в России спортивный клуб-отель «Акватория лета». Клуб-отель предоставляет комфортабельные номера, зоны спортивного отдыха, ресторан с открытой террасой, а также серф-центр с прокатом профессионального снаряжения.

На протяжении 13 лет в городе Ейске проходит чемпионат России по этим видам спорта. Сезон у спортсменов длится с апреля по октябрь. В мае текущего года впервые в Краснодарском крае состоялся грандиозный и масштабный фестиваль экстремальных видов спорта (скейтбординг, BMX, самокат, воркаут, паркур и скалолазание на искусственном рельефе) «The Kuban eXtreme games». Зональный этап прошел и на территории МО Ейский район. Не зря называют Ейск «российской меккой серфингистов».

Таким образом, МО Ейский район, обладая уникальными природными условиями и ресурсами, способствует развитию водных экстремальных видов туризма, имеет соответствующую туристскую инфраструктуру для занятий этими видами туризма и является одним из наиболее перспективных центров в России.

Литература:

1. Волкова Т.А. Курорт Должанская: возможности устойчивого прибрежного туризма на побережье Азовского моря / Т.А. Волкова // Вестник национальной академии туризма. – 2018. – № 1(45). – С. 57-63.
2. Демидова Л.И. Туристско-рекреационный потенциал Ейского района / Л.И. Демидова, А.И. Шевлюга // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 229-232.
3. Поддубная Т.Н. Развитие регионального туризма на Азовском побережье Российской Федерации / Т.Н. Поддубная // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы междунауч.-практ. конф. (25-26 октября 2017 г., г. Донецк). – Донецк: ДонаУиГС, 2017. – С. 353-359.
4. Региональные особенности развития туризма в Краснодарском крае: коллективная монография / Под общ. ред. В.Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 290 с.
5. Самсоненко Т.А. Особенности развития въездного туризма в Российскую Федерацию на основе природно-ресурсного потенциала / Материалы научной и науч.-метод. конф. ППС КГУФКСТ. – Краснодар, 2017. – 147 с.

УДК: 378:796

**ПРОБЛЕМА ПРЕЕМСТВЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ
ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ В ВУЗЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Кандидат филологических наук, профессор Л.Г. Ярмолинец

Кандидат филологических наук, доцент О.Б. Анисимова

Кафедра иностранных языков

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: anisimova_1973@mail.ru*

Аннотация. В работе рассматривается проблема преемственности обучения иностранному языку в вузе физической культуры. Анализируются взгляды ученых на категорию преемственности. Показана необходимость осуществления процесса преемственности при обучении иностранному языку на каждом этапе обучения, исходя из определенных целей, структуры и содержания предмета, с учетом контрольно-оценочных средств.

Ключевые слова: преемственность, компетенции, непрерывное образование, процесс обучения, профессиональная подготовка.

Современное высшее образование представляет собой трехуровневую систему: бакалавриат – магистратура – аспирантура. На каждом уровне у обучающегося формируются определенные компетенции, необходимые в его дальнейшей профессиональной деятельности. Переход с одного уровня на другой предполагает формирование компетенций каждой новой ступени и получение профессионального и личностного развития на более высоком уровне. Для успешного профессионального развития обучающегося необходимо соблюдать условия непрерывного образования и преемственности в обучении.

Вопросами преемственности занимались и занимаются многие ученые в области педагогики, философии, психологии, методики. Как философская категория преемственность трактуется А.К. Мендыгалиевой. Она подчеркивает, что преемственность является неотъемлемой составляющей учебного процесса и несет собой постепенное развитие в обучении тому или иному предмету в целом [3]. Известный психолог Б.Г. Ананьев рассматривает понятие преемственности в tandemе с развитием личности и ее проблемами [1]. В своих работах выдающий педагог И.Г. Песталоцци определяет данное понятие как некое стремление к познанию [2]. По мнению педагога Я.А. Каменского, достигнутые результаты в образовательном процессе основываются на предшествующем опыте и закрепляются в дальнейшем [2]. В современной педагогике понятие преемственности, на наш взгляд, наиболее четко представлено В.Н. Просвиркиным. Он рассматривает феномен преемственности как постепенное движение человека в системе непрерывного образования, основанного на предшествующем опыте, полученном в ходе учебного процесса и с учетом индивидуальных особенностей обучающегося [4]. Таким образом, под преемственностью следует понимать тесную связь

между различными явлениями в процессе развития, когда на место старого приходит новое, но с сохраненными, ранее полученными знаниями.

Иностранный язык – это обязательная составная часть профессиональной подготовки. Специфика предмета такова, что обучение иностранному языку, как ни в одном другом предмете, должно быть непрерывным, последовательным и носить преемственный характер. Для осуществления процесса преемственности при обучении иностранному языку на каждом этапе необходимо предусматривать определенные цели, структуру и содержание предмета, иметь контрольно-оценочные средства.

Непрерывная модель обучения иностранному языку реализуется в Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма (КГУФКСТ). Обучение происходит на трех уровнях: бакалавриат – магистратура – аспирантура с использованием условий и механизмов процесса преемственности.

Преемственность обучения иностранному языку в КГУФКСТ предполагает разработку на каждом новом уровне фундамента для дальнейшего изучения иностранного языка на более высоком уровне за счет углубления и расширения тематики предмета. В процессе обучения все компоненты образовательных программ (цели, знания, навыки, умения, компетенции, содержание, педагогические технологии, контроль обучения) выстраиваются последовательно, а также предусматривают закрепление и дальнейшее развитие. В процессе обучения иностранному языку активно применяются разнообразные методы и средства обучения: интерактивные формы обучения, современные компьютерные технологии. Учебно-методические пособия, разработанные преподавателями кафедры иностранных языков, составлены с соблюдения преемственности при формировании иноязычной профессиональной коммуникативной компетенции.

Литература:

1. Ананьев Б.Г Избранные психологические труды: в 2-х т. – СПб.: Изд-во СПБУ, 2007. – Т. 1. – 230 с.
2. Коменский Я.А. Педагогическое наследие. – М.: Педагогика, 1989. – С. 34-38.
3. Мендыгалиева А.К. Проблемы преемственности в развитии (философский аспект) // Вестник ЧГПУ. – 2009. – № 3. – С. 107-118.
4. Просвиркин В.Н. Преемственность в системе непрерывного образования // Педагогика. – 2005. – № 2. – С. 41-46.

УДК: 81:338.48

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ АНГЛИЙСКОЙ ТУРИСТСКОЙ ТЕРМИНОЛОГИИ

Кандидат филологических наук, профессор Л.Г. Ярмолинец

Старший преподаватель Е.И. Гетман

Кафедра иностранных языков

*Контактная информация для переписки :350015 г.Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: larisa.yarmolinec@mail.ru*

Аннотация. Рассматривается происхождение и распространение ключевых терминов туристской сферы деятельности: tour (поездка, путешествие), tourism (туризм), tourist (турист), travel (путешествие).

Ключевые слова: турист, туризм, поездка, этимология, термин.

Вопрос, откуда и когда появилось слово «туризм» (tourism), с давних пор интересует исследователей этимологического состава языка. Большинство филологов утверждают, что родиной этого туристского термина является Франция, однако называется и Англия. Мнения расходятся по поводу происхождения слова tour (путешествие, поездка, экскурсия). Одни аргументируют тот факт, что этот термин вошел в обиход в XII веке. Другие лингвисты считают, что слово tour – французское, ассоциируя его с фамилией французского аристократа de La Tour, получившего в 1516 г. от английского короля Карла V эксклюзивное право организовывать коммерческие поездки людей, называемые впоследствии «туром» (tour). Очевидно, что в английский язык оно было заимствовано из французского, когда англичанин Ричард Лэссел впервые в 1670 году упомянул словосочетание «гранд-тур» (англ. The grand tour) [2]. После падения Римской империи (15-17 века) появилась концепция так называемой «гуманистической поездки» (humanistic trip). Одной из таких поездок и была the «grand tour». Существует также утверждение о происхождении термина «tour» от староарамейского Тура, обозначающего библейское перемещение людей [3]. Однако во французском языке слово «tournée» продолжает существовать [1]. На рубеже XVIII – XIX веков в словаре «Le Nouveau Petit Robert» [1] пишется, что существительное «tour» появилось в английском языке на основе заимствования из французского в значении наименования лица, отправляющегося в путешествие – tourist [2]. К 1800 г. относится его первая письменная фиксация, а в 1803 г. слово «турист» перешло уже и в письменную французскую речь с французским написанием «touriste». Подтверждением того, что источником дальнейшего заимствования слов со значением «турист» считается английский язык может служить толкование этого слова в словарях русского языка с 1837 г.: «турист» – англичанин, путешествующий вокруг света», которого в 1859 г. уже назвали просто «путешественником» [4].

В XVIII столетии путешествовать не всегда означало быть туристом (до 1841 г., когда Томас Кук предложил для этого первые поездки ради

путешествия и отдыха). Созданная им в Англии туристская компания «Томас Кук» организовывала поездки в Италию, Францию, США, Египет и другие страны. Именно на основе понятия «путешествие» (tour) и сформировалось понятие «туризм» (tourism), которое постепенно приобрело статус интернационального термина. Появление лексемы «tourism» в английском языке датируется началом XIX века, а позже оно попало из английского языка во французский. Таким образом, благодаря проделанным исследованиям получается, что tour – французское слово, а tourist – английское, tourism – английское. Следующая таблица дает представление об этимологии рассматриваемых понятий.

Таблица – Отражение понятий «туризм» и «турист» в европейских языках[1]

Русский	Английский	Немецкий	Испанский	Итальянский	Французский
турист	tourist	tourist	turisto	touriste	touriste
туризм	tourism	touristie	turismo	tourisme	tourisme

Только к середине XX века термин «туризм» приобрел значение «массовые поездки для отдыха вдали от места проживания». В результате оба значения слова «поездка» соединились (trip) как синоним понятий «удовольствие» (pleasure) и «досуг» (loisir).

Этимологическое рассмотрение описываемых терминов предполагает, что корни слова «tourism» происходят от старосаксонского термина «torn» (Англия), значение которого можно перевести как «отъезд с намерением вернуться» [5]. В действительности, на практике «torn» относилось к поездкам (trips) крестьян во время отпусков. Богатые англичане в XVIII столетии термином «torn» называли поездки с целью образования или изучения культуры в различных частях страны. Полагают, что представитель знати назывался «Torn-er». В XVIII–XIX веках этот термин с окончанием – ег- был замещен латинским с окончанием – iste- и греческим с окончанием – isme-. В XX веке термин «tour-ist» (турист) и совершающее им действие – «tourism» вошли в употребление. Оба термина были сразу же заимствованы испанским языком. Происхождение слова «travel» (путешествие, путешествовать) еще более противоречиво. В английском языке термин «travel» образован наполовину от «travailen», которое первоначально возникло от французского «travailler». Подобным образом «journey» (путешествие) образовано от старого французского «journée», которое в свою очередь берет начало от латинского языка. В итальянском языке термин «путешествие» (travel) переводится как «вояж» (итал. viaggio) и происходит от старофранцузского слова «voyage» (англ. voyage). При данном рассмотрении становится понятным, что на этикологию английских терминов «tourist» и «tourism» оказали влияние три классических языка.

Сегодня термин «tourism» (туризм) широко используется в туристском дискурсе. С одной стороны, исследователи считают, что туризм консолидируется как бизнес и деятельность индустрии туризма, с другой – они подчеркивают, что туризм – это деятельность, включающая путешествие

(traveling). В результате, ввиду того что консенсус по этой проблеме до сих пор не достигнут, вопросы типа «Является ли туризм индустриальным феноменом?» или «Какие полученные доказательства ведут к такому утверждению?» нуждаются в дальнейшем исследовании и выводах [5].

В заключение нужно подчеркнуть, что на современном этапе в силу своей глобальности «английский язык» – официально признанный инструмент распространения, хранения, фиксации терминов туризма в диахронном и синхронном аспектах [6]. Очевидно, что англоязычная терминосистема сферы туризма проникает в другие национальные языки, сохраняясь в них, становясь англицизмами и в ряде случаев оставаясь в виде интернационализмов.

Литература:

1. Долженко Г.П. Термины «туризм» и «турист» в русской лексике: хронологический аспект / Г.П. Долженко, Л.Б. Савенкова // Географический вестник. – 2011. – № 4. – С. 74-77.
2. Дорофеева А.А. Еще раз о происхождении терминов «турист» и «туризм» / А.А. Дорофеева. – Тверь, 2017.
3. Калибаба С. Турист, англ. tourist, tourism – этимология / С. Калибаба. [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.proza.ru/2015>
4. Этимологический словарь современного русского языка / Составитель А.К. Шапошников. – Т.2. – М., 2010. – 586 с.
5. Korstanje Maximiliano The Origin and meaning of Tourism: Etimological Study. Review of Tourism Research, Vol.5, № 5, 2007 [Электронный ресурс]. – URL: <http://ertr.tamu.edu>
6. Radnews Электронный ресурс]. – URL: <http://www.radnews.ru>

Секция 3. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

УДК: 612.394.2

СИСТЕМА МОДЕЛИРОВАНИЯ СБАЛАНСИРОВАННОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ОНТОГЕНЕЗА

Доктор биологических наук, профессор Н.К. Артемьева

*Кафедра биохимии, биомеханики и естественно-научных дисциплин
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: nkartem@mail.ru*

Аннотация. Разработанная система позволяет осуществлять моделирование сбалансированного питания детей и подростков на разных этапах онтогенеза (питание развития) во взаимосвязи с индивидуальными медико-биологическими особенностями организма, а также, при необходимости, с учетом экологических и социально-экономических условий конкретного региона.

Ключевые слова: дети, подростки, физическое развитие, функциональное состояние, медико-биологические особенности организма, сбалансированное питание (диетология развития), нейросети.

Ключевую роль в формировании индивидуального развития ребенка и популяционного здоровья населения России в целом играет оптимальный энергетический баланс организма. Он оценивается соответствием суточного энергопотребления объему физической и умственной активности ребенка. При этом надо помнить, что развиваются, прежде всего, те органы и функции, которые работают. Особенno нуждается в стимуляции костно-мышечная система растущего организма, деятельность которой способствует увеличению кровотока и обеспечивает функциональное состояние всех органов и систем.

Новым направлением науки о детском питании является диетология развития. Главная задача ее состоит в том, чтобы обеспечить и поддержать оптимальное развитие организма. Конечным результатом ее является достижение максимального здоровья, адаптивных способностей и функционального совершенства организма. Правильное питание имеет решающее значение, поскольку если питание не покрывает потребности в энергии и не обеспечивает организм биологически активными веществами, то нарушения развития выражаются, прежде всего, в остановке роста, так как энергозатраты на рост удовлетворяются по остаточному принципу. Даже незначительные колебания и дисбаланс энергетического обмена приводят к

снижению интенсивности роста, что в свою очередь отражается на развитии всех органов и систем.

В рамках указанной проблемы решения задач диетологии развития основное информационное направление исследований составит обработка и формализация знаний на основе нейронных сетей, путем создания базы данных физико-химических параметров продуктов животного и растительного происхождения, критериев оптимизации и оценок адекватности. По полученной нейросетью параметрической модели адекватного питания человека с конкретным медико-биологическим состоянием, нахождение оптимального решения проблемы планируется на основе методов многокритериальной (векторной) оптимизации. Система предусматривает обязательную объективную оценку адекватности предлагаемых вариантов. Существенное внимание уделено достоинствам нейросетей, позволяющим учесть опыт оптимальных решений эксперта, часто принимаемых по трудноформализуемым алгоритмам и интуитивным опытным знаниям.

Алгоритм системы включает следующие этапы:

- создание эталонов и проведение анализа физического развития, функционального состояния и метаболического статуса детей различных возрастных групп;
- проведение диагностики алиментарно-зависимых нарушений обмена веществ, в том числе белково-энергетической недостаточности, и выявление взаимосвязи энергетического баланса, пищевого и метаболического статуса детей с различным уровнем физического развития и функционального состояния организма на разных этапах онтогенеза в условиях гипо- и гипердинами;
- для разработки системы моделирования сбалансированного питания детей, учитывающей множество параметров индивидуального развития каждого обследуемого, в качестве основы экспертной системы использована нейросеть типа многослойного персептра, с дальнейшей векторной оптимизацией рационов питания на основе Парето-методов. При разработке топологии нейросети и выборе ее синоптических коэффициентов использована обучающая выборка, построенная по опыту оптимальных решений экспертов с учетом полученных данных диагностики алиментарно-зависимых нарушений обмена веществ, результатов обследования физического развития и функционального состояния организма в условиях гипо- и гипердинами, а также общепринятых рекомендаций и норм.

Таким образом, информационные технологии, реализуемые в данной системе, позволяют моделировать сбалансированное питание для лиц школьного и дошкольного возраста во взаимосвязи с медико-биологическими особенностями индивидуального развития, в случае необходимости достижение максимальной адекватности рациона или отдельного приема пищи осуществляется путем введения продуктов заданной функциональной направленности.

Литература:

1. Артемьева Н.К. Анализ адекватности взаимозаменяемых пищевых продуктов / Н.К. Артемьева, С.П. Лавриченко, Л.М. Алдарова // Технология и товароведение инновационных пищевых продуктов. – №2(55). – 2019. – С. 34-39.
2. Артемьева Н.К. Влияние фактического питания на здоровье детей младшего школьного возраста / Н.К. Артемьева, С.П. Лавриченко // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта». – Набережные Челны: КамГИФК, 2014. – С 23-28. – Режим доступа: <http://kamgikf.ru/content/no-4-33-2014-goda> - свободный № 4 (2014, выпуск 33).
3. Вайнер Э.Н. Валеология: Учебник для вузов. 2001. – М.: Флинта: Наука, 2011. – 416 с.
4. Способы тестирования антиоксидантных свойств лекарственных препаратов в лабораторных условиях и возможности использования этих показателей в клинической практике / Ю.А. Панасенкова, Е.И. Ременякина, В.Д. Левичкин, А.А. Басов, И.И. Павлюченко // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Медицина. Фармация. – 2013. – Т. 24. – № 25 (168). – С. 239-243.
5. Buttner J.L., Fleshless A. Diet: Vegetarianism as a rational dietary, Frederick A. Stokes Company, New York, 1910, p.131-200.

УДК 796.07:614.814

**ОСОБЕННОСТИ МАКСИМАЛЬНОЙ АНАЭРОБНОЙ МОЩНОСТИ
У СПОРТСМЕНОВ-ПОЖАРНЫХ**

Кандидат биологических наук, доцент Я.Е. Бугаец

Кандидат биологических наук, доцент А.С. Гронская

Кандидат биологических наук, доцент М.В. Малука

Кафедра физиологии

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: yana_bugaetz@mail.ru

Аннотация. В работе представлены исследования максимальной анаэробной мощности у спортсменов-пожарных. Обнаружены «посредственные» абсолютные значения мощности. Более информативные относительные показатели характеризовали включение высокого уровня лактатных энергетических процессов, обеспечивающих быстрое стартовое ускорение.

Ключевые слова: пожарно-прикладной спорт, максимальная анаэробная мощность.

Пожарно-прикладной спорт характеризуется профессиональными особенностями работы сотрудников службы пожарной безопасности. Деятельность связана со значительными физическими нагрузками, быстрая реализация которых обеспечивается в нестандартных и экстремальных ситуациях. Развитие физических качеств, связанных с улучшением скоростно-силовой работы, позволяет повысить качество боевой подготовки пожарных [2, 5]. Скоростно-силовая работа является анаэробным видом деятельности и характеризуется проявлением максимальной анаэробной мощности, которая, в свою очередь, зависит от энергетической особенности использования аденоzinтрифосфорной кислоты и креатинфосфата. Используя данные механизмы, организм получает максимальное количество энергии при выполнении физической нагрузки. Оценить уровень использования креатинфосфокиназных реакций энергообеспечения можно по максимальной мощности кратковременной работы [4]. Совершенствование подготовленности спортсменов-пожарных в основном базируется на использовании педагогических подходов, тогда как физиологические механизмы изучены недостаточно.

В нашем исследовании абсолютную максимальную анаэробную мощность (МАМ абс) определяли с помощью теста Маргария (Anaerobic power tests Margaria), фиксировали время, затраченное на бег вверх по лестнице с максимальной скоростью [3, 6]. В зависимости от веса спортсмена рассчитывали относительное значение максимальной анаэробной мощности (МАМотн).

Средние показатели МАМабс ($106,9 \pm 2,2$ кгм/с) характеризовали как «посредственные». Половина испытуемых имели «плохой» критерий

мощности, остальные – «посредственный», что говорит о незначительном уровне развития лактатного механизма энергообеспечения. Отдельные литературные сведения о показателях относительных значений максимальной анаэробной мощности недостаточно систематизируют параметры, нормативные данные и критерии их оценки в пожарно-прикладном спорте. Поэтому мы сопоставили средние значения мощности с показателями спортсменов, специализирующихся в скоростно-силовых видах спорта [1]. В наших исследованиях средняя МАМотн составила $14, \pm 0,4$ Вт/кг. Превышение имеющихся литературных значений ($12,5 - 13$ Вт/кг) у занимающихся пожарно-прикладным видом спорта позволяет характеризовать большую устойчивость работы нервных центров и нервно-мышечного аппарата, максимальную эффективность выполнения полезной механической работы за счет преобразования аденоzinтрифосфорной кислоты и креатинфосфата.

Таким образом, полученные результаты максимальной анаэробной мощности у спортсменов-пожарных указывают на использование в работе незначительного числа быстрых мышечных волокон, но с включением достаточного уровня алактатной анаэробной работоспособности. Это позволяет обеспечить быстрое стартовое ускорение, положительно отражает на развитии скоростных качеств и конечном результате на соревнованиях.

Литература:

1. Алтухов Н.Д. Показатели максимальной анаэробной мощности у спортсменов различной спортивной и энергетической направленности / Н.Д. Алтухов, Д.А. Голубков, М.М. Ковылин, В.С. Цирков, А.Е. Чуносов, Р.В. Юриков. – 2010. velo.sportedu.ru/sites/velo.sportedu.ru/files
2. Галышева С.М. Индивидуализированная методика физической подготовки спортсменов в пожарно-прикладном спорте / С.М. Галышева, Л.А. Боярская, А.И. Козлов // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 4. <http://science-education.ru/ru/article/view?id=26556>
3. Земцова И.И. Спортивная физиология: Учебное пособие для студентов вузов / И.И. Земцова. – М.: Олимпийская литература. 2010. – 219 с.
4. Ковылин М.М. Показатели максимальной анаэробной мощности у велосипедистов высшей квалификации [Текст] / М.М. Ковылин, Н.Д. Алтухов, А.Е. Чуносов, В.С. Цирков, Д.А. Голубков, Р.В. Юриков // Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 5. – С. 60-64.
5. Савушкин Д.В. Физиологическое обоснование изучения скоростно-силовых качеств в пожарно-прикладном спорте / Д.В. Савушкин (руководитель Я.Е. Бугаец) // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март, 2019 г., г. Краснодар): материалы конференции КГУФКСТ, 2019. – Часть 2.– С. 213.
6. Швыдченко, И.Н. Физиология спорта: Рабочая тетрадь. Направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура» (уровень бакалавриата), профиль подготовки «Спортивная тренировка в избранном виде спорта» / И.Н. Швыдченко, Е.М. Бердичевская, М.В. Малука, А.С. Гронская, Я.Е. Бугаец, Л.В. Катрич. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 81 с.

УДК: 796.035

**ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ПРОГРАММЕ ZUMBA FITNESS
НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ
ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА**

Кандидат биологических наук, доцент Я.Е. Бугаец¹

Кандидат биологических наук, доцент Л.В. Катрич¹

Магистрант З.М. Горшанова²

Кафедра физиологии¹

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий²

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: yana_bugaetz@mail.ru*

Аннотация. В работе представлены результаты исследования психоэмоционального состояния женщин зрелого возраста, занимающихся фитнесом по программе Zumba. Обнаружено, что занятия Zumba Fitness способствуют снижению показателей ситуативной и личностной тревожности, что свидетельствует об нормализации эмоционального состояния женского организма.

Ключевые слова: фитнес, Zumba Fitness, женщины зрелого возраста, личностная тревожность, ситуативная тревожность.

Научно обоснованные программы занятий фитнесом с использованием различных традиционных и нетрадиционных методик для женщин зрелого возраста, в основном, направлены на развитие физических качеств, коррекцию антропометрических показателей и достижение здорового функционального состояния. Это характеризует объективную сторону данного вопроса, но, часто, не отражает субъективную характеристику, связанную с психоэмоциональным состоянием женского организма [5]. Психофизиологическое напряжение у женщин связано с уровнем личностной и ситуативной тревожности, поэтому оценить влияние эмоционального стресса на организм можно, используя ряд психологических и физиологических тестов [1, 4]. Использование различных фитнес-программ позволяет стабилизировать психоэмоциональное состояние, повысить способность противостоять эмоциональным стрессам и находиться в состоянии гармонии с окружающей средой. Однако при использовании современных продуктивных оздоровительных комплексов необходимо учитывать возрастные физиологические особенности женского организма [3]. Эффективным средством для решения оздоровительных задач психологического характера для женщин зрелого возраста может служить программа Zumba Fitness, которая отличается эмоциональной насыщенностью, простотой и вариативностью применяемых средств, возможностью контроля и самоконтроля состояния здоровья занимающихся, музыкальностью, пластичностью и танцевальностью выполняемых упражнений [2].

Показатели личностной (ЛТ) и ситуационной (СТ) тревожности в контрольной группе (КГ) и группе женщин, занимающихся по программе Zumba Fitness (ЭГ), определяли с помощью теста Спилбергера-Ханина [6].

В результате полученных исследований было обнаружено, что в КГ 15% женщин имели умеренные показатели ЛТ, остальные 85% характеризовались высокими значениями. В ЭГ высокую ЛТ обнаруживали только 10% исследуемых, умеренную – 50% и остальные 40% находились в пределах низких значений. Средние значения ЛТ были достоверно ниже в ЭГ, по сравнению с КГ ($40,3 \pm 1,8$ и $47,9 \pm 1,3$ балла).

Показатели СТ у представителей КГ в 80% случаев были высокими, остальные 20% респондентов характеризовались умеренными значениями. СТ у женщин ЭГ в большинстве случаев проявлялась как умеренная, в 20 % – низкая и 10% – умеренная. Средние значения СТ были достоверно ниже в ЭГ, по сравнению с КГ ($38,5 \pm 1,2$ и $59,9 \pm 1,0$ балла).

Таким образом, занятия по программе Zumba Fitness способствуют нормализации эмоционального напряжения у женщин зрелого возраста, которое выражалось в снижении значений личностной и ситуативной тревожности.

Литература:

1. Белоусова Н.А. Влияние занятий фитнесом на психофизиологические особенности женщин зрелого возраста / Н.А. Белоусова, Н.В. Мамылина // Современные проблемы науки и образования, 2015. – №1. <http://science-education.ru/tu/article/view?id=18095>
2. Бритвина В.В. методика и статистический анализ проведения занятий танцевальной аэробикой в стиле «Зумба» для женщин 21-35 лет / В.В. Бритвина // Юбилейный сборник научно-методических трудов сотрудников кафедры гимнастики, посвященный 85-летию со дня ее основания. – М.: РГУФКСМиТ, кафедра теории и методики гимнастики, 2017. – С. 91-97.
3. Бутченко Л.А. Медицинские вопросы физической культуры женщины / Л.А. Бутченко, В.И. Данилова-Перлей, Р.Г. Сукиасьян // СПб.: Гос. учреждение здравоохранения, межрайонный врачебно-физкультурный диспансер, 2003. – № 1. – 15 с.
4. Мамылина Н.В. Биологические особенности физкультурно-оздоровительных занятий для женщин / Н.В. Мамылина, Л.В. Бобылева. – Челябинск: Изд-во Цицеро, 2016. – 194 с.
5. Скидан А.А. Оптимизация психофизиологического состояния женщин среднего возраста в процессе занятий оздоровительным шейпингом / А.А. Скидан, Е.П. Врублевский, В.Ф. Костюченко, Е.Ф. Орехов // Ученые записки. – Челябинск, 2015. – № 2 (120). – С. 164-168.
6. Ханин Ю.Л. Стресс и тревога в спорте / Ю.Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 288 с.

УДК: 615.825

**К ВОПРОСУ О НАРУШЕНИИ ОСАНКИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Преподаватель О.С. Васильченко

Кандидат педагогических наук, доцент В.Б. Парамзин

Студент А.Ю. Степанова

*Кафедра теории и методики зимних видов, велосипедного спорта
и спортивного туризма*

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: helgavasilchenko@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены причины нарушения осанки у детей младшего школьного возраста. Анализируются последствия данного заболевания и возможности его профилактики и лечения.

Ключевые слова: позвоночник, деформация, лечебная физическая культура.

Анализ специальной литературы и многочисленных исследований показывает, что младший школьный возраст наиболее благоприятен для увеличения подвижности во всех суставах и в частности позвоночного столба, с одной стороны, и опасен при односторонней нагрузке, когда длительные мышечные напряжения в неправильном положении приводят к нарушению осанки и как следствие к сколиозу. Дети шести – девяти лет легче переносят динамические нагрузки, чем статические, это связано с подвижностью нервной системы. Сколиоз является заболеванием, которое возникает вследствие деформации позвоночника. У детей это усугубляется формированием опорно-двигательного аппарата, который необходимо корректировать в этом возрасте.

При сколиозе деформируются мышцы, кости и внутренние органы. Дети с этим заболеванием чаще, чем сверстники, утомляются, постоянно жалуются на головные боли и затруднение дыхания, кроме этого углубляется развитие остеохондроза и спондилеза. Происходит снижение физического состояния ребенка, которое в конечном итоге отрицательно сказывается на жизнедеятельности и обучении ребенка.

В настоящее время традиционное лечение заболевания не достаточно результативно. В 17% случаев сколиоза первой степени наступает улучшение, в 78% – стабилизация. При сколиозе второй степени 7% улучшение, а 67% – стабилизация, и при третьей улучшения не наблюдалось, а стабилизация – только в 35% случаев. Неуклонное прогрессирование сколиоза возникает у каждого третьего ребенка.

По данным диспансеризации, из 4945 обследованных детей в возрасте 8-12 лет (3023 мальчика, 1922 девочки), начинающих регулярно заниматься спортом, нарушение осанки во фронтальной плоскости среди мальчиков выявлено 31,1%, среди девочек – 33,6%. Легкие формы сколиоза соответственно 7,3% и 8,7%. При этом «С»-образные сколиозы, с одной дугой искривления, составили 73,9%, «S»-образные, с двумя дугами искривления – 26,1%. По локализации сколиозы

распределялись следующим образом: грудной тип – 20%, грудопоясничный – 57,8%, поясничный – 22,2%.

У детей, занимающихся в спортивных секциях, где правильно подобраны средства и методы развития физических и специальных качеств с учетом индивидуальных антропометрических и функциональных характеристик растущего организма, происходит профилактика искривления позвоночника [2, 6]. Наибольшая опасность заключается в неоправданно частым использовании однообразных и односторонних упражнений, без применения компенсационных средств для профилактики искривления позвоночника.

В связи с актуальностью данной проблемы одним из дополнительных путей ее решения являются занятия детей в спортивных секциях. Это повышает требования к знаниям, умениям и навыкам специалистов физической культуры и спорта [3], которые должны знать организацию и проведение не только учебно-тренировочного и воспитательного процесса, но и более глубоко анатомо-физиологические и психологические особенности детей, уметь применять элементы лечебной физической культуры для профилактики, а в некоторых случаях и исправления осанки [5], уметь правильно подбирать, применять и понимать влияние специальных, подготовительных, имитационных и подводящих упражнений на функциональные системы, опорно-двигательный аппарат в целом и на позвоночный столб в отдельности в тренировочном процессе [1, 4, 6].

Литература:

1. Карганова Т.А. К вопросу об использовании подводящих и подготовительных упражнений лыжной подготовки в школе / Т.А. Карганова, В.Б. Парамзин // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма: Материалы научной конференции. КГУФКСТ, 2016. – 43 с.
2. Парамзин В.Б. Применение средств профессионально-прикладной физической культуры для повышения защитных механизмов организма от влияния негативных факторов, сопровождающих процесс обучения / В.Б. Парамзин, О.В. Фотина, А.В. Бочков, С.В. Разновская // Евразийское Научное Объединение. – 2019. – Т. 5. – №3 (49). – С. 330-333.
3. Парамзин В.Б. Критерии и технология оценки профессиональной работоспособности специалистов физкультурных ВУЗОВ / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 3 (47). – С. 249-251.
4. Парамзин В.Б. Физическое состояние школьника как основной компонент построения процесса физического воспитания / В.Б. Парамзин, М.Т. Рахмонова // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – КГУФКСТ, 2013. – 92 с.
5. Разновская С.В. Эффективность специальной тренировки по оптимизации уровня эмоциональной и нервно-психической устойчивости обучаемых в процессе учебных и самостоятельных занятий по физической культуре / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин // Туризм и образование: исследования и проекты: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции. – 2018. – С. 229-233.
6. Яцык В.З. Определение состава специальных упражнений для юных спортсменов в процессе начальной подготовки / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – №1. – С. 95-96.
7. Яцык В.З. Характеристика основных средств, используемых на учебно-тренировочного занятиях по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2017. – №1. – 249 с.

УДК 572.087

**ВОПРОСЫ АВТОМАТИЗАЦИИ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ
ИССЛЕДОВАНИЙ НА БАЗЕ ЭВМ-ПРОГРАММЫ
«ГЕНЕРАТОР ЭЛЕКТРОННЫХ КАРТ АНТРОПОМЕТРИИ»**

Кандидат медицинских наук, доцент В.Л. Вирник

Кафедра анатомии и спортивной медицины,

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: virnickru@mail.ru*

Аннотация. Антропометрические исследования на индивидуальном, групповом и популяционном уровнях весьма трудоемки и занимают значительное время как на этапе сбора первичных данных, так и на стадии систематизации и обобщения полученных результатов. При решении таких задач особую сложность представляет формирование многофакторных целевых выборок из массива первичных данных антропометрии с последующим математико-статистическим анализом. Для автоматизации формирования выборок могут быть применены существующие и разработаны перспективные системы управления базами данных. ЭВМ-программы для автоматизации антропометрии и соматотипирования могут существенно повысить производительность математического анализа и обеспечить объективность получаемых результатов.

Ключевые слова: автоматизация, антропометрия, выборка, генерация, реляционные базы данных, соматотип, спортивный отбор, управление, ЭВМ-программа.

Разработка ЭВМ-программ для автоматизации создания, хранения и управления широким спектром данных антропометрии в виде реляционных таблиц на этапах и в процессе спортивного тренинга – одно из перспективных направлений совершенствования методологии спортивного отбора в эпоху цифровизации [2]. Исследователи в области динамической анатомии, антропометрии и спортивной медицины значительное время затрачивают на накопление данных, имеющих решающее значение для качественной и количественной оценки факторов, доказательно описывающих процессы спортивной адаптации и дезадаптации [1]. Анализ и интерпретация таких данных на индивидуальном, групповом и популяционном уровнях в виде двумерных массивов «Карт-протоколов антропометрических показателей» или трехмерных массивов их «хронобиологических срезов», т.е. развернутых во времени процессов, – чрезвычайно сложная задача [3]. Формирование и систематизация сложных информационных массивов в виде так называемых реляционных баз данных – одно из перспективных направлений автоматизации существующих задач антропометрии, соматотипирования и спортивного отбора.

Реляционная база данных (РБД) – это информационный массив данных в виде многомерной таблицы, строки которой содержат определенную

структурированную информацию об объектах определенного типа в виде последовательных полей. Поля строк содержат данные об одном объекте, его атрибуты и имеют строго определенную посимвольную размерность [2]. Таким образом, поля последовательных строк таблицы формируют колонки, которые содержат одноименные атрибуты разных объектов. Соглашение о количестве атрибутов объекта, их определенной последовательности и посимвольной длине соответствующих полей называют протоколом РБД. Характеристики протокола РБД принимаются за стандарт, который обеспечивает точность информационного массива.

Создание реляционной базы антропометрических данных является стартовым и наиболее ответственным этапом всей работы. Для ее автоматизации разработана ЭВМ-программа «Генератор электронных карт антропометрии». Интерфейс программы обеспечивает санкционированный доступ к ее ядру, заключение пользовательского соглашения на хранение и обработку персональных данных в соответствии с законодательством РФ, последовательный ввод персональных данных: фамилия, имя и отчество исследуемого, дата рождения, дата исследования, спортивная специализация, спортивный стаж, спортивная квалификация и прочие характеристики. Затем программа автоматически переходит к вводу антропометрических показателей по группам: базовые параметры антропометрии, высоты антропометрических точек над полом, продольные размеры тела, диаметры тела, обхватные размеры тела, толщины кожно-жировых складок, сила кисти, становая сила. Программа предусматривает возможность коррекции данных до их записи на цифровой носитель, регистрацию показателей как правой, так и левой половины тела с автоматическим расчетом отклонения по методу стандартов для корреспондирующих пар. Программа отслеживает корректность и полноту записей в протокол базы данных.

ЭВМ-программа «Генератор РБД электронных карт антропометрии» позволяет создавать массивы электронных антропометрических карт неограниченного объема. В перспективе она может рассматриваться в качестве ядра мультипрограммного комплекса с наращиваемой архитектурой.

Литература:

1. Лукавенко А.В. Адаптивные изменения физических качеств студентов в условиях учебного стресса в зависимости от соматотипа / А.В. Лукавенко, Л.Д. Хрипунова, В.Л. Вирник // Физическая культура, спорт – наука и практика. – № 4. – 2017. – С. 76-82.
2. Вирник В.Л. Мотивация создания и требования к ЭВМ-программам для автоматизации расчета соматотипа / В.Л. Вирник, И.С. Колотов // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2018 г., г. Краснодар). – 58 с.

УДК: 796.83+796.01:612(470.62)

**ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ СТАТУС СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ
СИСТЕМЫ ЧЛЕНОВ СБОРНОЙ КОМАНДЫ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ ПО БОКСУ**

Кандидат биологических наук, доцент А.С. Гронская

Кандидат биологических наук, доцент Я.Е. Бугаец

Магистрант К.А. Гандилян

Кафедра физиологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: gro_al@mail.ru*

Аннотация. Представлены и проанализированы показатели функционального состояния сердечно-сосудистой системы квалифицированных и высококвалифицированных боксеров в период подготовки к ответственным соревнованиям. Установлено соответствие индивидуальным должностным параметрам и спортивной специализации.

Ключевые слова: боксеры, сердечно-сосудистая система, функциональное состояние.

Динамика работоспособности спортсмена обусловлена физиологическими сдвигами, варьирующими в зависимости от периода тренировочного процесса [5]. Текущая «специализированная адаптация» достигается перестройкой доминирующих при определенной мышечной деятельности функций. Общепризнанными критериями уровня функционального состояния (ФС) спортсмена являются показатели систем, обеспечивающие его здоровье и общую физическую работоспособность. Так, адаптационный потенциал сердечно-сосудистой системы (ССС) боксера определяет условнорефлекторные сердечно-сосудистые компоненты автоматизированных движений, поддержание темпа поединка и ускорение восстановительных процессов [1, 2].

Целью настоящего исследования явилось изучение параметров ФС ССС боксеров (4 КМС и 6 МС) юношеского возраста – членов сборной команды Краснодарского края в период подготовки к кубку «Спартак».

Оценка ФС боксеров часто затрудняется отличием их весовых категорий и поэтому требует индивидуализации. В связи с этим, до проведения экспериментальных измерений, мы определили у спортсменов должные показатели ССС, соответствующие их поверхности тела и величине основного обмена, но не учитывающие специализацию и квалификацию [4].

Фактические показатели частоты сердечных сокращений (ЧСС) и артериального кровяного давления (АД) боксеров измеряли в стандартных условиях (с 9 до 10 часов, с добровольного согласия, при хорошем самочувствии, отсутствии перед экспериментом физической и эмоциональной нагрузки, после 15-минутной адаптации к обстановке). Затем рассчитывали

систолический и минутный объем крови (СОК и МОК), сердечный индекс (СИ), продолжительность сердечного цикла (СЦ) и уровень функционального состояния (УФС). Все показатели оценивали и анализировали в соответствии с возрастными и индивидуальными нормативами [3, 4].

Частота сердечных сокращений у исследуемых отличалась незначительно (от 54 до 59мин^{-1}) и в среднем составила $57\pm2\text{мин}^{-1}$, что можно характеризовать как «умеренную брадикардию» и экономизацию работы сердца в покое. Об этом также свидетельствует увеличенная продолжительность СЦ ($1,06\pm0,04\text{s}$). Величина СОК в среднем ($78,7\pm6,2\text{мл}$) соответствовала норме, но ее колебания были существенными (от 55,0 до 85,3мл) в связи с большой разницей антропометрических параметров обследованных боксеров. Также значительный индивидуальный разброс отмечался по показателю МОК (от 3,08 до 5,03 л/мин), который в среднем составил $4,45\pm0,35 \text{ л/мин}$.

Сравнение показателя МОК с индивидуальными должностными величинами установило его полное соответствие норме ($\pm15\%$) у 70% спортсменов и превышение у 30%, что косвенно указывает на увеличение резервных возможностей сердца. Это подтверждается и достаточно высокими значениями СИ ($2,9\pm0,4\text{л/мин}/\text{м}^2$), также не обнаружившими статистических отличий от должностных показателей. Величина АД ($121\pm4 \text{ мм рт. ст.} - \text{sistолическое}$, $79\pm4 \text{ мм рт. ст.} - \text{диастолическое}$) у обследованных спортсменов полностью соответствовала индивидуальной и возрастной норме. Интегральный показатель УФС ССС ($0,76\pm0,03 \text{ у.е.}$), рассчитанный на основании всех измеренных параметров, показал высокий уровень функционального статуса ССС у всех, без исключения, боксеров.

Таким образом, ФС ССС боксеров сборной команды Краснодарского края на этапе подготовки к ответственному турниру полностью соответствовало индивидуальным и возрастным нормам. Отмечены признаки экономизации и увеличения резервных возможностей сердца, что свидетельствует о правильной организации тренировочного процесса.

Литература:

1. Аганянц Е.К. Очерки по физиологии спорта: Учеб. пособие / Е.К. Аганянц, Е.М. Бердичевская, А.Б. Трембач; под ред. Е.К. Аганянц. – Краснодар: Экоинвест, 2001. – 204 с.
2. Бокс: теория и методика: учебник / Ю.А. Шулика, А.А. Лавров, С.М. Ахметов [и др.]. – Краснодар: Неоглори, 2018. – 771 с.
3. Гронская А.С. Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности / А.С. Гронская, И.Н. Швыдченко, Е.М. Бердичевская [и др.]. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – 101 с.
4. Катрич Л.В. Проблемы адаптации в спорте высших достижений / Л.В. Катрич. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 65 с.
5. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение: учебник (для тренеров): в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2015. – Т.1. – 680 с.

УДК: 378.037.1

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ BODY PUMP
НА ИЗМЕНЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ
КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ СТУДЕНТОК ПЕРВОГО
КУРСА ПРОФИЛЬНОГО ВУЗА**

Доктор педагогических наук, профессор Н.И. Дворкина

Доктор педагогических наук, профессор Л.С. Дворкин

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350000, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: dvorkin57@mail.ru*

Аннотация. Занятия по программе силовой направленности Body Pump оказывают положительное влияние на функционирование кардио-респираторной системы, особенно выраженно – на изменение функциональных показателей дыхательной системы студенток первого курса кафедры физкультурно-оздоровительных технологий ($P<0,001$).

В педагогическом эксперименте принимали участие две группы студенток первого курса факультета адаптивной и оздоровительной физической культуры (АОФК) Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. В рамках дисциплины «Физическая культура и спорт» (элективные дисциплины) для экспериментальной группы (12 человек) кафедры физкультурно-оздоровительных технологий (ФОТ) использовались в течение второго семестра (20-ти учебных недель) двухразовые занятия по программе Body Pump, для контрольной группы (13 человек) Адаптивной физической культуры (АФК) занятия проводились по дисциплине «Гимнастика». Оценка функционального состояния кардио-респираторной системы осуществлялась на основе применения 8 тестов.

Ключевые слова: студентки первого курса, методика Body Pump, функциональное состояние кардиореспираторной системы.

Актуальность. Поиск новых видов двигательной активности в рамках элективных дисциплин вызывает особый интерес у преподавателей вузов, для достижения студентами высокого уровня функционирования кардио-респираторной системы, оптимальной физической подготовленности, повышения интереса к занятиям физическими упражнениями [2, 3, 4]. В связи с этим, на наш взгляд, могут перспективно выглядеть занятия по программе Body Pump, которая была создана всемирно известной фитнес-компанией Les Mills из Новой Зеландии [6]. Body Pump – это методика силовых тренировок в фитнесе, специальная аэробика, ориентированная, в первую очередь, на сжигание жира и увеличение мускулатуры, проводимая в сопровождении ритмичной музыки [5]. В своих исследованиях Жорж Демени [1] подчеркивал, что для повышения работоспособности и выносливости человека очень эффективно выполнять циклические, ритмичные движения.

Регулярные занятия этим видом фитнеса помогают ускорить метаболизм, скорректировать проблемные участки тела, сжечь лишние калории [6].

Цель исследования – выявление эффективности функционирования кардио-респираторной системы студенток первого курса профильного вуза на основе применения методики занятий Body Pump.

Методика исследования. В педагогическом эксперименте принимали участие две группы студенток первого курса факультета АОФК, кафедры ФОТ (экспериментальная группа – 12 человек) и АФК (контрольная группа – 13 человек). Занятия проходили на базе фитнес-центра «Фит Лайн», КГУФКСТ. Экспериментальная группа в рамках дисциплины «Физическая культура и спорт» занималась в течение 20 учебных недель по методике Body Pump, контрольная по программе «Гимнастика». Оценка эффективности экспериментальных занятий осуществлялась на основе выполнения функциональной пробы (30 приседаний за 20 с), пробы Генчи, Штанге и ЖЕЛ.

Результаты исследования. Занятия по методике Body Pump в течение 20 учебных недель наиболее выраженно повлияли на изменение функциональных показателей дыхательной системы студенток первого курса кафедры ФОТ по сравнению с занятиями по дисциплине «Гимнастика». Так, если на первом испытании показатели пробы Генчи у студенток обеих сравниваемых групп достоверно не отличались (при $P>0,05$), то по истечении 20-ти недель показатели пробы Генчи изменились у студенток кафедры ФОТ с $27,5\pm1,2$ до $40,3\pm1,5$ с. Показатели пробы Штанге в начале тестирования у студенток кафедры ФОТ были равны $62,3\pm2,3$ с, а у их сокурсниц кафедры АФК – $64,3\pm2,7$ с (различия оказались недостоверными при $P>0,05$). В конце эксперимента более успешный рост результата был отмечен в экспериментальной группе студенток ФОТ – $78,6\pm2,9$ с, что позволило им увеличить продолжительность задержания воздуха на вдохе на 16,3 с больше, чем на первом испытании ($P<0,001$), соответственно у студенток контрольной группы результаты составили $66,9\pm2,8$ с, что на 4,04% были лучше по сравнению с первым тестированием. На первом испытании студентки контрольной группы кафедры АФК показали достоверно более высокие исходные результаты показателя ЖЕЛ по сравнению с их сокурсницами из кафедры ФОТ ($P<0,05$). Однако, если по истечении 20 учебных недель студентки кафедры ФОТ достоверно ($P<0,001$) увеличили свои показатели ЖЕЛ с $2732,5\pm12,5$ до $3005,8\pm13,1$ мм рт. ст (+ 45,4%), то их сокурсницы из контрольной группы – с $2782,0\pm14,1$ до $2865,5\pm14,6$ мм рт. ст – недостоверно ($P>0,05$) – на 2,98%. В целом экспериментальная группа студенток кафедры ФОТ достоверно превзошла сокурсниц из контрольной группы кафедры АФК в ЖЕЛ ($P<0,001$).

Вывод. Экспериментальные занятия по методике Body Pump в течение 20 учебных недель оказали эффективное влияние на изменение функциональных показателей дыхательной системы студенток первого курса кафедры ФОТ по сравнению со студентками кафедры АФК. Так, в конце эксперимента

интегральный показатель относительного прироста функциональных возможностей дыхательной системы в первом случае составил 27,3%, а во втором 3,44%.

Литература:

1. Авербух М. Двигайся больше, живи дольше: Уник. фитнес-прогр. продления молодости / Марк Авербух. – М.: Гранд-Фаир, 2004. – 269 с.
2. Дворкин Л.С. Влияние занятий кондиционной тренировки на развитие физических возможностей студентов различных форм обучения / Л.С. Дворкин, Н.А. Назаренко // Культура физическая и здоровье. – № 3 (63). – 2017. – С. 64-70.
3. Дворкин Л.С. Влияние занятий атлетической гимнастики на телосложение студентов 1-4 курса / Л.С. Дворкин, О.С. Трофимова // Культура физическая и здоровье. – № 4 (59). – С. 65-68.
4. Ончукова Е.И. Использование рекреационных занятий функциональной тренировкой с учащимися 16-17 лет для подготовки к сдаче норм комплекса ГТО / Е.И. Ончукова, О.С. Трофимова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2018. – № 1. – С. 182-183.
5. Романенко Н.И. Методика развития силовых способностей у футболисток 15-16 лет на основе памп-тренинга / Н.И. Романенко, Т.В. Чередина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгата. – Санкт-Петербург, 2018. – №10 (164) (ноябрь). – С. 340-343.
6. Романенко Н.И. Влияние занятий BODY STEP компании LES MILLS на функциональное состояние женщин 25-30 лет / Н.И. Романенко, Е.В. Клочко // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях: материалы Междунар. науч.-практ. конф., 20 мая 2019 г.– ФГБОУ ВО Чувашская ГСХА, Чебоксары, 2019. – С. 172-177.

УДК:796.035

**ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОДРАСТАЮЩЕГО
ПОКОЛЕНИЯ И НЕКОТОРЫЕ ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ**

**Доктор педагогических наук, профессор Н.И. Дворкина
Кандидат педагогических наук, доцент О.С. Трофимова**

Студентка В.В. Роговая

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161, каб 218,
e-mail: votrofim@yandex.ru*

Аннотация. В работе рассмотрена проблема здоровья подрастающего поколения. Авторы обосновывают условия формирования здорового образа жизни. Раскрыты и представлены пути решения необходимости формирования здорового образа жизни подрастающего поколения.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, здоровье, подрастающее поколение.

Предметом острой общественной тревоги стало за последнее время ухудшение физического и психического здоровья детей и подростков. По результатам анализа показателей здоровья, в целом по России только 34% детей являются здоровыми, при этом среди детей школьного возраста абсолютно здоровыми признаны не более 10% детей младших классов и 3-5% старшеклассников. Среди ведущих «школьных болезней», связанных с организацией образовательно-воспитательного процесса и санитарно-гигиеническими условиями, возросли нарушения зрения при переходе в старшие классы – в 5 раз, нарушения осанки и сколиоза – в 3 раза [1, 3, 6].

Высока распространенность заболеваний дыхательной, сердечно-сосудистой, эндокринной систем и органов пищеварения. Отмечается рост инвалидности среди детей, основными причинами которой являются нервные и психические заболевания. На сегодня из всех страдающих нервно-психическими и поведенческими расстройствами каждый четвертый – это ребенок.

В последние годы вопросы духовно-нравственного воспитания отошли на второстепенный план. Усиливаются деградационные процессы в семейных отношениях. Они сопровождаются увеличением количества неблагополучных семей, из которых дети попадают либо в школы-интернаты, либо попросту вытесняются на улицу. Отсюда рост преступности среди молодежи и подростков, случаев насилия, прежде всего сексуального, над детьми и подростками, что сопровождается увеличением числа суицидов [2].

Вопросы здорового образа жизни приобретают особое значение для формирования у современной молодежи нравственных ценностей и культуры здоровья [4, 5]. Однако для решения этих задач необходимо создать следующие условия:

- представление равных социальных и культурных возможностей, услуг по обеспечению здоровья и профилактике заболеваний для детей и молодежи;
- отработка на основе новых образовательных технологий передовых схем молодежной политики;
- социализация подростков, профессионализма и планирования карьеры, которые ведут к здоровой жизни.

На наш взгляд, еще более усугубляет данное положение недооценка и игнорирование физической культуры и спорта в нашем обществе как основы профилактики здоровья.

Особенностью спортивной деятельности является непосредственное воздействие на телесность человека. Планомерные физические нагрузки удовлетворяют естественную потребность в движении и формируют способность у молодого человека контролировать свое тело, преодолевать трудности, закалять характер. Но, к сожалению, в организации физического воспитания и занятий спортом, как в нашем kraе, так и в целом по России, имеются определенные недостатки. По данным статистических исследований, сегодня у нас в стране регулярно занимаются физической культурой всего 17% молодежи. Уровень обеспечения спортивными сооружениями составляет примерно 30% от реальной потребности, причем бассейнами – только около 10%. Остается большой проблемой нехватка специалистов по физическому воспитанию из-за низкой заработной платы. Нынешнее физическое воспитание направлено на состоятельные слои нашего общества, возможность заниматься под руководством тренера имеют всего 12-15% населения, включая и молодежь. Для устранения этих недостатков необходимо:

1. Всемерное укрепление и дальнейшее развитие материально-технической базы спортивных учреждений, их доступность для населения.
2. Обеспечение занятий физической культурой и спортом современным спортивным инвентарем и оборудованием, в том числе и для осуществления медицинского контроля.
3. Разработка и широкое внедрение в повседневную практику физического воспитания высокоэффективных здоровьесберегающих, личностноориентированных технологий.
4. Совершенствование и улучшение процесса подготовки спортивных специалистов и медицинских кадров в области физического воспитания молодежи.

Литература:

1. Гончар Т.В. Потребность школьниц 13-14 лет к занятиям фитнесом / Т.В. Гончар, Н.И. Романенко // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО (февраль - март 2018г.). – Краснодар: КГУФКСТ. – 161 с.
2. Кудяшева А.Н. Изучение мотивации студенток к занятиям физической культурой и спортом / А.Н. Кудяшева, Г.Ш. Ашрафуллина, Н.Х. Кудяшев // Материалы итоговой научной конференции профессорско-преподавательского состава. Казанский федеральный университет, Набережночелнинский институт г. Казань, 2014. – С. 244-250.
3. Ончукова Е.И. Рекреационная и реабилитационная деятельность различных групп населения: курс лекций / Е.И. Ончукова. – Краснодар: Экоинвест. – 2017. – 86 с.
4. Осик, В.И. Современные подходы к формированию здоровьесберегающей деятельности студентов вуза физической культуры и спорта / В.И. Осик, В.А. Гуляева, С.В. Левчук // Физическая культура, спорт – наука и практика. – Краснодар. – 2018. – №2. – С. 67-72.
5. Сударь В.В. Анализ составляющих здорового образа жизни и мотивации к его осуществлению у современной студенческой молодежи / В.В. Сударь // Вестник Сочинского государственного университета туризма и курортного дела. – 2010. – № 2(12). – С. 37-40.
6. Трофимова О.С. Роль фитнес-технологий в физическом воспитании дошкольников в контексте подготовки бакалавров профиля физкультурно-оздоровительные технологии дошкольников / О.С. Трофимова, Н.И. Дворкина // Материалы Всероссийской с междунар. уч. научно-практической конференции «Современные проблемы физического воспитания подрастающего поколения: перспективы и пути решения». – Волгоград. – 2017. – С. 129-132.

УДК:796.035-053.8

**ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ АКВААЭРОБИКИ
НА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ С ЖЕНЩИНАМИ
ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА**

Доктор педагогических наук, профессор Н.И. Дворкина

Кандидат педагогических наук, доцент О.С. Трофимова

Магистрант М.А. Маринович

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161, каб 218,
e-mail: votrofim@yandex.ru*

Аннотация. В работе представлены особенности организации занятий аквааэробикой с женщинами пожилого возраста и приведены результаты исследования, по оценке эффективности проводимых занятий с целью повышения уровня их физического состояния. Представлены основные мотивы занятий аквааэробикой женщин пожилого возраста.

Ключевые слова: пожилой возраст, аквааэробика, физическое состояние, мотивация.

Возрастные изменения, происходящие в организме людей пожилого возраста, отражаются на состоянии опорно-двигательного аппарата, функциональных возможностях сердечно-сосудистой и дыхательной систем, тем самым ограничивая круг выполняемых упражнений, поскольку многие из них могут порождать чрезмерное напряжение, вызывая болезненные ощущения. Поэтому большинство людей пожилого возраста из-за отсутствия знаний и небольшого числа специально организованных групп здоровья для данного контингента не имеют возможности заниматься самостоятельно [2, 3].

Водная среда оказывает оздоровительное влияние на организм человека [5]. Задачами занятий аквааэробикой в пожилом возрасте являются – повышение двигательной активности, укрепление здоровья, корректировка избыточной массы тела, закаливание. Разработано множество программ занятий в водной среде, но ориентированы они в основном на женщин зрелого возраста [1, 4]. Это послужило основанием для нашего исследования.

Целью исследования было разработать содержание занятий аквааэробикой с женщинами пожилого возраста. Базой для проведения исследования выступил фитнес-центр «Дом физкультурника» г. Краснодара. Экспериментальную группу составили 20 женщин, контрольную – 19.

До экспериментальной работы были проанализированы предлагаемые вопросы в анкетах, с целью определения мотивации женщин пожилого возраста к занятиям аквааэробикой.

Основные мотивы занятий представлены на рисунке 1. Было установлено, что главной целью посещения фитнес-центра было у женщин укрепление здоровья, что подтвердили 35% респондентов. На втором месте – снижение массы тела 19%. И практически одинаково выглядели следующие показатели:

борьба со стрессом, новая форма двигательной активности и общение, где результаты выглядели 15%, 14%, 17% соответственно (рисунок 1).

Несмотря на возраст, женщины хотят корректировать свое телосложение и массу тела и быть привлекательными. Но главным для них остается уровень здоровья.

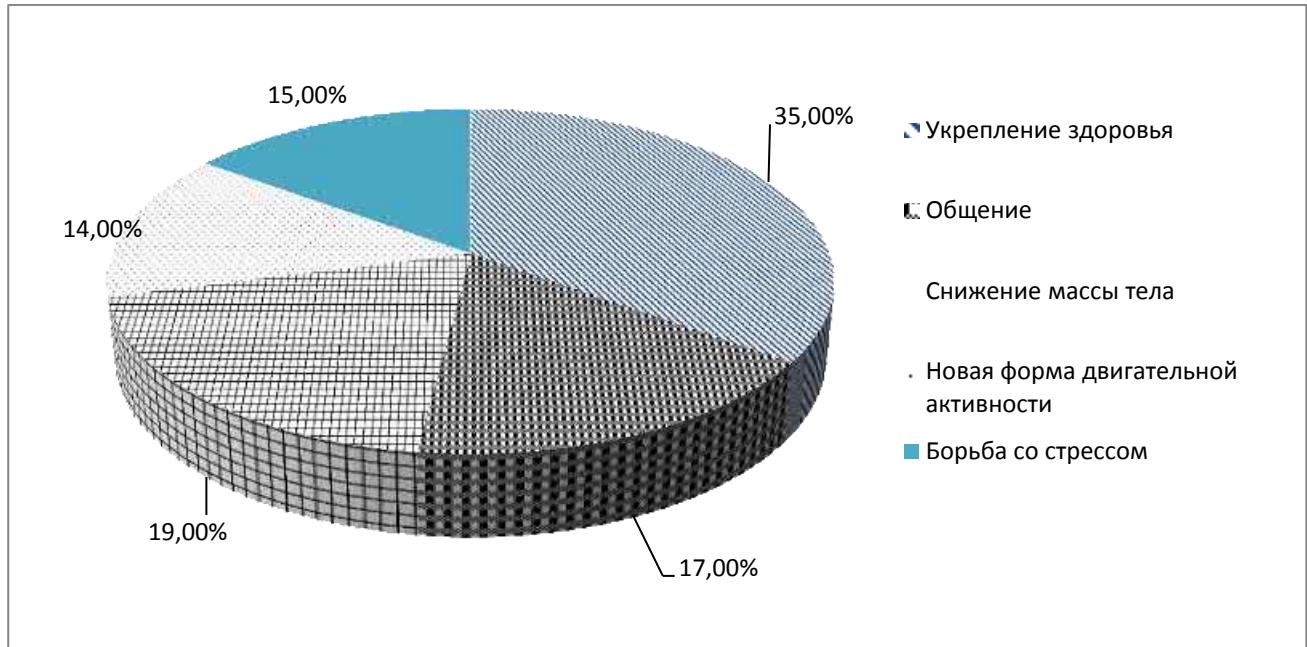


Рисунок 1 – Ответы на вопрос: «Ваши мотивы занятий аквааэробикой?»

Занятия в контрольной группе проводились в бассейне фитнес-центра, женщины занимались оздоровительным плаванием. В экспериментальной группе занятия проводились 2 раза в неделю продолжительностью 55 минут, под ритмичную музыку с применением специального оборудования (трубы, утяжелители, водные гантели, обручи, пояса). Средняя температура воды составляла 28° С.

Занятие аквааэробикой состояло из трех частей:

1. Первые 7-10 минут проводится разминка и растяжка (бег, танцевальные движения, прыжки, подъем ног и так далее).

2. Затем следует основной комплекс упражнений, направленный на развитие выносливости и гибкости. Общая продолжительность 30-40 минут. В качестве дополнительного отягощения применялись утяжелители, гантели, специальные платформы.

3. В конце выполнялись упражнения для восстановления и дыхательные упражнения (7-10 минут).

До начала и по завершении педагогического эксперимента проводилось тестирование уровня физического состояния занимающихся, которое в обоих группах до начала экспериментальной работы показало незначительные различия по исследуемым показателям.

В результате экспериментальной работы с женщинами пожилого возраста по большинству физиометрических показателей выявлены достоверные

изменения, исключение составляет окружность голени, где достоверных различий не наблюдалось ($P>0,05$). Достоверные изменения в контрольной группе не выявлены среди показателей окружности грудной клетки и обхватного размера голени.

По результатам исследования физической подготовленности в экспериментальной группе получены достоверные изменения по всем тестам, за исключением показателей силовой выносливости ($p>0,05$). Все изучаемые функциональные показатели в экспериментальной группе имели положительные изменения, в контрольной группе положительный результат отмечен в МПК. Зафиксирована стабильность показателей артериального давления и частоты сердечных сокращений.

Таким образом, полученные результаты нашего исследования сопряжены с основными положениями ведущих специалистов в области фитнеса. Необходимо придерживаться разностороннего подхода к построению методических программ занятий в бассейнах с женщинами, учитывая уровень их физического состояния, противопоказания и пожелания.

Литература:

1. Горяникова А.В. Использование средств физической культуры с женщинами пожилого возраста / А.В. Горяникова, Н.И. Романенко // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО (февраль - март 2017 г.). – Краснодар: КГУФКСТ. – С. 105-107.
2. Дворкин Л.С. Влияние занятий хатха-йогой на функциональное и физическое состояние пожилых людей / Л.С. Дворкин, Е.И. Ончукова, М.В. Одегнал // Культура физическая и здоровье. – 2016. – № 5(60). – С. 64-70.
3. Дворкина Н.И. Теоретические основы физкультурно-оздоровительной деятельности: Учебное пособие / Н.И. Дворкина, Е.И. Ончукова. – Краснодар: ФГОУ ВО КГУФКСТ, 2018. – 174 с.
4. Маринович М.А. Эффективность применения системы Пилатес в процессе занятий с женщинами 45-50 лет / М.А. Маринович, В.В. Фоменко, О.С. Трофимова // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО (февраль - март 2019 г.). – Краснодар: КГУФКСТ. – Часть 2. – 266 с.
5. Трофимова О.С. Влияние методики занятий аквааэробикой на психофизическое состояние женщин 36-45 лет / О.С. Трофимова, Е.И. Ончукова, А.А. Килимник // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №3. – С. 55-61.

УДК: 378:37.043.2-055

**МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ
ИНКЛЮЗИВНОГО ПРОСТРАНСТВА ДЛЯ ЛИЦ С ДЕПРИВАЦИЕЙ
СЛУХА В УСЛОВИЯХ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ**

Преподаватель Е.А. Иващенко

Кафедра адаптивной физической культуры

*Контактная информация для переписки: г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: e_arkadevna@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены вопросы инклюзивного образования в ФГБОУ ВО КГУФКСТ, реализующего модель постоянной полной интеграции обучающихся с особыми образовательными потребностями.

Ключевые слова: инклюзивное образование, жестовая речь, физиологические эффекты, обучающиеся с нарушением слуха.

В современной литературе отмечается, что недостижение определенного социально-профессионального результата, зачастую, нивелирует цель и значение высшего образования для молодых людей с ограниченными возможностями здоровья [1-3].

Поскольку штатное расписание вуза обычно не позволяет удовлетворить потребности каждого инвалида с нарушением слуха в переводе с русского жестового языка, представляет интерес возможность организации досупной коммуникативной среды с участием слышащих обучающихся [4].

В ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» реализуется модель постоянной полной интеграции, которая предполагает обучение лиц с отклонениями в состоянии здоровья совместно с лицами, не имеющими особых образовательных потребностей. Инвалиды с нарушением слуха составляют вторую по численности группу среди всех обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья.

К настоящему моменту в ФГБОУ ВО КГУФКСТ апробирована система обучения русскому жестовому языку в виде краткосрочного курса. По результатам внедрения 12 человек освоили технику дактильной речи, минимальный объем жестов для повседневного общения (450 жестов), овладели навыками общения с глухими и слабослышащими студентами. По окончании курса, студенты активно применяют полученные знания на практике. Своим одногруппникам с нарушением слуха обученные слышащие студенты помогают разбирать учебный материал, с их помощью преподаватели могут получить не только письменный ответ от глухого обучающегося, но и задать уточняющие вопросы при ответе на зачете или экзамене. Целью программы являлось создание условий для изучения русского жестового языка в условиях учебной группы высшего учебного заведения. Решались задачи: привлечь слышащих обучающихся к изучению русского жестового языка (РЖЯ), ознакомить их с планом работы, обучить навыкам самостоятельной

работы с материалом, провести практические занятия по разработанному плану, подвести итоги обучения и обозначить ориентиры для дальнейшего самосовершенствования. Применялись такие средства, как дактильная речь (жестовая азбука), жестовая речь (образные лексемы), жестовое пение, подвижные и настольные игры с жестовым сопровождением.

Сопоставив содержание программы обучения с физиологическими особенностями данных видов двигательной деятельности, был сделан вывод о влиянии используемых средств на организм занимающихся.

С медико-биологической точки зрения, дактильная речь является прекрасным средством развития мелкой моторики. Ее ежедневное применение благотворно сказывается на развитии моторики речи у слышащих людей. В отличие от дактиля, жестовая речь обладает большей смысловой нагрузкой. В жестовом языке информация от говорящего человека к слушателю передается через специфические движения рук – жесты, имеющие не буквенное, а образное значение. Образное мышление, развиваемое посредством жестового общения, может служить значительным подспорьем в развитии обучающегося с нормальным слухом. Создание доступной коммуникативной среды, в свою очередь, создает оптимальные условия для освоения учебного материала обучающимися с депривацией слуха.

Поскольку процесс выработки нового навыка (в том числе коммуникативного) требует его апробации в вариативно изменяющихся условиях, с использованием нестандартных методов применения. В рамках заявленной темы таким вариативным способом применения может выступать жестовое пение. Жестовое пение, в отличие от словесного, требует не только хорошей памяти, владения русским жестовым языком, но и чувства ритма, умения синхронизировать жесты, мимику и пантомимику. Следует отметить, что традиционно применяемый в обучении игровой подход также хорошо подходит для создания инклюзивной среды с помощью русского жестового языка. Заблаговременный анализ и програботка позволяет использовать большинство подвижных и интеллектуальных настольных игр для овладения русским жестовым языком.

В этой связи можно отметить, что подобные высокие требования к интегрирующей функции центральной нервной системы способствуют более быстрому ее развитию, формированию баланса процессов возбуждения и торможения, активному проявлению навыка переключения внимания.

Литература:

1. Инклюзивное образование: методология, практика, технологии: Материалы международной научно-практической конференции (20-22 июня 2011, Москва) / Моск. гор. психол.-пед. ун-т; Редкол.: С. В. Алексина и др. – М.: МГППУ, 2011. – 244 с.
2. Зинкевич О.В. Инклюзивное образование в высшей школе: современные вызовы / О.В. Зинкевич, В.В. Дегтярева, В.И. Зиновьев // Власть. – 2016. – № 5. – 5 с.
3. Каримова Л.Ш. Основы инклюзивного образования. Курс лекций / Л.Ш. Каримова, Каз.федер.ун-т. – Казань, 2014. – 8 с.
4. Шувалова И.Н. Проблемы развития инклюзивного образования / И.Н. Шувалова // Вестник современной науки. – 2016. – № 5. – 147 с.

УДК: 796.01:61+796.355

МОНИТОРНГ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ХОККЕИСТОВ

Доктор биологических наук, профессор И.Н. Калинина

Соискатель Т.А. Линдт

Кандидат педагогических наук, доцент М.А. Зуб

Кафедра анатомии и спортивной медицины

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденого, 161,

e-mail: kalininirina@yandex.ru

Аннотация. В статье представлены результаты комплексного обследования 31 хоккеиста в возрасте от 19 до 21 года хоккейных клубов г. Омска. Выявлены особенности физического развития, силовых возможностей, а также долговременной адаптации дыхательной, сердечно-сосудистой систем и вегетативной регуляции сердечного ритма. Показаны корреляционные взаимосвязи между изучаемыми системами.

Ключевые слова: хоккей с шайбой, долговременная адаптация, дыхательная система, сердечно-сосудистая система, силовые возможности.

Введение. Организм человека представляет собой сложно организованную систему, состоящую из комплекса взаимно влияющих друг на друга функциональных систем. В процессе роста и развития, адаптации организма к изменяющимся условиям внешней среды, в том числе к тренировочным и соревновательным нагрузкам, происходят изменения функциональных систем, а также структуры взаимосвязей как внутри, так и между ними (К.В. Судаков, 2000; М.А. Кирьянова с соавт., 2011). Все эти изменения направлены на поддержание гомеостаза, увеличение адаптационных возможностей организма спортсменов. Современный хоккей с шайбой представляет собой динамичную игру, требующую от спортсмена значительного напряжения адаптивных процессов. В связи с этим, в процессе роста и приспособления к различным мышечным нагрузкам происходит постоянная перестройка взаимосвязей как внутри одной функциональной системы, так и в организме в целом. На наш взгляд, именно комплексная оценка функционального состояния дает полное представление о долговременной адаптации хоккеистов к физическим нагрузкам.

Целью исследования являлась комплексная оценка функционального состояния хоккеистов 19-21 года в условиях относительного покоя. Исследования проводились на базе НИИ деятельности в экстремальных условиях и кафедры медико-биологических основ физической культуры и спорта ФГБОУ ВО СибГУФК. В обследовании участвовал 31 хоккеист в возрасте от 19 до 21 года. Исследования физического развития хоккеистов проводили с использованием стандартных антропометрических методик. Для исследования функционального состояния дыхательной системы использовался спирометр и спирограф «Спиро-С 100» фирмы «Альтоника» (Россия) и пневмотахометр ПТ-1. Функциональные возможности системы дыхания

оценивались с помощью пробы Штанге (задержка дыхания на вдохе) и Генчи (задержка дыхания на выдохе). Для комбинированной оценки функций дыхательной и сердечно-сосудистой систем рассчитывался циркуляторно-респираторный коэффициент Скибинки [1, 4]. Показатели центральной гемодинамики и вариабельности сердечного ритма исследовались с помощью аппаратно-программного комплекса «Поли-спектр» фирмы «Нейрософт» (г. Иваново, Россия).

Результаты исследований. В результате проведенных нами исследований выявлено, что в возрастной группе хоккеистов 19-21 год показатели физического развития хоккеистов значительно варьируют, несмотря на то, что к данному возрасту уже происходит довольно серьезный спортивный отбор. Так, например, средние значения длины тела составляют $181,1 \pm 5,2$ см, при этом в группе встречаются спортсмены с ростом 174 см и 194 см. Значительные различия можно наблюдать и в массе тела: средние значения составляют $84,5 \pm 6,9$ кг, тогда как минимальные значения – 65 кг, а максимальные – 96 кг. При оценке весо-ростового индекса Кетле выявлено, что его среднегрупповые значения составляют $466,5 \pm 36,0$ г/см. Отмечено, что у 62% хоккеистов показатель индекса Кетле оценивается как «выше среднего» и у 38% – «средний» уровень. К 19-21 заканчивается рост тела в длину, и начинаются процессы увеличения мышечного компонента в компонентном составе тела. В результате исследования крепости телосложения хоккеистов по индексу Пинье нами выявлено следующее: в данной возрастной группе 88% спортсменов обладают крепким телосложением, при этом «очень слабое» и «слабое» в этом возрасте нами не выявлено. В редких случаях выявлялось «хорошая» и «средняя» крепость телосложения (8% и 4% соответственно). При изучении кистевой динамометрии правой и левой рук выявлено, что значения исследуемого показателя имеют, в целом, равные значения. Следовательно, сила мышц кистей у спортсменов развита одинаково хорошо, так как в современном хоккее необходимо владение двумя руками. Средние значения кистевой динамометрии правой руки составили $58,8 \pm 9,3$ кг, левой – $57,5 \pm 8,2$ кг. При изучении силовых возможностей мышц спины выявлено, что значения становой динамометрии составляют $161,2 \pm 21,7$ кг (от 120 до 200 кг). Относительные значения кистевой и становой динамометрии можно характеризовать как достаточно высокие. Огромное значение в долговременной адаптации организма хоккеистов к мышечным нагрузкам, помимо физического развития и силовых возможностей, играет функциональное состояние дыхательной и сердечно-сосудистой систем, а также вегетативная регуляция сердечного ритма. Для оценки состояния дыхательной системы хоккеистов нами определялись показатели вентиляционных возможностей, а также проводились функциональные пробы. При анализе развития грудной клетки по индексу Эрисмана у хоккеистов 19-21 года выявлено, что 62% имеет широкую грудную клетку и 38% – нормальную. Спортсменов с узкой грудной клеткой в изучаемой группе не выявлено.

Для исследования функционального состояния дыхательной системы определялся ряд показателей, позволяющих оценить вентиляцию легких. В результате обследования хоккеистов определены показатели жизненной емкости легких, среднегрупповые значения которых составляют $5,0 \pm 0,8$ л. При этом дыхательный объем $0,8 \pm 0,3$ л, резервный объем вдоха – $2,8 \pm 0,5$ л, резервный объем выдоха – $1,6 \pm 0,3$ л. Минутная вентиляция легких хоккеистов составила $123,3 \pm 19,6$ л, коэффициент резерва дыхания – $89,2 \pm 3,6\%$, минутный объем дыхания – $12,7 \pm 5,3$ л. В ходе исследования выявлено, что хоккеисты обладают достаточно мощной дыхательной мускулатурой и имеют нормальную бронхиальную проходимость. При анализе форсированной жизненной емкости легких выявлено, что ее значения составляют $4,3 \pm 0,6$ л. Пневмотахометрия вдоха и выдоха имеет значения $6,9 \pm 0,7$ л и $6,1 \pm 0,6$ л соответственно. Следует отметить, что показатели дыхательной системы у хоккеистов находятся на высоком функциональном уровне, однако в выборке встречаются спортсмены со средними возможностями данной системы. Для оценки функциональных возможностей дыхательной системы нами проводились дыхательные пробы: Генчи – задержка дыхания на выдохе и Штанге – задержка дыхания на вдохе. Выявлено, что значения задержки дыхания на выдохе у хоккеистов составляет в среднем $37,9 \pm 10,7$ с, тогда как на вдохе – $95,6 \pm 17,2$ с. Задержка дыхания на вдохе оценивается как «высокая» у 59% хоккеистов, «хорошая» – у 41%. Значения показателя пробы Генчи для спортсменов в норме составляет 40-60 секунд. При оценке задержки дыхания на выдохе выявлено следующее: только у 37% хоккеистов данный показатель оценивается как «норма», у 63% он составил от 20 до 40 секунд, что для спортсменов является неудовлетворительным результатом. При оценке индекса Скибински, который является комплексным в оценке кардио-респираторной системы, выявлено, что его значения составляют $73,7 \pm 23,5$ усл. ед., В 87% случаев у хоккеистов 19-21 года этот показатель оценивается как «отличный» и у 23% исследуемой выборки как «хороший». Оценка долговременной адаптации к специфическим нагрузкам у спортсменов невозможна без изучения показателей сердечно-сосудистой системы. В результате проведенных исследований выявлено, что у хоккеистов 19-21 года значения показателей сердечно-сосудистой системы соответствуют возрастным нормам. Так систолическое артериальное давление составляет $120,4 \pm 8,5$ мм.рт.ст., диастолическое – $76,0 \pm 7,4$ мм.рт.ст., среднее АД – $90,8 \pm 7,3$ мм.рт.ст. Минутный объем кровообращения у хоккеистов 19-21 года колеблется в диапазоне $4,9 \pm 0,6$ л, ударный объем – $69,8 \pm 5,8$ мл, двойное произведение – $79,6 \pm 11,2$ усл. ед., что расценивается как удовлетворительная адаптация к физическим нагрузкам. Для изучения индивидуальных особенностей уровня кровотока использовался сердечный индекс (СИ), который отражает отношение МОК к площади поверхности тела (А. Г. Дембо с соавт., 1989). При анализе данного показателя выявлено, что 96% хоккеистов 19-21 года наблюдается гипокинетический тип кровообращения и у 4% отмечен эукинетический тип. Данный факт, на наш взгляд, свидетельствует об экономичности работы сердечнососудистой системы хоккеистов в условиях

относительного покоя, что характерно для спортсменов. Адаптивные реакции организма спортсменов на одинаковую физическую нагрузку зависят от исходного вегетативного тонуса. Выявлено, что у хоккеистов 19-21 года распределение по показателям кардиоинтервалографии следующее: 39% – ваготоники, 35% – эйтоники, 26% – симпатотоники.

В состоянии относительного покоя у хоккеистов нами был проведен также спектральный анализ вегетативной регуляции сердечного ритма. Суммарная активность нейрогуморальных влияний на сердечный ритм, которая отражается общей мощностью спектра (TR, мс²) имеет максимальные значения.

Следует отметить, что абсолютная мощность высокочастотных колебаний (HF, мс²), отражающих влияние на работу сердца блуждающего нерва, у хоккеистов изучаемой нами группы, имеет более высокие значения, по сравнению другими спектрами. Показатели абсолютной низкочастотной (LF, мс²) составляющей, отражающей симпатическую активность регуляции и вазомоторного центра, и абсолютная мощность очень низкочастотных колебаний (VLF, мс²), по показателям которой можно судить об активности симпатических влияний на ритм сердца и гуморально-метаболических центров регуляции, у хоккеистов 19-21 года имеют равный вклад в общей доле спектра. Для выявления характера и уровня взаимосвязей между изучаемыми показателями в состоянии относительного покоя нами был проведен корреляционный анализ. Всего нами было изучено 66 показателей, из которых 23 приходились на показатели физического развития, 15 – на систему внешнего дыхания, 11 – на центральной гемодинамики сердечно-сосудистой системы, 18 показателей вариабельности ритма сердца. Выявлено, что в общее количество корреляционных взаимосвязей между изучаемыми показателями в состоянии относительного покоя составило 630. Необходимо отметить, что выявленная структура изучаемых взаимосвязей свидетельствует о неоднозначном вкладе вегетативных функций в обеспечение долговременной адаптации юношей к специфическим физическим нагрузкам. Наибольшее количество взаимосвязей приходится на физическое развитие и дыхательную систему – 220 и 191 соответственно.

Выводы: В возрастной группе хоккеистов 19-21 год преобладают хоккеисты с широкой грудной клеткой и крепким телосложением. Адаптация к гипоксическим пробам выше при задержке дыхания на вдохе, чем на выдохе. Гиперкинетический тип кровообращения в изучаемой выборке хоккеистов является преобладающим. Уровень адаптации кардиореспираторной системы по индексу Скибински оценивается как «отличный». При распределении спортсменов по показателям кардиоинтервалографии выявлено, что в большей степени встречаются спортсмены с вагусной регуляцией сердечного ритма. На основании полученных данных о физическом развитии, силовых возможностях и адаптации кардиореспираторной системы нами были разработаны шкалы комплексной дифференцированной оценки физического развития и функционального состояния хоккеистов 19-21 года. Данные шкалы позволяют осуществлять мониторинг морффункционального состояния хоккеистов в

различные периоды годичного цикла тренировки и своевременно вносить врачебно-педагогическую коррекцию в тренировочный процесс.

Литература:

1. Граевская Н.Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия: учебное пособие / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. – М.: Советский спорт. – Ч. 1. – 2004. – 304 с.
2. Кирьянова М.А. Методика комплексной оценки центрального и периферического кровообращения квалифицированных спортсменов с учетом специфики мышечной деятельности / М.А. Кирьянова, И.Н. Калинина // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2011. – № 4. – С. 13-19.
3. Судаков К.В. Системная организация функций человека: теоретические аспекты // Успехи физиол. наук. – 2000. – Т. 31. – № 1. – С. 81-96.
4. Чинкин А.С. Физиология дыхания / А.С. Чинкин, Ю.П. Денисенко. – Набережные Челны: КамГИФК, 2000. – 80с.

УДК: 796.035-055.2

**ХАРАКТЕРИСТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СИСТЕМ
ЖИЗНЕОБЕСПЕЧЕНИЯ У ЖЕНЩИН РАЗНОГО СОМАТОТИПА
НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СИЛОВЫХ ТРЕНИРОВОК**

Кандидат биологических наук, доцент Л.В. Катрич

Кандидат биологических наук, доцент Я.Е. Бугаец

Кафедра физиологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденого, 161,
e-mail: lara.katrich@gmail.com*

Аннотация. Представлены исследования по функциональному состоянию и адаптационным возможностям женщин разного типа телосложения, занимающихся атлетической гимнастикой. В исследовании принимали участие женщины первого периода зрелого возраста, на начальном этапе силовых тренировок. Определен соматотип и особенности параметров функционального состояния систем жизнеобеспечения занимающихся. Установлены информативные функциональные и адаптационные характеристики женщин разного соматотипа, занимающихся атлетическим видом фитнеса.

Ключевые слова: функциональное состояние, женщины, соматотип, силовые тренировки.

В настоящее время большую популярность среди женщин зрелого возраста приобретают тренировки силовой направленности, позволяющие улучшить функциональное состояние организма, повысить уровень физической работоспособности и в достаточно короткий период времени скорректировать телосложение [3]. При планировании физических нагрузок для женщин обычно ориентируются на возраст. Однако это не является единственным критерием для определения объема и интенсивности тренировок. Совокупность индивидуальных генетически закрепленных характеристик, преобладание мышечной, жировой или костной ткани, уровень метаболизма характеризуют соматотип, а следовательно, и особенности реакций организма на физическую нагрузку [1]. Для проведения физкультурно-оздоровительных тренировок силовой направленности с женщинами зрелого возраста необходимо учитывать адаптационные возможности женского организма к физической нагрузке, уровень функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной систем и тип телосложения [2]. Большинство людей относится к смешанному типу телосложения, но с преобладанием одного из компонентов в конституции тела [4].

В наших исследованиях у женщин 23–35 лет на начальном этапе занятий силовыми тренировками установлены следующие соматотипические особенности: – женщины эктоморфного типа телосложения имеют выраженную степенью эктоморфности (ЭкМ) 44%, мезоморфности (МеM) – 32% и эндоморфности (ЭнМ) – 24%, что характеризует слабое развитие

мышечной и жировой ткани соответственно; – у женщин МeM типа соотношение компонентов составляет: МeM – 38%, ЭкM – 29%, ЭнM – 33%; – женщины ЭнM типа имеют самый высокий процент степени ЭнM (47%) и самые низкие показатели ЭкM (24%) и МeM (29%), что объясняется избыточной массой тела.

При оценке функциональных возможностей дыхательной системы установлено, что у всех обследованных показатель жизненный индекс (ЖИ) ниже нормативных значений, у женщин ЭкM типа на 4,5%, и на 9,9% и 19,24% меньше у женщин МeM и ЭнM типа соответственно. Средние значения жизненной емкости легких (ЖЕЛ) не соответствуют величинам должных показателей ЖЕЛ, у женщин ЭнM типа на 14%, МeM и ЭкM типов на 8% и 10% соответственно с достоверностью различий между группами ($P<0,01$). По показателям ЧСС в покое и величине среднего артериального давления (АДср) установлены достоверные межгрупповые различия. Значения ЧСС у всех соматотипов установлены в пределах от $78,17 \pm 1,2$ в мин. до $84,5 \pm 0,92$ в мин и АДср от $101,3 \pm 0,37$ мм рт.ст до $112,46 \pm 0,51$ мм рт.ст. Самые низкие показатели обоих параметров зарегистрированы у женщин ЭкM типа. У женщин МeM типа они выше на 4,2% и 8,4% по сравнению с предыдущей группой, а у ЭнM типа – на 8,1% и 11% соответственно. Выше описанные данные указывают на то, что женщины с эндоморфным типом склонны к тахикардии, эктоморфы – к гипотонии. У мезоморфов отклонений от нормы не установлено.

Оценка адаптационных возможностей организма (АП) показала достоверные межгрупповые различия. У всех трех соматотипов уровень адаптации неудовлетворительный. Наиболее высокий показатель установлен у женщин ЭнM типа и составил 8,84 балла, что на 0,27 и 0,57 балла больше, чем у женщин МeM и ЭкM типа соответственно. По результатам уровня функционального состояния достоверные различия ($P<0,01$) были получены только между ЭкM и ЭнM типами. Наибольший УФС у женщин-эктоморфов – 0,474 отн. ед., что по нормам соответствует уровню выше среднего. У МeM и ЭнM типа этот уровень соответствовал средним значениям.

Полученные функциональные и адаптационные характеристики женских типов телосложения могут быть использованы при планировании тренировочного процесса и дозировании объема и интенсивности силовых нагрузок для женщин зрелого возраста.

Литература:

1. Дерябина Г.И. Фитнес-технологии в оздоровительной тренировке женщин на основе учета соматотипа / Г.И. Дерябина, А.Г. Новикова // Вестник Тамбовского университета. серия: Гуманитарные науки. – 2012. – С. 203-207.
2. Мамылина Н.В. Биологические особенности физкультурно-оздоровительных занятий для женщин / Н.В. Мамылина, Л.В. Бобылева // Челябинск: Изд-во Цицеро, 2016. – 194 с.
3. Неробеев Н.Ю. Теоретические и практические аспекты спортивной подготовки женщин в вольной борьбе с учетом полового диморфизма: монография / Н.Ю. Неробеев, Б.И. Тараканов. – СПб.: Олимп СПб, 2012. – 140 с.
4. Якубовский Д.А. Уровни физического состояния женщин 25 – 35 лет различного соматотипа / Д.А. Якубовский, Р.Э. Зимницкая // Вестник МДУ им. А.А. Куляшова. – Белорусский нац. ун-т. – 2016. – № 2. – С. 90-98.

УДК: 373.203.71

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Кандидат педагогических наук, доцент А.Н. Кудяшева

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденого, 161,
e-mail: akuna2005@rambler.ru*

Аннотация. В последнее время наблюдается негативная тенденция снижения показателей физической подготовленности детей дошкольного возраста. В данной статье изучается влияние различных уровней двигательной активности на показатели физической подготовленности детей.

Ключевые слова: дошкольный возраст, двигательная активность.

В настоящее время физическое воспитание детей дошкольного возраста регламентируется разнообразными программами. Анализ их содержания позволяет заключить, что они ориентированы главным образом на формирование у детей основных двигательных навыков и в меньшей степени способствуют целенаправленному развитию двигательных качеств, а также не оказывают непосредственное воздействие на системы и функции организма детей и их здоровье, что неоднократно отмечалось многими авторами.

Цель исследования – выявить влияние двигательного режима на показатели физической подготовленности детей дошкольного возраста.

Исследования были организованы в дошкольном образовательном учреждении № 7 «Аленушка» г. Бугульма с сентября 2018 года по апрель 2019 года.

К исследованию были привлечены дошкольники в возрасте 5-6 лет, посещающие старшую группу дошкольного учреждения.

Таблица 1. – Показатели физической подготовленности детей дошкольного возраста экспериментальной и контрольной групп до эксперимента

Статистические характеристики	Бег на 10 м с хода, с	Метание набивного мяча сидя, см	Прыжок в длину с места, см	Проба Ромберга, с	Бег на 120 м, с	Приседания 10 раз, с
Экспериментальная группа						
X	2,47	209,83	92,65	20,35	31,22	8,51
σ	0,17	81,88	11,89	7,24	2,63	0,74
Sx	0,04	23,54	3,43	2,08	0,75	0,22
Контрольная группа						
X	2,45	206,92	92,54	19,89	30,89	8,54
σ	0,18	74,15	10,41	6,66	2,48	0,88
Sx	0,04	20,40	3,00	1,91	0,71	0,22

Примечание: * – различие в показателях между экспериментальной и контрольной группами достоверно ($p < 0,05$)

Как видно из таблицы, в начале исследования между экспериментальной и контрольными группами не выявлено достоверных различий в показателях физической подготовленности.

Хотя в отдельных контрольных упражнениях результаты групп различаются (например, в экспериментальной группе дошкольники метают набивной мяч в среднем на 3 см лучше), но эти различия статистически не достоверны.

Таблица 2. – Показатели физической подготовленности детей дошкольного возраста экспериментальной и контрольной групп после эксперимента

Статистические характеристики	Бег на 10 м с хода, с	Метание набивного мяча сидя, см	Прыжок в длину с места, см	Проба Ромберга, с	Бег на 120 м, с	Приседания 10 раз, с
Экспериментальная группа						
X	2,26	253,75	92,42	28,67	28,55	7,76
σ	0,12	73,43	9,59	4,70	1,53	0,71
Sx	0,03	21,20	2,77	1,36	0,44	0,21
Контрольная группа						
X	2,33	233,33*	97,67*	23,08*	29,98*	8,13*
σ	0,13	73,96	9,81	5,66	2,91	0,83
Sx	0,04	21,35	2,83	1,64	0,84	0,24

Примечание: * – различие в показателях между экспериментальной и контрольной группами достоверно ($p<0,05$)

Как видно из таблицы, в метании набивного мяча сидя дошкольники первой группы опережают сверстников из контрольной группы на 20 см; выявлено, что дошкольники экспериментальной группы опережают сверстников из контрольной группы в прыжке в длину с места на 5 см; статическое равновесие, оцениваемое по пробе Ромберга, на 5,5 с лучше в первой группе; дошкольники экспериментальной группы также достоверно опережают сверстников из контрольной группы в беге на 120 м и приседании.

Литература:

1. Дворкина Н.И. Формирование личностной физической культуры детей 6-7 лет с использованием фитнес-технологий / Н.И. Дворкина // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной науч.-практ.конференции. – 2019. – С. 272-274.
2. Мартынова В.А. Модель формирования здоровьесберегающей среды в условиях дошкольного образовательного учреждения / В.А. Мартынова // Воспитание и обучение детей младшего возраста. – 2017. – №6. – С. 105-106.
3. Романенко Н.И. Методика повышения физической подготовленности и двигательной активности дошкольников на основе физкультурно-оздоровительных технологий / Н.И. Романенко, О.И. Якубовская // Ученые записки университета П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 10 (164). – С. 358-362.
4. Рунова М.А. Дошкольное учреждение: оптимизация режима двигательной активности / М.А. Рунова // Дошкольное воспитание. – 2008. – № 6. – С. 81-86.
5. Трофимова О.С. Основы спортивно-оздоровительного мониторинга: учебно-метод.пособие / О.С. Трофимова. – Краснодар. – 2018. – С. 46-52.

УДК: 796.035-055.2

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ УПРАВЛЕНИЯ КОРПОРАТИВНЫМ ЗДОРОВЬЕМ
ТРУДОСПОСОБНЫХ ЖЕНЩИН ПЕРВОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА
С ПРИМЕНЕНИЕМ ИННОВАЦИОННЫХ ФИТНЕС-ПРОГРАММ**

Кандидат педагогических наук, доцент О.Г. Лызарь

Магистрант С.А. Дерягина

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: lyzarO252@yandex.ru

Аннотация. В работе рассматриваются актуальные вопросы оптимизации физического состояния трудоспособных женщин первого периода зрелого возраста в процессе применения инновационных фитнес-программ. Представлены материалы исследования, характеризующие методику фитнес-занятий и ее влияние на показатели корпоративного здоровья.

Ключевые слова: корпоративное здоровье, образ жизни, повышение энергозатрат, инновационные фитнес-программы.

Говорить о здоровом образе жизни сегодня важно не только из-за тревожной статистики и неблагоприятного прогноза ее развития. В настоящее время весомые масштабы приобретает рост заболеваемости трудоспособного женского населения. Статус общего физического благополучия и поддержания женского здоровья становится важной проблемой, так как границы трудоспособного и фертильного возраста очень близки [2, 3].

Развитие корпоративного здоровья в России предполагает две основные группы мероприятий, проводимых компаниями. Производственные предприятия больше склонны к медицинским и диагностическим мероприятиям. Они связаны с реализацией внутрикорпоративных медицинских проектов, таких как строительство клиник, создание собственных медицинских служб. Компании, имеющие прежде всего офисных работников, пошли другим путем: они интегрировали западные велнес-программы, включающие системы поддержки сотрудников, образовательные программы, спортивные мероприятия, фитнес-программы, программы стресс-менеджмента, финансовые программы [4].

Основными факторами, оказывающими неблагоприятное влияние на здоровье женщины, считаются стрессовые ситуации, малоподвижный образ жизни, вредные привычки, неправильное питание и несоблюдение распорядка дня, что предполагает разработку программ поддержки корпоративного здоровья на рабочем месте с применением инновационных фитнес-программ.

Данные опросов показывают, что отсутствие времени – первая причина, которую приводят женщины, объясняя, почему они не занимаются фитнесом. Но для того чтобы бороться с негативными последствиями гиподинамии и снизить риск развития соматических заболеваний, достаточно воспользоваться рабочим перерывом, который предусмотрен в каждой организации [1].

Разработанная методика занятий представляет собой разновидность инновационного направления быстрого фитнеса. Программа «Фитнес-Ланч» включает в себя проведение оздоровительной тренировки во время рабочего и технических перерывов. Эта программа направлена на профилактику основных факторов риска здоровья женщин. Программы коротких тренировок нацелены на высочайшую эффективность, что позволяет достичь наилучших результатов за непродолжительное время. Это наиболее актуально для офисных сотрудников, так как продолжительность рабочего перерыва ограничена.

В процессе разработки эффективной фитнес-программы максимально сконцентрировали тренировочный процесс, исключив отдых между упражнениями и подготовку к ним. Установили, что если за один подход выполнять по 10 повторений 10 разных упражнений, что занимает меньше времени, чем обычная тренировка, происходит повышение энергозатрат в состоянии покоя точно в такой же степени, как если бы вы сделали 3 подхода этих упражнений. Также, для достижения наибольшего эффекта в показателях корпоративного здоровья, включили в тренировочный процесс интенсивные интервальные тренировки (ИИТ), способствующие снижению артериального давления, нормализации уровня сахара и холестерина в крови гораздо эффективнее, чем традиционные занятия. Важно отметить, что после отмечаемых тренировок обмен веществ остается на повышенном уровне гораздо дольше – до 24 часов, сжигая при этом до 120 ккал дополнительно, что вдвое больше, чем после тренировок с низкой интенсивностью.

В целях повышения эффективности занятий рекомендовалось комбинировать 15-минутные силовые тренировки с 15-минутными интенсивными интервальными тренировками, что продемонстрировало большую эффективность, чем каждая из указанных тренировок по отдельности.

Проведенная итоговая диспансеризация женщин позволила определить положительную динамику исследуемых функциональных и морфологических показателей, включенных в программу оценки корпоративного здоровья.

Таким образом, применение инновационных фитнес-программ в работе с трудоспособными женщинами первого периода зрелого возраста оказывает существенный оздоровительный эффект, который выражается не только в улучшении параметров, отнесенных к категории корпоративного здоровья, но и в экономии времени, затраченного на его достижение.

Литература:

1. Здоровьесберегающее образование: Современные факторы развития: монография / под ред. Н.И. Дворкиной, О.Г. Лызаря. – Самара: ООО «Офорт», 2016. – 205 с.
2. Лызарь О.Г. Особенности изменения физического состояния женщин, занимающихся функциональным тренингом / О.Г. Лызарь, В.Т. Исаева, Е.В. Братко // Физическая культура, спорт и здоровье. – Йошкар-Ола – 2017. – №30. – С. 36-40.
3. Осик В.И. Теория и методика физкультурно-оздоровительных технологий и фитнеса / В.И. Осик, О.Г. Лызарь, Н.И. Романенко. – Часть 1. Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 160 с.
4. Сайкина Е.Г. Фитнес-технологии: понятие, разработка и специфические особенности / Е.Г. Сайкина, Г.Н. Пономарев // Фундаментальные исследования. – 2012. – С. 890-894.

УДК: 796.41

**ПОКАЗАТЕЛИ ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ И ПРОСТРАНСТВА
У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОК,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ**

Кандидат биологических наук, доцент М.В. Малука

Магистрант А.А. Попова

Кафедра физиологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: mvmaluka@mail.ru*

Аннотация. В работе исследованы временные и пространственные свойства гимнасток как источник успеха в спортивной деятельности.

Ключевые слова: эстетическая гимнастика, пространственные характеристики, восприятие времени, индивидуальная минута.

Композиции в эстетической гимнастике формируются в соответствии с правилами вида спорта, основными положениями которых являются: синхронное выполнение элементов упражнения, точное построение рисунков на площадке. Известно, что выполнение требований к выступлению в групповых и командных видах спорта обеспечивают способности к точному восприятию пространства и временных отрезков. У спортсменок, специализирующихся в смежных сложнокоординационных видах спорта, особенно художественной гимнастике, уровень развития способностей восприятия пространственных и временных интервалов выше среднего [1].

На базе спортивного комплекса «Баскет-холл» в г. Краснодаре нами было обследовано 8 высококвалифицированных спортсменок из сборной команды Краснодарского края и России по эстетической гимнастике. Все исследуемые имели разряд МС по эстетической гимнастике. Средний возраст гимнасток составил $20,3 \pm 1,3$ года.

В эксперименте была использована компьютерная программа «Исследователь временных и пространственных свойств человека» (ИВПС) (Ю.В. Корягина, С.В. Нопин, 2004). В программу входил стандартный набор тестовых заданий, определяющий процессы пространственно-временного восприятия, характеристики ЦНС у человека, сенсомоторные параметры. Перед прохождением тестирования был проведен инструктаж, объясняющий методику выполнения заданий.

Время сложной сенсомоторной реакции на движущийся объект (РДО) составил $0,25 \pm 0,26$ с. Показатели индивидуальной минуты у эстетических гимнасток оказались достаточно близкими к астрономическому времени и составили $58,131 \pm 3,104$ с, что говорит о хороших адаптационных способностях [2].

Проведенное нами исследование показало, что с тестами «отмеривание отрезков» и «оценивание отрезков», ориентированными на изучение способностей к пространственному восприятию, гимнастки справились

одинаково, допустив небольшой процент ошибок ($17,6\pm2,3\%$ и $16,8\pm3,5\%$ соответственно).

Умение точно воспринимать временные параметры – важная характеристика для спортсменок, специализирующихся в эстетической гимнастике, обеспечивающая распределение движений спортсменками в заданные временные отрезки. Чувство пространства способствует ориентировке на площадке, нивелирует погрешности в синхронном командном исполнении композиции под музыкальное сопровождение [3]. Полученные данные указывают нам на то, что высококвалифицированные гимнастки обладают хорошо развитыми способностями к восприятию временных и пространственных характеристик, что связано с особенностями тренировочной деятельности и является центральным фактором, определяющим успешность в избранном виде спорта. Таким образом, можно предположить, что занятия эстетической гимнастикой способствуют развитию и оптимизации способностей к пространственно-временному восприятию.

Литература:

1. Корягина Ю.В. Хронобиологические основы спортивной деятельности / Ю.В. Корягина. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2008. – 264 с.
2. Мельникова С.Л. Показатели индивидуального восприятия времени как характеристика общего состояния организма / С.Л. Мельникова, В.В. Мельников // Вестник новых медицинских технологий. – 2002. – Т. 9. – №2.
3. Малука М.В. Пространственно-временные характеристики спортсменок, занимающихся эстетической гимнастикой, с учетом функциональной асимметрии / А.С. Апрыщенко, М.В. Малука // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование // Материалы международной научно-практической конференции (11 февраля 2019 г.): материалы конференции / ред. коллегия А.И. Погребной, Ю.К. Чернышенко, М.М. Шестаков, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Е.А. Еремина, Т.А. Самсоненко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2019. – Часть 1. – С. 310-312.

УДК: 796.01:612+796.417.2

**НАСЛЕДСТВЕННАЯ ОБУСЛОВЛЕННОСТЬ СПОРТИВНЫХ
ЗАДАТКОВ В АКРОБАТИКЕ**

Кандидат биологических наук, доцент О.В. Маякова

Кандидат биологических наук, доцент Ю.А. Кудряшова

Кафедра анатомии и спортивной медицины

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: olya.mayakova777@gmaiL.com*

Аннотация. Одним из исследовательских подходов к прогнозированию развития спортивных способностей в настоящее время является изучение наследственных влияний, исследование родословных, выявление корреляции морфофункциональных показателей и достижений родителей и детей, изучение спортивных биографий.

Ключевые слова: акробатика, критерии спортивного отбора, генетические маркеры, коэффициент наследования, антропометрические показатели, соматотип акробата.

Ранняя диагностика особенностей развития морфологических признаков и двигательных способностей у детей возможна при использовании генетических маркеров – информативных морфо-функциональных и психофизиологических критериев спортивного отбора.

Критерии спортивного отбора в большинстве случаев являются генетическими маркерами спортивной одаренности. В структуре специальных способностей спортивного таланта акробата определяющими являются двигательные способности, среди которых выделяют координационные, силовые, скоростные, выносливость и гибкость, «чувство» ритма и времени, балансирование и равновесие, вестибулярная устойчивость. Из функциональных – возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем [2].

При начальном отборе оценку телосложения осуществляют, предпочитая характер распределения мускулатуры, тонкий или средний костяк, при не резкой выраженности эпифизов суставов. Жироотложение должно быть слабое и равномерное, шея длинная или средняя, форма спины прямая, осанка нормальная или слабо кифотически выпрямленная. Туловище короткое или среднее. Ноги длинные или средние, прямые, худые с хорошо развитой мускулатурой. Голени должны преобладать над длиной бедер или быть одинаковыми по длине. Ширина таза должна быть узкой, заметно уже плеч или средней. Плечи должны быть широкие, заметно или немного шире таза.

Тип телосложения перспективных акробатов – мезоморфный, со склонностью к долихоморфному [3]. Коэффициент наследования мезоморфного типа телосложения, которое является основой перспективности акробатов, составляет 0,7-0,97 [2, 3].

Наследственные факторы оказывают значительное влияние на формирование продольных размеров тела человека. В рамках данной закономерности наследственный контроль выше для развития нижних конечностей (коэффициент наследования 0,8-0,9), чем верхних (0,6-0,9). Генетические факторы оказывают большее влияние на длину верхних и нижних конечностей. Обхватные морфологические размеры тела человека в меньшей мере генетически обусловлены в развитии, чем продольные. Вариативность влияния этих факторов 0,3-0,9. Самым незначительным является наследственный контроль формирования окружности талии [1].

Высокая генетическая обусловленность получена для качества гибкости. Гибкость позвоночного столба 0,7-0,8, тазобедренных суставов – 0,7, плечевых суставов – 0,9.

Значительные влияния оказывает генотип на массу тела (74%). Доля наследственности в показателях телосложения составляет: для скелета 70-80%, для мягких тканей 50%. Особенно изменчив жировой компонент.

Коэффициент наследуемости роста достигает 98%.

У женщин в большей степени генетически обусловлены рост и вес тела, развитие и сроки начала моторной речи, проявление симметрии в функциях больших полушарий. Изучение наследственной составляющей способностей в акробатике свидетельствует о том что дети, показывающие лучшие результаты на этапе начальной подготовки, сохраняют это преимущество и на последующих этапах спортивной тренировки. Спортсмены, показавшие высокие результаты в юношеском возрасте, сохраняют это преимущество и становятся взрослыми [4].

Для наследственно одаренных детей воздействие тренировки более эффективно в раннем возрасте. Показателем спортивной одаренности является темп прироста физических качеств. Информативен прирост за первые 1,5 года занятий.

Одним из генетических маркеров, позволяющих выявить одаренных детей, – является семейная наследственность. Метод является достаточно информативным на первом этапе спортивного отбора.

Предмет представленного фрагмента исследования – явление семейной наследственности у спортсменов, специализирующихся в акробатике.

Объект исследования – родословные спортсменов, структура семьи, индекс семейственности.

Исследования проводилась на базе Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. Обследованы студенты, обучающиеся на факультете спорта, 50 девушек, специализирующихся в акробатике. Из них 20 человек – спортсменки высокой спортивной квалификации (ЗМС и МС) и 30 – низкой. Так же были обследованы 74 студента, специализирующиеся в беге на средние дистанции (800, 1500 м.), высокой спортивной специализации (МС, КМС).

Возраст исследуемых в среднем составил 17-20 лет. При подборе контингента исследуемых мы исходили из того, что спортсмен, достигший

высокой спортивной квалификации, является носителем комплекса генов, обеспечивающих успешность в данном виде спорта (акробатика). Среди них чемпионки Кубка мира, Европы, России.

При анализе родословных высокие достижения отмечаются в смежных поколениях: дети-родители, что совпадает с данными авторов [2]. Анализ родословных показал, что во втором поколении, среди родителей спортсменов, были спортсмены высокой квалификации.

Среди высококвалифицированных акробаток отцы – мастера спорта составили 25,6, матери – 26,6, братья – 22, сестры – 24, 2%. Исследования семей показали, что среди братьев и сестер исследуемых есть спортсмены высокой квалификации, причем приблизительно в равных количествах среди братьев, сестер и родителей.

У низкоквалифицированных спортсменов этого вида спорта показатели распределились следующим образом: отцы – 3, матери – 7, братья 4,7, сестры 9,8%. Высокая спортивная специализация одновременно у двух родителей (мать и отец МС по акробатике) отмечена у одной спортсменки.

В группе акробаток количество родственников, профессиональных спортсменов, не имеет достоверной разницы в плане половой принадлежности.

Спортсмены, у которых отцы и матери занимались массовой физической культурой и массовыми видами спорта, составили 20%. Родители, не занимающиеся спортом и физической культурой в течение жизни, – 5,5%. Высокие достижения в спорте отмечены у сибсов женского пола, по линии матери, они составили 16,2%, по линии отца – 9%.

Анализ двигательной активности сибсов мужского пола показал, что 68% сибсов занимались физическим трудом, так как проживали в сельской местности. 32% членов родословной занимались умственным трудом и проживали в сельской и городской местности. В первом и втором поколении физическим трудом и спортом в большей мере занимались сибы мужского пола, чем женского, во всех группах спортсменов.

Анализ структуры семей спортсменок показал, что они выросли в семьях с двумя и тремя детьми. 73% из них являются вторыми детьми в семье. Сведения, что одаренные спортсмены, специализирующиеся в различных видах спорта, в большинстве случаев являются вторыми детьми, отмечается рядом авторов: 13,3% спортсменок – дети из многодетных семей (5 детей) и являются младшими. 14,7% спортсменок родились первыми [2].

На проявления в фенотипе спортивных способностей может влиять «преимущество первенца». Среди прославленных, наиболее известных людей и выдающихся ученых большую часть составляют первенцы [1].

Используя метод пробандов и сибсов, рассчитали семейный индекс. В семьях профессиональных акробаток он составил 0,9, $p > 0,05$. В группе низкоквалифицированных спортсменок – 0,5, $p > 0,05$. Значение семейного индекса у этой группы оказалось значительно ниже по сравнению с группой спортсменов высокой квалификации.

Семейный индекс у борцов составил 0,7 ($p > 0,05$), бегунов на средние дистанции – 1,0 ($p > 0,05$).

Высокие значения индекса семейственности позволяют косвенно судить о наследовании комплекса признаков, характерных для одаренного спортсмена.

Явление семейной наследственности является одним из генетических маркеров спортивной одаренности и может использоваться на первом и втором этапе спортивного отбора.

Семьи женщин акробаток характеризуются большим количеством родственников спортсменов, имеющих высокую спортивную квалификацию. Для родственников не спортсменов этих семей характерна высокая двигательная активность. Высокие достижения чаще встречаются в смежных поколениях дети – родители. Сходство в выборе специализации выше в семьях легкоатлетов, в семьях акробатов сходство ниже.

Спортивные семьи являются маркером спортивных задатков. Изучение генетической обусловленности, закономерностей наследования критериев спортивного отбора, большинство из которых являются генетическими маркерами, является насущной необходимостью на современном этапе развития теории и практики спорта.

Литература:

1. Архипова Л.А. Современные технологии в физическом воспитании обучающихся: Учебно-методическое пособие / Л.А. Архипова, Н.В. Фомичева. – Тюмень, 2015. – 92 с.
2. Губа В.П. Технология интегрального изучения одаренности детей для занятий различными видами деятельности / В.П. Губа // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». 2016. – №5.
3. Наследственность и факторы, определяющие спортивную пригодность. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://helpiks.org/8-3360.html>
4. Луцкан И.П. Проблемы медицинского обеспечения детей, занимающихся спортом в России / И.П. Луцкан, Н.В. Саввина, Е.А. Степанова // Российский педиатрический журнал. – 2012. – №5.

УДК: 796.01:612+791.83

**НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ
СИСТЕМЫ ДЕВОЧЕК ПЕРИОДА ВТОРОГО ДЕТСТВА,
СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ЦИРКОВОМ ИСКУССТВЕ**

Кандидат биологических наук, доцент О.А. Медведева

Доктор медицинских наук, профессор Г.Д. Александриц

Кафедра анатомии и спортивной медицины

Контактная информация для переписки: 350011, г. Краснодар, ул. им. Буденного, 161,

e-mail: medvedeva-ol.an@mail.ru

Аннотация. Одним из современных направлений системы физического воспитания детей и подростков является цирковое искусство. Однако изучение научно-методической литературы по особенностям детей и подростков, занимающихся цирковым искусством, показало, что эти сведения немногочисленны и основаны преимущественно на педагогических методах исследования, без учета типовых и функциональных особенностей. В связи с этим проблема исследования морфофункциональных особенностей детей и подростков, занимающихся цирковым искусством, является актуальной.

Ключевые слова: цирковое искусство, период второго детства, частота сердечных сокращений, индекс Робинсона, Гарвардский степ-тест, индекс Руфье.

Целью исследования явилось определение некоторых физиологических особенностей сердечно-сосудистой системы (ССС) девочек 8-11 лет, специализирующихся в цирковом искусстве.

В исследовании приняли участие 60 девочек 8-11 лет. Из них 30 человек учащиеся средней общеобразовательной школы (СОШ) № 14 с. Кривенковское и 30 человек – представители цирковой студии «Арена» (ЦС) со стажем занятий от 5 до 7 лет жанров эврилибр, акробатика, гимнастика.

В результате анализа частоты сердечных сокращений (ЧСС) у исследуемых достоверно более низкие значения наблюдались у артисток ЦС ($77,0 \pm 0,8$ уд./мин), по сравнению со сверстницами СОШ ($83,9 \pm 0,7$ уд./мин; $p < 0,001$).

Анализ показателей индекса Робинсона у девочек выявлял более низкие значения в группе школьниц, специализирующихся в цирковом искусстве ($78,9 \pm 0,8$ усл. ед.), по сравнению со сверстницами СОШ ($88,2 \pm 1,0$ усл. ед.; $p < 0,001$).

При изучении показателей степ-теста было обнаружено, что представительницы ЦС показывали достоверно более высокий уровень физической работоспособности ($70,9 \pm 1,4$ усл. ед.) в сравнении с девочками СОШ ($60 \pm 5,9$ усл. ед.; $p < 0,001$).

Анализ данных индекса Руфье в группе девочек ЦС определял достаточные адаптивные и функциональные возможности ССС ($5,9 \pm 0,4$ усл.

ед.), у сверстниц СОШ наблюдались удовлетворительные адаптивные возможности после стандартной физической нагрузки ($9,3\pm0,3$ усл. ед.).

Таким образом, анализ некоторых особенностей сердечно-сосудистой системы девочек периода второго детства, специализирующихся в цирковом искусстве, позволяет сделать вывод, что артисты ЦС достоверно отличались от сверстниц СОШ по всем исследуемым показателям. Девочки 8-11 лет, специализирующиеся в цирковом искусстве, обладают высокими компенсаторными способностями ССС и адаптационными возможностями организма к физическим нагрузкам.

Литература:

1. Белоцерковский З.Б. Сердечная деятельность и функциональная подготовленность у спортсменов (норма и атипичные изменения в нормальных и измененных условиях адаптации к физическим нагрузкам) / З.Б. Белоцерковский, Б.Г. Любина. – М.: Советский спорт, 2012. – 548 с.
2. Медведева О.А. Особенности физической подготовленности детей периода второго детства, занимающихся цирковым искусством, в зависимости от соматотипа / О.А. Медведева, Г.Д. Алексанянц, А.В. Гребеник // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – №1. – С. 117-126.
3. Медведева О.А. Типологические особенности сердечно-сосудистой системы детей периода второго детства со слуховой депривацией / О.А. Медведева, Г.Д. Алексанянц, А.А. Тарасенко // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – №1. – С. 338-340.
4. Особенности функциональных резервов организма школьников в динамике обучения / Н.Г. Чекалова [и др.] // Медицинский альманах. – 2016. - №5. – С. 232-234.
5. Тимохина М.А. Цирковое искусство как направление работы спортивной студии / М.А. Тимохина, С.А. Ильин, Д.В. Щербакова // Спортивно-массовая работа и студенческий спорт: возможности и перспективы: Материалы Международной научно-практической конференции. – 2015. – С. 34-37.

УДК: 796.015.82

**ПЕРСПЕКТИВЫ ОЦЕНОК СПОРТИВНОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ПРОГНОЗИРОВАНИЯ
В СПОРТЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ**

Кандидат педагогических наук, доцент И.Г. Павельев

Кандидат биологических наук, профессор В.В. Лысенко

Кандидат педагогических наук, доцент Е.Г. Костенко

Кафедра биохимии, биомеханики и естественно-научных дисциплин

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. им. Буденного, 161,
e-mail: povidlov@yandex.ru*

Аннотация. Повышение требований к подготовке спортсменов высшей квалификации требует поиска эффективных путей решения этих задач. Среди основных аспектов, влияющих на повышение качества тренировочного процесса, можно выделить построение систем педагогического мониторинга. Данный аспект выделяют как информационный механизм управления.

Ключевые слова: педагогическое тестирование, управление и контроль, диагностика, мониторинг и планирование, прогнозирование.

Сегодня актуальной проблемой остается систематизация результатов научных исследований и опыта тренировок в области построения систем педагогического мониторинга по вопросам использования результатов тестирования для оценки и прогнозирования спортивной формы [1, 5].

Для успешного построения процесса спортивной тренировки необходимо оценивать физическую, техническую, функциональную и психологическую подготовленность. Эффективно решить эти задачи помогают специалисты различного профиля: тренеры, врачи, физиологи, биохимики [3]. Для получения объективной и точной информации о различных сторонах подготовленности спортсмена используются контрольные упражнения, функциональные пробы и т.п., которые, как правило, называют тестами. Однако процедуре оценки валидности теста для решения конкретной практической задачи не уделяется должного внимания [2].

Как показывает практика, в спорте довольно востребованным принципом при построении информационного механизма управления считают мониторинг [4, 6]. Во многих сферах деятельности уже накоплено большое количество знаний в плане объективизации и актуализации мониторинга различных систем. Среди прочего, мониторинговые системы включают такие показатели, которые позволяют в полной мере отразить качества и функции управляемых систем [7]. Однако, поскольку в спортивной практике формирование набора показателей и критериально-диагностического аппарата достаточно трудоемкий процесс, было предложено на основе многолетнего опыта работы с ведущими легкоатлетами-прыгунами в длину разработать систему оценки спортивной подготовленности и прогнозирования уровня достижений спортивных результатов, которая в настоящее время была

опробована в работе сборных команд Краснодарского края и Российской Федерации по легкой атлетике.

Для организации эффективного контроля за ходом и результатами тренировочного процесса необходима постоянная оценка динамики изменений в уровне спортивной подготовленности при помощи информативных тестов. Предлагаемый в наших исследованиях метод оценки информативности применяемых контрольных упражнений эффективен и позволяет не только контролировать различные уровни спортивной подготовленности, но и служить средством отбора и прогнозирования спортивных результатов.

Система оценки различных уровней подготовленности и прогнозирования спортивных результатов прошла многолетнюю проверку в работе заслуженного тренера СССР и РСФСР по легкой атлетике Е.В. Мартианова. Использование различных компонентов этой системы позволило ему подготовить 5 заслуженных мастеров спорта, 6 мастеров международного класса, 25 мастеров спорта. Его ученики завоевали 10 медалей различного достоинства на чемпионатах мира и Европы.

Литература:

1. Ахриева А.Ю. Проблема использования тестов для оценивания качества обучения в современной школе / А.Ю. Ахриева // Теория и практика общественного развития. – № 6. – 2014. – С. 65-67.
2. Изотова Л.Е. Модели зрелости педагогических систем / Л.Е. Изотова, Д.А. Романов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – № 9 (115). – 2014. – С. 51-55.
3. Китюкова Э.В. Биомеханическое моделирование двигательных действий / Э.В. Китюкова, А.П. Остриков, И.Г. Павельев // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации: Материалы VII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2017. – С. 123-127.
4. Королева Т.П. Системно-структурный подход к анализу и развитию профессионально важных качеств / Т.П. Королева // Теория и практика общественного развития. – № 13. – 2014. – С. 48-51
5. Костенко Е.Г. Интерпретирование количественных данных спортивно-педагогических исследований / Е.Г. Костенко, О.С. Толстых // Мир педагогики и психологии. – 2019. – № 5 (34). – С. 102-109.
6. Костенко Е.Г. Методика обработки результатов комплексного контроля при подготовке спортсменов высокой квалификации / Е.Г. Костенко, А.П. Костенко, О.С. Толстых // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 99-101.
7. Лысенко В.В. Инструментальные средства оперативного контроля биомеханических характеристик / В.В. Лысенко, А.П. Остриков, И.Г. Павельев // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 88-89.

УДК: 796.028(470.62)

**РАЗРАБОТКА СИСТЕМЫ МЕДИКО-ЭКОЛОГИЧЕСКОГО
МОНИТОРИНГА В ПРЕДЕЛАХ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ
ОБЪЕКТОВ Г. КРАСНОДАРА И КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

Кандидат биологических наук, доцент М.Г. Половникова

Доктор медицинских наук, профессор Г.Д. Александриц

Кандидат медицинских наук, доцент А.А. Килимник

Кафедра анатомии и спортивной медицины

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: marinapmg@rambler.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены проблемы организации системы медико-экологического мониторинга спортивно-оздоровительных сооружений в г. Краснодаре и Краснодарском крае Российской Федерации в связи с повышенной техногенной нагрузкой на окружающую среду, влиянием антропогенных факторов среды на состояние здоровья спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой.

Ключевые слова: медико-экологический мониторинг, спортивно-оздоровительные сооружения, окружающая среда, спорт, физическая культура.

Здоровье человека как фактор национальной безопасности и стратегическая цель общественного развития имеет широкий спектр механизмов управления, включая экологические, значимость которых за последние десятилетия значительно выросла. Причины экологической опасности для индивидуального и общественного здоровья в первую очередь связаны с увеличением антропогенных нагрузок на окружающую среду [1]. При этом системные вопросы экологии здоровья остаются вне сферы должного внимания. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, направленная на формирование у людей сознания к ведению здорового образа жизни, занятию физической культурой и спортом, может быть успешно осуществлена в случае благоприятной окружающей среды.

Проблема, связанная с неблагоприятной экологической обстановкой в г. Краснодаре и Краснодарском крае, длительное время стоит достаточно остро. В загрязнение окружающей природной среды региона огромный вклад вносят автотранспорт, промышленные предприятия, агрокомплексы, теплоэлектростанции, коммунально-бытовое хозяйство и т.д. Антропогенная деятельность в г. Краснодаре и Краснодарском крае способствует увеличению валового выброса поллютантов в окружающую среду и их миграции, в том числе и на территории спортивно-оздоровительных сооружений. В связи с этим встает вопрос о необходимости создания системы медико-экологического мониторинга для оценки экологической безопасности спортивно-оздоровительных сооружений в г. Краснодаре и Краснодарском крае. При этом она должна являться частью общей службы наблюдения и контроля за

состоянием здоровья людей и окружающей среды. Необходимость подобных наблюдений возрастает в связи с увеличением количества лиц, занимающихся физической культурой в субъекте РФ – Краснодарский край.

В связи с изложенным, исследования, посвященные наблюдению за экологической обстановкой спортивно-оздоровительных сооружений и ее влиянию на здоровье спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой, и реализации системы медико-экологического мониторинга, являются весьма актуальными.

Для «управления» состоянием окружающей среды следует осуществлять контроль ее текущего состояния, чтобы предотвращать ухудшение качества среды, оптимальной для жизни человека, прогнозировать изменения и связанные с ними экологические последствия.

Реализация медико-экологического мониторинга в пределах спортивно-оздоровительных сооружений предполагает базироваться на системном подходе. В его основе лежит учет комплексного влияния различных факторов окружающей среды в пространстве и во времени, единая оценка их экологогигиенического состояния, что будет способствовать разработке научно обоснованной классификации качества окружающей среды, которая основывается на критериальных показателях, позволяющих характеризовать как наружную, так и внутреннюю среду с учетом степени риска для здоровья человека. Базовым функциональным элементом системы мониторинга спортивно-оздоровительных сооружений г. Краснодара и Краснодарского края является анализ экологического состояния среды, по результатам которой можно делать достоверный прогноз экологических рисков, регулировать качество среды обитания, моделировать разные экологические ситуации, заниматься вопросами оздоровления окружающей среды и обеспечения экологической безопасности спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой.

При разработке системы медико-экологического мониторинга целесообразно создание и внедрение максимально возможной сети контроля за показателями внешней среды и процессами состояния здоровья, использование расчетных интегральных показателей, отражающих специфические контуры регуляции системы человек – среда. Структура системы медико-экологического мониторинга в пределах спортивно-оздоровительных объектов г. Краснодара и Краснодарского края включает в себя четыре крупных модуля (рис. 1) – проектный, содержательный, учетно-контрольный, модуль практического использования, в пределах которых решаются поставленные задачи.

Для реализации системы медико-экологического мониторинга в пределах спортивно-оздоровительных объектов г. Краснодара и Краснодарского края необходимо использовать специальную компьютерную программу, которая позволит:

- оценить стоимость затрат на восстановление здоровья спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой, которые связаны с негативным влиянием на организм определенного фактора;

- сделать прогноз государственных затрат на восстановление здоровья спортсменов, связанных с отрицательным действием нескольких факторов;
- предложить условия экономической защиты граждан в связи с влиянием окружающей среды в рамках существующей правовой системы.

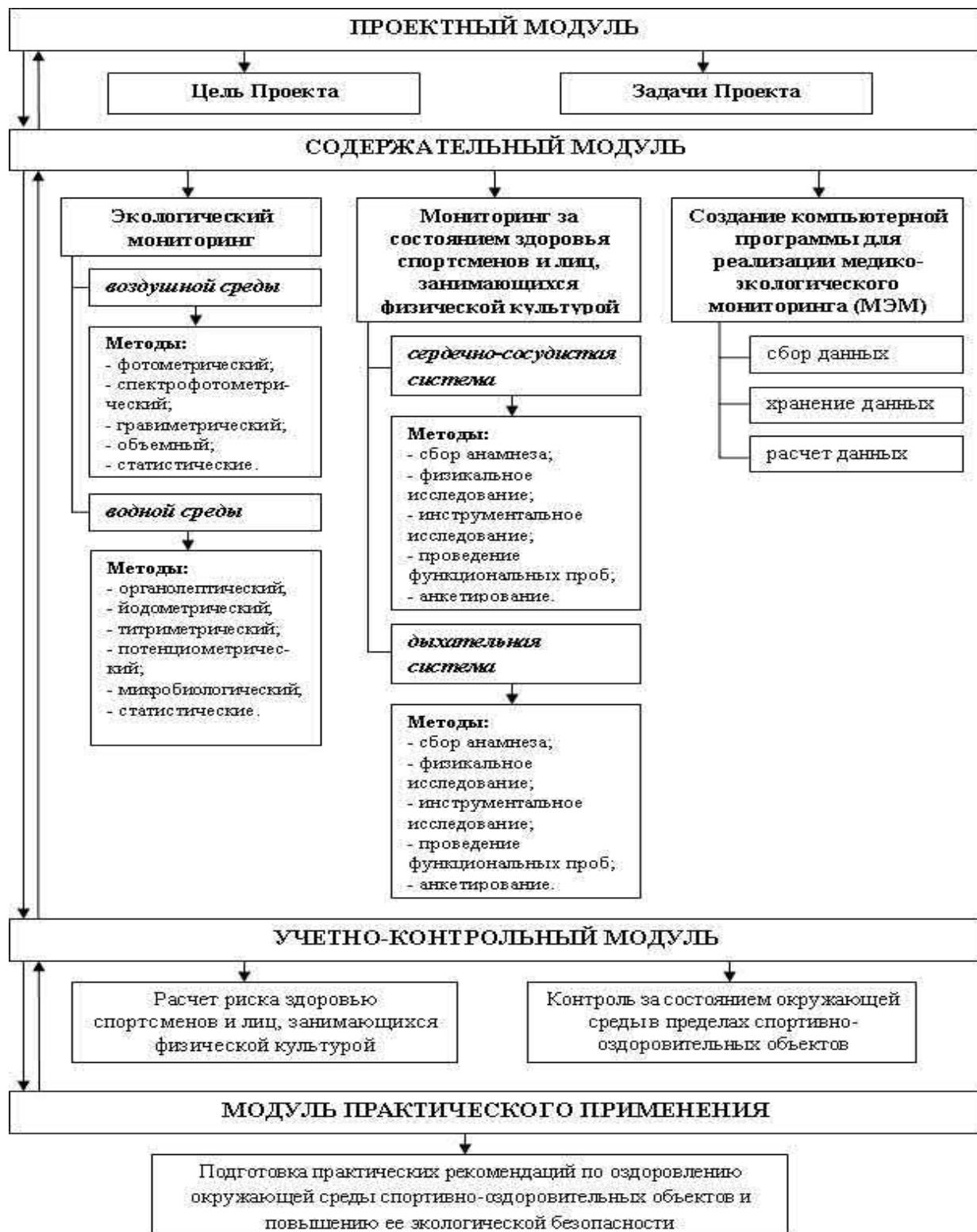


Рис. 1. Структура системы медико-экологического мониторинга в пределах спортивно-оздоровительных объектов г. Краснодара и Краснодарского края

Проведенные исследования экологического состояния спортивно-оздоровительных сооружений г. Краснодара и Краснодарского края позволят получить новые научные сведения, расширяющие современные представления о закономерностях взаимодействия организма человека с окружающей средой, и применять их как дополнительные критерии при разработке системы оценки индивидуального и общественного здоровья в условиях загрязнения среды обитания.

Исследования, полученные в ходе мониторинга, могут быть применены для контроля за состоянием окружающей среды, установления локальных зон загрязнения воздушной и водной среды, определения экологических параметров содержания поллютантов в атмосферном воздухе и воде спортивно-оздоровительных сооружений, а также для разработки мероприятий по улучшению качества среды обитания в г. Краснодаре и Краснодарском крае.

Данные результатов исследования будут использованы для создания экологических паспортов спортивно-оздоровительных сооружений, могут применяться в разработке методов снижения антропогенной нагрузки на экологическую среду г. Краснодара и Краснодарского края. Будут предложены методические рекомендации для внедрения в муниципальные и региональные учреждения края.

Внедрение системы медико-экологического мониторинга в сферы охраны природы и здравоохранения является экономически выгодным, поскольку, используя минимальное количество технических и людских ресурсов, можно решать задачи по обработке, представлению и анализу медицинских и экологических данных. Рентабельность данной системы дает возможность получения результатов в кратчайшие сроки, что приводит к принятию соответствующими лицами своевременных решений в условиях жестко ограниченной финансовой и временной среде.

Установленные в ходе реализации данного Проекта научные знания будут представлены в качестве концептуальных положений при формировании парадигмы экологического менталитета. Результаты планируемых исследований существенно дополнят научные знания в области спортивной физиологии и спортивной медицины представлениями о закономерностях адаптационных процессов, формирующих различные уровни функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем в условиях занятий спортом и физической культурой на территории спортивно-оздоровительных сооружений г. Краснодара и Краснодарского края. Разработка системы медико-экологического мониторинга в пределах спортивно-оздоровительных объектов в реальном масштабе времени и использование информационных технологий является одним из важных моментов в обеспечении безопасности окружающей среды и устойчивого развития экономики г. Краснодара и Краснодарского края.

Литература:

1. Каратаев Е.С. Проблемы экологической безопасности спортивнооздоровительных сооружений / Е.С. Каратаев, А.Г. Хайруллин, В.Ф. Новиков // Вестник Казанского технологического университета. – 2013. – Т. 16. – С. 49-51.

УДК 796.011.1

АНАЛИЗ КОМПЕТЕНТНОСТИ ИНСТРУКТОРОВ ПО ФИТНЕСУ

Кандидат педагогических наук, доцент Н.И. Романенко

Магистрант Е.В. Клочко

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: romanenko_ni@mail.ru

Аннотация. Работа посвящена анализу профессиональной компетентности инструкторов по фитнесу. Выявлено, что большая часть опрошенных респондентов не имеет профильного образования, не все владеют базовыми понятиями и терминологией по теории и методике физической культуры, что угрожает здоровью и безопасности занимающихся. Отсутствует единая система оценки квалификации инструкторов по фитнесу.

Ключевые слова: компетентность, инструктор по фитнесу, повышение квалификации, теория и методика физической культуры.

В настоящее время фитнес настолько популярен, что им занимаются различные половозрастные группы населения, в том числе и лица, имеющие ограничения по состоянию здоровья [2]. Поэтому при организации и проведении физкультурно-оздоровительных занятий инструктор по фитнесу должен владеть необходимыми образовательными и профессиональными компетенциями и опираться на фундаментальные знания физиологических и биохимических процессов, протекающих в организме, возрастных и морффункциональных особенностях, уметь подбирать и планировать тренировочную нагрузку в соответствии с возможностями занимающихся, учитывать индивидуальные и медицинские показания и противопоказания, иметь навыки проведения физкультурно-оздоровительных занятий различной направленности [1, 3, 4]. В связи с этим становится актуальным проведение исследования по выявлению уровня профессиональных компетенций инструкторов по фитнесу.

Цель исследования – выявить уровень профессиональных компетенций инструкторов по различным направлениям фитнеса.

В исследовании приняло участие 33 инструктора частных фитнес-клубов города Краснодара.

В ходе анонимного анкетного опроса выявлено, что только 30% (10 человек) работающих инструкторов имеют профильное образование, остальные 70% (23 человека) прошли сертификационную подготовку в частных коммерческих структурах, не имеющих лицензии на право образовательной деятельности.

Собственный опыт занятий в пауэрлифтинге, бодибилдинге, бодифитнесе, кроссфите имеют 57% (18 человек), для которых работа в тренажерном зале является источником финансирования собственной

спортивной карьеры. Остальные 43% (15 человек) опрошенных имеют опыт в других видах спорта.

Настирает тот факт, что лица, не имеющие профильного образования, путаются в базовых и терминологических понятиях теории и методики физической культуры, не обладают знаниями функциональной анатомии, не знают половозрастных особенностей, не учитывают физических возможностей занимающихся.

Также в ходе опроса обнаружено, что в только в сетевых фитнес-клубах проводится аттестация и зависит она от уровня квалификации уполномоченного лица. Данное обстоятельство вызывает субъективность и некомпетентность оценки профессиональных качеств инструкторов.

Таким образом, выявлена очевидная проблема, заключающаяся в отсутствии значительной части инструкторов по фитнесу профильного образования, необходимых теоретических знаний в проведении физкультурно-оздоровительных занятий, а также отсутствие единой системы оценки и повышения квалификации.

Для решения данной проблемы необходимо обеспечить спортивно-оздоровительную отрасль квалифицированными специалистами, профессиональная компетентность которых подтверждается дипломом государственного образца, и разработать единую систему аттестации инструкторов по фитнесу. С этой целью вносятся поправки в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ». Согласно статье 30.1 Закона № 303-ФЗ, в фитнес-центрах и их объединениях оказывать услуги должны профессиональные работники, которые могут подтвердить свою квалификацию соответствующими документами, а также регулярно проходить повышение своих практических навыков [5]. Следовательно, требуется своевременно разработать на базе КГУФКСТ современную технологию повышения квалификации инструкторов по фитнесу, учитывающую ряд показателей, таких как уровень профессионального образования, направленность физкультурно-оздоровительной деятельности и стремление к карьерному росту.

Литература:

1. Михайлова Т.В. Эффективность деятельности тренера и определяющие ее факторы / Т.В. Михайлова // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 1. – С. 34-38.
2. Осик В.И. Гуманизация условий физкультурно-оздоровительной деятельности: Учебное пособие / В.И. Осик, О.Г. Лызарь, С.С. Воеводина, Н.И. Романенко. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2016. – 149 с.
3. Осик В.И. Теория и методика физкультурно-оздоровительных технологий / В.И. Осик, Н.И. Дворкина, О.Г. Лызарь, О.С. Филимонова, Н.И. Романенко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 150 с.
4. Проскурякова Н.Г. Профессиональная компетентность тренеров по фитнесу / Н.Г. Проскурякова // Тория и практика физической культуры. – М.: Теория и практика физической культуры и спорта, 2015. – №12. – С. 9-12.
5. Федеральный закон о физической культуре и спорте в Российской Федерации № 329-ФЗ от 04 декабря 2007 г., с дополнениями.

УДК: 796.015.58-055.2

**ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ КРУГОВОЙ
ТРЕНИРОВКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
С ЖЕНЩИНАМИ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА**

Кандидат педагогических наук, доцент Н.И. Романенко

Магистрант Л.И. Борисова

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: romanenko_ni@mail.ru*

Аннотация. В работе рассматривается функциональный тренинг, проводимый круговым методом в процессе физического воспитания женщин 45-55 лет в условиях фитнес-клуба. Экспериментальным путем доказана эффективность проведения занятий функциональной направленности с женщинами 45-55 лет методом круговой тренировки, обеспечивающей более высокие результаты развития физических качеств по сравнению с традиционным подходом.

Ключевые слова: фитнес, функциональный тренинг, круговой метод, спортивное оборудование, женщины 45-55 лет.

В настоящее время мы являемся свидетелями стремительного развития фитнес-индустрии и физкультурно-оздоровительных технологий, что нашло отражение в появлении новых оздоровительных методик, фитнес-программ, активно внедряющихся в фитнес-клубах [4]. Одним из таких направлений является функциональный тренинг, который нашел большое количество приверженцев среди занимающихся и инструкторов [2]. Некогда функциональные тренировки включались в тренировочный процесс профессиональных спортсменов, способствующий повышению общей физической подготовки, но сравнительно недавно они стали внедряться в деятельность фитнес-клубов.

Функциональный тренинг предлагает широкие возможности для любого пола, возраста, уровня физической подготовленности, физиологических особенностей и разнообразных потребностей относительно своей физической формы [1].

Особенностью функционального тренинга является то, что упражнения, используемые в тренировке, имитируют повседневные движения, благодаря чему улучшается функциональная сила участвующих в них мышц. Оборудование, которое применяется на тренировке, позволяет совершать движения не по фиксированной траектории, как на тренажерах, а по свободной – это тяговые тренажеры, резиновые амортизаторы, медболы, свободные отягощения, нестабильная опора [3].

Также популярной организационно-педагогической формой проведения является круговая тренировка. Но, несмотря на большую популярность

использования данного метода, научно-методических обоснований круговой тренировки в фитнесе недостаточно, что делает проблему актуальной.

Цель исследования – повышение эффективности проведения круговой тренировки функциональной направленности с женщинами 45-55 лет.

Организация исследования. Педагогический эксперимент проводился в фитнес-клубе «Fit Line» города Краснодара в течение 6 месяцев. В нем приняло участие 34 женщины 45-55 лет, которые занимались 3 раза в неделю по 55-60 минут. Для женщин экспериментальной группы (18 человек) были разработаны круговые тренировки на основе функциональных упражнений. Контрольная группа (16 человек) занималась традиционными силовыми групповыми программами.

Результаты исследования. В ходе эксперимента выявлено выраженное преимущество женщин экспериментальной группы. Функциональные упражнения, выполняемые с отягощением, способствовали достоверному ($t=3,84$; $p<0,01$) улучшению результатов в тесте статическое удержание согнутых ног с опорой о стену. Прирост составил 47,5% (рисунок 1).

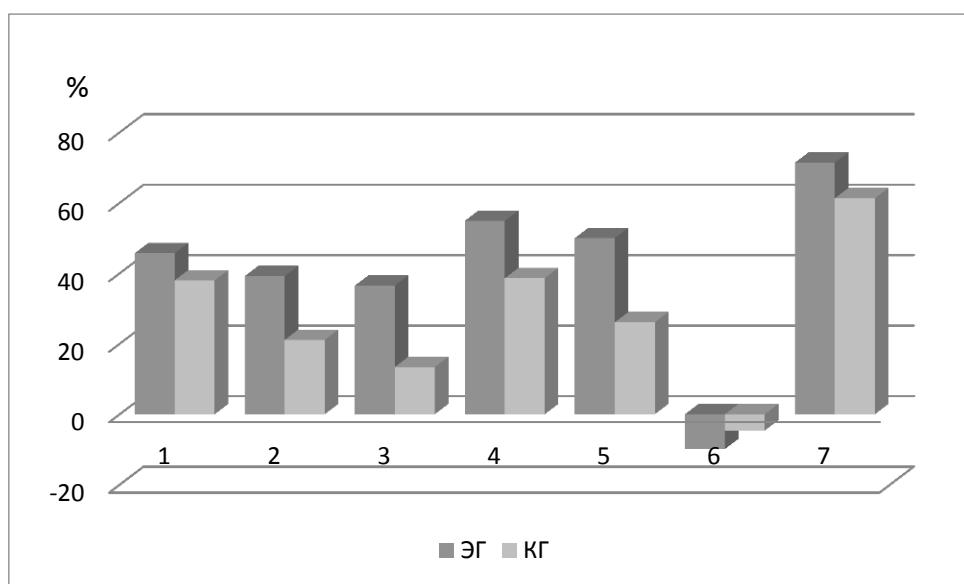


Рисунок 1 – Прирост показателей развития физических качеств
Примечание: 1 – удержание согнутых ног с опорой о стену, 2 – удержание рук и ног на весу из и.п. лежа на животе, 3 – диагональное скручивание (кранч), 4 – боковая планка, 5 – сгибание-разгибание рук в упоре лежа, 6 - плечевой выкрут, 7 – проба Ромберга.

Значительно улучшилась работа постуральных мышц в статическом удержании рук и ног на весу из и.п. лежа на животе ($t=3,25$; $p<0,01$), в статическом удержании боковой планки ($t=3,05$; $p<0,01$). Прирост составил 39,2 и 50% соответственно.

Аналогичная картина выявлена и в динамических тестах: ($t=2,18$; $p<0,05$), сгибание-разгибание рук в упоре лежа ($t=2,39$; $p<0,05$). Прирост составил 36,5 и 54,9% соответственно.

Достоверно улучшились показатели пассивной гибкости в тесте плечевой выкрут (t=3,10; p<0,001). Прирост составил 9,9%.

Упражнения, выполняемые на нестабильной платформе, способствовали достоверному увеличению показателей в тесте Ромберга, оценивающего устойчивость вестибулярного аппарата (t=3,11; p<0,01). Прирост составил 71,4%.

Заключение. Таким образом, в ходе эксперимента доказана эффективность проведения занятий функциональной направленности с женщинами 45-55 лет методом круговой тренировки, обеспечивающей более высокие результаты развития физических качеств по сравнению с традиционным подходом.

Литература:

1. Мирошников А.Б. Методология функционального тренинга / А.Б. Мирошников [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://www.khisyamov.ru/lib/articles/1188/>
2. Романенко Н.И. Использование функционального тренинга в фитнесе / Н.И. Романенко, Л.И. Оборина // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль - март 2017 года, Тезисы докладов XLIV г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия: Г.Д. Алексанянц, А.И. Погребной, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – Часть 2. – С. 124-126.
3. Романенко Н.И. Особенности методики занятий функциональной направленности с женщинами 21-35 лет / Н.И. Романенко, Л.С. Шарина // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – Выпуск 3 (сентябрь). – Тула: Изд-во ТулГУ, 2017. – С. 70-77.
4. Осик В.И. Теория и методика физкультурно-оздоровительных технологий / В.И. Осик, Н.И. Дворкина, О.Г. Лызарь, О.С. Филимонова, Н.И. Романенко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – 150 с.

УДК: 796.035-055.2

**ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ С УЧЕТОМ
КОМПОНЕНТНОГО СОСТАВА ТЕЛА ЖЕНЩИН 25-30 ЛЕТ**

Кандидат педагогических наук, доцент Н.И. Романенко

Студентка В.А. Распопова

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: romanenko_ni@mail.ru*

Аннотация. В работе обосновано адекватное использование средств фитнеса различной направленности в физическом воспитании женщин первого зрелого возраста в соответствии с соматотипом. Соматотипирование проводилось по методу Р.Н. Дорохова путем оценки двух уровней варьирования морфологических признаков: габариты (длина и вес тела), компоненты тела, их выраженность и соотношение. По результатам исследования выявлена положительная динамика компонентного состава тела и показателей физического развития женщин 25-30 лет.

Ключевые слова: средства фитнеса, женщины 25-30 лет, соматотипирование, компонентный состав тела.

Здоровый образ жизни, в основе которого лежит двигательная активность, считается, по мнению специалистов, мощным фактором оздоровления населения [1, 4]. Развивающаяся фитнес-индустрия сделала фитнес доступным видом физкультурно-оздоровительных занятий, где большая часть посетителей – женщины. Установлено, что достижение успеха в сохранении здоровья возможно не только при систематических физкультурно-оздоровительных занятиях, приносящих положительные эмоции и удовлетворение от двигательной активности, но и от интенсивности тренировочной нагрузки. Большинство фитнес-программ проводятся без разделения на возрастные группы, не учитывается компонентный состав тела занимающихся, что значительно снижает эффективность занятий [2, 3]. Анализ научно-методической литературы показывает, что в настоящее время имеются фрагментарные сведения об особенностях проведения занятий фитнесом с учетом возраста и компонентного состава тела занимающихся женщин, что делает проблему актуальной.

Цель исследования – выявить особенности проведения занятий фитнесом с учетом компонентного состава тела женщин 25-30 лет.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось на базах фитнес-клубов «Пеликан» и «М-фитнес» города Краснодара. В исследовании приняло участие 54 женщины в возрасте 25-30 лет, занимающиеся фитнесом в течение 7 месяцев. Контрольная группа 26 человек и экспериментальная – 38. В каждой группе женщин были выделены по три соматотипа: микросомный, мезосомный и макросомный. Женщины контрольной группы занимались 4 раза в неделю по 55-60 мин два раза классической аэробикой и два силовой. Для представительниц экспериментальной группы в соответствии с соматотипом была разработана специальная методика физкультурно-оздоровительных занятий.

Результаты исследования и их обсуждение. В начале эксперимента определялся габаритный уровень варьирования по длине и весу тела, предложенный Р.Н. Дороховым (1985), и компонентный состав тела по биоимпедансной методике с помощью весов жироанализаторов (TANITA BC-601). В ходе соматодиагностики выявлены три соматотипа: MaC – 38,7%, MeC – 49,6%, MiC – 11,7%. По жировой массе тела: 77,9% женщин относились к микрокорпулентному типу, к макрокорпулентному типу – 12,3%, к мезокорпулентному – 9,8%. По мышечной массе тела: 80,3% относились к микромышечному типу, 19,7% к мезомышечному типу.

После проведенного исследования женщин экспериментальной группы в соответствии с их предпочтениями распределили следующим образом: женщинам микросомного типа со слабо выраженной мышечной массой тела была предложена фитнес-йога и памп-тренинг; для представительниц мезосомного типа со средней жировой и различной мышечной массой тела – степ-аэробика и функциональный тренинг; для лиц макросомного типа с повышенной жировой и мышечной массой тела – слайд-аэробика и силовой тренинг.

По окончании исследования в экспериментальной группе достоверно:

- снизился вес тела и жировой компонент у занимающихся с макросомным типом на 8,6% и 6,7%, с мезосомным типом на 4,8% и 5,2% соответственно;
- уменьшились значения индекса массы тела у лиц с макросомным типом на 6,3%, у мезосомного – 5,9%;
- увеличился прирост мышечной массы тела у представительниц с микросомным типом на 10,8%, с мезосомным – 4,9%;
- увеличились показатели ЖЕЛ у женщин с микросомным типом на 3,7%, с макросомным – 2,4%, с мезосомным – 1,9%;
- повысился силовой и жизненный индексы у представительниц с макросомным типом на 15,1% и 8,2%, с мезосомным на 10,4% и 6,3% соответственно.

Таким образом, по результатам эксперимента можно судить о целесообразности проведения соматодиагностики и биоимпедансометрии для дифференцированного воздействия средств фитнеса с целью улучшения физического развития женщин 25-30 лет.

Литература:

1. Дворкина Н.И. Теоретические основы физкультурно-оздоровительной деятельности: Учебное пособие / Н.И. Дворкина, Е.И. Ончукова. – 2-е издание, переработанное и дополненное. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 174 с.
2. Романенко Н.И. Методика физического воспитания женщин 35-45 лет различного соматотипа с использованием средств фитнеса / Н.И. Романенко // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2016. – № 4. – С. 44-48.
3. Романенко Н.И. Влияние средств фитнеса на физическое состояние женщин 35-45 лет различного соматотипа / Н.И. Романенко, О.С. Филимонова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2014. – № 1. – С. 51-53.
4. Филимонова О.С. Современные физкультурно-оздоровительные технологии: Учебно-методическое пособие / О.С. Филимонова, Н.И. Романенко. – Краснодар, 2017.

УДК: 796.015.62-055.2

**ДОЗИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ СРЕДСТВАМИ ФИТНЕСА
ДЛЯ СНИЖЕНИЯ ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА ЖЕНЩИН
ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА**

Кандидат педагогических наук, доцент Н.И. Романенко

Студентка Е.Д. Юркина

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: romanenko_ni@mail.ru

Аннотация. В работе рассматриваются эффективные виды фитнеса различной направленности, способствующие снижению излишней массы тела, женщин второго зрелого возраста. Разработаны оптимальные параметры физической нагрузки, достоверно повышающие уровень здоровья по Апанасенко.

Ключевые слова: виды фитнеса, параметры нагрузки, женщины второго зрелого возраста, излишняя масса тела.

В настоящее время в развитых странах мира около половины населения имеет избыточную массу тела. И хотя подавляющее большинство знает о его негативном влиянии, но количество людей с лишним весом продолжает неуклонно расти [2, 4]. Особенno актуальна проблема для женщин второго зрелого возраста (36-55 лет), когда активизируются инволюционные процессы в организме, наступают выраженные возрастные изменения, заключающиеся в снижении гормональной функции, замедлении кровотока и ухудшении состояния сосудов, нарушении жирового и углеводных обменов, изменении в опорно-двигательном аппарате, ограничении подвижности суставов и грудной клетки.

Анализ научно-методической литературы свидетельствует об использовании эффективных средств физической культуры для борьбы с излишней массой тела, но недостаточно определены оптимальные параметры физической нагрузки для женщин зрелого возраста [1, 3].

Цель исследования – обосновать дозирование физической нагрузки с использованием средств фитнеса для снижения избыточной массы тела женщин второго зрелого возраста.

Методы и организация исследования. Физическое развитие оценивалось с помощью длины и веса тела, по показателям которых рассчитывался ИМТ. Измерялись объемные размеры талии и бедер. Уровень здоровья определялся по Г.А. Апанасенко. Заменялись: артериальное давление систолическое, ЖЕЛ, кистевая динамометрия, ЧСС в покое, время восстановления после стандартной дозированной нагрузки (20 приседаний за 30 с). Каждому показателю присваивался балл, и они суммировались.

Исследование проходило в городе Краснодаре на базе фитнес-клуба «Forma» в течение 5 месяцев. В нем приняло участие 24 женщины в возрасте

45-55 лет, для которых врачом-диетологом была разработана диета по количеству макронутриентов, исходя из индивидуальных потребностей.

Контрольная группа ($n=12$) занималась традиционной программой силовой направленности. Для экспериментальной группы ($n=12$) была разработана методика комплексных занятий аэробной «Aerobics basic», силовой «Power mix» и стретчинговой «Power stretching» направленности. По состоянию здоровья все женщины были допущены к физкультурно-оздоровительным занятиям и занимались 3 раза в неделю по 55-60 минут. Для женщин обеих групп в занятиях «Aerobics basic» использовалось музыкальное сопровождение 130-132 ак/мин. Женщины выполняли базовые шаги аэробики соединенных в композиции с использованием рук в разных плоскостях умеренной интенсивности 50-60% от ЧСС max с постепенным повышением до 70% от ЧСС max.

В занятиях «Power mix» (128-130 ак/мин) включались базовые многосуставные упражнения с весом тела и с отягощением 20-30% от 1МП. Количество подходов 3, повторений 16, время отдыха между подходами 30-40 с.

«Power stretching» (124-126 ак/мин) состоял из комплексов силовых упражнений и растягивающих с упором на тренировку мышц всего тела. Количество упражнений в одном комплексе 3 силовых и 3 на растягивание – по 2-3 подхода по 16 повторений, время удержания в конечной позе от 20 до 40 с. Отдых между подходами 30-60 с.

Результаты исследования и их обсуждение. В начале эксперимента у женщин обеих групп выявлена излишняя масса тела $26,7 \pm 1,1$ и $28,2 \pm 1,4$ при норме верхней границы 24,9%, низкий уровень здоровья, рассчитываемый экспресс-оценкой по Апанасенко.

По окончании эксперимента у женщин ЭГ выявлено достоверное снижение веса тела на 9,8% ($t=2,36$; $p<0,05$), как следствие понижение ИМТ до 24,3%, что соответствует верхней границе нормы. Достоверно уменьшились обхватные размеры талии ($t=2,46$; $p<0,05$) и бедер ($t=3,74$; $p<0,01$) на 10,4 и 11,8% соответственно (рисунок 1).

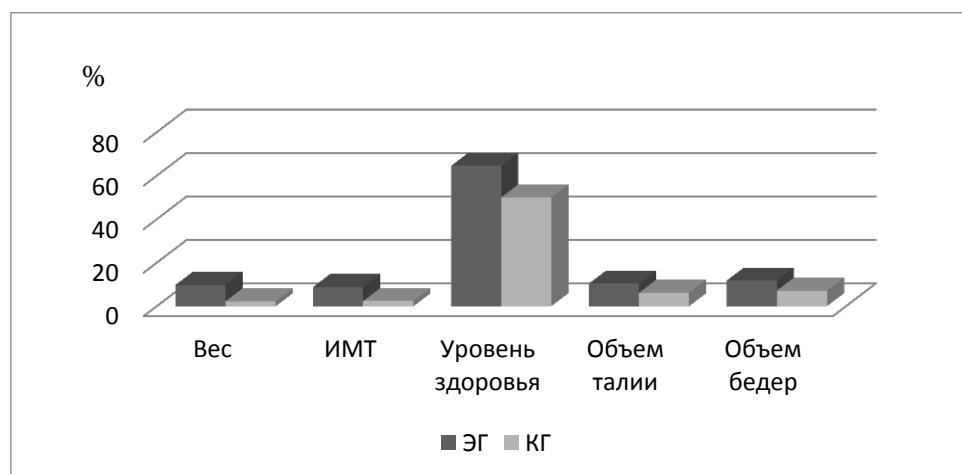


Рисунок 1 – Прирост показателей физического развития женщин 45-55 лет

Разработанные оптимальные параметры физической нагрузки способствовали повышению уровня здоровья, значения которого соответствовали среднему уровню. Прирост составил 64,5%.

Таким образом, полученные результаты констатируют, что для снижения веса тела женщин второго зрелого возраста следует особое значение придавать определению интенсивности: в аэробном тренинге –50-70% от ЧСС max, в силовом – 20-30% от 1ПМ, в стретчинге – удержание 20-40 с.

Литература:

1. Ковальчук Д.О. Влияние занятий силовой направленности на физическое состояние женщин 40-50 лет / Д.О. Ковальчук, Н.И. Романенко // Тезисы докладов XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ. – 2015. – С. 107-108.
2. Плешкань А.В. Особенности методики занятий оздоровительным фитнесом для коррекции массы тела женщин среднего возраста / А.В. Плешкань, Н.И. Романенко // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2007. – № 1-4. – С. 160-162.
3. Перевалина Е.А. Структура и содержание методики комплексирования разных программ фитнеса на базовом этапе занятий женщин 30-40 лет / Е.А. Перевалина, М.М. Шестаков, Ж.Г. Аникиенко // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 2. – С. 51-57.
4. Романенко Н.И. Особенности физического состояния женщин 25-35 лет, имеющих избыточную массу тела / Н.И. Романенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2012. – С. 186-188.

УДК: 796.035-055.2

**ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АКВААЭРОБИКОЙ
НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН**

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Сальникова¹

Кандидат биологических наук, доцент Я.Е. Бугаец²

Кафедра теории и методики плавания, парусного и гребного спорта¹

Кафедра физиологии²

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: elenasalnikova99@gmail.com*

Аннотация. В работе представлены результаты исследования психоэмоционального состояния женщин первого и второго периода зрелости, занимающихся аквааэробикой. Обнаружено снижение показателей личностной тревожности в обеих возрастных группах, что отражает положительное воздействие занятий на женский организм.

Ключевые слова: аквааэробика, женщины зрелого возраста, личностная тревожность.

Осуществляя двигательную деятельность в процессе занятий аквааэробикой, женщинам приходится сталкиваться не только с физическими, но и с психическими нагрузками, которые возникают в результате сложного управления двигательными действиями, их новизной, значительных энергетических затрат, взаимодействия между занимающимися при выполнении парных упражнений, восприятия музыки. Все это может отразиться на качестве выполнения упражнений и заинтересованности в посещении занятий [4].

Тревога рассматривается как последовательность когнитивных, аффективных и поведенческих реакций, актуализирующихся в результате воздействия на человека различных форм стресса. Этот процесс может быть вызван внешним стрессовым раздражителем или некоторым внутренним источником, интерпретируемым субъектом как опасный или угрожающий [2, 5]. Низкая личностная тревожность рассматривается как положительное влияние занятий, объясняется самореализацией и востребованностью в трудовой и спортивной деятельности, отсутствием свободного времени для саморефлексии, наличием команды, оказывающей взаимную психологическую поддержку, которая старается повысить спортивный результат и уровень здоровья. Психофизическое состояние женщин зрелого возраста, занимающихся водной аэробикой, характеризуется индивидуально-типологическими особенностями функционального и психологического состояния, используя которые можно эффективно воздействовать на организм [1]. С этой целью было проведено исследование уровня личностной тревожности по Ч.Д. Спилбергеру [5]. Женщины, занимающиеся аквааэробикой, соотносили свое состояние и поведенческие реакции с признаками, степень выраженности которых устанавливалась по частоте

проявления – «почти никогда», «иногда», «часто», «почти всегда». Результирующее значение оценки ответов характеризовалось как низкий, средний и высокий уровни тревожности.

В результате проведенных исследований было обнаружено, что в группе первого зрелого возраста до начала занятий аквааэробикой высокий уровень тревожности выявлялся у 46% женщин, средний уровень – у 31% и низкий – у 23%. После трех месяцев посещения занятий аквааэробикой изменение этих показателей имело обратный характер. Число женщин с высоким уровнем тревожности снизилось до 23%, на фоне роста средних и низких показателей – 38% и 39% соответственно.

В группе второго зрелого возраста до начала занятий аквааэробикой высокий уровень тревожности выявлялся у 65% женщин, средний уровень – у 20% и низкий – у 15%. В последующем число женщин с высоким уровнем тревожности снизилось до 35%, на фоне роста средних и низких показателей – 40% и 25% соответственно.

Снижение личностной тревожности в наших исследованиях может рассматриваться как положительное влияние занятий аквааэробикой на психоэмоциональное состояние женщин обеих возрастных групп и объясняться самореализацией, повышением результативности [6]. Благотворное воздействие данной оздоровительной физической нагрузки связано с полученными показателями субъективного здоровья женщин, проявляющимися на эмоционально-чувственном и когнитивном уровне [3].

Литература:

1. Ворончихина И. А. Типология процесса оздоровления лиц зрелого возраста на занятиях водной аэробикой / И.А. Ворончихина, Ю.В. Менхин // Теория и практика физической культуры. – № 4. – 2006. <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2006N4/p62-63.htm>.
2. Гронская А.С. Психофизиологические критерии тактического мышления квалифицированных боксеров с разным профилем моторной асимметрии // Вестник Адыгейского государственного университета. – Майкоп. – 2018. – С. 137-140.
3. Казакова Н.А. Влияние занятий аквааэробикой на женщин разных возрастов / Н.А. Казакова // Молодой ученый. – 2016. – №19. – С. 422-424.
4. Колганова Е.Ю. Влияние занятий аквааэробикой на состояние организма женщин разного возраста: автореф. ... дис. канд. пед. наук. – Малаховка. – 2007. – 22 с.
5. Спилбергер Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Ч.Д. Спилбергер // Стресс и тревога в спорте. – М.: ФиС, 1983. – С. 12-23.
6. Трофимова О.С. Влияние методики занятий аквааэробикой на психофизическое состояние женщин 36-45 лет / О.С. Трофимова, Е.И. Ончукова, А.А. Килимник // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – № 3. – С. 55-61.

УДК: 373.203.71

**ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ
ПРИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ 2-3 ЛЕТ К УСЛОВИЯМ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

Кандидат педагогических наук, доцент В.В. Сударь

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, дом 161,
e-mail: upona-vvs@mail.ru*

Аннотация. В настоящее время различные физкультурно-оздоровительные технологии в период адаптации детей к дошкольному учреждению с целью совершенствования форм и средств их физического воспитания, способных облегчить этот сложный период в жизни ребенка, в условиях детских садов недостаточно практически используются. В данной статье экспериментально обоснована методика использования комплекса средств оздоровительной физической культуры в период адаптации детей 2-3 лет к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Ключевые слова: адаптация, дошкольные образовательные учреждения, физическое воспитание, здоровье и двигательная активность детей.

Введение. Ни у кого не вызывает сомнений, что на здоровье детей существенно влияют гигиенические условия развития и воспитания, принятые в том или ином дошкольном учреждении. И совершенствовать вышеуказанные условия нужно уже с самого начала посещения детьми дошкольного образовательного учреждения (ДОУ).

Как отмечает ряд авторов [1, 2, 3], в связи с ухудшением состояния здоровья подрастающего поколения в XXI веке, в дошкольном воспитании приоритетным направлением становится разработка и реализация новых методик и технологий, альтернативных подходов к совершенствованию процесса физического воспитания детей.

В современной теории и практике физического воспитания вопросы адаптации детей к ДОУ недостаточно разработаны. Лишь в научных работах таких авторов, как Голубева Г.Н. [3], Дворкина Н.И. [4] и немногих других, исследуются вышеуказанные вопросы. Недостаточность экспериментального обоснования механизмов адаптации детей к дошкольному учреждению не могла не сказаться и на методической стороне проблемы. К сожалению, в ДОУ на практике не используют специальные физкультурно-оздоровительные технологии для облегчения периода адаптации детей при поступлении их в детские сады.

В связи с вышесказанным, целью нашего исследования являлось совершенствование старых и поиск новых форм и средств физического воспитания для повышения эффективности периода адаптации детей к ДОУ на основе данных изучения особенностей их биосоциальной адаптации.

Методы и организация исследования. Для решения поставленной в работе цели использовали следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, методы опроса, педагогическое наблюдение, методы исследования двигательной активности (хронометрирование, шагометрия), статистический анализ заболеваемости, соматометрические методы, метод тестирования, педагогический эксперимент, методы математической статистики. Исследование проведено в 2018 году на базе 2-х дошкольных образовательных учреждений г. Набережные Челны: МБДОУ «Детский сад №90 «Елочка» и МБДОУ «Детский сад №5 «Теремок».

Результаты работы и их обсуждение. По данным наших предварительных исследований, в настоящее время меньше половины детей младшего дошкольного возраста, поступающих в детский сад, имеют гармоничное физическое развитие. При этом почти 1/5 часть обследуемых детей имеют резко дисгармоничное физическое развитие, характеризующееся избыточной массой или дефицитом массы тела.

По данным анкетирования родителей детей, поступающих в детский сад из всех обследуемых детей лишь 10,9% готовы к поступлению в ДОУ; 59% – условно готовы к поступлению в ДОУ; а 30,1% – не готовы к поступлению в ДОУ. Установлено, что использование средств экспериментальной методики оказывает существенное влияние на двигательную активность детей: объем двигательной активности достоверно увеличился на 5,2%, интенсивность двигательной активности достоверно увеличилась на 4,5%, уровень двигательной активности улучшился у 10,5% детей; дети в среднем на 28,5% по времени быстрее адаптировались к условиям дошкольного учреждения, и у большего количества (на 19,4%) этих детей наблюдалась легкая степень адаптации по сравнению с детьми, обучающимися по стандартной программе в детском саду ($p<0,05$).

Заключение. Результаты проведенного эксперимента подтверждают возможность применения в рамках дошкольного физического воспитания разработанной нами методики использования физкультурно-оздоровительных технологий в период адаптации детей 2-3 лет к условиям ДОУ.

Литература:

1. Агеева Г.Ф. Стимулирование двигательной активности детей дошкольного возраста средствами физического воспитания: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Г. Ф. Агеева. – Набережные Челны, 2013. – 142 с.
2. Голубева Г.Н. Формирование активного двигательного режима ребенка (до 6 лет) средствами физического воспитания в основные периоды адаптации к условиям среды: дис. ... д-ра пед. наук / Г.Н. Голубева. – М., 2008. – 294 с.
3. Голубева Г.Н. Содержание физкультурно-оздоровительных технологий формирования активного двигательного режима ребенка до 6 лет / Г.Н. Голубева // Теория и практика физической культуры. – 2009. – №11. – С. 52-54.
4. Дворкина Н.И. Система формирования базовой личностной физической культуры дошкольников: монография / Н.И. Дворкина. – М.: Теория и практика физической культуры и спорта, 2015. – 464 с.
5. Трофимова О.С. Степень взаимосвязи в развитии физических, психических и интеллектуальных способностей детей дошкольного возраста / О.С. Трофимова, Н.И. Дворкина // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2008. – №3. – С. 12-15.

УДК:796.01:612+799.322.2

**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ КОРКОВОЙ ЭЛЕКТРИЧЕСКОЙ
АКТИВНОСТИ ПРИ ПРИЦЕЛИВАНИИ РАЗЛИЧНОЙ ТОЧНОСТИ
У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ
НА ПРИМЕРЕ СТРЕЛЬБЫ ИЗ ЛУКА**

Доктор биологических наук, профессор А.Б. Трембач

Аспирант, заслуженный мастер спорта, двухкратный чемпион мира

и паралимпийских игр по стрельбе из лука О.И. Шестаков

Кандидат биологических наук, доцент Т.В. Пономарева

Кандидат биологических наук, доцент С.П. Лавриченко

Магистрант Е.Р. Миниханова

Кафедра адаптивной физической культуры

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: alex_trem@mail.ru

Аннотация. Целью исследования явилось выявление различий ЭЭГ, связанных с уровнем точности стрельбы из лука. У пяти высококвалифицированных спортсменов регистрировалась телеметрически электроэнцефалограмма в состоянии покоя, в вертикальной позе, при прицеливании и выстреле. Рассчитывались усредненные групповые карты мощности спектра ЭЭГ посредством интеграции индивидуальных карт по одинаково изменяющимся показателям. Максимально точные отличались от низкоточных выстрелов проявлением гиппокампального ритма в лобных долях, определяющего рабочую память, внимание и сенсомоторную интеграцию.

Ключевые слова: стрельба из лука, высококвалифицированные спортсмены, максимальные и низкоточные выстрелы, электроэнцефалограмма, групповые карты мощности спектра ЭЭГ.

В предыдущих наших исследованиях [1] было показано, что максимальная точность выстрела обусловлена пространственно временной активностью низкочастотных диапазонов ЭЭГ. Целью исследования явилось выявление различий ЭЭГ, связанных с уровнем точности стрельбы из лука.

У пяти высококвалифицированных спортсменов регистрировалась телеметрически электроэнцефалограмма в 19 отведениях по системе 10-20 в состоянии покоя, в вертикальной позе, при прицеливании и выстреле. Посредством программы WinEEG рассчитывались усредненные топографические карты мощности спектра ЭЭГ раздельно с максимальной (10 очков) и низкой (7,8 очков) точностью в частотных диапазонах 4-8; 8-10; 10-12; 12-24; 24-35 Гц. Достоверность различий определялась по однофакторному дисперсионному анализу (Statistica 10). Построение усредненных групповых карт мощности спектра ЭЭГ осуществлялось посредством интеграции индивидуальных карт по одинаково изменяющимся показателям.

Анализ групповых усредненных топографических карт мощности спектра ЭЭГ при максимальной точности выстрела показал, что в диапазоне 4-8 Гц

мощность спектра ЭЭГ увеличивалась в Fz и O1, а так же в диапазоне 10-12 Гц в O1. В высокочастотных диапазонах количество отведений, имеющих достоверное повышение, резко возрастало преимущественно в левом полушарии. В диапазоне 12-24 и 24-35 Гц выявлялись достоверные изменения мощности спектра ЭЭГ в Fp1, Fp2, F7, Fz, F4, F8, F3, C3, Cz, C4, T5, O1, O2.

В групповых картах при не точных выстрелах в низкочастотных диапазонах выявлялось повышение мощности спектра ЭЭГ лишь в 8-10 и 10-12 Гц в O1. В диапазонах 12-24 и 24-35 Гц возрастание корковой электрической активности распространялось по обоим полушариям преимущественно в левых областях: Fp1, Fp2, F7, F8, F3, Fz, F4, T3, T4, C3; Cz, C4, T5, P3, Pz, O1.

Можно предположить, что центральная область лобных долей и зрительный центр левого полушария являются обязательными нервными структурами, которые, по современным представлениям, тесно взаимосвязаны между собой и подкорковыми образованиями, включая гиппокамп [2]. Активация нейронных сетей гиппокампального ритма вышеописанных центров обеспечивает стабильную деятельность рабочей памяти, внимания и сенсомоторную интеграцию [3, 4, 6]. Исчезновение гиппокампального ритма при прицеливании существенно снижает точность выстрела. Однако сохранение альфа-ритма обеспечивает ее достаточно высокий уровень [5]. Пространственно-временные характеристики мощности спектра ЭЭГ в высокочастотных диапазонах существенно не отличаются между максимальными и низко-точными выстрелами, что свидетельствует о высоко автоматизированном двигательном навыке у спортсменов данной квалификации. Выявленные нейрофизиологические механизмы могут служить основанием для разработки новых программ, обеспечивающих оптимизацию низкочастотных диапазонов для повышения спортивного результата.

Литература:

1. Трембач А.Б. Нейрофизиологические механизмы, определяющие точность и устойчивость целенаправленных движений на примере стрельбы из лука / А.Б. Трембач, О.И. Шестаков, Т.В. Пономарева, Е.Р. Миниханова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – №4. – 2018. – С. 82-87.
2. Brian H. Bland Theta band oscillation and synchrony in the hippocampal formation and associated structures: the case for its role in sensorimotor integration / Brian H. Bland, Scott D. Oddie // Behavioural Brain Research, 2001. – P. 119–136
3. Deborah A. Barany Feature interactions enable decoding of sensorimotor transformations for goal-directed movement / Deborah A. Barany, Valeria Della-Maggiore, Shivakumar Viswanathan, Matthew Cieslak, Scott T. Grafton // The Journal of Neuroscience, № 34(20): May 14, 2014. – P. 6860–6873
4. Leanna C. Cruikshank Theta oscillations reflect a putative neural mechanism for human sensorimotor integration / Leanna C. Cruikshank, Anthony Singhal, Mark Hueppelsheuser, Jeremy B. Caplan // *J Neurophysiol* 107, 2012.- P. 65–77
5. Ole Jensen Shaping functional architecture by oscillatory alpha activity: gating by inhibition / Ole Jensen, Ali Mazaheri // *Front Hum Neurosci*, Nov 4; 2010. – P. 186
6. Pavlidou A. Beta oscillations and their functional role in_movement perception / Anastasia Pavlidou, Alfons Schnitzler, Joachim Lange // Translational Neuroscience №5 (4), 2014. – P. 286-292

УДК: 796.01: 612+796.83

**СПЕЦИФИКА ПРОИЗВОЛЬНОЙ ПОСТУРАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ
КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОКСЕРОВ**

Кандидат биологических наук, доцент Е.С. Тришин

Доктор медицинских наук, профессор Е.М. Бердичевская

Старший преподаватель А.С. Тришин

Магистрант Д.С. Шипенко

Кафедра физиологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: evgenijtrishin@yandex.ru*

Аннотация. В работе представлен анализ постуральной регуляции в пробе «Мишень» у квалифицированных спортсменов с правым индивидуальным профилем асимметрии, специализирующихся в боксе.

Ключевые слова: вертикальная устойчивость, индивидуальный профиль асимметрии, стабилография, бокс.

В спорте предъявляются высокие требования к постуральной системе [1, 4]. Одна из главных задач в боксе – при помощи ударов вывести соперника из вертикального положения в ситуацию нокауна или нокаута. К боксерам предъявляются повышенные требования к функции равновесия, а высокие способности к поддержанию равновесия тела в условиях обоюдного нанесения ударов являются важной частью успешного результата в боксерском поединке. Однако анализ научной литературы продемонстрировал отсутствие исследований вышеуказанных аспектов данной проблемы применительно к закономерностям, характерным для спортсменов, специализирующихся в боксе.

Цель работы – сравнительный анализ параметров статокинезиограммы (СКГ) вертикальной позы у квалифицированных спортсменов, специализирующихся в боксе, и нетренированных юношей, с учетом индивидуального профиля асимметрии (ИПА).

В исследовании приняли участие 12 боксеров (МСМК, МС, КМС) с правым ИПА, средний возраст $22,2 \pm 3,2$ года. Контрольную группу составили 20 нетренированных юношей с аналогичным ИПА спортсменов. Материал обработан с применением компьютерной статистической программы «STATISTICA 7». ИПА определяли по схеме: «рука» – «нога» – «глаз» – «ухо», были использованы 44 показателя. Стабилографические характеристики вертикальной позы регистрировали с помощью компьютерного двухплатформенного стабилоанализатора «Стабилан-01» и программно-методического обеспечения стабилографического комплекса StabMed2. Использовали пробу «Мишень». Анализ СКГ проводили по показателям Qx и Qy – среднеквадратичному отклонению ЦД (центра давления) во фронтальной и сагиттальной плоскости.

Сравнительный анализ качества прямостояния во фронтальной и сагиттальной плоскости выявил более эффективную способность поддержания

устойчивости у боксеров по сравнению нетренированными юношами. Механизмы поддержания равновесия во фронтальной и сагиттальной плоскости отличаются друг от друга [2, 3]. Тело человека во фронтальной плоскости имеет более сложную конфигурацию, чем в сагиттальной [3]. Так, величина Q_x при произвольном постуральном контроле у нетренированных юношей больше на 38% ($p<0,05$). Управление вертикальной позой в сагиттальной плоскости гораздо сложнее, что находит отражение в наибольшей амплитуде колебаний ЦД [2]. Так, величина Q_y при произвольном постуральном контроле у нетренированных юношей больше на 17% ($p<0,05$). Скорость колебаний отражает напряжение механизмов постуральной регуляции или «плату» за обеспечение определенной степени устойчивости, которая, в свою очередь, выражается величинами разброса колебаний по фронтали и сагиттали [6]. Следовательно, у боксеров высокой квалификации в условиях произвольного поддержания равновесия наблюдается минимальное напряжение механизмов регуляции позной устойчивости, и особенно во фронтальной плоскости.

В наибольшей мере постуральные адаптации проявляются в специфических для каждого вида спорта условиях [5], тестирование в неспецифических условиях может не выявить эти приспособительные изменения [4]. Высокий уровень системы произвольной постуральной регуляции у квалифицированных спортсменов, специализирующихся в боксе, объясняется конкретной спецификой их спортивной деятельности. Полученные данные позволяют говорить о более совершенных постуральных механизмах тела как фронтальной, так и сагиттальной плоскости для спортсменов, специализирующихся в боксе, что, по-видимому, связано с требованиями, которые предъявляются к организму боксеров, а именно, произвольным усилием компенсировать нарушение прямостояния в ответ на ударные действия оппонента.

Литература:

1. Бердичевская Е.М. Функциональные асимметрии в адаптации человека к экстремальным нагрузкам в настольном теннисе / Е.М. Бердичевская, Е.С. Тришин. – Краснодар: РИО КУФКСТ, 2018. – 171 с. ISBN 978-5-94123-023-5.
2. Денискина Н.В. Фронтальная устойчивость вертикальной позы человека: автореф. дис. ... канд. биол. наук / Н.В. Денискина. – М., 2009. – 28 с.
3. Левик Ю.С. Стабилография в исследованиях управления позой / Ю.С. Левик // Известия ЮФУ. Технические науки. – 2008. – №6. – С. 108-112.
4. Мельников А.А. Функция равновесия у спортсменов-борцов: монография / А.А. Мельников, А.Д. Викулов, М.В. Малахов. – Ярославль: РИО ЯГПУ, 2016. – 149 с.
5. Asseman F.B. Are there specific conditions for which expertise in gymnastics could have an effect on postural control and performance? / F.B. Asseman, O. Caron, J. J. Crémieux // Gait Posture. – 2008. – V. 27. – P. 76 – 81.
6. Caron O., Gelat T., Rougier P., Blanqui JP. A comparative analysis of the center of gravity and centre of pressure trajectory path lengths in standing posture: an estimation of active stiffness / O. Caron, T. Gelat, P. Rougier, J.P. Blanqui // J. Appl. Biomech. – 2000. – V. 16. – P. 234–247.

УДК: 796.035-055.2

**ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СИСТЕМЕ ПИЛАТЕС
НА УРОВЕНЬ ТРЕВОЖНОСТИ ЖЕНЩИН
ВТОРОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА**

Кандидат педагогических наук, доцент О.С. Трофимова

Магистрант М.А. Маринович

Студентка В.В. Роговая

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015. г. Краснодар, ул. Буденного, 161, каб 218,
e-mail: votrofim@yandex.ru*

Аннотация. В работе отражены результаты исследования влияния занятий по системе Пилатес на психологический феномен тревожности женщин второго зрелого возраста.

Ключевые слова: психическое состояние, система Пилатес, женщины второго зрелого возраста, ситуативная тревожность, личностная тревожность.

На сегодняшний день, на фоне стремительно развивающегося технического прогресса, увеличивается число россиян, имеющих психические расстройства (на 2017 год 4 млн чел). Наблюдается постоянный прирост числа нервозов, бессонниц, депрессий и других последствий сильного стресса. По данным Всемирной организации здравоохранения, психические расстройства к 2022 году займут одно из первых мест, как причина потери трудоспособности, опередив по количеству заболевания сердечно-сосудистой системы [1, 4].

Для нормального развития психических процессов в организме человека огромное значение имеет физическая активность [2]. Это объясняется тем, что деятельность нервной системы и опорно-двигательного аппарата тесно взаимосвязаны. Эмоциональные переживания представляют собой важнейший компонент адаптивного поведения человека. Наиболее выраженные эмоциональные реакции, к которым относится и тревожность, как правило, возникают в критические моменты разбалансированности взаимодействия человека и среды. Определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной деятельности личности. Для каждого человека существует свой оптимальный, или желательный, уровень тревожности.

В настоящее время современные фитнес-клубы предлагают множество тренировок различной направленности: аэробной, силовой, психорегулирующей. Наиболее популярной из программ «Body and mind» среди женщин второго зрелого возраста является система Пилатес. Она обладает широким спектром средств для повышения уровня психофизического состояния занимающихся [5].

Эксперимент проходил на базе фитнес-клуба «Energy» в городе Новороссийске. Всего в эксперименте приняло участие 42 женщины в возрасте 36-40 лет, которые были разделены на две группы, экспериментальную и контрольную. Тренировочные занятия по системе Пилатес имели общепринятую

структуру и состояли из подготовительной, основной и заключительной частей. Подготовительная часть включала в себя не только упражнения для разогревания мышц и связок, но и постановку правильного дыхания. В основную часть входили упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса, а также рук и ног. Отличительной особенностью этих занятий являются принципы, разработанные самим Джозефом Пилатесом: концентрация, централизация, плавность, точность, правильное дыхание и др. Заключительная часть занятий состояла из упражнений на восстановление дыхания, а также психорегулирующих упражнений.

Для выявления уровня психологического феномена тревожности женщин, мы использовали тест Спилбергера-Ханина, который позволяет оценить две составляющие тревожности: тревожность как состояние и тревожность как личностную особенность. Тревожность как личностная особенность или личностная тревожность – это устойчивая индивидуальная характеристика степени подверженности человека действию различных стрессов. А тревожность как состояние или ситуативная тревожность характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями – беспокойством, нервозностью, напряжением.

В результате тестирования до начала занятий по системе Пилатес было выявлено, что в экспериментальной группе у 73% женщин уровень личностной тревожности был выше нормы, а уровень ситуативной тревожности был высоким у 68% занимающихся. В контрольной группе высокая личностная тревожность выявлена у 70% женщин, а ситуативная – 64%.

По окончании педагогического эксперимента было проведено повторное тестирование. В экспериментальной группе количество женщин с высоким уровнем личностной тревожности снизилось до 25%, ситуативной до 30%. В контрольной группе у занимающихся динамика показателей не выявлена: высокий уровень личностной тревожности выявлен у 67% женщин, а ситуативной у 59%.

Полученные результаты педагогического эксперимента свидетельствуют об эффективности регулярных занятий по системе Пилатес, что подтверждается снижением уровня тревожности у женщин второго зрелого возраста, и рекомендуются к использованию в процессе их физического воспитания.

Литература:

1. Дворкина Н.И. Теоретические основы физкультурно-оздоровительной деятельности: Учебное пособие / Н.И. Дворкина, Е.И. Ончукова. – Краснодар: ФГОУ ВО КГУФКСТ, 2018. – 174 с.
2. Михайлук Д.О. Система Пилатес как способ обретения мышечного и психического баланса / Д.О. Михайлук, Н.И. Романенко // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2019 г.) - Краснодар: КГУФКСТ. – Часть 2. – 267 с.
3. Ончукова, Е.И. Рекреационная и реабилитационная деятельность различных групп населения: курс лекций / Е.И. Ончукова. – Краснодар: Экоинвест. – 2017. – 86 с.
4. Трофимова О.С. Влияние методики занятий аквааэробикой на психофизическое состояние женщин 36-45 лет / О.С. Трофимова, Е.И. Ончукова, А.А. Килимник // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №3. – С. 55-61.
5. Трофимова О.С. Применение средств Пилатеса на занятиях с женщинами второго периода зрелого возраста / О.С. Трофимова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, 2017. – № 1. – С. 198-200.

УДК: 796.035

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ В ЙОГЕ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕВУШЕК

Кандидат педагогических наук, доцент О.С. Трофимова

Кандидат педагогических наук, доцент Е.И. Ончукова

Студентка В.В. Фоменко

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного 161, каб 218,
e-mail: votrofim@yandex.ru*

Аннотация. В работе представлены результаты исследований использования дыхательных практик на занятиях йогой с девушками 18 лет, которые позволяют улучшить уровень их физической подготовленности.

Ключевые слова: девушки, дыхательная йога, асаны, физические способности.

Дыхательная йога сродни искусству медитации. Здесь не требуются большие физические нагрузки, и при этом эффект от выполнения дыхательных упражнений велик [3, 5]. Поэтому мы рассмотрим, что такое дыхательная йога и из чего она состоит.

Что мы привыкли понимать под видами дыхательной йоги? Прежде всего пранаяму: это практика сознательного контроля и управления дыханием. Кциальному виду дыхательной йоги можно было бы отнести полное йоговское дыхание, если бы и его иначе не называли «пранаямическим», поскольку и здесь так же, как во всех видах пранаям, занимающийся управляет дыханием [4].

В основу экспериментальных занятий мы включили – полное йоговское дыхание и пранаямы.

Полное дыхание – этот вид упражнений подразумевает глубокие вдохи и выдохи. Оно начинается с медленного вдоха через нос. Вдох должен начинаться в брюшной полости. Затем нужно наполнить кислородом область груди, а после зону ключиц. Выдох совершают тоже в определенном порядке. Вначале выдыхают из области ключиц, затем выпускают воздух из груди, а в последнюю очередь из живота. Весь процесс должен ощущаться как непрерывное движение, плавное, постепенное, без рывков и резких движений.

Пранаяма как система дыхания стоит на четвертой ступени, являясь водоразделом между нижними ступенями и высшими. И это не случайно. Ее функция выходит за рамки чисто физиологической, связанной с укреплением организма. Дыхание в первую очередь отвечает за психические и ментальные процессы в организме, поэтому такое большое внимание ему придают в практике медитации, то есть на стадиях практики высшей йоги – дхьяны. Йогическая дыхательная система состоит из практики пранаям и полного йоговского дыхания [1].

Практика пранаямы включает четыре этапа: речака – выдох; кумбхака – задержка дыхания; пурака – вдох; кумбхака – задержка дыхания. Среди них кумбхака является определяющей составляющей, характеризующей пранаяму, это задержка дыхания, которая выполняется на вдохе и выдохе.

Целью исследования было разработать методику оздоровительной направленности для девушек с использования дыхательных упражнений на занятиях йогой.

Исследование было организовано в городе Краснодаре на базе фитнес-клуба «FORMAFITNESS» в течении шести месяцев. В педагогическом исследовании принимали участие девушки 18 лет, из них в экспериментальную группу вошли 17, в контрольную 16 человек.

Занятия в экспериментальной группе проводились 3 раза в неделю продолжительностью 50 минут. В занятие были включены дыхательные упражнения, асаны и статодинамические комплексы упражнений. Девушки контрольной группы занимались по программе Пилатес.

До начала и по окончании педагогического исследования проводилось тестирование уровня физической подготовленности девушек экспериментальной и контрольной групп, которое показало незначительные различия по исследуемым показателям в обеих группах. В экспериментальной группе девушек наибольший относительный прирост результатов исследования зафиксирован в следующих тестах: наклон вперед из положения сидя – 145%, равновесие в стойке на левой ноге – 128%, на правой ноге – 121%, удержание наклона назад в положении сидя – 56%, подъем в сед из положения лежа на спине – 40%, 12-минутный тест Купера – 22%. Меньше прирост отмечен в упражнении мост – 12%, бег 100 м – 6%.

Результаты девушек из контрольной группы также положительны почти во всех тестах, за исключением упражнений на гибкость – мост и наклон вперед из положения сидя, где рост результатов исследования был невелик ($P>0,05$).

Итак, в результате исследования, оценивая результаты работы по разработанной методике в обеих группах, отмечаем, что в экспериментальной группе значительный прирост результатов произошел в тестах, характеризующих уровень развития статического разновесия, силовой выносливости статического характера, гибкости и выносливости, тогда как в контрольной группе уровень развития динамического разновесия был больше.

Литература:

1. Николаева М.В. Основные школы хатха-йоги / М.В Николаева // Традиция, АБВ. – 2014. – 272 с.
2. Ончукова Е.И. Использование рекреационных занятий функциональной тренировкой с учащимися 16-17 лет для подготовки к сдаче норм комплекса ГТО / Е.И. Ончукова, О.С. Трофимова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ, г. Краснодар, 2018. – № 1. – С. 182-183.
3. Романенко Н.И. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие / Н.И. Романенко, О.С. Трофимова, Н.И. Дворкина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 260 с.
4. Спэрроу Л. Практическая энциклопедия йоги / Л. Спэрроу, П. Уолден. – М.: Изд-во Эксмо, 2006. – 400 с.
5. Тарасенко А.А. Современные проблемы физкультурно-оздоровительной деятельности в сфере фитнеса / А.А. Тарасенко, В.И. Осиц, О.Г. Лызарь, С.С. Воеводина, И.И. Гусева // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2014. – №3. – С. 71-76.

УДК: 378.037.1

**ОСОБЕННОСТИ ВОЗДЕЙСТВИЯ РАЗНЫХ ПРОГРАММ ФИТНЕСА
НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОК**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков¹
Кандидат педагогических наук, доцент Ж.Г. Аникиенко²

¹ Кафедра теории и методики футбола и регби

² Кафедра физического воспитания и спорта, Морской государственный
университет им. адмирала Ф.Ф. Ушакова, г. Новороссийск

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: shmm@mail.ru

Аннотация. В работе раскрываются отличительные особенности влияния на физические качества, морфологические показатели и функциональное состояние студенток в процессе физкультурно-оздоровительных занятий на основе программ из разных направлений фитнеса.

Ключевые слова: вуз, студентки, физическое воспитание, академические занятия, программы фитнеса, физическая подготовленность, физическое развитие, функциональное состояние.

Результаты целого ряда исследований, которые были посвящены поиску потенциальных возможностей повышения эффективности процесса физического воспитания студенческой молодежи на академических занятиях по физической культуре в условиях вуза, указывают на то, что его содержание и организационно-методическое сопровождение не позволяют в достаточной степени развивать силу, быстроту, ловкость, гибкость и выносливость, а также улучшать морфологические параметры телосложения и функциональное состояние основных систем организма юношей и девушек [1, 2, 3].

Известно, что одним из факторов, определяющих эффективность обязательных занятий физической культурой, в данном случае в вузе, является привлекательность их содержания и популярность в студенческой среде тех средств, которые используются педагогами в процессе занятий.

С целью определения мотивов и потребностей студенток в систематических физкультурно-оздоровительных занятиях, их предпочтений в выборе средств физического воспитания и спорта на академических занятиях физической культурой был проведен социологический опрос.

В результате установлено, что у студенток наибольшей популярностью в условиях урочных и внеурочных занятий пользуются средства фитнеса и, прежде всего, аэробика, степ-аэробика, пилатес, фитбол-аэробика, стретчинг. Это согласуется с данными других специалистов [4, 5, 6], где показано, что в среде девушек, обучающихся в вузах, положительно относятся к занятиям силовым фитнес-тренингом, аэробикой, шейпингом, оздоровительными видами гимнастики, упражнениями телесно-пластической направленности, как предпочтаемому средству академических занятий физической культурой.

Однако в данном случае возникают закономерные вопросы о целесообразности, возможности и способе включения новых средств в состав традиционно используемых в процессе занятий физической культурой.

Известно, что для того чтобы решить вопрос о целесообразности использования новых средств в составе традиционных в процессе академических занятий физической культурой, необходимо определить особенности их влияния на соответствующие показатели, обозначенные целевой установкой реализуемой примерной программы для студентов вузов.

В связи с этим было организовано и в течение шести месяцев проведено экспериментальное исследование с участием 107 девушек студенческого возраста, которые в фитнес-центрах и фитнес-клубах систематически занимались разными программами фитнеса.

Результаты исследования позволяют констатировать неодинаковую картину возможностей программ разных направлений фитнеса влиять на развитие конкретных физических качеств девушек.

В частности, удалось выявить следующие закономерности:

- выполнение упражнений классической аэробики способствует развитию быстроты (элементарные формы) и аэробной выносливости;
- выполнение упражнений степ-аэробики способствует развитию ловкости, скоростно-силовых способностей мышц ног и аэробной выносливости;
- выполнение упражнений стретчинга способствует развитию гибкости и скоростно-силовых способностей мышц ног;
- выполнение упражнений пилатеса способствует развитию гибкости, силовой выносливости мышц рук и брюшного пресса;
- выполнение упражнений фитбол-аэробики способствует развитию гибкости, ловкости и силовой выносливости мышц брюшного пресса.

Таким образом, результаты исследования указывают на очевидную целесообразность включения средства фитнеса в содержание академических занятий физической культурой студенток вузов. Однако для их использования совместно с традиционными средствами физического воспитания необходима разработка соответствующей методики, которая бы позволяла наряду с этим еще и дифференцировать их состав и параметры нагрузки с учетом уровня развития у занимающихся отдельных физических качеств.

Литература:

1. Григорьев В.И. Фитнес-культура студентов: теория и практика: учебное пособие / В.И. Григорьев, Д.Н. Давиденко, С.В. Малинина. – СПб.: СПбГУЭФ, 2010. – 228 с.
2. Жамайдин Д.В. Проблемы сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи / Д.В. Жамайдин // Актуальные проблемы оздоровительной физической культуры и спорта для всех на современном этапе. – Минск: БГУФК, 2005. – С. 33-37.
3. Железняк Ю.Д. Физическая активность и здоровье студентов вузов нефизкультурного профиля / Ю.Д. Железняк, А.В. Лейфа // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 12. – С. 46-47.
4. Иваненко О.А. Влияние занятий фитнесом на физическое состояние и мотивацию женщин / О.А. Иваненко // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 1. – С. 32-34.
5. Медведева О.А. Фитнес-аэробика в системе обучения и воспитания студентов / О.А. Медведева. – Инсан, 2007. – 160 с.
6. Томпсон В. Калланетика: 15 минут в день / В. Томпсон. – Феникс, 2007. – 64 с.

УДК: 796.035

**КОМПЛЕКСИРОВАНИЕ РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ФИТНЕСА
НА ОСНОВЕ КОМПЬЮТЕРНОЙ ПРОГРАММЫ**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Аспирант Е.А. Перевалина

Кафедра теории и методики футбола и регби

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: shmm@mail.ru*

Аннотация. В работе раскрывается содержание алгоритма операций разработанной компьютерной программы по формированию информации для составления программы тренировок с включением разных направлений фитнеса.

Ключевые слова: компьютерная программа, алгоритм операций, направления фитнеса, комплексирование, программа занятий.

Современные фитнес-клубы предлагают широкий выбор программ фитнеса, чтобы удовлетворить потребности женщин в физкультурно-оздоровительных занятиях. Однако все эти программы имеют разное и узконаправленное воздействие на организм занимающихся. Поэтому по отдельности они не могут обеспечить разносторонний оздоровительный эффект, который необходим и востребован у женщин зрелого возраста [1, 4].

Осознавая эту проблему, специалистами были предприняты попытки объединить в комплексы несколько программ фитнеса в процессе занятий, что привело к определенному положительному эффекту. Однако эти методики не позволяли осуществлять целенаправленное комплексирование разнообразных программ фитнеса в связи с изменяющимся составом индивидуальных оздоровительных задач [2, 3, 5].

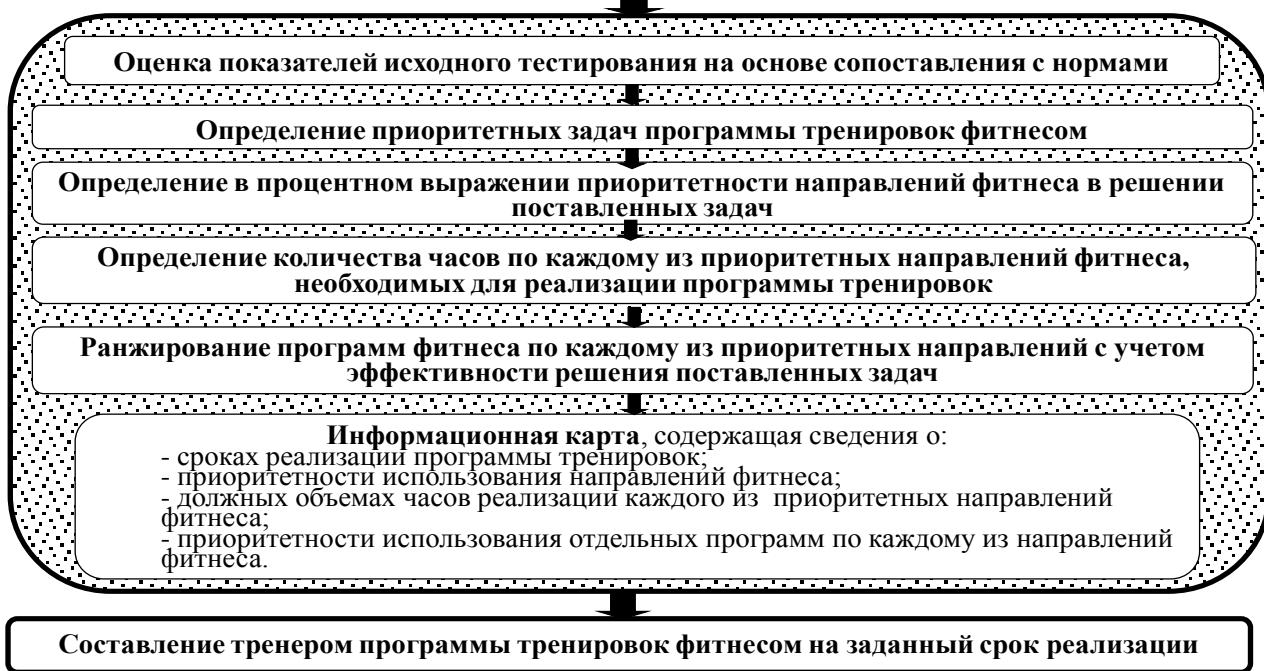
Отсюда очевидна актуальность исследования, связанного с разработкой методики комплексирования разных программ фитнеса.

В свою очередь, рационализация процедуры комплексирования разных программ фитнеса в процессе физкультурно-оздоровительных занятий обусловила необходимость разработки специальной компьютерной программы.

Разработанная компьютерная программа позволяет осуществлять совокупный учет результатов анкетирования и исходного тестирования, а также коэффициента значимости конкретных программ фитнеса в процессе составления программы занятий по решению оздоровительных, личностных, социальных и задач физической подготовки индивидуально важных для занимающихся (рис. 1).

Процесс разработки комплексированной программы физкультурно-оздоровительных занятий разными направлениями фитнеса начинается с введения тренером в компьютерную программу предположительных сроков ее реализации, результатов анкетирования и показателей исходного тестирования развития физических качеств занимающихся.

Ввод тренером в программу обработки: предположительных сроков реализации программы тренировок фитнесом, показателей исходного тестирования и анкетирования занимающихся



Составление тренером программы тренировок фитнесом на заданный срок реализации

Рис. 1. Принципиальная схема алгоритма операций разработанной компьютерной программы по формированию информации для составления программы тренировок фитнесом

Далее компьютерная программа обрабатывает и сопоставляет введенные данные с нормами. С учетом полученных результатов программой подбираются индивидуальные приоритетные задачи, для решения которых предлагаются конкретные направления фитнеса в их процентном соотношении.

На основе этих данных, программа определяет необходимое количество часов для каждого направления и ранжирует средства фитнеса, входящие в приоритетные направления, согласно степени эффективности решения поставленных задач.

Все эти сведения выдаются программой в виде информационной карты, с помощью которой тренер и составляет персональную программу тренировок.

Литература:

1. Иваненко О.А. Влияние занятий фитнесом на физическое состояние и мотивацию женщин / О.А. Иваненко // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 1. – С. 32-34.
2. Королева Л.В. Педагогические основы физкультурно-оздоровительных занятий аэробикой и шейпингом с женщинами среднего возраста (35-45 лет): автореф. дис. ... канд. пед. наук. / Л.В. Королева. – М., 2004. – 17 с.
3. Романенко Н.И. Методика физического воспитания женщин зрелого возраста с использованием средств оздоровительной физической культуры (на основе соматотипа): учебно-методическое пособие / Н.И. Романенко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 70 с.
4. Савин С.В. Педагогическое проектирование занятий фитнесом с женщинами зрелого возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.В. Савин. – М., 2008. – 25 с.
5. Федорова О.Н. Комплексное применение средств пилатеса и аквааэробики на занятиях с женщинами второго периода зрелого возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук / О.Н. Федорова. – СПб., 2012. – 23 с.

Секция 4. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

УДК: 371.134

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Старший преподаватель Н.А. Амбарцумян

Кафедра общей и профессиональной педагогики

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: natalia.ambartsumian@mail.ru

Аннотация. Данная работа продолжает изложение серии проведенных автором исследований по проблеме жизненного самоопределения подростков разных категорий. Профессиональное самоопределение рассматривается как составляющий компонент жизненного самоопределения. В данном тезисе проанализированы данные о работе по профессиональной ориентации детей старшего школьного возраста в учреждениях среднего общего образования. Описаны результаты эмпирического исследования, посвященного изучению уровня профессиональных предпочтений и интересов обучающихся 9 и 11 классов. В основе трудностей в выборе будущей профессии лежат объективные и субъективные причины.

Ключевые слова: обучающиеся, профессиональная ориентация, профессия, учебный процесс, профессия, профориентационное направление.

Профессиональная ориентация учащихся в школе – одна из важнейших психолого-педагогических и психологических проблем. Многие годы школа ориентировала выпускников в основном на высшие учебные заведения. Количество человек, поступивших в вуз, является главным показателем успешной работы школы [3].

В такой обстановке каждый педагог стремился нацелить своих обучающихся в высшие учебные заведения, зачастую безотносительно к их способностям, склонностям и потребностям общества в кадрах [4].

С другой стороны, такое профориентационное направление совпадает с желанием подавляющего большинства родителей и со стремлениями самих обучающихся [1].

В данном исследовании определено содержание этапов опытно-поисковой работы: констатирующего (выявление начального уровня заинтересованности у школьников об их будущей профессии и готовности субъектов обучения к ее дальнейшему формированию), формирующего (организация учебно-познавательной деятельности учащихся с целью развития у них

заинтересованности в выборе будущей профессии), контрольно-оценочного (анализ полученных результатов опытно-поисковой работы) [2, 5].

В связи с вышеизложенным, нами было проведено педагогическое исследование на базе МАОУ СОШ №96 МО город Краснодар.

Анализируя результаты проведенного тестирования, видно, что большинству детей (70%) подходит профессия «Человек-природа» – профессии, связанные с растительными, животными и микроорганизмами, а также «Человек-искусство» – музыка, актерское мастерство, изобразительное искусство.

Остальные ребята распределились между типами профессий: «Человек-человек» (13%), «Человек-техника» (12%), «Человек-знаковая система» (5%). Даже когда ребенок определится с выбором будущей профессии, не имея опыта работы, не побывав ни разу в рабочей среде, очень трудно решить, нравится тебе эта работа или нет. Далеко не всегда представления о той или иной работе совпадают с реальностью. Поэтому важно предоставить максимум информации о перспективах в работе при обучении той или иной профессии. Необходимо проводить, с учетом выбранного типа профессии, разнообразные экскурсии на производство, встречи со специалистами, беседы о профессиях, связанных с изучаемым материалом, чтобы ребята как можно больше узнавали об интересующих их профессиях.

Анализ полученных результатов уровня ознакомленности и заинтересованности в выборе будущей профессии и ответов учителей позволил сделать следующий вывод: в процессе обучения ведется недостаточно целенаправленная и систематическая работа по формированию у школьников заинтересованности в выборе профессии. На основании изучения и обобщения опыта работы учителей был сделан вывод, что они формируют у школьников отдельные компоненты профориентационной заинтересованности в процессе преподавания базового курса технологии, но эти процессы не систематичны (учителя отмечают недостаток времени и сложности, возникающие при профориентации школьников).

В ходе констатирующего этапа опытно-поисковой работы было установлено также, что обучающиеся хотели бы поднять свой уровень ознакомленности о перспективных и востребованных профессиях, на которые стоит обратить внимание в ближайшем будущем.

Комплекс перечисленных рекомендаций, по нашему мнению, обеспечит высокую эффективность профориентационной работы с обучающимися старших классов в образовательной школе.

Литература:

1. Бадмаев Б.Ц. Психология в работе учителя [Текст]: Практическое пособие по теории развития, обучения и воспитания: В 2 кн. / Б. Ц. Бадмаев. – М.: ВЛАДОС, 2013. – 232 с.
2. Болсуновская Н. Профориентация в Интернете // Народное образование. – 2007. – № 10. – С. 228-233.
3. Новоселова Е.С. Организационные и методические условия реализации программы подготовки кадров для «Белой металлургии»: Сборник научно-методических статей. - 2014. – С. 88-89.
4. Рылеева А.С. Формирование готовности подростков группы риска к жизненному самоопределению: дис. ... канд. пед. наук. – Тюмень, 2008. – 190 с.
5. Сазонов А.Д. Профессиональная ориентация учащихся общеобразовательных школ России. – Курган: Изд-во Курган. гос. ун-та, 2000. – 192 с.

УДК 796.092.292

**К ВОПРОСУ О СУДЕЙСТВЕ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ВИДОВ
ИСПЫТАНИЙ КОМПЛЕКСА ГТО**

Кандидат педагогических наук, доцент С.П. Аршинник

Кандидат педагогических наук, доцент М.С. Шубин

Кандидат педагогических наук, доцент Н.Г. Шубина

Кафедра теории и методики легкой атлетики

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: arschinnik_fk@mail.ru*

Аннотация. В данной публикации авторы обращают внимание на некоторые особенности и несоответствия в судействе легкоатлетических испытаний современного комплекса ГТО.

Ключевые слова: комплекс ГТО, судейство, легкоатлетические испытания.

Несмотря на то, что современный комплекс «Готов к труду и обороне» действует уже на протяжении более 5-ти лет, некоторые аспекты его деятельности еще требуют уточнения и коррекции. Это, прежде всего, относится к судейству испытаний, и в частности судейству «легкоатлетических» тестов.

Напомним, что легкоатлетическими испытаниями комплекса ГТО в настоящее время являются:

- бег на 30 м, 60 м, 100 м;
- прыжок в длину с разбега, прыжок в длину с места толчком 2-х ног;
- метание мяча весом 150 г, спортивного снаряда (весом 500 или 700 г) на дальность;
- бег на 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м;
- кросс (бег по пересеченной местности) на 2 км, 3 км, 5 км.

При этом ряд испытаний не являются «классическими» легкоатлетическими видами, но, тем не менее, входят в программный материал по легкой атлетике общеобразовательной школы [3], либо являются «ближкими» по структуре движений с легкоатлетическими упражнениями. К ним, прежде всего, относятся такие «смежные» испытания, как «челночный бег»; «метание теннисного мяча в цель», «смешанное передвижение», а также «скандинавская ходьба».

Известно, что в соответствии с приказом Министерства спорта РФ № 909 от 19.10.2017 [1] к судейству испытаний ГТО допускаются лица, имеющие удостоверение о присвоении квалификационной категории спортивного судьи и книжку спортивного судьи, удостоверение о повышении квалификации по дополнительным программам подготовки спортивных судей по организации и проведению тестирования населения по выполнению нормативов комплекса ГТО (не менее 16 часов) [1].

При этом к тестированию «легкоатлетических» испытаний допускаются лица, имеющие квалификацию по таким видам спорта, как легкая атлетика и полиатлон. Однако в Методических рекомендациях по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) ГТО [2] имеются некоторые особенности судейства, отличающиеся от судейства видов легкой атлетики. К примеру, в тестах ГТО «Бег на 60 м» и «Бег на 100 м» в отличие от классической легкой атлетики допускается использование высокого старта; метание спортивных снарядов осуществляется в «коридор» вместо сектора [2, 4] и т.п.

Таким образом, между судейством соревнований по легкой атлетике и судейством «легкоатлетических» испытаний ГТО имеются определенные несоответствия. Особенno это относится к судейству так называемых «смежных» испытаний. Например, совершенно непонятно: каким образом оценить попадание теннисного мяча в обод обруча при метаниях в цель: как «точное попадание» или как «промах»? При этом, как известно, в классической легкой атлетике попадание в линию сектора оценивается как неудачная попытка, а, в стрельбе, - как попадание в цель?

К сожалению, данные противоречивые аспекты не регламентированы и не описаны ни в каких методических рекомендациях и пособиях по тестированию нормативов ГТО. В этой связи в работе судебских бригад центров тестирования ВФСК ГТО сложилась ситуация, при которой судьи испытаний ГТО вынуждены «на свой страх и риск» принимать «спорные» решения.

Представленная информация свидетельствует о необходимости согласования спорных моментов представителей Всероссийской федерацией легкой атлетики и разработчиков Комплекса ГТО.

Литература:

1. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 19 октября 2017 года № 909 («Об утверждении порядка допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) и требования к ним» [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.gto.ru/files/uploads/documents/5c531131cc0d0.pdf>. – Дата обращения 03.09.2019.
2. Методические рекомендации по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) к Государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018-2021гг., утвержденный приказом Минспорта России от 19.06.2017 № 542» [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.gto.ru/files/uploads/documents/5ac34cb02362e.pdf>. – Дата обращения 04.09.2019.
3. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательной школы: Программы общеобразовательных учреждений: учебное издание / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2010. – 128 с.
4. Шубина Н.Г. Судейство соревнований по избранному виду спорта: легкая атлетика: учебное пособие / Н.Г. Шубина, М.С. Шубин, И.А. Синковец. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 86 с.

УДК 373.103.71

СТРУКТУРА КОМПЛЕКСНО-КОМБИНИРОВАННОГО
ЗАНЯТИЯ ПО ФИТНЕСУ, ИСПОЛЬЗУЕМОГО
ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ИСПЫТАНИЯМ ВФСК ГТО

Кандидат педагогических наук, доцент С.П. Аршинник¹,
Кандидат педагогических наук, доцент М.Ю. Пушкарный²

¹ Кафедра теории и методики легкой атлетики,

² Кафедра теории и методики гимнастики

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: arschinnik_fk@mail.ru

Аннотация. В представленной публикации обосновывается структура комплексно-комбинированного занятия, направленного на подготовку к испытаниям ГТО, основными средствами которых служат элементы фитнеса.

Ключевые слова: комплекс ГТО, фитнес, структура, комплексно-комбинированное занятие.

В последнее время появились научные публикации, свидетельствующие о возможности подготовки к испытаниям ГТО посредством относительно узкоспециализированных средств физического воспитания или видов спорта. Например, указывается, что для успешной подготовки к «сдаче» норм комплекса ГТО вполне возможно использование средств футбола [1], каратэ [6], атлетической гимнастики [7], пляжного волейбола [9] и др. Действительно, использование относительно узкоспециализированных средств, несомненно, может помочь в подготовке к испытаниям ГТО в том случае, если необходимо улучшить всего одно-два «проблемных» физических качества, а занятия видом спорта к этому располагают. Например, такой вид двигательной активности, как атлетическая гимнастика, безусловно, полезен для воспитания силовых способностей [5]. Вместе с тем, таким образом данный вид двигательной активности поможет, например, развитию аэробной выносливости (для подготовки к тесту «бег на 3000 м»), данные публикации не объясняют. Очевидно, что для этого необходимы другие средства подготовки. Таким образом, становится логичным сделать вывод о необходимости комплексной подготовки к испытаниям ВФСК ГТО.

Вместе с тем у нас в стране и за рубежом из года в год набирают популярность различные технологии, объединяющиеся термином «фитнес» [4, 7-8], которые к тому же могут быть применены для подготовки к испытаниям ГТО. Однако какой должна быть структура таких занятий – четко не определено.

В этой связи нами по аналогии с учебно-тренировочными занятиями была предложена структура занятия по фитнесу, непосредственно направленная на подготовку к испытаниям комплекса ГТО [2-3].

По нашему мнению, занятие по фитнесу, направленное на данную подготовку должно быть «комплексно-комбинированным», то есть включающим двигательные задания из различных видов (направлений) фитнеса (комплексирование средств), а также решающим различные задачи

(комбинирование задач) [2-3]. Исходя из функциональной направленности, данное занятие может состоять из следующих основных компонентов:

- вводного (организационного);
- подготовительного;
- анаэробного (силового, скоростно-силового);
- аэробного (компоненты, направленного на развитие выносливости);
- стретч-компонента (компонента, направленного на развитие гибкости);
- восстановительного;
- завершающего.

Таким образом, комплексно-комбинированное занятие, основным содержанием которого служат средства фитнес-технологий, может решать не только традиционные задачи, но также использоваться для успешной подготовки занимающихся к испытаниям современного комплекса ГТО.

Литература:

1. Аникин А.А. Применение на занятиях по физической культуре средств и методов футбола с целью повышения готовности студентов к сдаче норм комплекса «ГТО» / А.А. Аникин, Т.С. Аникина // Современные здоровьесберегающие технологии. – 2018. – № 4. – С. 16-23.
2. Аршинник С.П. Структура и содержание современного здоровьесберегающего урока физической культуры / С.П. Аршинник, М.Ю. Пушкарный, В.И. Тхорев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 9 (127). – С. 32-42.
3. Аршинник С.П. К вопросу о разработке структуры и содержания урока физической культуры, направленного на подготовку к выполнению нормативов комплекса ГТО / С.П. Аршинник, Г.Н. Дудка, В.И. Тхорев [и др.] // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – Т.12. – 2017. – № 2. – С. 73-81.
4. Береславская Н.В. Влияние занятий фитнесом на морффункциональные показатели женщин первого периода зрелого возраста / Н.В. Береславская, В.И. Иванасова, Л.В. Жигайлова [и др.] // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Т. 18. – Краснодар, 2016. – С. 22-26.
5. Боков А.В. Атлетическая гимнастика как средство подготовки к выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / А.В. Боков, М.С. Авдеева // Возрождение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО: проблемы, опыт, перспективы. Сборник научно-методических статей по итогам Всероссийской конференции. – Киров, 2016. – С. 28-31.
6. Губанищев А.О. Изучение влияния занятий карате кекусинкай на результаты тестирования юных каратистов 6-8 лет по комплексу ГТО: Материалы I ступени / А.О. Губанищев, В.А. Оборин // Возрождение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО: проблемы, опыт, перспективы. Сборник научно-методических статей по итогам Всероссийской конференции. – Киров, 2016. – С.37-40.
7. Лызарь О.Г. Влияние фитнес-занятий с элементами восточных единоборств на показатели физического состояния студентов / О.Г. Лызарь, Т.В. Дорошенко, К.С. Труфанова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2017. – Т. 2. – № 4. – С. 74-76.
8. Проскурякова Н.Г. Возможности фитнес среды при внедрении ВФСК ГТО в работу с населением / Н.Г. Проскурякова // Специфика педагогического образования в регионах России. – 2016. – № 1 (9). – С. 64-65.
9. Римави И.А.И. Методика подготовки старшеклассников к сдаче норм комплекса ГТО / И.А.И. Римави, М.В. Решетняк, В.В. Костюков, О.Н. Костюкова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №3. – С. 9-15.

УДК: 37.034:614.8

**ЮРИДИЧЕСКАЯ ГРАМОТНОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ КАК ФАКТОР
БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Кандидат медицинских наук, профессор А.Г. Ахромова

Старший преподаватель К.Р. Саакова

Старший преподаватель А.И. Величко

Кафедра безопасности жизнедеятельности и профилактики наркомании

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: ahromova55@mail.ru

Аннотация. Разработана комплексная программа дополнительной правовой подготовки школьников старших классов во внеурочное время, направленная на повышение уровня правовой культуры учащихся.

Ключевые слова: школьники, правовая грамотность, внеурочные занятия, безопасный образ жизни.

Анализ специальной литературы позволяет утверждать, что правовое воспитание является одним из самых значимых условий, позволяющих формировать правовую культуру граждан. Это, в свою очередь способствует становлению законопослушного поведения человека в современном обществе [3].

Этот тезис в полной мере соответствует положению дел в вопросах воспитания правовой культуры школьников. Последнюю можно рассматривать как систему мер, направленную на формирование установки на неукоснительное соблюдение правил и законов, что, несомненно, определяет цивилизованные способы решения конфликтов. Также обладание школьниками системой знаний в области права является эффективным способом профилактики правонарушений в подростковой среде [1].

Правовое воспитание можно рассматривать как систему целенаправленных мер и средств воздействия на сознание школьников. Особенную актуальность это приобретает в подростковом возрасте. Это связано с тем, что подростки уже могут сознательно воспринимать материал, касающийся сущности законов.

По мнению некоторых авторов, систему правового воспитания необходимо ориентировать именно на формирование привычек и социальных установок, которые не противоречат требованиям правовых норм [2]. Главной задачей правового образования школьников является достижение таких результатов, которые создают у обучаемых уважение к правовым установкам общества.

Авторы исследований по вопросам права утверждают, что правовое обучение школьников должно быть направлено на то, чтобы учащиеся ориентировались в вопросах законности и правопорядка, соблюдали алгоритмы правомерного поведения в различных чрезвычайных ситуациях социального

характера, понимали ответственность, которая наступает за нарушение законов [4].

По нашему мнению, в правовом обучении школьников должна применяться педагогическая технология, отвечающая не только потребностям самого ученика, но и общества в целом.

Все вышеперечисленное определяет актуальность выбранной нами темы исследования.

Цель работы – изучить уровень правовой культуры школьников и разработать программу, направленную на повышение юридической грамотности школьников в различных сферах безопасности.

В исследовании были проанализированы литературные источники и материалы Интернета по проблеме формирования правовой культуры школьников. Педагогическое наблюдение в данной работе представляло собой планомерный анализ и оценку организации правового обучения школьников на уроках предмета основы безопасности жизнедеятельности, а также во внеучебное время.

Проводилось анкетирование школьников по анкетам «Уровень правовой культуры учащихся» и «Уголовная ответственность несовершеннолетних». Все полученные в процессе эксперимента данные подвергались статистической обработке. В эксперименте принимали участие 42 школьника МБОУ СОШ № 82 г. Краснодара, которые составили контрольную и экспериментальную группы.

На основании результатов первичного исследования мы сделали вывод о необходимости повышения уровня правовой грамотности школьников, так как, по нашему мнению, лица, обладающие юридической неграмотностью, в большей степени подвержены негативным последствиям. В связи с этим нами была разработана программа, направленная на повышение юридической грамотности школьников старших классов. Повторное тестирование школьников показало эффективность программы, что позволяет рекомендовать ее для внедрения в учебный процесс учащихся старших классов во внеучебное время.

Литература.

1. Волков А.М. Правовые основы профессиональной деятельности: учебник для СПО / А.М. Волков. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 274 с.
2. Евтушенко И.И. Формирование правовой культуры старшеклассников во внеучебной деятельности / И.И. Евтушенко // Социально-гуманитарные знания. – 2011. – № 4. – С. 24-25.
3. Певцова Е.А. Современные дефинитивные подходы к правовой культуре и правовому сознанию / Е.А. Певцова // Журнал российского права. – 2014. – № 3. – С. 70-81.
4. Стреляева В.В. Правовое воспитание в условиях становления правового государства / В.В.Стреляева. – М.: Форум, 2012. – 183 с.

УДК: 614.8-057.87

**ПРИМЕНЕНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ УСТРОЙСТВ В ПРОЦЕССЕ
ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ ОСНОВЫ
БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Кандидат медицинских наук, профессор А.Г. Ахромова

Старший преподаватель А.И. Величко

Студент С.В. Выродов

Кафедра безопасности жизнедеятельности и профилактики наркомании

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: ahromova55@mail.ru

Аннотация. Рациональное применение технических средств в процессе обучения по предмету основы безопасности жизнедеятельности позволяет добиться положительных результатов в обучении школьников и повышает у них мотивацию к обучению.

Ключевые слова: предмет основы безопасности жизнедеятельности, технические средства обучения, успеваемость, школьники.

Усовершенствование учебного процесса и преобразование способов и средств обучения в соответствии с требованиями ФГОС современной школы невозможны без широкого применение различных электронных устройств, рационализирующих процесс обучения [1].

Применение электронных устройств на уроке основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) дает возможность сделать процесс обучения более увлекательным, отвечающим запросам современной школы. Использование технических средств обучения в учебно-воспитательной работе стало существенной необходимостью современного образования и обучения [2].

Внедрение и применение различных технических средств обучения в учебном процессе приводит, с одной стороны, к совершенствованию научно-теоретических, методических, технических и организационных аспектов процесса обучения, а с другой – связан с необходимостью повышения педагогического мастерства учителей. С помощью технических средств обучения происходит повышение достигнутых результатов учебно-познавательной деятельности школьников. Все это свидетельствует о возможности и важности применения технических средств обучения.

Цель исследования – обосновать влияние технических средств обучения на результат усвоения обучающимися материала по предмету ОБЖ.

В работе решались следующие задачи:

1. Изучить теоретические основы влияния технических средств обучения на результативность усвоения материала учениками.

2. Раскрыть основные способы применения технических средств обучения на уроках ОБЖ.

3. Разработать примерную комплексную программу организации обучения школьников с применением гаджетов и дать практические рекомендации по их внедрению в учебный процесс по предмету ОБЖ.

Теоретическая значимость работы обусловлена детальным и всесторонним анализом теоретических и практических аспектов организации школьных уроков по ОБЖ с применением новых технологий в процессе обучения.

Практическая значимость исследования заключается в обосновании возможности применения технических средств в работе педагогического коллектива общеобразовательного учреждения для повышения эффективности обучения школьников по предмету ОБЖ.

В работе применялся анализ научно-методической литературы с целью выявления и оценки роли технических устройств в обучении.

Анкетирование учеников проводилось с целью выявить, как относятся обучающиеся к гаджетам в образовательном процессе и как помогают им в учебе другие технические устройства.

Педагогический эксперимент проводился для подтверждения выдвинутой гипотезы и заключался в проверке положительного влияния гаджетов на результативность учебы школьников.

Все полученные в процессе эксперимента данные подвергались статистической обработке общепринятыми методами.

В эксперименте принимали участие ученики двух параллельных десятых классов МБОУ лицей № 90 г. Краснодара. Одна из групп стала контрольной, другая – экспериментальной. Всего в тестировании приняло участие 50 человек. По окончании изучения темы «Природные и техногенные процессы» в каждой группе было проведено тестирование для проверки уровня знаний и количества усвоенного материала по пройденной теме.

Количество правильных ответов на вопросы тестирования в контрольной группе составило $62,1 \pm 7,8\%$, в экспериментальной – $78,5 \pm 8,2\%$. Различия статистически достоверны.

Таким образом, занятия с использованием гаджетов формируют у обучающихся стабильный интерес к обучению, снимают напряжение, помогают формировать навыки учебной деятельности, оказывают положительное влияние на желание подростков учиться, благодаря чему у школьников формируются более прочные и глубокие знания.

Литература.

1. Карпов П.В. Технические средства обучения: Учебное пособие для студентов пед. ин-тов и учащихся пед. уч-щ. / П.В. Карпов, В.А. Романин. – М.: Просвещение, 2016. – 97 с.
2. Чагин Д.П. Компьютерные технологии в преподавании курса ОБЖ // ОБЖ. Основы безопасности жизни: Научно-методический журнал. – М., Ноябрь, 2014. – № 11 (125). – С. 125-129.

УДК: 796.01:159.9.

ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО И СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Ведущий психолог В.О. Белоконь

Научно-исследовательская лаборатория психологических проблем физической культуры и спорта

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: pirozhkova.veronika@mail.ru*

Аннотация. В представленном исследовании выявлен ресурсный потенциал эмоционального и социального интеллекта спортсменов, специализирующихся в командных видах спорта, обусловленный уровнем их развития.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, социальный интеллект, психическая устойчивость, командные виды спорта, копинг-стратегии, саморегуляция, самооценка.

В современной психологии спорта особое значение приобретает поиск и развитие ресурсов спортсменов, обеспечивающих высокий уровень конкурентоспособности [1, 2, 3]. В качестве таких ресурсов рассматриваются эмоциональный и социальный интеллект. Согласно современным исследованиям данные виды интеллекта оказывают положительное влияние на совладание с соревновательным стрессом, оптимизацию тревожности, снижение проявления эмоционального выгорания, рост волевых качеств и психической устойчивости спортсменов [4, 5]. При этом в научной литературе недостаточно внимания уделяется особенностям проявления данных характеристик у спортсменов с различным уровнем эмоционального и социального интеллекта. В связи с этим целью нашего исследования явилось выяснение особенностей психической устойчивости, копинг-стратегий, осознанной саморегуляции поведения и самооценки спортсменов с различным уровнем эмоционального и социального интеллекта.

В исследовании приняли участие 99 спортсменов, занимающихся командными видами спорта (60 женщин и 39 муж), спортивной квалификации от I взрослого разряда до МСМК. Методы статистической обработки данных: кластерный анализ по Уорду, U-критерий Манна-Уитни, корреляционный анализ r-Спирмена.

Кластерный анализ проводился для того, чтобы выяснить особенности психической устойчивости, предпочтения копинг-стратегий, осознанной саморегуляции и самооценки, свойственные спортсменам с различным уровнем эмоционального и социального интеллекта. В результате кластерного анализа были выделены два кластера. В первый кластер вошли 50 человек, во второй – 49. При этом кластеры не отличаются значимо по полу, возрасту, стажу занятий и спортивной квалификации. Далее между выделенными кластерами

проводился анализ достоверности различий по всем изучаемым параметрам. Согласно полученным данным эмоциональный и социальный интеллект оказались достоверно выше во втором кластере. У обследуемых, вошедших во второй кластер, выше нервно-психическая устойчивость, устойчивость к стрессорам внутренней неопределенности, значимости и внешней значимости. Кроме того, в первом кластере выше значения копинг-стратегий «бегство-избегание» и «принятие ответственности», а во втором преобладают значения параметра «планирование решения проблемы». У спортсменов второго кластера более развита способность к учету внутренних и внешних значимых условий достижения целей, изменению тактики поведения в зависимости от ситуации, самостоятельному принятию решений и планировании собственной деятельности, выше самооценка и уровень притязаний при умеренном расхождении между ними. В то же время в первом кластере самооценка ниже, сильно дифференцирована и имеет высокое расхождение с уровнем притязаний.

Далее проводился корреляционный анализ с целью выяснения специфики взаимосвязей эмоционального и социального интеллекта с другими изучаемыми параметрами. В результате, в первом кластере эмоциональный и социальный интеллект связаны преимущественно с самооценкой и способностью к целеполаганию. При этом самооценка растет, а уровень притязаний и расхождение между ними снижаются. Во втором кластере эмоциональный и социальный интеллект связаны с копинг-стратегиями, в основном с планированием решения проблемы и положительной переоценкой, а также с ростом нервно-психической устойчивости. С ростом эмоционального и социального интеллекта самооценка, уровень притязаний и расхождение между ними у спортсменов второго кластера растет. Таким образом, для спортсменов первого кластера эмоциональный и социальный интеллект являются ресурсами за счет более адекватной постановки целей. Для спортсменов второго кластера перечисленные виды интеллекта связаны с повышением нервно-психической устойчивости и являются ресурсами для мобилизации механизмов совладания, в основном ориентированных на практическое решение проблемы.

Литература:

1. Горская Г.Б. Конструктивность реагирования высококвалифицированных тхэквондистов на стрессовые ситуации: психологические предпосылки / Г.Б. Горская, Ю.М. Босенко, А.С. Распопова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2010. – №4. – С. 41-48.
2. Гринь Е.И. Личностные ресурсы преодоления психического выгорания у спортсменов: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Краснодар, 2009. – 24 с.
3. Дементьева И.М. Психологическое сопровождение подготовки как ресурс конкурентоспособности спортсменов в пляжном волейболе / И.М. Дементьева, В.В. Костюков, О.Н. Костюкова, А.А. Васильев // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2017. – № 7. – 75 с.
4. Илясова Н.В. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и волевой регуляции спортсменов индивидуальных и командных видов спорта / Н.В. Илясова, Р.О. Агавелян // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2015. – № 1-2. – С. 197-200.
5. Петровская Т. Эмоциональный интеллект и соревновательная тревожность спортсменов // Наука в олимпийском спорте. – 2014. – №4. – С. 60-63.

УДК: 796.01:159.9

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕГУЛЯТОРЫ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ
У СПОРТСМЕНОВ РАЗНОГО ПОЛА**

Кандидат психологических наук, доцент Е.И. Берилова

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: berilovanew@mail.ru*

Аннотация. В исследовании было установлено, что женщины при выборе копинг-стратегий больше ориентированы на решение проблемы, в отличие от мужчин. У спортсменок установлено большее количество взаимосвязей между личностными особенностями и копинг-стратегиями, чем в выборке спортсменов-мужчин. Гендерных различий в предпочтении копинг-стратегий у спортсменов установлено не было.

Ключевые слова: личностные регуляторы, копинг-стратегии, интернальность, мотивация, самооценка, тревожность.

Сегодня нет однозначного ответа на вопрос о предпочтении определенных стратегий преодоления стресса у спортсменов разного пола. В рамках профессиональной деятельности этот вопрос остается еще дискуссионным. Согласно Т.Л. Крюковой, женщины больше обращаются к проблемно-фокусированному копингу, нежели мужчины, и у них он выражен значительно выше, чем у мужчин. В.В. Жукина отмечает, что для мужчин более характерно активное разрешение проблемной ситуации и стремление к ее контролю, а женщины больше направлены на эмоциональное отреагирование проблемы, они часто ждут, что стрессовая ситуация разрешиться сама по себе.

Целью исследования было изучение личностных регуляторов копинг-стратегий у спортсменов разного пола. В нем приняли участие 320 спортсменов различной квалификации (187 мужчин и 133 женщины). Для исследования применялись следующие методики: опросник копинг-стратегий (адаптация методики CFQ), опросники мотивации достижения успеха и избегания неудач Т. Элерса, Шкала личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера, тест-опросник уровня субъективного контроля, методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.

Достоверных различий в предпочтении копинг-стратегий спортсменами разного пола установлено не было. Это говорит об отсутствии влияния пола на предпочтение спортсменами определенных копинг-стратегий. Также необходимо отметить, что все стратегии преодоления стресса находятся в интервале средних значений. Таким образом, мы видим, что у спортсменов нет предпочтаемых копинг-стратегий, что может говорить о стихийном характере выбора способа совладания со стрессовой ситуацией.

Следующей задачей исследования было изучение характера взаимосвязи между личностными особенностями и копинг-стратегиями у спортсменов.

Нами были исследованы такие личностные характеристики атлетов, как мотивация, самооценка, интернальность, личностная тревожность.

В группе спортсменов мужского пола были установлены прямые достоверные корреляционные взаимосвязи между эмоционально-ориентированным копингом и показателями мотивации достижения успеха и избегания неудач, а также интернальностью в области достижений. Проблемно-ориентированный копинг имеет прямую взаимосвязь с мотивацией достижения успеха.

В женской группе проблемно-ориентированный копинг имеет прямую взаимосвязь с мотивацией достижения успеха, общей интернальностью и интернальностью в области неудач, самооценкой. Копинг-стратегия «Уход от решения проблем» имеет прямую взаимосвязь с интернальностью в области неудач, и обратную – с показателем «Расхождение между самооценкой и уровнем притязаний».

Таким образом, мы видим, что женщины стремятся обращаться к проблемно-ориентированному копингу, используя личностные ресурсы в большей мере, чем мужчины. Также, в группе спортсменов мужского пола установлены взаимосвязи между личностными особенностями и, преимущественно, эмоционально-ориентированным копингом. В женской группе, в свою очередь, личностные характеристики взаимосвязаны, в основном, с проблемно-ориентированным копингом, т.е. женщины стремятся разрешить проблему, а не эмоционально ее отреагировать.

Полученные нами данные подтверждают гипотезу о том, что в силу стихийности формирования стратегий преодоления стресса, атлеты часто отдают предпочтение не самым конструктивным из них. Выбор эффективных копинг-стратегий у них появляется с приобретением опыта.

Литература:

1. Босенко Ю.М. Гендерные аспекты совладающего поведения в командных и индивидуальных видах спорта // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2012. – № 2. – С. 197-202.
2. Жукина В.В. Гендерные особенности когнитивной оценки и избирательности копинг-стратегий в профессионально трудных ситуациях. Психология совладающего поведения // Материалы Международной научно-практической конференции. – Кострома. 2007. – С. 250-251.
3. Крюкова Т.Л. Трудные ситуации в жизни мужчин и женщин и стили совладания с ними // Семья: стресс, копинг, адаптация: Проблемы психологии совладающего поведения в семейном контексте / Отв. ред. Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская. – Кострома, КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2003. – С. 60-70.
4. Распопова А.С. Личностные предпосылки стрессоустойчивости спортсменов разного пола как ресурс повышения их конкурентоспособности // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2017. – № 7. – 218 с.
5. Совмиз З.Р. Гендерные особенности развития психологических ресурсов преодоления стресса в командных видах спорта // Научно-педагогические школы в сфере физической культуры и спорта: Материалы Международного научно-практического конгресса, посвященного 100-летию ГЦОЛИФК. – 2018. – С. 89-94.

УДК: 796.01:159.9+796.856.2

ВЛИЯНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ СВОЙСТВ НА АКТИВНОСТЬ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ У ТХЭКВОНДИСТОВ

Кандидат психологических наук, доцент Ю.М. Босенко

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: Lavina32@mail.ru*

Аннотация. Представлены результаты исследования влияния личностных свойств на активность копинг-стратегий и психологических защит у спортсменов, специализирующихся в тхэквондо ВТФ. Результаты дисперсионного анализа показали, что к наиболее значимым регуляторам защитно-копингового поведения тхэквондистов относятся параметры осознанной саморегуляции поведения, интернальности в различных областях, мотивации и тревожности.

Ключевые слова: саморегуляция, локус контроля, мотивация, копинг-стратегии, механизмы психологической защиты, тхэквондо, многофакторный дисперсионный анализ.

Исследования личностных свойств спортсменов показывают значимость их влияния на поведение, отношение к процессу и результатам собственной деятельности, характер межличностных отношений в спорте [1, 2, 4, 5]. Наиболее значимыми внутренними регуляторами психической напряженности, отражающейся в активизации защитно-копингового поведения, эффективности взаимодействия с окружением и роста достижений спортсмена, являются особенности развития осознанной саморегуляции поведения, уровень развития локуса контроля, тревожность, самооценка и атрибуция успехов и неудач [3, 6].

Цель исследования – изучение влияния личностных свойств на активность копинг-стратегий и психологических защит спортсменов посредством многофакторного дисперсионного анализа. В исследовании принимали участие 137 тхэквондистов обоего пола, в возрасте от 20 до 33 лет (58 женщин, 79 мужчин).

Установленный комплекс дисперсионных связей в группе тхэквондистов мужского пола указывает на то, что для таких спортсменов саморегуляция является фактором формирования зрелых способов психологической защиты. Установлено, что общий уровень саморегуляции стимулирует рост таких механизмов, как «интеллектуализация» и «реактивное образование». Интернальность выступает регулятором проблемно-ориентированной копинг-стратегии, а именно оказывает влияние на предпочтение копинг-стратегии «планирование решения проблемы», « поиск социальной поддержки». При высокой мотивации к успеху возрастает механизм защиты по типу «проекция». Высокая мотивация к избеганию неудачи стимулирует «регрессию» и снижает копинг «принятие ответственности». При высоком уровне притязаний у тхэквондистов растет степень использования «регрессии».

В группе женщин-тхэквондисток установлено, что общий уровень саморегуляции и параметры интернальности оказывают влияние на активность защитных механизмов по типу «проекции» и «интеллектуализации» и предпочтение копинг-стратегий «самоконтроль» и «поиск социальной поддержки». Повышение общего уровня саморегуляции оказывает влияние на активизацию защитных механизмов по типу «проекция» и «интеллектуализация» и снижает предпочтение копинг-стратегии «самоконтроль». При высокой мотивации к избеганию неудачи у женщин снижается вероятность активизации механизма защиты по типу «компенсация» и стратегии совладания «поиск социальной поддержки». Низкотревожные тхэквондистки склонны к планированию решения проблем. Склонность к дистанцированию увеличивается, как только уровень притязания становится выше. На использование защиты по типу «компенсация» влияет сочетание мотивации к избеганию неудач и личностной тревожности, а также личностной тревожности и самооценки, кроме того, последнее сочетание факторов влияет на активность защитного замещения.

Готовность спортсменов брать на себя ответственность в различных жизненных ситуациях оказывает влияние на склонность при стрессе прибегать к контролю над собственными эмоциями и побуждениями, поиску информационной поддержки, при этом защитные механизмы, наиболее характерные для данных спортсменов, будут проявляться в виде приписывания окружающим собственных непринимаемых черт и в поиске логичных оправданий собственным поступкам и рациональном истолковании происходящих событий, на что оказывает влияние и сформированность регуляторных компонентов.

Литература:

1. Босенко Ю.М. Личностные и когнитивные факторы стрессоустойчивости спортсменов высокого класса / Ю.М. Босенко, Е.И. Берилова // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2015. – Т. 21. – № 2. – С. 106-110.
2. Горская Г.Б. Динамический анализ психологических ресурсов конкурентоспособности спортсменов / Г.Б. Горская // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2018. – № 1. – С. 64-66.
3. Пирожкова В.О. Психологические предпосылки эмоциональной устойчивости высококвалифицированных спортсменов в условиях соревновательного стресса / В.О. Пирожкова // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2015. – Т. 17. – С. 93-98.
4. Распопова А.С. Личностные предпосылки стрессоустойчивости спортсменов разного пола как ресурс повышения их конкурентоспособности / А.С. Распопова // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2017. – № 7. – 218 с.
5. Распопова А.С. Психологические регуляторы устойчивости к стрессу спортсменов высокой квалификации / А.С. Распопова // Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы: материалы Третьей Международной научной конференции. – Казань, 2018. – С. 426-428.
6. Совмиз З.Р. Особенности развития личностных копинг-ресурсов спортсменов командных видов спорта / З.Р. Совмиз // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2018. – Т. 20. – С. 168-176.

УДК: 796.01:159.9

**ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ В ОБЛАСТИ
ПСИХОЛОГИИ СПОРТА: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

Доктор психологических наук, профессор Г.Б. Горская

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: gorskayagalina@mail.ru*

Аннотация. Представлен анализ теоретических оснований для решения прикладных задач психологии спорта. Основные принципы решения прикладных проблем: про-активность, учет возрастных закономерностей развития спортивной карьеры, учет средовых факторов самореализации спортсменов.

Ключевые слова: прикладной потенциал науки, опережающая постановка задач, принцип развития, холизм.

Рост влияния психологических факторов на достижения спортсменов делает актуальным анализ условий, при которых психология спорта может способствовать полноценной самореализации талантливых атлетов. Опорой для такого анализа могут быть представления об источниках прикладного потенциала науки, представленные Я.А. Пономаревым [4]. Их суть состоит в том, что каждая научная область проходит закономерные этапы развития, а прикладной потенциал науки определяется уровнем ее развития. По мнению Я.А. Пономарева, максимальным прикладным потенциалом обладает отрасль психологической науки, находящаяся на этапе действенно-преобразующего знания. Существенным его признаком является наличие специальной теории психического явления, составляющего предмет науки, позволяющей прогнозировать проявления изучаемого во времени и в зависимости от условий функционирования. Иными словами, в этом случае появляется возможность решать прикладные задачи не реактивным, а про-активным образом. Важность теории для успешного решения прикладных задач очевидна для современных представителей прикладной психологии [3].

Значимость про-активного подхода к решению прикладных задач для психологии спорта объясняется ранним началом спортивной карьеры, динамичностью развития спортивной деятельности, вследствие которой меняется структура психологических ресурсов достижения высоких спортивных результатов [1]. Доказательством этого является рост внимания к хроническому стрессу и проблеме поддержания устойчивости к психологическим нагрузкам на протяжении длительного времени [2].

Поиску теоретических оснований для успешного решения практических проблем уделяют внимание и зарубежные психологи спорта. Р. Wylleman с соавторами [1] рассматривает как основу для решения практических задач психологии спорта понимание карьеры спортсменов как целостного феномена

на основе принципов развития и холизма, предполагающего учет как личностных, так и средовых регуляторов их деятельности.

Продуктивность такого подхода подтверждается проведенными на кафедре психологии КГУФКСТ исследованиями психологических эффектов ранней профессионализации спортсменов, направленных на установление психологических ресурсов и ограничений их самореализации в спортивной деятельности. Исходным теоретическим положением было утверждение о том, что соотношение ресурсов и барьеров профессиональной самореализации спортсменов зависит от того, способствует ли спортивная деятельность реализации магистральной для определенного возрастного периода линии психического развития.

Исследования показали, что в младшем школьном возрасте включение в занятия спортом способствует формированию у юных спортсменов основных интеллектуальных новообразований, но может быть источником психических перегрузок при несоответствии подготовки юных спортсменов их возрастным особенностям. В подростковом возрасте юные спортсмены имеют преимущество перед сверстниками, не занимающимися спортом, по сформированности регулирующей функции самооценки, но сокращение возможностей приобретения социального опыта вследствие занятости тренировками и учебой в общеобразовательной школе порождает риск сужения Я-концепции. Свойственная спортивным группам внутригрупповая конкуренция повышает ориентацию на семью, оказывающую безоговорочную психологическую поддержку, и снижает необходимую для благополучного взросления ориентацию на общение со сверстниками. Описанные последствия ранней профессионализации снижают вероятность социально-психологической адаптации юных спортсменов. Полученные данные позволяют вести профилактику неблагоприятных последствий ранней профессионализации спортсменов и раскрывать ресурсы их самореализации в спорте.

Литература:

1. Горская Г.Б. Опережающая постановка задач как стратегия психологического сопровождения подготовки спортсменов // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки, подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму: Материалы XV Международной научной сессии по итогам НИР за 2016 год, посвященной 80-летию университета (Минск, 30 марта -17 мая 2017 г.). В четырех частях. – Часть 3. Минск: БГУФК, 2017. – С. 76-78.
2. Горская Г.Б. Динамика регуляции психической устойчивости команды на протяжении соревновательного сезона / Г.Б. Горская, В.Г. Дыдарь // Общество: социология, психология, педагогика. – 2017. – № 8. – ISSN 2223-6430 (on-line)
3. Грачев А.А. Перспективы практико-ориентированной психологии в контексте тенденций развития психологической науки // Психологический журнал. – 2018. – Т.39. – № 4. – С. 117-121.
4. Пономарев Я.А. Проблемы перестройки практической психологии / Я.А. Пономарев, И.М. Гаджиев // Психологический журнал. – 1988. – Т.9. – № 2. – С. 20-26.
5. Debois N., Ledon A., Wylleman P. A lifespan perspective on the dual career of elite male athletes. //Psychology of sport and exercise, 2015, vol.21, p.15-26.

УДК: 796.01:159.9

**ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ФАКТОРЫ ПСИХИЧЕСКОЙ
НАПРЯЖЕННОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ
ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

Доктор психологических наук, профессор Г.Б. Горская¹
Кандидат биологических наук, профессор С.В. Фомиченко²

¹*Кафедра психологии*

²*Кафедра теории, истории и методики физической культуры*

Контактная информация для переписки: 350015, Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: gorskayagalina@mail.ru

Аннотация. Представлены результаты лонгитюдного исследования влияния на уровень психической напряженности деятельности яхтсменов высокой квалификации двух организационных источников психической напряженности: системы отбора на ответственные соревнования и устойчивости позиции в элитной команде.

Ключевые слова: высококвалифицированные спортсмены, психическая напряженность, средовые факторы успешности деятельности, организационный стресс.

Одной из центральных проблем психологии спорта является проблема максимального раскрытия личностного потенциала спортсменов. От успеха в ее решении зависит возможность обеспечения конкурентоспособность спортсменов высокого класса на международном уровне. Длительное время поиск путей раскрытия личностного потенциала спортсменов концентрировался на выявлении профессионально важных свойств личности спортсменов и разработке способов их целенаправленного развития. В последние годы стало очевидно, что исследование личности спортсмена и условий раскрытия спортсменами личностного потенциала невозможно без принятия во внимание контекста, в котором разворачивается спортивная деятельность. Значимость роли контекста в объяснении поведения личности в процессе деятельности прослеживается и в других областях психологии [1].

В психологии спорта понимание значимости контекста деятельности спортсменов прослеживается давно. На неестественность исследований личности спортсмена вне контекста спортивной деятельности указывал А.Ц. Пуни [3]. Близкая точка зрения содержится и в работе R. Stelter [6]. Анализу средовых факторов успешности деятельности спортсменов посвящают свои работы современные зарубежные исследователи [4, 7]. Активно проводятся исследования организационного стресса как средового регулятора деятельности спортсменов [5].

Особенностью спортивной деятельности, как и многих других, является долговременность включения в нее. Вследствие этого спортсмены испытывают на себе влияние долговременных регуляторов психической напряженности, многие из которых связаны с организационными факторами [2].

Значимость учета долговременных регуляторов психической напряженности подтверждена в трехлетнем лонгитюдном исследовании яхтсменов высокой квалификации. Предметом исследования было влияние на уровень психической напряженности деятельности высококвалифицированных яхтсменов двух долговременных факторов: системы отбора на ответственные соревнования и устойчивости позиции в элитной команде. Критерием оценки уровня психической напряженности послужили показатели спортивной мотивации, позволяющие оценить чувствительность спортсменов к исследуемым средовым влияниям. Они устанавливались по модифицированной методике Р.А. Пилояна.

Результаты исследования показали, что неуверенность спортсменов в точном соблюдении правил отбора на ответственные соревнования вызывает рост психической напряженности. Сравнение уровня психической напряженности у яхтсменов в предсоревновательный период перед главными соревнованиями, проводимыми в двух сезонах с интервалом в два года, показали, что точность соблюдения правил отбора во втором соревновательном сезоне привела к снижению уровня психической напряженности и повышению результатов выступлений яхтсменов.

Доказательством долговременного влияния оценки спортсменами устойчивости своей позиции в элитной команде является устойчивое превышение показателей психической напряженности яхтсменов с неустойчивой позицией в команде по сравнению с яхтсменами, позиция которой оценивалась ими как устойчивая.

Результаты исследования свидетельствуют об обоснованности оценки средовых факторов длительного действия как регуляторов психической напряженности и достижений высококвалифицированных спортсменов.

Литература:

1. Вербицкий А.А. Контекстный подход в психологии / А.А. Вербицкий, В.Г. Калашников // Психологический журнал. – 2015. – Т.36. – № 3. – С. 5-14.
2. Горская Г.Б. Макроременные регуляторы психических нагрузок высококвалифицированных спортсменов // Теория и практика физической культуры. – 1994. – №11. – С. 8-11.
3. Пуни А.Ц. Проблема личности в психологии спорта. – М., 1980. – 28 с.
4. Donnelly A.A., Macintyre T.E., O'Sullivan N., Warrington G. et al. Environmental influences on elite sport athletes well being: from gold, silver and bronze to blue, green and gold // Frontiers in psychology, 2016, v.7, p. 1167.
5. Fletcher D., Wagstaff C.R.D. Organizational psychology in elite sport: its emergence, application and future // Psychology of sport and exercise. 2009. V.10. P. 427-434.
6. Stelter R. Cotextualized sport psychology and implementation of qualitative research design // 9th European congress on sport psychology. Proceedings. Part 1. Brussels:1995, p.278-285.
7. Trninic V., Trninic M., Gavala M. Influences of genetic and environmental factors on the development of personality, performance and sport achievement // Acta kinesiologica, 2018, v.12, issue 1, p. 55-61.

УДК 796.01:159.9+796.322

**ПРЕДИКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ
У СПОРТСМЕНОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

Ведущий психолог И.М. Дементьева

*Научно-исследовательская лаборатория психологических проблем
физической культуры и спорта КГУФКСТ*

*Контактная информация для переписки: 350015, Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: 80angel@mail.ru*

Аннотация. В исследовании установлены личностные качества, выступающие как ресурсы и барьеры становления ответственности юных гандболистов подросткового возраста. Выявлены признаки неустойчивости личностной регуляции ответственного поведения у подростков.

Ключевые слова: подростки, ответственность, предикторы, регрессионный анализ, ресурсы и ограничители формирования ответственности.

В подростковом возрасте наиболее актуально становление субъектной позиции, которая проявляется в ответственном поведении. В то же время, данный возраст характеризуется тем, что личность находится в процессе становления, отражающимся в неустойчивости регуляции поведения, которая способствует появлению ресурсных и барьерных личностных качеств как предикторов ответственности у подростков.

Цель исследования: определить совокупность предикторов формирования ответственности в подростковом возрасте.

В исследовании приняла участие группа юных гандболистов в возрасте от 14 до 16 лет, мужского и женского пола (всего 61 человек). Ответственность и ее характеристики определялись методикой В.П. Прядеина ОТВ-70, где проявление ответственности рассматривается в динамическом компоненте (активность – пассивность поведения), мотивационном компоненте (социальная - эгоцентрическая), эмоциональном компоненте (стеническая – астеническая), когнитивном компоненте (осмысленность – осведомленность), регуляторном компоненте (интернальность – экстернальность), результативном компоненте (предметность – субъектность). Автор выделил конструктивные формы ответственности, которые указаны первыми, и деструктивные, которые указаны вторыми [3]. Опираясь на научно-исследовательскую литературу, мы выделили возможные предикторы проявления ответственного поведения (самоуправление, саморегуляция, самоактаулизация, самоотношение, копинг-стратегии, психологические защиты, вина, мотивация, волевые качества, межличностная зависимость), влияющие на формирование ответственности в подростковом возрасте [1], их влияние и связь на проявление ответственности определялась многомерным регрессионным анализом, метод шагового отбора [2].

Результаты исследования показали, что на проявление ответственности у подростков, занимающихся гандболом, имеют влияние личностные качества, выступающие как ресурсы, и барьеры, которые определялись связями их с конструктивными или деструктивными формами ответственности. Ресурсные личностные качества повышают проявление ответственности в поведении и выполнении ответственных дел, а также способствуют снижению проявления деструктивных проявлений. Барьерные личностные качества повышают проявление деструктивных параметров ответственности и снижают принятие ответственности у спортсменов подросткового возраста.

Были выявлены личностные качества, которые только повышают проявление ответственности. К ним относятся самоуважение и самоценность, синергия, психологические защиты «рационализация» и «гиперкомпенсация», вина «отделения» и «гиперответственность», саморегуляция, прогнозирование, планирование решения проблемы, проявление упорства и настойчивости, самоконтроль. Данные качества мы относим к ресурсным. Выделились личностные качества, которые способны повышать конструктивные формы ответственности и снижать деструктивные, которые мы также отнесли к ресурсным. Это общий показатель самоуправления, самоуверенность.

Личностные качества, выступающие как барьеры проявления ответственности, – это внешняя мотивация, «идентификация», спортивная и учебная амотивация, внешняя спортивная мотивация, психологическая защита «отрицание», неуверенность в себе, самообвинение, вина «ненависти к себе», зависимость.

Проявились личностные качества, показывающие противоречивую тенденцию, повышая одни конструктивные формы ответственности и понижая другие, а также повышающие конструктивные и деструктивные формы ответственности. Это гибкость поведения, ценностные ориентации, внутренняя мотивация в обучении как получение знаний и стремление быть компетентным, саморуководство, проявление инициативы и самостоятельности, что отражает сложность процесса становления личности в подростковом возрасте влияющую на регуляцию деятельности.

Данные нашего исследования подтверждают предположение о наличии барьерных и ресурсных личностных качеств для проявления ответственности в поведении у спортсменов подросткового возраста. А также положительное влияние занятий спортом заключается в том, что целенаправленное, регулируемое, продолжительное время включение в спортивную деятельность способствует образованию устойчивых положительных личностных связей, влияющих на формирование ответственного поведения.

Литература:

1. Дементьева И.М. Взаимосвязи деструктивных форм ответственности и субъектных качеств личности гандболистов подростков // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар, 2018. – № 20. – С. 115-123.
2. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. Учебное пособие / А.Д. Наследов. – СПб.: Речь, 2004. – 392 с.
3. Прядеин В.П. Психодиагностика личности: Избранные психологические тесты: Практикум. Сургут: Сургутский гос. пед. ун-т, 2014. – 215 с.

УДК: 796.01:159.9

**ЛИЧНОСТНЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ
ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ
В КОМАНДНЫХ ВИДАХ СПОРТА**

Психолог К.А. Дробышева

*Научно-исследовательская лаборатория психологических проблем
физической культуры и спорта КГУФКСТ*

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: drobysheva08.09@mail.ru*

Аннотация. В исследовании анализируется жизнестойкость как ресурс сопротивляемости стрессу. Рассматриваются личностные регуляторы формирования жизнестойкости в командных видах спорта. Выделяются черты Большой пятерки, внутренняя мотивация и диспозиционный оптимизм как характеристики развития жизнестойкости.

Ключевые слова: жизнестойкость, сопротивляемость стрессу, личностные характеристики, командные виды спорта.

Ведущей задачей спортсменов является достижение намеченных целей и реализация своего потенциала, осуществляемая на фоне высокой конкуренции и интенсивных физических нагрузок, сопровождаемых личностными, организационным, тренировочными и соревновательными стрессами. Способность конструктивно разрешать стрессовые ситуации противостоять негативному воздействию стресс-факторов выступает важным условием самореализации спортсменов и достижению высоких результатов [1, 2]. Ресурсом спортсменов по устойчивости к стрессу выступает жизнестойкость. Жизнестойкость – это способность личности выдерживать стрессовую ситуацию, продолжать эффективно действовать и сохранять внутреннюю гармонию [5]. Высокий уровень жизнестойкости способствует оценке ситуации как менее стрессовой [3], психологическому благополучию [6]. У высококлассных спортсменов уровень жизнестойкости выше, чем у спортсменов массовых разрядов [4]. Значимость жизнестойкости, как личностного ресурса сопротивляемости стрессу, показана рядом исследователей, но слабо освещены механизмы формирования жизнестойкости.

Исходя из этого, целью исследования является анализ личностных предпосылок формирования жизнестойкости спортсменов, специализирующихся в командных видах спорта.

Методы исследования: тест жизнестойкости в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой; опросник маркеры факторов «Большой пятерки» (МФБП) Л. Голдберга в адаптации Г.Г. Князева; тест диспозиционного оптимизма, в адаптации Т.О. Гордеевой, О.А. Сычева, Е.Н. Осины. Обработка полученных данных проводилась с помощью методов математической статистики. В исследовании приняли участие 44 спортсмена, занимающихся командными видами спорта. Квалификация: I взрослый, КМС, МС.

Корреляционный анализ зафиксировал положительную связь интегрального показателя жизнестойкости и составляющих его компонентов: «вовлеченность», «контроль» и «принятие риска» с показателям черт Большой пятерки: «экстраверсия», «эмоциональная стабильность», «открытость новому опыту». Показатели черт Большой пятерки «уступчивость», «сознательность» положительно коррелируют с интегральным показателем жизнестойкости и компонентом «вовлеченность». Умение находить контакт с социальным окружением, коммуникабельность, способность контролировать эмоции, желание осваивать новое, с высокой вероятностью способствуют готовности идти на риск ради намеченных целей, включаться в разрешение возникающих трудностей, брать ответственность за их разрешение на себя. Готовность идти на компромиссы и принятие ответственность за свои действия также способствуют включению в разрешения трудностей в процессе деятельности.

Интегральный показатель жизнестойкости и компоненты «вовлеченность» и «контроль» положительно взаимосвязаны с внутренними мотивами: «знания», «компетентность», «новые впечатления» и с внешним мотивом «идентификация» и обратно с амотивацией. Интегральный показатель жизнестойкости и компоненты «вовлеченность» и «контроль» положительно коррелируют с диспозиционным оптимизмом, позитивными и негативными ожиданиями. Спортсмены с внутренней мотивацией, ориентированные на самосовершенствование, развитие своего мастерства, осознанно занимающиеся избранным видом спорта и чувствующие ответственность перед командой, уверенные в достижение поставленной цели, ожидающие положительного результата выполняемой деятельности, высоко вероятно принимают ответственность за возникающие трудности на себя и готовы включаться в их разрешение, воспринимают сложности на пути к цели как способ развития.

Полученные результаты позволяют сделать вывод, что умение находить компромиссы и взаимодействовать с социальным окружением, ответственность, эмоциональная устойчивость, внутренняя мотивация и оптимизм способствуют формированию жизнестойкости у спортсменов командных видов спорта. Таким образом, для эффективного противостояния стрессу важно формировать комплекс этих личностных характеристик.

Литература:

1. Горская Г.Б. Организационный стресс в спорте: источники, специфика проявлений, направления исследований // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2012. – № 4. – С. 74-76.
2. Горская Г.Б. Личностные ресурсы сопротивляемости стрессу у каратистов стиля коикусинкай / Г.Б. Горская, Е.Р. Кадырова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгата.– 2017. – № 90. – С. 267-272.
3. Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
4. Golby J., Sheard M. Mental toughness and hardness at different levels of rugby league // Pesonality and Individual Differences. № 37. 2004. pp. 933-942.
5. Maddi S.R. Hardiness: The courage to grow from stresses // Journal of Positive Psychology. 2006. №1. pp 160-168
6. Nezhad S.A.M., Besharatb A.M. Relations of resilience and hardiness with sport achievement and mental health in a sample of athletes // Procedia Social and Behavioral. №5. 2010. pp. 757-497.

УДК: 796.01:159.9

**ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ЮНЫХ
СПОРТСМЕНОВ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ**

Кандидат психологических наук, доцент А.А. Дубовова

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Пархоменко

Кафедра психологии

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: dubovova@list.ru

Аннотация. В работе рассматриваются результаты исследования психологической готовности к спортивной деятельности начинающих спортсменов. Было установлено, что юные спортсмены специализации батут, спортивно-балльные танцы, гимнастика имеют недостаточный уровень сформированности мотивации, произвольности внимания, с одной стороны, а с другой – выявлены корреляционные связи между рассматриваемыми показателями психологической готовности и показателями готовности к освоению основ техники. Это свидетельствует о необходимости включения в тренировочный процесс развивающих занятий, направленных на формирование показателей психологической готовности (мотивации, произвольности).

Ключевые слова: юные спортсмены, мотивация, произвольность внимания, спортивно-балльные танцы, прыжки на акробатической дорожке, гимнастика.

Согласно литературным источникам установлено, что на этапе начальной подготовки одной из главных задач является физическое развитие детей, а также освоение технико-тактических основ избранного вида спорта. Юный атлет познает пространственные, временные и силовые характеристики движений, приобретает представления об амплитуде, быстроте, темпе и ритме телодвижений, успешность и скорость освоение данных технических параметров зависит от степени психологической подготовки, в частности от развития психомоторных способностей [2, 3]. Но, к сожалению, тренеры в спортивных школах, секциях этапа начальной подготовки не уделяют должного внимания направленному развитию именно психологических качеств, а в частности мотивации к занятиям спортом, психомоторным способностям (сенсомоторика, произвольность внимания, двигательная память, помехоустойчивость). Это представляет актуальную проблему при подготовке подрастающих спортсменов в будущем, т.к. своевременность развития психических процессов является одним из факторов, влияющих на формирование психологических предпосылок надежности выступлений на соревнованиях, эффективности тренировочного процесса, в целом успешности карьерного роста [1, 4, 5].

Целью исследования явилось изучение уровня сформированности мотивации, произвольности внимания у юных спортсменов этапа начальной

подготовки, а также особенностей их связи с показателями готовности к освоению основ техники.

В исследовании приняли участие 115 спортсменов 7-9 лет, специализации прыжки на акробатической дорожке (45 человек), гимнастика (30 человек), спортивно-балльные танцы (40 человек).

Результаты исследования свидетельствуют о том, что у большинства юных спортсменов, независимо от вида спорта, выражен средний уровень мотивации (методика Н. Лускановой). Данный уровень на момент поступления является достаточным. Но в связи с тем, что мальчиков и девочек больше привлекают в занятиях внешние мотивы: статус спортсмена, зрелищность, костюмы и др., то в процессе работы на тренировках, неудач на соревнованиях мотивация к занятиям спортом может снизиться.

Для определения уровня развития произвольности внимания были использованы тесты на определение точности выполнения простой инструкции в условиях помех (методика «Да и нет»), точности выполнения по инструкции последовательности действий (методика «Палочки и крестики»). Установлено, что спортсмены изучаемых специализаций на момент поступления имеют примерно равный уровень – ниже среднего, достоверных различий между изучаемыми группами выявлено не было. Юные спортсмены не способны в полной мере сконцентрироваться на объяснении инструкции, а затем в полном объеме ее выполнить, что может отрицательно сказаться на результатах учебно-тренировочного процесса.

Были установлены корреляционные связи между показателями готовности к освоению основ техники и мотивации; произвольности внимания в изучаемых спортивных группах. Полученные результаты доказывают необходимость целенаправленной работы с юными спортсменами по развитию показателей психологической готовности (мотивации, произвольности внимания), что будет способствовать ускорению освоения основ техники избранного вида спорта как на этапе начального обучения, так и на последующих этапах многолетней спортивной подготовки.

Литература:

1. Багадирова С.К. Специфика произвольного управления и волевой регуляции деятельности спортсмена // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации»: материалы всероссийской с международным участием научно-практической конференции. – Краснодар, 2017. – 22 с.
2. Горская Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов. – Краснодар, 2008. – 220 с.
3. Дубовова А.А. Психологическое сопровождение как фактор эффективности в подготовке юных акробатов-прыгунов // Материалы международного психологического симпозиума памяти профессора Вадима Альбертовича Родионова «Научное наследие профессора В.А. Родионова». – Москва, 2017. – С. 34-38.
4. Пархоменко Е.А. Особенности психологической готовности юных спортсменов к занятиям спортивными и бальными танцами / Е.А. Пархоменко, А.А. Дубовова, О.Е. Прищук // Материалы международной научно-практической конференции «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ. ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ». – 2019. – С. 138-140.
5. Распопова А.С. Психология физической культуры и спорта / А.С. Распопова, Ю.М. Босенко, И.В. Харитонова. – Краснодар, 2019. – 260 с.

УДК: 338.488.2:796.01

**ОРГАНИЗАЦИЯ КОМПЛЕКСНОГО ТУРИСТСКОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ СПОРТСМЕНОВ В РОССИИ**

**Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Еремина¹
Преподаватель В.А. Ильчева²**

¹ Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

² Кафедра теории и методики гимнастики

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: eremina-otdel-k@mail.ru*

Аннотация. Данная работа посвящена вопросам организации обслуживания спортсменов, обеспечения необходимых условий комфортного пребывания вне дома спортсменов.

Ключевые слова: спорт, команда, комплексное обслуживание, услуги, комфорт.

В профессиональном спорте каждый с раннего детства знает, что ему нужно в системе подготовки помимо тренировочного и соревновательного процессов. Ежедневные многочасовые тренировочные нагрузки, жесткий режим дня и особые требования к питанию и отдыху – это норма в спорте. Для каждого спортсмена, а особенно для спортивной команды, необходимы комфортные внешние условия и специализированная система реализации. Должны быть созданы условия, когда спортсмены не будут задумываться о бытовых вопросах. Существует ли такая практика комплексного обслуживания и есть ли специалисты, способные реализовать такие задачи в России и в поездках за рубежом, с какими трудностями сервисного обслуживания сталкиваются спортивные коллективы – это те аспекты, которые подлежат нашему изучению. Проблемы и перспективы сервисного обслуживания российских спортсменов изучаются в современных реалиях организации спортивной деятельности.

В результате опроса спортсменов, игроков профессиональных спортивных команд, одной из основных проблем они указали обслуживание в пути при переездах. Причины кроются в несовершенной инфраструктуре и непрофессионализме персонала, присловутый человеческий фактор. Важнейшая часть инфраструктуры, к которой предъявляются вопросы, – это средства размещения, где останавливаются спортсмены на выездных играх. При размещении должны учитываться отдельные требования, которые заранее необходимо регулировать. Например, нельзя разбрасывать команду по разным этажам, она должна размещаться на одном этаже. Шумно гуляющие компании не способствуют сосредоточению перед игрой и необходимой организации отдыха. Антропометрические характеристики игроков также должны учитываться при выборе средств размещения, а именно кровати, потолки, площадь номера. Необходимо учесть специальные помещения для формы и инвентаря. В отеле обязательно должен быть конференц-зал для проведения

теоретических занятий. Дополнительные услуги, такие как прачечная, услуги комнаты отдыха с бильярдом и игровыми приставками, комната для массажа и взвешивания, – это то, что было указано самими игроками в процессе опроса.

Анализ гостиничной инфраструктуры, построенной перед проведением крупных спортивных форумов зимних Олимпийских игр в Сочи и чемпионата мира по футболу FIFA 2018 год, показал ее несовершенность, они не отвечают специфическим запросам. Только в Сочи построено более 40 отелей, а многие претерпели реновацию. Проведенный анализ данных средств размещения, показал что это отели хорошего уровня, но для отдыхающих и гостей, приехавших с деловыми целями, а для размещения спортсменов гостиниц – нет.

Зарубежный опыт показал, что в крупных городах, где базируются крупные профессиональные спортивные клубы, обязательно строят отели со спортивным уклоном. Учитывается близость его расположения к спортивным объектам, большая номерная база на одном этаже, есть помещения, где можно организовать массажную и проведение других процедур спортивным врачом команды, наличие фитнес-центра, конгресс-центра, автостоянки и все то, что сделает пребывание спортивной команды комфортным. А пребывание может растянуться до двух недель, если проводятся серии игр.

Обобщив полученные в результате опроса и полученные в результате изучения инфраструктуры данные, собраны сведения о требованиях в системе комплексного обслуживания команд на выезде:

- 1) Большое количество одинаковых номеров, для создания единых комфортных условий для всех членов команды;
- 2) Питание вне дома должно обладать возможностью организовать специализированное спортивное питание;
- 3) Дополнительные услуги (стирка и глажение, хранение инвентаря, стоянка автобуса) должны входить в стоимость проживания;
- 4) Специальные увеличенные габариты мебели (больше 200 см);
- 5) Наличие фитнес-центра и конгресс-центра;
- 6) Присутствие в командах профессиональных менеджеров по комплексному обслуживанию в спорте, профессиональных координаторов в поездках.

Специалист по комплексному обслуживанию в профессиональном спорте должен заниматься организацией пребывания команды на соревнованиях и тренировочных мероприятиях (сборах). В его обязанности входит подбор и оформление гостиницы, организация питания, транспортные услуги, организация медицинского обслуживания. Также необходимо работать над обеспечением безопасности команды, ограждением от фанатов и болельщиков. Подбор и поддержание в необходимом состоянии спортивной экипировки и инвентаря игроков – тоже необходимая услуга. Нельзя забывать и об организации досуга спортсменов.

Сегодня индустрия спорта в России бурно развивается, а сервисное обслуживание в системе комплексного обслуживания испытывает недофинансирование и недостаток внимания со стороны руководителей. Таким

образом, необходимо организовать работу по удовлетворению определенных выше нужд спортсменов и их потребностей.

Литература:

1. Алексеева О.В. Анализ содержания высшего профессионального образования для туристско-спортивной сферы услуг / О.В. Алексеева. – М, 2012. – С. 65-75.
2. Кружков Д.А. Организация и обслуживание олимпийских игр: учебное пособие / Д.А. Кружков, М.В. Коренева, Н.А. Арзамасцева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2013. – 70 с.
3. Нестеренко Т.А. Подготовка компетентного работника в области спортивно-оздоровительного туризма к использованию позитивных последствий крупных спортивных форумов / Т.А. Нестеренко, Д.А. Кружков // Педагогика и психология. – Майкоп, 2011. – С. 137-145.
4. Нестеренко Т.А. Повышение готовности работников туристического комплекса и сферы «физическая культура и спорт» к участию в проведении крупного спортивного форума / Т.А. Нестеренко, Д.А. Кружков. – Краснодар.: ФГБУ «РЭА». 2013. – С. 169-174.
5. Шпырня О.В. Анализ информационно-технологической компетентности специалистов турииндустрии / О.В. Шпырня, К.Д. Чермит, В.В. Лысенко, С.Ф. Ефтушенко. – Краснодар, 2007. – С. 35-38.

УДК: 378.016:338.488

**ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИН КОМПЛЕКСНОГО
ТУРИСТСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ВУЗАХ**

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Еремина¹

Преподаватель В.А. Ильчева²

¹ Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

² Кафедра теории и методики гимнастики

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: eremina-otdel-k@mail.ru*

Аннотация. В данной работе рассматриваются особенности преподавания профильных дисциплин туристской отрасли в вузах, подведомственных Минспорту России.

Ключевые слова: спорт, профиль, дисциплины, компетенции, комплексное обслуживание, услуги, туризм.

Крупные спортивные события последних лет в России привели к расширению требований к подготовке специалистов, обслуживающих систему спорта высших достижений. Традиционно подготовкой кадров для отрасли спорта занимаются вузы, подведомственные Минспорту России, но основное задание распространяется на подготовку тренерских кадров, а обеспечение внешних условий подготовки и реализации максимальных возможностей спортсменов возможно только при умелом профессиональном действии специалиста по комплексному обслуживанию в размещении, питании, транспорте, организации досуга, визовых формальностях, переводчика и других. В этой связи возникает вопрос об особенностях подготовки такого профессионала для отрасли спорта, где система комплексного туристского обслуживания изучается в данном контексте.

Взаимозависимость сервисных и туристских процессов в современных экономических и политических условиях, с одной стороны, а с другой стороны, сверхзадача достижения наивысших спортивных результатов, заставляет разрабатывать новые подходы к преподаванию отраслевых профильных дисциплин по образовательной программе 43.03.02 Туризм. В отраслевых спортивных вузах преподавание дисциплин направленности (профиля) «Технология и организация комплексного обслуживания в индустрии туризма» должно быть нацелено на специфику профессионального образования обучающихся, а также углубление в специализацию, связанную с обслуживанием в отрасли спорта.

В современных условиях интерактивного проблемного обучения целесообразно изначально очертить круг вопросов, необходимых для освоения в ходе контактной и самостоятельной работы обучающихся, а также с помощью какой учебной и специальной литературы, справочных и профессиональных баз данных, информации из Интернета, программного обеспечения будет вестись подготовка. Занятия можно предложить проводить только в форме

практических занятий, по окончании предложить полный лекционный курс в электронной информационно-образовательной среде университета. При этом в данных материалах обучающиеся получат ответы на вопросы, возникшие в ходе практических занятий. Это принцип от практики к теории реально приблизит к учебно-познавательной траектории в подготовке профессионалов в системе комплексного обслуживания.

Особое внимание в исследовании уделяется межпредметным связям, выходящим за пределы отдельного предмета осуществляемым в комплексе дисциплин профильной части учебного плана. Выстраивается определенная система-матрица, определяющая порядок освоения необходимых компетенций и точки пересечения в освоении, основа – это системность, что составляет основу обучения. Успешное освоение каждого следующего предмета базируется на накопленных ранее знаниях и умениях, освоенных предыдущим предметом. Таким образом, нами определены три траектории рационального построения образовательной деятельности, такие как построение на основе предшествующих дисциплин, параллельное освоение и последующие связи.

На основе проведенного анализа ФГОС ВО, профессиональных стандартов и ФГТ, путем обобщения и синтеза, из комплекса компетенций определена целевая основа подготовки специалиста профессионала туринастрии для отрасли спорта. Так из ФГОС ВО 49.03.01 «Физическая культура»: ОПК10 «Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта» плюс ОПК15 «Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-massовых мероприятий» и ФГОС ВО 43.03.02 «Туризм»: ОПК3 «Способен обеспечивать требуемое качество процессов оказания услуг в избранной сфере профессиональной деятельности», определена профильная ПК «Способен осуществлять внутренние и внешние профессиональные коммуникации и организовывать процесс обслуживания потребителей (спортсменов), с учетом их запросов».

Профильная подготовка начинается с изучения базовой дисциплины «Технологии комплексного обслуживания в сфере гостеприимства» (с 3 семестра по 8-й), далее в 4 семестре вступает дисциплина «Сервисная деятельность», а далее и в параллельных траекториях включены дисциплины, дополняющие профиль. В завершении освоения образовательной программы обучающиеся смогут показать готовность к выполнению функций по комплексному туристскому обслуживанию спортивных мероприятий, что будет оценено в ходе промежуточной аттестации (экзамен 8 семестр).

Таким образом, на основе профессиональных стандартов, WSR компетенции R-9 «Туризм», анализа отечественного и зарубежного опыта определены основные индикаторы достижения профильной компетенции:

- 1) Организует ведение переговоров, согласует условия договоров по оказанию услуг;
- 2) Обеспечивает информационное консультирование и сопровождение;
- 3) Обеспечивает взаимодействие участников деятельности в области физической культуры, спорта, туризма и иными сторонними организациями.

Литература:

1. Алексеева О.В. Анализ содержания высшего профессионального образования для туристско-спортивной сферы услуг / О.В. Алексеева. – М, 2012. – С. 65-75.
2. Нестеренко Т.А. Подготовка компетентного работника в области спортивно-оздоровительного туризма к использованию позитивных последствий крупных спортивных форумов / Т.А. Нестеренко, Д.А. Кружков // Педагогика и психология. – Майкоп, 2011. – С. 137-145.
3. Нестеренко Т.А. Повышение готовности работников туристического комплекса и сферы «физическая культура и спорт» к участию в проведении крупного спортивного форума / Т.А. Нестеренко, Д.А. Кружков. – Краснодар.: ФГБУ «РЭА». 2013. – С. 169-174.
4. Шпырня О.В. Анализ информационно-технологической компетентности специалистов турииндустрии / О.В. Шпырня, К.Д. Чермит, В.В. Лысенко, С.Ф. Ефтушенко. – Краснодар, 2007. – С. 35-38.
5. Шпырня О.В. Формирование профессиональной компетентности в области информационных технологий в процессе повышения квалификации специалистов туристической индустрии: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Майкоп., 2007. – 24 с.

УДК: 796.01:159.9

МОТИВАЦИОННЫЙ КЛИМАТ, ЗАДАВАЕМЫЙ СВЕРСТНИКАМИ

Аспирант Я.В. Китова

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: yanakitova9393@mail.ru*

Аннотация. В работе охарактеризован мотивационный климат, ориентированный на задачу, и мотивационный климат, ориентированный на себя. Охарактеризовано влияние окружающих на мотивационный климат спортсменов.

Ключевые слова: мотивационный климат, ориентация на задачу, ориентация на себя, влияние сверстников на мотивационный климат спортсменов.

Ежегодно миллионы детей и подростков занимаются спортом и участвуют в соревнованиях. Молодые спортсмены имеют возможность взаимодействовать со своими сверстниками и общаться с ними. Зарубежными исследователями было показано, что взаимоотношения со сверстниками могут способствовать повышению качества физической активности детей и подростков. Несмотря на значимость сверстников в формировании спортивного опыта спортсменов, только недавно исследователи изучили, как именно сверстники вносят существенный вклад в общую социальную среду в молодежном спорте. Такие темы, как связь между восприятием сверстниками и воспринимаемой спортивной компетентностью, источники информации о компетентности, физическая самооценка и аффект, качество дружбы и нравственное развитие, являются одними из областей, которые привлекают внимание в литературе по спортивной психологии молодежи [2].

Теоретической основой, которая может улучшить наше понимание социально-психологических детерминант мотивации спортсменов, является теория достижения цели. В соответствии с этой теорией [3], чтобы понять мотивацию спортсменов, необходимо изучить функции и значение их цели.

Компетентность спортсмена может оцениваться двумя различными способами, которые отражают две разные ориентации на достижение цели. Ориентация на задачу становится очевидной, когда восприятие компетенции самоопределяется и основывается на личном совершенствовании и максимальных усилиях. Напротив, ориентация на себя очевидна, когда компетенция связана с тем, чтобы превзойти других или достичь успеха с минимальными усилиями [3]. Многие исследования показали, что молодые люди с высокой ориентацией на себя демонстрируют более позитивные когнитивные, аффективные и поведенческие результаты в спорте по сравнению со своими сверстниками с высокой ориентацией на себя [4].

Предполагается, что ситуативные факторы, такие как мотивационный климат, создаваемый значимыми людьми (например, тренерами, учителями

физкультуры, родителями), играют существенную роль в активизации и направлении поведения молодых спортсменов в достижении их результатов. Термин «мотивационный климат» относится к восприятию студентами (или молодыми спортсменами) ситуативных сигналов, структур и ожиданий, которые способствуют развитию конкретной целевой ориентации путем передачи мотивирующих сигналов, связанных с ориентацией на себя [4].

Зарубежная литература до сих пор фокусировалась на мотивационном климате, созданном взрослыми. Потенциал сверстников, а также характер и размеры мотивационного климата под влиянием сверстников не получили большого внимания в спортивной литературе по психологии.

На сегодняшний день только два исследования изучили мотивационный климат сверстников. В частности, Кэрр и ее коллеги [1] исследовали относительное влияние сверстников, а также родителей, учителей и спортивных агентов на модели достижений детей в области физического воспитания и спорта. Результаты этого исследования показали, что климат, созданный как взрослыми, так и сверстниками, может быть связан с целями детей, их внутренней мотивацией и восприятием физической компетентности. В этих двух исследованиях, проведенных Кэрром и его коллегами, мотивационный климат сверстников был измерен путем перефразирования элементов шкалы класса физического воспитания (PECCS) и вопросника для мотивационного климата, инициированного родителями (PIMCQ-2). Однако, просто переписав вопросы о климате, созданном взрослыми, можно не использовать уникальные аспекты влияния сверстников; таким образом, авторами была предпринята попытка оценить природу и размеры мотивационного климата под влиянием сверстников путем опроса молодых спортсменов и разработки вопросников, которые конкретно касаются этого типа мотивационного климата. Авторам удалось установить, что роль сверстников при влиянии на мотивационный климат спортсменов явно недооценивали и необходимо активно работать в данном направлении [5].

Литература:

1. Carr S., Wyon, M. The impact of motivational climate on dance students' achievement goals, trait anxiety and perfectionism. *Journal of Dance Medicine and Science*, 4, 105-114. 2003.
2. Smith R. E., Smoll F. L., Barnett N. P. (1995). Reduction of children's sport performance anxiety through social support and stress-reduction training for coaches. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 16(1), 125-142.
3. Nicholls J. G. Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91, 1984). 328-346.
4. Walling M. D., Duda J. L., Chi L. The perceived motivational climate in sport questionnaire: Construct and predictive validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14, 1993. 375-391.
5. Vazou S. Peer motivational climate in youth sport: a qualitative inquiry. School of Sport and Exercise Sciences, University of Birmingham, Edgbaston, Birmingham B15 2TT, UK. 2003.

УДК: 378.016

**СОДЕРЖАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «СТРАХОВАНИЕ
В ТУРИЗМЕ И ТУРИСТСКИЕ ФОРМАЛЬНОСТИ» В КУБАНСКОМ
ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА**

Кандидат педагогических наук, доцент М.В. Коренева

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161, каб.10,
e-mail: skst_kgufkst@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены вопросы, связанные с основными содержательными аспектами дисциплины «Страхование в туризме и туристские формальности» в Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма, разработанной для обучающихся по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» (бакалавриат).

Ключевые слова: страхование в туризме, туристские формальности, содержание дисциплины, реализация дисциплины, направление подготовки 43.03.02 «Туризм», бакалавриат.

В настоящее время туризм превратился в крупномасштабную отрасль, а туристские ресурсы представляют собой важную часть национального достояния многих стран мира. В свою очередь, как показывает статистика, с ростом туристских потоков, увеличиваются риски различного характера, возникающие при въезде, выезде и перемещении по территории зарубежных дестинаций. В этой связи особую роль приобретает страхование туристов, а также изучение ими туристских формальностей различных стран мира [2].

Так, курс «Страхование в туризме и туристские формальности» нацелен на формирование у обучающихся комплексного представления о такой отрасли, как страхование, а также предполагает изучение туристских формальностей, необходимых при организации въездного и выездного туризма, в том числе и для обеспечения безопасности туристов.

В Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма данная дисциплина реализуется кафедрой социально-культурного сервиса и туризма в рамках вариативной части Блока 1. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-м курсе в 6 семестре.

Курс «Страхование в туризме и туристские формальности» способствует формированию у обучающихся по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» (бакалавриат) следующие компетенции:

- «ОК-6» – способность использовать общеправовые знания в различных сферах деятельности, в том числе с учетом социальной политики государства, международного и российского права;
- «ОПК-3» – способность организовать процесс обслуживания потребителей и (или) туристов;

– «ПК-4» – способность организовывать работу исполнителей, принимать решение в организации туристской деятельности, в том числе с учетом социальной политики государства [1, 3, 4].

С этой целью содержание дисциплины предполагает изучение таких вопросов, как:

- основы страхования, особенности страхования турсубъектов;
- сущность и классификация туристских формальностей, международное законодательство в туризме и значение международных организаций в регулировании туристской деятельности;
- паспортные, таможенные, валютные, визовые формальности, санитарно-эпидемиологические правила в международных путешествиях формальности;
- безопасность международного туризма, как важнейшее его условие;
- особенности туристских формальностей разных стран мира.

Также в ходе изучения дисциплины обучающиеся учатся применять полученные ими теоретические знания, умения и владения во время работы с соответствующей документацией, составлением памятки для туристов, выезжающих за рубеж, а также организацией туров.

Каждая из вышеперечисленных компетенций осваивается посредством проведения лекций, практических занятий, устных опросов, подготовки презентаций (где указываются общие сведения о стране; данные о столице страны; виды туризма, получившие развитие в стране; основные туристские города и их объекты; гастрономические особенности страны; интересные сведения о стране; правила поведения туристов в стране; туристские формальности страны; ближайшие от Краснодара пункты приема документов на визу; возможности транспортных сообщений со страной из Краснодара) и т.д.

Таким образом, с учетом вышесказанного, можно констатировать, что реализация дисциплины «Страхование в туризме и туристские формальности» обеспечивает выполнение образовательных функций, что в комплексе с другими курсами в рамках образовательной программы приведет к всестороннему развитию будущих бакалавров в области туризма.

Литература:

1. Еремина Е.А. Проблема реализации ФГОС 3+ на разных ступенях профессиональной подготовки по направлению «Туризм» / Е.А. Еремина, В.Г. Минченко, Т.Н. Поддубная // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2017. – № 1. – 220 с.
2. Коренева М.В. Страхование и туристские формальности: учебно-методическое пособие / М.В. Коренева, И.С. Иванова. – Краснодар. ФГБОУ ВО КГУФКСТ, 2016. – 180 с.
3. Поддубная Т.Н. Проектирование фондов оценочных средств как условие реализации ФГОС ВО / Т.Н. Поддубная, Д.А. Кружков, Л.И. Демидова, Е.В. Ползикова, Е.Л. Заднепровская // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2019. – № 1. – С. 104-113.
4. Шпырня О.В. Проблемы внедрения федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования 3++ в индустрии туризма и гостеприимства / О.В. Шпырня, М.Н. Андрейко // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2018. – № 3. – С. 105-110.

УДК: 796.034-05

**АКТУАЛЬНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИНФОРМАЦИОННЫХ
ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ ПОДГОТОВКЕ РЕЗЕРВА ДЛЯ СПОРТА**

Кандидат педагогических наук, доцент Е.Г. Костенко

Старший преподаватель О.С. Толстых

Кафедра биохимии, биомеханики и естественнонаучных дисциплин

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: Kostenko_E_G@mail.ru, Olga.srv@mail

Аннотация. В работе рассмотрены вопросы, связанные с информатизацией образования бакалавров и магистров вуза физической культуры.

Ключевые слова: информационные технологии, обработка данных, анализ результатов измерений, спортивный резерв.

Краснодарский край всегда занимал и занимает ведущие позиции в Российской Федерации по развитию массового спорта и спорта высших достижений.

Качество подготовки спортивного резерва не в полной мере соответствует современным тенденциям развития мирового спорта. Имеется ряд факторов, отрицательно влияющих на развитие системы подготовки спортивного резерва в Краснодарском крае, и проблем, требующих неотложного решения: в том числе слабое развитие экспериментальной и инновационной деятельности в системе подготовки спортивного резерва, отсутствие эффективной системы отбора, ориентации и подготовки спортивного резерва в различных видах спорта.

В связи с этим, назрела актуальность модернизации методологии преподавания дисциплин, связанных с информационными и компьютерными технологиями обработки и анализа результатов измерений в области физической культуры и спорта, при подготовке специалистов разного уровня образования.

Дисциплина «Информационные технологии в физической культуре и спорте» входит в обязательную часть освоения учебного плана по программе подготовки бакалавров. Ее изучение предполагает использование современных телекоммуникационных технологий в образовательном процессе для рассмотрения вопросов, связанных с поиском информации, ее критическим анализом и синтезом, а также применение методов математической статистики при системном подходе для решения поставленных задач, связанных с качественной подготовкой спортивного резерва.

Вторая ступень высшего образования включает изучение дисциплины «Информационные технологии в науке и образовании в области физической культуры и спорта». Применяя коммуникативные технологии, магистры приобретают умения проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций, в том числе при подготовке резервов для спорта.

В рамках части, формируемой участниками образовательных отношений, осваивается дисциплина «Обработка эмпирических данных». В результате изучения данной дисциплины магистр развивает способности обобщать и систематизировать данные, устанавливать тенденции и проблемы в области физической культуры и спорта, профессионального образования, формировать предложения относительно их решения.

Совершенствование преподавания учебных дисциплин, связанных с информационными и компьютерными технологиями обработки и анализа результатов измерений в области физической культуры и спорта, способствует качественной подготовке резервов для спорта высших достижений.

Литература:

1. Костенко Е.Г. Информатизация образования магистров вуза физической культуры / Е.Г. Костенко, О.С. Толстых // Материалы Научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма округа: Тезисы докладов. – Краснодар, 2018. – С. 271-272
2. Костенко Е.Г. Методика преподавания дисциплины «Компьютерные технологии обработки и анализа результатов измерений в области физической культуры и спорта» / Е.Г. Костенко, О.С. Толстых // Материалы Научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма округа: Тезисы докладов. – Краснодар, 2018. – С. 273-274
3. Лысенко В.В. Основы математической обработки измерений в физической культуре: Учеб.пособие для вузов / В.В. Лысенко, Е.В. Мирзоева; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 210 с.
4. Мирзоева Е.В. Использование современных компьютерных технологий в преподавании математических дисциплин при подготовке магистров физической культуры / Е.В Мирзоева, И.В Леонова // Молодой ученый. – 2016. – № 1(105). – С. 735-740.
5. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://fgosvo.ru/support/37/4/1>
6. Толстых О.С. Актуальность использования компьютерных технологий в учебном процессе физкультурных вузов / О.С. Толстых, Е.Г. Костенко // Материалы Научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма округа: Тезисы докладов. – Краснодар, 2018. – С. 297-298.
7. Толстых О.С. Учебно-методическое обеспечение процесса профессиональной подготовки будущих специалистов по физической культуре и спорту по дисциплине «Информационные технологии в физической культуре и спорте» / О.С. Толстых, Е.Г. Костенко // Материалы Научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма округа: Тезисы докладов. – Краснодар, 2018. – С. 299-300.

УДК: 316.77

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СУБЪЕКТА МЕЖКУЛЬТУРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Кандидат философских наук, доцент Т.В. Мишина

Кафедра философии культуроведения и социальных коммуникаций

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: mishina84@list.ru*

Аннотация. В работе изложены особенности определения субъекта межкультурного взаимодействия. Даны представления исследователей различных гуманитарных направлений науки по данному вопросу. Описаны факторы, формирующие особенности субъектов межкультурного взаимодействия.

Ключевые слова: культура, межкультурное взаимодействие, коммуникация, субъект, личность.

В период глобальных трансформаций культуры мы наблюдаем интеграционные процессы практически во всех сферах ее проявления. Данные трансформационные изменения происходят в политической, экономической, социальной сферах, мы наблюдаем смешение культур, традиций, нравов, норм и так далее. Данное смешение и обогащение стало возможно благодаря взаимопроникновению, то есть в настоящее время благодаря информационной доступности и сети Интернет мы можем совершить виртуальную экскурсию практически в любую часть планеты, познакомиться с любой этнической, политической, профессиональной культурой.

Но прежде чем вести речь о субъектах межкультурного взаимодействия, сделаем акцент на понятийном аппарате, который позволит нам логично вывести заключение. Как известно, определений культуры на сегодняшний день огромное количество, так как каждый автор в зависимости от своего профессионального дискурса выводит свой взгляд на данный вопрос. Поэтому мы имеем: аксиологическое определение, культура как совокупность материальных и духовных ценностей, этнологическое определение, сопоставляющее культуру с определенным этносом, семиотическое, рассматривающее культуру как знаковую систему, и так далее [2].

Вопросами межкультурного взаимодействия интересовались научные деятели различных направлений. М.М. Бахтин, В.С. Библер, П.С. Гуревич, М.С. Каган поднимали данный вопрос с позиций взаимообмена различного рода идеями, умозаключениями различных народов, взаимодействующих между собой. С позиций известных антропологов А.А. Белика, В.В. Кочеткова, Н.М. Лебедевой и других межкультурное взаимодействие рассматривалось сквозь призму этнических различий, противопоставлялись понятия «свой» и «чужой», исследовались ассимиляционные процессы.

Исследователи Б.П. Невзоров и В.В. Еремин в своей работе определяют понятие субъекта межкультурного взаимодействия как участника

коммуникативной деятельности, имеющего знания о своей и иной культуре, умеющего принимать и воспроизводить нормы поведения как своей культуры, так и культуры собеседника и толерантно воспринимающий весь процесс культурного диалога [3]. Лингвисты, в свою очередь, рассматривают вопросы межкультурного взаимодействия с позиций языка ее носителей. То есть субъектами, в данном случае, будут являться носители различных языков.

Так, проанализировав работы многих авторов, мы можем сделать вывод, что вопросы межкультурного взаимодействия – это вопросы национального, этнического диалога, то есть диалога между представителями различных этнических групп.

Возвращаясь к терминологии и культурологической проблематике, отметим, что, исследуя типологию культур, мы не ограничиваемся этническими или национальными особенностями, а выводим различные градации. Таким образом, мы допускаем, что субъектами межкультурного взаимодействия являются все носители культур. Поясним. Каждый из нас, каждый человек, живущий в социуме, является носителем культуры, и этот факт неоспорим. В процессе инкультурации мы приобщаемся к культуре этноса, в котором родились или воспитывались, к культуре государства, в котором происходил наш процесс становления [1]. То есть мы становимся представителями этнической и национальной культур. Помимо этого, в процессе инкультурации мы сталкиваемся и с другими типами культуры, такими как локальная культуры города или села, культура семьи, культура «улицы», на которой происходило формирование нашей личности. Далее, на протяжении взросления, мы приобщаемся к различным субкультурам, профессиональным культурам (педагоги, спортсмены, экономисты, строители), которые также откладывают отпечаток на наше самосознание и самоопределение, формируют нашу картину мира, обогащают наш словарный запас специфической терминологией.

Таким образом, люди, имеющие идентичную этническую и национальную принадлежность, имеют совершенно различную духовную наполненность. Представители различных городов России, путешествуя по своей стране, часто сталкиваются с непониманием и культурным шоком, который улавливается в образе мыслей, в манере вести диалог (одни говорят быстрее, другие окают, третьи проглатывают окончания), в традициях и обычаях (например, жители восточной и южной части России поминальный обряд усопших проводят совершенно по-разному), в манере поведения. Поэтому, на наш взгляд, каждый человек является субъектом межкультурного взаимодействия.

Литература:

1. Горбачук И.С. Человек в системе социальных связей / И.С. Горбачук, Л.Г. Битарова // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: Материалы конференции. – 2014. – С. 43-44.
2. Кривошлыкова М.В. Межкультурное взаимодействие как фактор культурной динамики [Текст] / М.В. Кривошлыкова, Е.Н. Курбан // Современная наука: тенденции развития: Материалы II Международной научно-практической конференции. – Том 1. Краснодар, 2012. – С. 56-60.
3. Невзоров Б.П. Личностная культура субъектов межкультурной коммуникации и их взаимодействие / Б.П. Невзоров, В.В. Еремин // Вестник Кемеровского государственного университета, КГУ. – 2012. – №3. – С. 131-134.

УДК: 37.015.31

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОФЕССИОНАЛА

Кандидат психологических наук, доцент Н.П. Носенко

Кафедра психологии

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: n-nosenko@bk.ru

Аннотация. Рассматривается вопрос о психологических качествах, необходимых специалисту в профессиональной деятельности.

Ключевые слова: профессионал, личность, профессионально важные качества, профессионально значимые качества, компетентность, профессиональное самосознание.

В процессе становления профессионала важное значение имеет вопрос о профессиональноориентированных качествах. Их подразделяют на профессионально важные (ПВК) и профессионально значимые (ПЗК).

ПЗК рассматриваются с точки зрения отношения человека к професионализации и профессиональным функциям.

ПВК формируются в ходе профессионального становления личности. Они влияют на эффективность осуществления определенных форм профессиональной активности, професионализации в целом.

Различают две группы профессионально важных качеств:

1. Психофизиологические: интеллектуальные качества личности, особенности темперамента, эмоционально-волевые.

2. Социально-психологические: этические коммуникации, практические качества личности, ценностные ориентации.

Становление человека как профессионала связано развитием личности. В настоящее время важную роль в процессе професионализации имеют такие черты личности, как индивидуальная социальная и экономическая ответственность, соблюдение профессиональной этики, внутренний локус контроля, гибкость и оперативность, конкурентоспособность, помехоустойчивость, смыслотворчество, рефлексия, готовность к дифференцированной оценке уровня своего професионализма, адекватная самооценка.

В связи с вышесказанным профессиональное обучение должно быть направлено на стимулирование и формирование у студентов психологических качеств с целью успешного прохождения этапов професионализации. Авторы, изучающие особенности профессионального обучения, обращают внимание на то, что каждый этап освоения профессиональной деятельности выставляет на первый план различные блоки психологических умений.

Современный рационализм ставит перед человеком довольно сложные задачи, связанные с формированием компетентности. Различают:

- специальную компетентность;
- социальную компетентность;
- личностную компетентность;

– индивидуальную компетентность.

В настоящее время достаточно актуальным является формирование экстремальной профессиональной компетентности, дающей возможность работать человеку во внезапно усложнившихся условиях.

Зрелость человека в профессиональном общении и деятельности, в становлении личности профессионала, его индивидуальности определяют разные виды профессиональной компетентности.

Немаловажным является вопрос о профессиональном самосознании. На выработку профессионального самосознания влияют «Я-концепции», профессиональные самооценки и притязания. Сформированное профессиональное самосознание человека способствует адекватной самооценке, принятию социально-профессиональных требований, своих возможностей, становлению профессиональному рефлексии.

Таким образом, качественные изменения в психике человека на пути к професионализму, появление в психике человека новых качеств, развитие имеющихся профессионально важных личностных качеств определяют психологическое становление профессионала.

Литература:

1. Митина Л.М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях // Вопросы психологии. – 1997. – №4. – С. 28-38.
2. Маркова А.К. Психология професионализма. – М. – 1996. – 308 с.
3. Поваренков Ю.П. Психологическое содержание профессионального становления человека. – М., 2002. – 160 с.
4. Станкин М.С. Профессиональные способности педагога. Акмеология воспитания и обучения. – М., 1998. – 368 с.
5. Турчанинова Ю.И. Обучение технике общения как средство повышения готовности студента педвуза к профессиональной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1989. – 18 с.

УДК: 796.015.1:796.07

**АКТУАЛЬНОСТЬ НОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
ДЕВУШЕК, ОБУЧАЮЩИХСЯ В УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ,
ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ ПОДГОТОВКУ СПЕЦИАЛИСТОВ
ДЛЯ СИЛОВЫХ СТРУКТУР**

Кандидат педагогических наук, доцент В.Б. Парамзин

Преподаватель О.С. Васильченко

Соискатель А.О. Киселев

*Кафедра теории и методики зимних видов, велосипедного спорта
и спортивного туризма*

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: helgavasilchenko@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены факторы, отрицательно влияющие на процесс естественной адаптации обучающихся в ведомственных (силовые структуры) учебных заведениях девушек к образовательной деятельности. Делается предположение о нормировании двигательной активности как средстве быстрой адаптации к жизнедеятельности и учебному процессу.

Ключевые слова: силовые структуры, нормирование двигательной активности, адаптация, образовательный процесс.

Социально-педагогической проблемой в учебных заведениях, готовящих специалистов для силовых структур, является адаптация девушек к образовательному процессу, который характеризуется традиционно-приемлемыми для юношей не только гендерными особенностями, но и всем укладом жизнедеятельности и учебно-воспитательного процесса, ориентированного на дальнейшую профессиональную деятельность. Наиболее агрессивными по своему влиянию на нервно-психическое, эмоциональное, интеллектуальное и физическое состояние обучающихся девушек являются такие неблагоприятные факторы, как строгая регламентация повседневной деятельности, подчинение, физические нагрузки, большой объем информационного материала, ограниченность времени обучения из-за исполнения уставных обязанностей, значительное количество учебных дисциплин, повышение требований со стороны преподавательского состава [1, 2]. Необходимость в срочной адаптации к образовательной деятельности девушек обоснована тем, что в это время не только закладываются основы профессионализма, формируется потребность и готовность к непрерывному самообразованию, но и происходит переход в новую социальную сферу. Эта сфера является относительно закрытым и регламентированным пространством, которое способствует возникновению адаптационного синдрома и увеличивает длительность воздействия возникающих при этом неблагоприятных факторов.

Анализ специальной литературы, результатов многолетних исследований ученых в сфере адаптации женщин к жизнедеятельности в силовых структурах, в том числе и учебных заведениях [3, 4, 5], выявил предположение о том, что для ускорения адаптации к образовательной деятельности необходимо

целенаправленное нормирование двигательной активности. Нормированная двигательная активность должна исключить возможность перенапряжения функциональных систем организма, способствовать повышению устойчивости к перенесению больших физических нагрузок и нервно-психических напряжений, характерных для начального этапа обучения. Для этого необходимо обеспечить оптимальную двигательную активность обучаемых путем рационального нормирования физических нагрузок, в течение дня максимально учитывая все физические напряжения.

Основными направлениями нормирования могут быть: учет физической нагрузки, влияющей на адаптационные сдвиги; постепенное повышение устойчивости организма к перенесению нагрузок аэробного характера; применение специальных двигательных тренажеров, способствующих нивелированию последствий стрессовых нагрузок в недельном, месячном и семестровом циклах обучения; использование возможностей распорядка дня для решения задач физической подготовки, с одновременным ускорением адаптации к обучению и воспитанию.

Решение проблемы адаптации девушек к образовательной деятельности лежит не только в разработке, обосновании и внедрении специальной программы обучения, но и в переподготовке специалистов по физической подготовке, преподавателей других дисциплин, адаптации командиров и начальников к анатомо-физиологическим особенностям обучающихся девушек, в материальном обеспечении жизнедеятельности девушек.

Литература:

1. Парамзин В.Б. Характеристика факторов военно-профессиональной деятельности и физического состояния курсантов-девушек, обучающихся в военном училище летчиков / В.Б. Парамзин, А.О. Киселев, С.В. Разновская // ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ. ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ: Материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 135-137.
2. Парамзин В.Б. Применение средств профессионально-прикладной физической культуры для повышения защитных механизмов организма от влияния негативных факторов, сопровождающих процесс обучения / В.Б. Парамзин, О.В. Фотина, А.В. Бочков, С.В. Разновская // Евразийское Научное Объединение. – 2019. – Т. 5. – №3 (49). – С. 330-333.
3. Парамзин В.Б. Анализ содержания физической подготовки в военных инженерно-технических Вузах Министерства обороны РФ на современном этапе / В.Б.Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – №6 (50). – С. 30-36.
4. Парамзин В.Б. Целесообразность формирования теоретических знаний по физической культуре курсантов и слушателей военно-учебных заведений с помощью экспресс тестов / В.Б.Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – №5 (49). – С. 68-72.
5. Разновская С.В. Эффективность специальной тренировки по оптимизации уровня эмоциональной и нервно-психической устойчивости обучаемых в процессе учебных и самостоятельных занятий по физической культуре / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин // Туризм и образование: исследования и проекты: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции. – 2018. – С. 229-233.
6. Яцык В.З. Характеристика основных средств, используемых на учебно-тренировочного занятиях по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Гобиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2017. – №1. – 249 с.

УДК: 796.015.52

**МЕТОДИКА РАЗРАБОТКИ ОЦЕНОЧНЫХ НОРМАТИВОВ
ВЫПОЛНЕНИЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ
ДЛЯ ПОЭТАПНОГО ПОВЫШЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ
В ПОДТЯГИВАНИИ НА ПЕРЕКЛАДИНЕ**

Кандидат педагогических наук, доцент В.Б. Парамзин¹

Преподаватель О.С. Васильченко¹

Кандидат биологических наук, преподаватель С.В. Разновская²

¹ Кафедра теории и методики зимних видов, велосипедного спорта и спортивного туризма

² Кафедра теории и методики физического воспитания института физической культуры спорта и туризма,

Петрозаводский государственный университет, г. Петрозаводск

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: helgavasilchenko@mail.ru

Аннотация. В работе рассмотрена методика поэтапного развития силовых показателей обучаемых различных весоростовых групп с помощью подготовительных упражнений на начальном этапе обучения в вузе.

Ключевые слова: силовые показатели, подготовительные упражнения, корреляция, индекс Кетле.

Исследования проводились с целью разработки поэтапной методики развития силовых качеств с помощью подготовительных упражнений. К исследованию привлекались обучаемые первого курса в количестве 50 человек. Изучение специальной литературы, нормативных документов показало, что силовые показатели верхнего плечевого пояса напрямую зависят от антропометрических параметров, особенно в начале обучения [1, 2, 8]. Наиболее информативным, по мнению специалистов, является весоростовой показатель – индекс Кетле. По индексу Кетле в первую группу (320-370 г/см) вошли 12 человек (24%), имеющие по сравнению с ростом более низкий вес. Из них по результатам подтягивания на перекладине на оценку «отлично» получили 4 чел. (33%), «хорошо» – 2 чел. (17%), «удовлетворительно» – 2 чел. (17%), «неудовлетворительно» – 4 чел. (33%). Во вторую группу (370-400 г/см – индекс среднего мужчины) вошли 30 чел. (60%). Из них по результатам подтягивание на перекладине на оценку «отлично» выполнили 10 чел. (33%), на «хорошо» – 9 чел. (30%), «удовлетворительно» – 7 чел. (23%), «неудовлетворительно» – 4 чел. (13%). В третью группу (400-469 г/см) вошли обучаемые с большим весом или подготовленные спортсмены в количестве 8 чел. (16%). Из них по результатам подтягивания на перекладине на оценку «отлично» выполнили 2 чел. (25%), на «хорошо» – 2 чел. (25%), «удовлетворительно» – 3 чел. (38%), «неудовлетворительно» – 1 чел. (12%).

В ходе поискового эксперимента определились 9 тестовых упражнений, направленных на развитие основных групп мышц, участвующих в подтягивании [3, 4, 7]. Каждое тестовое упражнение выполнялось до максимального результата.

Полученный средний результат в каждой группе (весоростовой показатель и оценка в подтягивании) заносился в таблицу для выполнения необходимого количества повторений.

Результаты корреляции показали следующий уровень значимости тестовых упражнений: поднимание штанги к груди (показатель -0,4); кистевая динамометрия, подтягивание на перекладине из положения сидя (показатель -0,8); тяга штанги, подтягивание на перекладине из положения лежа, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (показатель -1,0). Математическая обработка результатов позволила определить диапазоны поэтапного изменения результатов в подтягивании на перекладине с применением оценочных нормативов выполнения подготовительных (тестовых) упражнений. Данный факт свидетельствует о правильности выбранного направления развития силовых показателей на начальном этапе обучения, кроме этого в процессе проведения исследований появилась необходимость в повышении знаний обучаемых в организации самостоятельной тренировки, в признаках переутомления, в методики восстановления, в контроле нервно-психического и эмоционального состояния, в методах развития физических качеств [4, 5, 6].

Литература:

1. Парамзин В.Б. Развитие силовых качеств у молодежи допризывного возраста /В.Б. Парамзин, К.П. Скориков // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – КГУФКСТ. – 2013. – 93 с.
2. Парамзин В.Б. Физическое состояние школьника - как основной компонент построения процесса физического воспитания / В.Б. Парамзин, М.Т. Рахмонова // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – КГУФКСТ. – 2013. – 92 с.
3. Парамзин В.Б. Применение средств профессионально-прикладной физической культуры для повышения защитных механизмов организма от влияния негативных факторов, сопровождающих процесс обучения / В.Б. Парамзин, О.В. Фотина, А.В. Бочков, С.В. Разновская // Евразийское Научное Объединение. – 2019. – Т. 5. – №3 (49). – С. 330-333.
4. Парамзин В.Б. Применение методов тренировки выносливости у студентов летных специальностей в период подготовки к сдаче контрольных нормативов / В.Б.Парамзин, А.В.Холин, С.А. Ключенович, С.В. Разновская // Евразийское Научное Объединение. – 2019. – Т. 5. – №3 (49). – С. 328-330.
5. Парамзин В.Б. Целесообразность формирования теоретических знаний по физической культуре курсантов и слушателей военно-учебных заведений с помощью экспресс тестов / В.Б.Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. - 2007. - №5(49). – С. 68-72.
6. Разновская С.В. Эффективность специальной тренировки по оптимизации уровня эмоциональной и нервно-психической устойчивости обучаемых в процессе учебных и самостоятельных занятий по физической культуре / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин // Туризм и образование: исследования и проекты: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции. – 2018. – С. 229-233.
7. Яцык В.З. Определение состава специальных упражнений для юных спортсменов в процессе начальной подготовки / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2018. – №1. – С. 95-96.
8. Яцык В.З. Оперативный контроль на занятиях по лыжероллерной подготовке / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Гобиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2015. – №1. – С. 222-223.

УДК: 378.037.1

**К ВОПРОСУ ОБ ИЗМЕНЕНИИ СИЛОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ
ОБУЧАЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ПЕРВОНАЧАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ
К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Кандидат педагогических наук, доцент В.Б. Парамзин¹

Преподаватель О.С. Васильченко¹

Кандидат биологических наук, преподаватель С.В Разновская²

¹ Кафедра теории и методики зимних видов, велосипедного спорта и спортивного туризма

² Кафедра теории и методики физического воспитания института физической культуры спорта и туризма,

Петрозаводский государственный университет, г. Петрозаводск

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: helgavasilchenko@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрена необходимость оптимизации компонентов физического и психофизиологического состояния обучаемых для успешности прохождения первоначального адаптационного периода в образовательной деятельности. Выявлена зависимость силовых показателей от антропометрических характеристик обучаемых первого курса.

Ключевые слова: обучаемые, адаптация, силовые качества.

Потенциальные абитуриенты еще в школьные годы имеют ряд отклонений от физической нормы телосложения (50% и выше) и другие заболевания организма (25% и выше). Качественные изменения, связанные с жизнедеятельностью, интенсивностью образовательной деятельности, неизбежно ведут к необходимости сокращения сроков адаптации обучаемых к новым условиям учебы и быта, что сопровождается дестабилизирующими эндогенными (внутренними) и экзогенными (внешними) факторами [1]. При этом постоянно увеличиваются требования к физическому состоянию, нервно-психической и эмоциональной устойчивости, психофизиологическим и морально-волевым качествам отвечающих за успешность теоретического и практического обучения [2, 3, 5]. При нормальном состоянии функциональных систем организма и антропометрических показателей все компоненты необходимые в учебном процессе могут быть реализованы в оптимальном объеме [2, 6].

Одним из компонентов успешности обучения является физическое развитие и уровень физической подготовленности, которые позволяют успешно противостоять негативному влиянию внешних и внутренних факторов. Учитывая то, что физическое развитие обучаемых является структурным компонентом их физической подготовленности, представлялось актуальным выявить конституционные особенности телосложения обучаемых. Из всей массы параметров, характеризующих длиннокостные, парциальные,

поперечные, охватные, объемные, поверхностные и индикационные размеры, имеющихся в литературе, мы выбрали два – рост и вес обследуемых.

Одной из задач исследования было установление зависимости силовых показателей обучаемых первого курса, определяющихся по выполнению упражнения «Подтягивание на перекладине» от весоростовых показателей (индекс Кетле) [4].

В результате исследований установлено, что тип телосложения, выявленный на основании компонентов массы тела обучаемых, в основном мышечный. По весоростовому индексу первая группа (25% из числа проверенных) имеет низкую массу тела по сравнению с их ростом. 50% обследуемых этой группы имеют недостаточное развитие качества «сила», вторая группа (60% из числа проверенных) имеет нормальную массу тела среднего мужчины. 36% обследуемых этой группы имеют слабое развитие качества «сила». Третья группа (15% из числа проверенных) имеет жировой компонент массы тела. 15% из числа проверенных также имеют недостатки развития силовых качеств.

Анализ полученных данных позволил сделать вывод о том, что для улучшения качеств «силы» и «силовой выносливости» в первом случае необходимо увеличить мышечную массу тела, а во втором случае уменьшить жировой компонент массы тела. Качества «сила» и «силовая выносливость» находятся в прямой зависимости от антропометрических параметров. Успешность первоначальной адаптации обучаемых зависит от правильной организации нормирования их двигательной активности, направленной на приведение весоростовых показателей в оптимальное соотношение.

Литература:

1. Парамзин В.Б. Применение средств профессионально-прикладной физической культуры для повышения защитных механизмов организма от влияния негативных факторов, сопровождающих процесс обучения / В.Б. Парамзин, О.В. Фотина, А.В. Бочкин, С.В. Разновская // Евразийское Научное Объединение. – 2019. – Т. 5. – №3(49). – С. 330-333.
2. Парамзин В.Б. Целесообразность формирования теоретических знаний по физической культуре курсантов и слушателей военно-учебных заведений с помощью экспресс-тестов / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – №5 (49). – С. 68-72.
3. Парамзин В.Б. Физическое состояние школьника - как основной компонент построения процесса физического воспитания / В.Б. Парамзин, М.Т. Рахмонова // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – КГУФКСТ. – 2013. – 92 с.
4. Парамзин В.Б. Развитие силовых качеств у молодежи допризывного возраста / В.Б. Парамзин, К.П. Скориков // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – КГУФКСТ. – 2013. – 93 с.
5. Разновская С.В. Эффективность специальной тренировки по оптимизации уровня эмоциональной и нервно-психической устойчивости обучаемых в процессе учебных и самостоятельных занятий по физической культуре / С.В. Разновская, В.Б. Парамзин // Туризм и образование: исследования и проекты: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции. – 2018. – С. 229-233.
6. Яцык В.З. Особенности первоначального обучения студентов передвижению на лыжероллерах / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Гобиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2016. – №1. – С. 262-264.

УДК 796.01:159.9

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
СРЕДЫ КАК ПРЕДПОСЫЛКА КОНСТРУКТИВНОГО
САМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВОЕННОГО
И СПОРТИВНОГО ВУЗОВ**

Кандидат психологических наук, доцент А.С. Распопова

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: annar25@mail.ru*

Аннотация. Среда современного образовательного учреждения нацелена на формирование основ для полноценного развития в современном обществе. Студенты спортивного вуза чувствуют себя более защищенными. Курсанты обладают более развитыми саморуководством, самоценностью, самоуверенностью. Чем более защищенными в образовательном учреждении чувствуют себя обучающиеся, тем конструктивнее их отношение к самим себе, ниже переживание собственного несовершенства. Данные могут стать основой для разработки программ сопровождения в рамках деятельности психологической службы вуза.

Ключевые слова: психологическая безопасность, самоотношение, студенты, образовательная среда, защищенность.

Психологическая безопасность человека представляет собой особо актуальную сферу психологических исследований, особенно если речь идет о психологической безопасности образовательной среды. В науке имеется ряд исследований данной тематики, но малоизученной является связь психологической безопасности среды учреждения с таким личностным конструктором, как самоотношение [3]. Актуально изучать данный феномен в учреждениях, где обучаются люди, деятельность которых является экстремальной и протекает в условиях риска. Именно поэтому в качестве испытуемых нами были выбраны студенты военного и спортивного вузов [4, 5].

Цель исследования – выявить характер взаимосвязи между показателями психологической безопасности в образовательной среде и самоотношением у студентов военного и спортивного вузов. Методы диагностики включали анкету И.А. Баевой для исследования психологической безопасности образовательной среды [1, 2] и Многомерный опросник исследования самоотношения С.Р. Пантилеева (МИС). Исследование проводилось на базе Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма при участии 54 спортсменов-студентов. Исследование 52 курсантов проводилось в Краснодарском высшем военном авиационном училище летчиков имени Героя Советского Союза А.К. Серова.

По параметрам удовлетворенности образовательной средой и защищенности в образовательной среде различий между студентами обоих вузов нет, показатели параметров на среднем уровне. При этом 94% студентов

и 68% курсантов оценивают защищенность в вузе как очень высокую, а 88% студентов и 36% курсантов оценивают удовлетворенность средой вуза как очень высокую. Тех, кто низко оценивает удовлетворенность и защищенность, по 2% в обеих группах.

При исследовании самоотношения различия были выявлены по шкалам самоуверенность и самоценность, которые выше у курсантов. Курсанты более самоуверенны и больше ценят себя, полагаются на собственный опыт и умения, что может быть связано с культурой военного образования. При этом анализ процентного распределения показателей выявил, что курсанты более склонны к самообвинению, внутренней конфликтности, но при этом среди них выше испытуемых с высоким уровнем саморуководства.

В результате корреляционного анализа в обеих группах установлено, что у курсантов военного вуза параметр защищенности в образовательной среде имеет обратную связь с самообвинением и прямую связь с саморуководством, а у студентов спортивного вуза установлена прямая связь защищенности с самоценностью. Чем более защищенными чувствуют себя курсанты, тем менее они склонны к самообвинению и тем больше способны внутренне управлять своим поведением. Студенты-спортсмены при высоком уровне защищенности в вузе больше осознают ценность себя как личности.

Защищенность в образовательной среде вуза связана со снижением негативных компонентов коммуникативной самоотношения. Полученные данные показывают, какие параметры среды вуза необходимо формировать для предотвращения негативных проявлений самоотношения.

Литература.

1. Баева И.А. Диагностический и экспертный подходы к оценке психологической безопасности образовательной среды // Социально-психологические проблемы исследования и оценки безопасности в образовании. – М.: Экон-информ, 2012. – 335 с. (вып. 2).
2. Баева И.А. Психологическая безопасность в образовании: Монография. – СПб., 2002. – 271 с.
3. Босенко Ю.М. Влияние стажа профессиональной деятельности и пола на развитие самоотношения и ценностных ориентаций личности тренеров / Ю.М. Босенко, А.С. Распопова // Материалы научной и научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (21-25 мая 2018). – Краснодар, 2018. – С. 246-247.
4. Лях М.А. Диагностика психологической безопасности образовательной среды как задача работы психологической службы высшего профессионального учебного заведения / М.А. Лях, А.С. Распопова, С.О. Скачкова // Международная научно-практическая конференция «Рудиковские чтения». Ростовский государственный педагогический университет (3-5 июня 2008). – С. 78-80.
5. Лях М.А. Диагностика психологической безопасности образовательной среды как задача работы психологической службы вуза спортивной направленности / М.А. Лях, А.С. Распопова, С.О. Скачкова // Материалы международной научно-практической конференции «Психологическая безопасность образовательной среды: состояние, проблемы, перспективы, пути решения». – Астраханский государственный университет, 2008. – С. 121-125.

УДК 796.01:159.9+793.3

**ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ
СПОРТСМЕНОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ
ПО ТАНЦЕВАЛЬНОМУ СПОРТУ**

Кандидат педагогических наук, доцент И.Н. Ронь

Кафедра теории и методики гимнастики

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: annar25@mail.ru*

Аннотация. Современное развитие танцевального спорта как вида спорта повышает уровень технической подготовленности пар, повышается конкуренция, поэтому каждое соревнование становится ответственным и результативно важным для спортсменов, все больше на первый план в системе подготовки спортсменов в танцевальном спорте становится психологическая подготовка танцевальных пар, формирование психоэмоциональной устойчивости как способ повышения результативности на соревнованиях любого ранга у танцоров всех возрастных категорий.

Ключевые слова: соревнования, спортсмены, танцевальный спорт, психоэмоциональная устойчивость.

Соревновательная деятельность в танцевальном спорте – это выступление спортивных пар на турнирах различного статуса и ранга. В настоящее время, в связи с активным развитием танцев как вида спорта, повышается уровень технической подготовленности танцевальных пар, все больше появляется спортсменов высокого уровня исполнительского мастерства, что способствует обострению конкуренции на соревнованиях от муниципального уровня до престижных международных турниров WDSF. Повышаются требования к сложности исполняемых танцевальных вариаций, эмоциональной и пластической выразительности спортсменов в танце, к уровню показанного выступления на каждом конкретном соревновании. Таким образом, роль психоэмоциональной подготовки как каждого танцора-спортсмена в отдельности, так и танцевальной пары в целом ставится на первые позиции в системе подготовки конкурсных танцоров различных возрастных категорий к соревнованиям.

Танцевальный спорт – парный вид спорта, где танцевальная пара состоит из партнера и партнерши, но оценивается как единое целое, и здесь большое значение имеет техническая, физическая и психологическая подготовка каждого спортсмена в паре.

Соревнованиям в танцевальном спорте свойственна особая атмосфера, особое волнение перед выступлением, каждый раз особая значимость итогового результата. Поэтому «проверка соревнованием», где танцевальные пары приобретают опыт успехов и неудач, становится важнейшей составной частью психолого-педагогической адаптации к требованиям вида спорта «танцевальный спорт». Только особое психическое состояние, предстартовое волнение, которое заставляет спортсмена быть собранным и внимательным к своему будущему выходу на паркет, только создание атмосферы взаимопонимания и полного

доверия между спортсменами в паре и их тренером позволит сформировать психоэмоциональную устойчивость к конкурсным выступлениям, позволит показать максимально уверенный танец и реализовать весь технический и физический потенциал пары.

В танцевальном спорте, как и в других видах спортивной деятельности, развиваются и при определенных соревновательных ситуациях проявляются следующие психические свойства:

1. интеллектуальные – обеспечивают качество принятых спортсменом решений;
2. психомоторные – определяют качество двигательных действий;
3. эмоциональные – влияют на энергетику и экспрессивные характеристики;
4. волевые – обеспечивают преодоление возникающих в спортивной деятельности препятствий;
5. коммуникативные – направлены на осуществление взаимодействия как внутри танцевальной пары, так и с другими людьми;
6. нравственные – определяют мотивацию деятельности и соответствие целей, средств, результатов определенным моральным нормам.

Наличие у спортсмена набора определенных психических свойств, обеспечивает ему высокую результативность тренировочной и соревновательной деятельности.

В течение тренировочного процесса у танцевальных пар часто возникают следующие психологические трудности:

- не терять сосредоточенность в течение всего тренировочного занятия;
- точное понимание замечаний и некоторых указаний тренера;
- преодолевать усталость при выполнении сложных технических упражнений;
- выполнять и полностью действовать указаниям тренера, даже с которыми не согласен;
- адекватно реагировать на замечания тренера.

Таким образом, состояние психической готовности к соревнованиям зависит от умения танцоров-спортсменов управлять собой [4].

Формирование психоэмоциональной устойчивости спортсменов к соревнованиям по танцевальному спорту ведет к повышению танцевального мастерства конкурсных пар, к более уверенным и ярким выступлениям, а следовательно, к повышению результативности на соревнованиях и повышению танцевального рейтинга спортивной пары. Проблема повышения результативности соревновательной деятельности привлекает все большее внимание специалистов в области танцевального спорта.

Литература:

1. Зуева И.А. Спортивные бальные танцы: учебное пособие / И.А. Зуева, И.Н. Ронь. – Краснодар: КГУФКСТ, 2013. – 55 с.
2. Костихина Н.М. Педагогика физической культуры: учебник / Н.М. Костихина, О.Ю. Гаврикова. – изд.2-е – Омск: изд. СибГУФК, 2015. – 296 с.
3. Ловягина А.Е. Особенности саморегуляции негативных соревновательных состояний у спортсменов / А.Е. Ловягина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016.-3(133). – С. 292-297.
4. Смоленцева В.Н. Психология взаимодействия в спорте: учебно-метод. пособие для вузов физической культуры / под ред. В.Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2015. – 123 с.
5. Эльконин Б.Д. Психология развития / Б.Д. Эльконин. – М., 2001 – 232 с.

УДК 378.14

**ЗАДАЧИ ПЕДАГОГА ВУЗА ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Кандидат филологических наук, доцент Е.В. Сивакова

Кандидат филологических наук, доцент И.П. Назарова

Кафедра иностранных языков

Контактная информация для переписки: г. Краснодар, ул. Товарная, 4/140,

e-mail: helen.krasnodar@mail.ru

Аннотация. В работе представлен обзор требований, предъявляемых к преподавателям высших учебных заведений на современном этапе, а также перечень задач, необходимых для осуществления эффективного учебного процесса. Профессионализм педагога рассматривается с позиции профессиональной компетентности и профессиональной готовности личности.

Ключевые слова: педагогическая деятельность, профессиональная компетентность, профессиональная готовность личности, мотивация.

В связи с социально-экономическими изменениями, происходящими в современном обществе, требования к профессиональному профессорско-преподавательского состава в высших учебных заведениях заметно возросли.

Педагоги современных вузов – это не просто высококомпетентные профессионалы своего дела, это, в первую очередь, специалисты, способные быстро адаптироваться к изменениям, происходящим в системе современного высшего образования, имеющие достаточный уровень развития умений и навыков конструктивного взаимодействия с обучающимися, сотрудниками и руководителями с целью создания эффективного учебного процесса.

Владение педагогическими технологиями на самом высоком уровне, понимание психологии и особенностей развития обучающихся, представление о системе специальных знаний, которыми овладевают студенты – вот те важнейшие и необходимые составляющие профессионализма преподавателей высших учебных заведений.

Е.А. Климов утверждает, что «профессионализм не стоит сводить только к высокому уровню умелости; профессионала необходимо рассматривать не просто как некий высший уровень знаний, умений, навыков, результатов деятельности, а как определенную системную организацию, состоящую из различных компонентов» [1].

Профессионализм педагогической деятельности, по мнению Н.В. Кузьминой, «состоит в привнесении элементов научного исследования в целях контроля, самоконтроля меры ее продуктивности» [2].

По мнению В.А. Сластенина, профессионализмом педагога является «высокий уровень профессиональной компетентности и слагаемые профессиональной готовности личности» [3].

Опираясь на это определение, выделим некоторые задачи педагога вуза, необходимые для осуществления эффективного учебного процесса. Итак,

организация преподавателем учебной деятельности предполагает следующие умения:

- формулировать цели и содержание обучения;
- выявлять уровень подготовки и потребности обучающихся;
- формировать индивидуальный подход в обучении;
- выбирать формы и методы обучения согласно тематике специальности обучаемых;
- вносить корректировки и разрабатывать учебные рабочие программы с учетом понимания языка специальности студентов;
- мотивировать и ориентировать обучающихся в процессе обучения;
- строить процесс обучения согласно постановке и реализации целей профессионального саморазвития;
- вовлекать практически всех учащихся в активный процесс получения знаний;
- осуществлять систематический текущий и итоговый контроль знаний по овладению соответствующими компетенциями;
- изложение материала сопровождать использованием различных интерактивных методов, помогающих сделать процесс усвоения нового материала более наглядным, интересным и запоминающимся.

К слагаемым профессиональной готовности педагога вуза относятся следующие аспекты.

1) Психологический аспект. Преподаватель вуз в первую очередь должен обладать стрессоустойчивостью, адекватно реагировать на трудности учебного процесса, адаптироваться к изменениям в планах и учебных программах, быть уверенным в своих знаниях, силах и возможностях.

2) Интеллектуально-познавательный аспект. Неотъемлемой составляющей успешного преподавателя является высокий уровень его профессионализма: профессиональное владение предметом, развитое воображение, хорошая память и внимание.

3) Мотивационный аспект. Преподаватель должен иметь сильную мотивацию для достижения успеха в своей сфере деятельности, что подразумевает постоянное саморазвитие, любовь к своей профессии, позитивное отношение к обучающимся, высокую самооценку.

4) Творческий аспект. Педагог должен уметь осуществлять поиск новых путей, способов решения профессиональных задач как традиционного характера, так и выдвигаемых жизнью.

В заключение отметим, что высокие показатели в обучении, воспитании, эффективное педагогическое сотрудничество с обучаемым контингентом, а также педагогические способности и профессиональные качества в целом определяют профессионализм педагога.

Литература:

1. Климов Е.А. Образ мира в разнотипных профессиях / Е.А. Климов. – М.: Изд-во МГУ, 1995. – 223 с.
2. Кузьмина Н.В. Профессионализм личности преподавателя / Н.В. Кузьмина. – М.: АПН, 1990. – 149 с.
3. Сластенин В.А. Психология и педагогика / В.П. Каширин. – М. 2001. – 473 с.

УДК 796.01:159.9

**ГРУППОВЫЕ КОПИНГ-РЕСУРСЫ СПОРТСМЕНОВ КОМАНДНЫХ
ВИДОВ СПОРТА**

Кандидат психологических наук, старший преподаватель

З.Р. Совмиз

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: Zarema83888@yandex.ru*

Аннотация. В работе представлен анализ групповых ресурсов включения спортсменов командных видов спорта в индивидуальное и командное копинг-поведение. Выявлено, что групповые характеристики в виде уровня развития группы, психологической атмосферы и групповой мотивации являются ресурсами по повышению уровня конструктивных копинг-стратегий. Сплоченность является наиболее мощным ресурсом, так как не только повышает вероятность применения адаптивных копинг-стратегий, но и снижает вероятность применения дезадаптивных.

Ключевые слова: копинг-стратегии, копинг-ресурсы, групповые ресурсы, малая группа, спортивная команда.

Спортивная команда как одна из разновидностей малых групп сталкивается с рядом трудностей, действующих на команду не только извне, но и изнутри [1, 2, 3]. При столкновении малой группы с факторами стресса использование ее членами лишь индивидуальных копингов становится малоэффективным и требует включения личности в командное копинг-поведение [2, 3]. Именно поэтому целью исследования стало выявление социально-психологических ресурсов, способствующих повышению вероятности применения конструктивных командных и индивидуальных копинг-стратегий.

Выборка исследования: 76 спортсменов различной квалификации в возрастном диапазоне от 16 до 28 лет, являющиеся представителями различных команд: футбольной, баскетбольной, гандбольной, регбийной. Методы исследования: методика диагностики копинг-стратегий во время кризиса Н. Агазаде, уровня развития малой группы; психологической атмосферы в коллективе по А.Ф. Фидлеру; групповой мотивации И.Д. Ладанова; индекса групповой сплоченности К.Э. Сишора. Математическая обработка производилась с помощью коэффициента корреляции Пирсона.

Результаты исследования. Индивидуальные адаптивные копинг-стратегии положительно взаимосвязаны с групповой мотивацией ($r=0,32$; $p\leq 0,01$), сплоченностью ($r=0,35$; $p\leq 0,01$), уровнем развития группы ($r=0,27$; $p\leq 0,01$) и атмосферой ($r=0,28$; $p\leq 0,05$). Индивидуальные дезадаптивные копинг-стратегии не проявляют взаимосвязь с групповыми параметрами. Командные адаптивные копинг-стратегии также положительно взаимосвязаны с групповой мотивацией ($r=0,66$; $p\leq 0,01$), сплоченностью ($r=0,43$; $p\leq 0,01$), уровнем развития группы

($r=0,55$; $p\leq 0,01$) и атмосферой ($r=0,38$; $p\leq 0,01$). Командные дезадаптивные копинг-стратегии отрицательно взаимосвязаны со сплоченностью ($r=-0,23$; $p\leq 0,05$). Исследованные параметры действуют непосредственно на укрепление адаптивных форм преодолевающего поведения спортсменов, а не на снижение дезадаптивных. Сплоченность команды – единственный групповой ресурс, способствующий не только выбору конструктивных способов выхода из стресса, но и снижающий вероятность выбора неконструктивных копингов. Другими словами, высокая сплоченность группы, при ее попадании в ситуацию стресса, будет содействовать тому, чтобы члены команды адаптивно разрешали ее, нейтрализуя возможность дезадаптивных действий.

Описывая уровень развития группы как копинг-ресурса, проведем параллель с утверждениями Л.И. Уманского о влиянии экстремальных ситуаций на группы [2]. Автор отмечает неоднозначность реакций на стресс групп с различным уровнем социально-психологического развития. Например, номинальные группы и группы-ассоциации, которые отличаются низким уровнем развития, проявляют в стрессовой ситуации дезадаптивные действия: депрессию, безразличие, апатию. Внутригрупповые взаимоотношения на этом фоне ухудшаются, члены группы проявляют разобщенность в действиях. Группы-кооперации проявляют толерантность и адаптированность, уровень работоспособности членов группы в трудной ситуации не меняется. Группы-автономии и коллективы, отличающиеся высоким уровнем группового развития, занимают активную позицию в борьбе со стрессом, при этом уровень эффективности совместной деятельности повышается.

Таким образом, исследование позволило подтвердить, что значительное внимание в работе со спортсменами командных видов спорта стоит уделять развитию копинг-ресурсов в виде групповых характеристик. Для эффективной совместной деятельности необходимы определенные условия, такие как благоприятная психологическая атмосфера в команде, положительные взаимоотношения между членами группы, взаимоуважение, терпимое отношение друг к другу, наличие высокой групповой мотивации, благодаря которой возможно достижение общей цели, высокий уровень развития группы, сплоченность. Все вышеперечисленные социально-психологические параметры группы, так или иначе, являются продуктом совместной деятельности субъектов и выступают в качестве ресурсов успешного преодоления стресса.

Литература:

1. Горская Г.Б. Организационный стресс в спорте: источники, специфика проявлений, направления исследований // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2012. – № 4. – С. 74-76.
2. Уманский Л.И. Личность. Организаторская деятельность. Коллектив / Избранные труды. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2001. – 208 с.
3. Пуни А.Ц. Проблема личности в психологии спорта. – М., 1980. – 220 с.
4. Bodenmann G. Dyadic coping and its significance for marital functioning // Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping / Eds. T. A. Revenson, K. Kayser, G. Bodenmann. Washington: DC: American Psychological Association, 2005. P. 33-49.
5. Coyne J.C., Smith D.A. Couples coping with a myocardial infarction: a contextual perspective on wives' distress // Journ. Personal. Soc. Psychol. 1991. Vol. 61 (3). P. 404-412.

УДК 37.026.4

**ДИДАКТИЧЕСКИЙ ПРИНЦИП ВИЗУАЛИЗАЦИИ КАК
ЗАКОНОМЕРНОЕ РАЗВИТИЕ ПРИНЦИПА НАГЛЯДНОСТИ**

Кандидат педагогических наук, доцент И.В. Тихонова

Кафедра теории и методики гимнастики

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: Tikhonova_I.74@mail.ru*

Аннотация. В данной работе рассматриваются вопросы использования дидактических принципов в процессе обучения. Основное внимание уделяется принципам «наглядность» и «визуализация», а также возможной их интеграции при обучении.

Ключевые слова: принцип, наглядность, визуализация.

Дидактические принципы обучения формируют содержание и структуру системы современного образования, определяющие ее функционирование и формирующие образовательные программы и технологии обучения [1, 4, 5].

Однако с самого начала смысл, который вкладывался в понятие «принцип наглядности», означающее действие педагога его обеспечивающего, был значительно шире самого термина, и под этим принципом понималось сочетание наглядности и мысленных действий, наглядности и слова [2, 7]. В 1657 году в своем сочинении «Великая дидактика» Я.А. Коменский отмечал, что « ... зримое следует воспринимать зрением, слышимое – слухом, благоухающее – обонянием и т. д.».

Эти дидактические принципы всегда используются при обучении и воспитании. Однако они имеют специфические особенности реализации в конкретном виде воспитания [3].

В этом случае принцип наглядности может стать невалидным и ненадежным. В сложившейся ситуации главную роль будет играть функциональный аспект, выраженный через принцип визуализации [6].

Визуализация как процесс охватывает все действия обучающего, происходящие под контролем его сознания, акцентируя внимание на его звеньях.

Разделение понятий «принцип наглядности» и «принцип визуализации» способствует:

- 1) определению характера процесса обучения и воспитания,
- 2) обозначению степени участия в процессе познания окружающей действительности;
- 3) включение в структуру и содержание принципа визуализации условий обеспечения наглядности восприятия и познания окружающей действительности;
- 4) обеспечение оптимального участия в процессе обучения обучающегося, акцентируя значимость его деятельности;

5) понимание непосредственной роли педагога в учебно-воспитательном процессе.

В заключение необходимость сказать, что интеграция этих принципов способствует расширению состава средств и методов обучения, используемых в педагогическом процессе. Однако эти возможности остаются нереализованными как в педагогике, так и в других смежных областях знаний. В первую очередь, это связано с отсутствием полного объема теоретических знаний о закономерностях использования визуализации на различных этапах и уровнях обучения, путях, приемах и способах ее реализации, закономерных последствиях ее применения, способах обеспечения контроля за компонентами ее реализации.

Литература:

1. Алимов Г.М. Становление и развитие концепций физического воспитания в России XVIII- начала XX: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Г.М. Алимов. – Оренбург, 2015. – 24 с.
2. Антонова Е.Е. Проблема развития способностей и одаренности в педагогической теории Я.О. Коменского / Е.Е. Антонова // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. – 2011. – № 1. – С. 17-20.
3. Загвязинский В.И. Теория обучения. Современная интерпретация: учебн. пособие / В.И. Загвязинский. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 192 с.
4. Комарова Э.П. Педагогическая инициатива как звено в механизме личностно-центрированного взаимодействия субъектов образования / Э.П. Комарова, А.С. Фетисов // Вестник Воронежского государственного университета. Серия: Проблемы высшего образования. – 2016. – №3. – С. 28-31.
5. Неверкович С.Д. Методология проектирования образовательных программ в XXI веке / С.Д. Неверкович, Т.В. Михайлова // Антропные образовательные технологии в сфере физической культуры: сб. статей IV Всерос. научно-практическ. конференции / Нижегородский гос. пед. ун-т им. Козьмы Минина. – Нижний Новгород, 2018. – С. 11-17.
6. Тихонова И.В. Реализация принципа визуализации в процессе обучения /И.В. Тихонова, И.И. Иванов, П.Г. Омарова // Проблемы современного педагогического образования. – Ялта. – 2018. – №1. – С. 307-309.
7. Чермит К.Д. Предикаты принципа наглядности и качество их реализации в современной педагогике / К.Д. Чермит, А.Б. Бгуашев, К.И. Бузаров, Б.М. Берсиров // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2014. – №4. – С. 90-95.

УДК 796.07

**ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ
СТРУКТУР**

Кандидат педагогических наук, доцент И.В. Тихонова¹

Соискатель А.И. Иванов²

¹ Кафедра теории и методики гимнастики

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: Tikhonova_I.74@mail.ru*

*² Государственное бюджетное учреждение Краснодарского края «Центр
олимпийской подготовки по спортивной борьбе»*

Аннотация. В работе рассматривается структура и содержание программы профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных структур в соответствии с их профессиональной деятельностью. Определены приоритетные направления профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных структур.

Ключевые слова: профессионально-прикладная подготовка, физическая подготовка, сотрудники.

В сложившейся современной системе социальных отношений профессиональная деятельность сотрудников правоохранительных структур базируется на особенностях правового регулирования поведения в обществе и специфическими условиями ее реализации [1, 3, 6].

Анализ профессиональной деятельности сотрудников правоохранительных структур позволил определить основные разделы программы профессионально-прикладной физической подготовки. Она включает специфические действия сотрудников правоохранительных структур в условиях контакта с правонарушителем, к которым относятся удары руками и ногами, броски и сваливания, болевые и удушающие приемы, оборонительные действия от ударов руками и ногами [2, 4].

В содержании действующей программы профессионально-прикладной физической подготовки не предусмотрено обучение сотрудников нескольким группам элементов ударной и борцовской техники, которые они могут выполнять во время несения службы. Это обуславливает необходимость совершенствования ее содержания путем включения недостающих приемов.

В частности, овладение сотрудниками правоохранительных структур полным составом технических приемов бокса позволит им при взаимодействии с правонарушителем своевременно находить удобные положения для нападения и защиты; владеть атакующими ударами и защитными действиями, обеспечивающими безопасность от ударов правонарушителя; использовать технику контрударов в соединении с той или иной защитой; уметь применять все эти элементы в самых разнообразных сочетаниях

В программу профессионально-прикладной физической подготовки целесообразно также включить приемы спортивной борьбы. Преимущество в стойке и партете над нарушителем сотрудник правоохранительных структур может получить за счет использования таких приемов, как броски, переводы, сваливания, перевороты, болевые и удушающие приемы [5, 7].

Включение в содержание профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных структур комплексных единоборств позволит совершенствовать приемы спортивной борьбы и бокса в условиях, приближенных к реальным, при активном сопротивлении со стороны противника.

Таким образом, очевидно, что содержание профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных структур необходимо дополнить техническими действиями из бокса, спортивной борьбы и комплексных единоборств для эффективного выполнения ими двигательной профессиональной деятельности.

Литература:

1. Ахметов Р.С. Формирование профессионально-прикладной физической культуры будущих сотрудников специальных подразделений на базовом этапе обучения в вузах МВД России: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Руслан Султанович Ахметов. – Краснодар, 2013. – 23 с.
2. Бушин И.А. Формирование техники приемов борьбы в спортивном рукопашном бою на этапе начальной подготовки бойцов: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Игорь Александрович Бушин. – Краснодар, 2005. – 23 с.
3. Золотенко В.А. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов в образовательных учреждениях МВД России: автореф. ... канд. пед. наук 13.00.08 / Золотенко Василий Анатольевич. – СПб, 2011. – 24 с.
4. Иванов А.И. Смешанное боевое единоборство в подготовке сотрудников правоохранительных структур / А.И. Иванов, И.В. Тихонова // Символ науки. – 2019. – №5. – С. 146-148.
5. Настуев Э.Б. Совершенствование технических и тактических основ болевых приемов борьбы слушателей образовательных организаций МВД России / Э.Б. Настуев // Культура физическая и здоровье. – № 2. – 2019. – С. 48-49.
6. Парамонов А.В. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников специальных подразделений органов внутренних дел: автореф. ... канд. пед. наук 13.00.04 / Парамонов Андрей Валерьевич. – Тамбов, 2006. – 24 с.
7. Тихонова И.В. Оптимизация профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных структур / И.В. Тихонова, А.И. Иванов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – СПб, 2015. – №12. – С. 90-94.

УДК: 796.01:159.9-053.6

**ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ СТРУКТУРЫ ЛИЧНОСТИ
СПОРТСМЕНОВ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА**

Кандидат психологических наук, доцент И.В. Харитонова

Магистрант В.Д. Максименко

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: haritonova_ir@ramble.ru*

Аннотация. В работе представлены результаты исследования с помощью методики В.Э. Мильмана мотивационной структуры личности 68 спортсменов-студентов Училища олимпийского резерва ФГБОУ ВО КГУФКСТ. Было обнаружено, что наиболее высоко выраженными мотивами юношеской спортсменов являются «общая активность» и «социальный статус». Наименее выраженным мотивом спортсменов является мотив общения.

Ключевые слова: мотивационная структура личности, юношеский возраст, спортивная деятельность.

Спортивная деятельность, связанная с большим физическим и психическим напряжением, требует от спортсмена сохранения устойчивой положительной мотивации к ежедневным нагрузкам, формирования активной внутренней установки на самосовершенствование и саморазвитие. Достижение высоких результатов в деятельности зависит от присущей человеку системы ценностей, от особенностей мотивации, которая движет активностью человека [1]. По мнению В.Э. Мильмана, мотивационный профиль есть совокупность устойчивых мотивов, придающих целенаправленный характер деятельности человека. Направление активности человека зависит от того, какие мотивы занимают ведущее место в структуре мотивации. Соотношение мотивов жизнеобеспечения и мотивов роста дает возможность понять, насколько они являются предпосылками высоких достижений в спорте [2]. Спортсмены, избегающие перенапряжения и трудностей, не проявляющие активности на тренировках и соревнованиях имеют высокие показатели «жизнеобеспечения», показывают поведение, сходное с образом жизни людей с дефицитарной мотивацией по А. Маслоу. Стремление к комфорту отрицательно коррелирует с параметрами активности на тренировках и соревнованиях. Параметры рабочей мотивации связаны положительными корреляционными связями с показателями готовности преодолевать трудности и раскрывать свои возможности в соревнованиях [3]. *Изучение мотивационной структуры личности спортсменов может позволить найти новые методы психологопедагогического воздействия на нее и повышения эффективности спортивной деятельности.*

Целью исследования стало выявление особенностей мотивационной структуры личности спортсменов юношеского возраста. Исследование 68 спортсменов студентов, Училища олимпийского резерва ФГБОУ ВО

КГУФКСТ, проводилось с помощью методики изучения мотивационной структуры В.Э. Мильмана. Исследование мотивационной структуры личности спортсменов позволило нам выявить следующее. «Общая активность» и «социальный статус» стали наиболее высоко выраженными мотивами в выборке спортсменов. У 56% юношей выявлены высокие значения по шкале «общая активность» и у 54% по шкале «социальный статус». Умеренный уровень выраженности имеют показатели «жизнеобеспечения», «комфорта», «творческой активности» и «социальной полезности». Мотив общения оказался наименее выраженным у спортсменов юношей, причем данная тенденция выявлена и у спортсменов командных видов спорта. Возможно, это можно объяснить тем, что построение жизненных планов и освоение новых социальных ролей становятся для юношей более приоритетными, нежели поддержание и развитие коммуникативных связей со сверстниками.

Анализируя мотивационный профиль, можно заключить, что в целом общежитейская и рабочая направленности в мотивационной структуре личности юношей спортсменов находятся на среднем уровне выраженности. Спортсмены мотивированы, с одной стороны, на удовлетворение своих личных потребностей и достижение комфорта, что в некоторой степени определяет ограничение созидательной активности юношей. С другой стороны, у них достаточно выражены мотивы включения в социум, творческого развития и достижения успеха и признания, что создает предпосылки для предметного и содер жательного развития будущего. Спортсмены склонны проявлять социальную и творческую активность, когда перед ними стоит значимая и достижимая цель, соответствующая их мотивации. На наш взгляд, уравновешенность общежитейской и рабочей направленности может способствовать разностороннему проявлению активности в юношеском возрасте, если у спортсменов имеются достижимые цели и в потребительской, и в производственной сфере жизни.

В целом мотивационный профиль спортсменов юношеского возраста отличается отсутствием отчетливых подъемов и спусков, что свидетельствует о недостаточной дифференцированности мотивационной иерархии личности спортсменов.

Литература:

1. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности. – М.: Прогресс, 2011. – 154 с.
2. Мильман В.Э. Метод изучения мотивационной сферы личности // Практикум по психоdiagностике. Психоdiagностика мотивации и саморегуляции. – М., 1990. – 163 с.
3. Федоренко А.Б. Взаимосвязь глобальных и контекстуальных компонентов мотивации спортивной деятельности // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2009. – № 2. – С. 264-267.

УДК: 373.103.71

**ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ**

**Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков¹
Соискатель Л.Ф. Валиулина²**

¹ Кафедра теории и методики футбола и регби

² МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 32», г. Краснодар

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: shmm@mail.ru

Аннотация. В работе описывается актуальный состав наименее исследованных вопросов, связанных с различными компонентами содержания и организации физического воспитания школьников разного возраста.

Ключевые слова: школьники, физическое воспитание, проблемы, перспективные направления.

В настоящее время имеется большое количество исследований, результаты которых указывают на системное снижение уровня двигательной и физической подготовленности школьников [1, 3, 4]. Эти данные свидетельствуют о наличии проблем, существующих в системе физического воспитания детей школьного возраста, одной из основных задач которого является повышение функциональных возможностей организма учащихся [2, 5].

Решение этой проблемы требует определения актуального состава перспективных направлений дальнейшего совершенствования различных сторон физического воспитания школьников. В этом аспекте наибольший интерес представляют проблемные вопросы, которые либо затронуты учеными фрагментарно, либо вообще не изучались.

Для решения этого вопроса был проведен контент-анализ имеющихся в настоящее время отечественных диссертационных исследований, посвященных различным вопросам физического воспитания школьников. Анализ проводился по трем возрастным группам школьников (младшие, средние и старшие классы) в условиях урочных и внеурочных занятий и по 32 направлениям научных исследований.

Результаты исследования позволяют выделить из всего установленного объема несколько наиболее емких направлений совершенствования физического воспитания школьников, недостаточно изученных специалистами.

В частности, вопросы формирования знаний, действий, компетенций по физической культуре практически не изучены во всех возрастных группах школьников в условиях внеурочных занятий.

Вопросы адаптации учащихся младших классов к обучению в школе средствами физического воспитания в условиях урочных и внеурочных занятий остаются актуальными и по настоящее время.

Для школьников старших классов являются злободневными вопросы коррекции здоровья и избыточной массы тела, а также формирования рациональной двигательной активности средствами физической культуры в условиях урочных занятий.

Формирование личностных качеств школьников средствами физического воспитания в условиях урочных и внеурочных занятий физической культурой и спортом является актуальным для учащихся практически всех возрастных групп.

Формирование познавательной активности средствами физического воспитания в процессе урочных занятий физической культурой весьма актуально для школьников средний и старших классов, а в условиях внеурочных занятий – для учащихся младших, средних и старших классов.

Совершенствование содержания физического воспитания на основе средств различных видов спорта в условиях внеурочных занятий остается недостаточно изученным для учащихся всех возрастных групп.

Вопросы методики развития физических качеств и обучения технике различных видов спорта, не входящих в школьную программу, требуют изучения у учащихся средних и старших классов в условиях урочных занятий, а у школьников младших, средних и старших классов – в условиях внеурочных занятий.

Исследование вопросов профилактики ассоциативного поведения средствами физической культуры и спорта злободневно для учащихся всех возрастов как в условиях урочных, так и неурочных занятий.

Для школьников всех возрастных групп в условиях урочных и внеурочных занятий требуют решения вопросы дифференцированного физического воспитания, в том числе и на основе учета сенситивных периодов в развитии физических качеств.

Вопросы опережающего физического воспитания в условиях урочных и неурочных форм занятий остаются недостаточно изученными у школьников практически всех возрастных групп.

В целом же в настоящее время актуальные вопросы физического воспитания у школьников младших классов составляют 43,8%, у учащихся средних – 51,6% и старших классов – 59,4%.

Литература:

1. Глазун Т.В. Функциональное состояние организма учащихся 1-6 классов в условиях применения вариативных образовательных и физкультурно-оздоровительных технологий: автореф. дис. ... канд. биол. наук / Т.В. Глазун – Краснодар, 2006. – 26 с.
2. Гойхман П.Н. Физическая культура в школе / П.Н. Гойхман, О.Н. Трофимов. – М.: Физкультура и спорт, 2004. – 379 с.
3. Должикова Т.А. Дифференцированное физическое воспитание учащихся средних классов общеобразовательной школы, имеющих различный уровень физической подготовленности: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Т.А. Должикова – Майкоп, 2011. – 24 с.
4. Каинов А.Н. Методические рекомендации планирования прохождения учебного материала по предмету «Физическая культура» в средней школе: учебное пособие / А.Н. Каинов. – Волгоград: ВГАФК, 2005. – 43 с.
5. Спирина В.К. Организационно-методические условия неэффективного построение уроков физической культуры в рамках традиционной системы физического воспитания / В.К. Спирина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. – № 8. – С. 11-13.

УДК: 796.07

**АЛГОРИТМ РЕАЛИЗАЦИИ МЕТОДИКИ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ПРИЗЫВУ
С УЧЕТОМ ИХ СОМАТОТИПА**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков¹

Кандидат педагогических наук В.Б. Коченков²

¹ Кафедра теории и методики футбола и регби

² Авиационная войсковая часть

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: shmm@mail.ru*

Аннотация. В работе представлен состав и описано содержание основных процедур алгоритма реализации на практике разработанной экспериментальной методики физической подготовки военнослужащих с разными показателями габаритных размеров тела, которые ежегодно призываются в Вооруженные Силы.

Ключевые слова: военнослужащие по призыву, физическая подготовка, методика, реализация, алгоритм.

Разработка любой педагогической методики предполагает определение, прежде всего, ее основных компонентов и их структурно-функционального расположения в формируемой методической системе, позволяющих в совокупности с входящими в них элементами эффективно достичь главной целевой установки управляемого процесса. При этом в ней должно содержаться возможно более полное дифференцированное описание действий участников этого педагогического процесса [1, 3, 5]. Поэтому разработка методики, кроме структурно-содержательного наполнения, должна включать еще и составление алгоритма ее реализации в условиях практического применения [2, 4].

В связи с этим, для эффективной реализации на практике разработанной экспериментальной методики физической подготовки военнослужащих был сформирован следующий алгоритм процедур:

1. Прибывшие в войсковую часть военнослужащие по призыву на основе результатов медицинского осмотра должны быть распределены на группы по соматотипам.

2. В течение двух недель после прибытия в войсковую часть военнослужащие по призыву должны быть обследованы по показателям уровня развития физических качеств.

3. В зависимости от результатов соматотипирования и определения уровня развития физических качеств каждому военнослужащему необходимо присвоить трехзначный цифровой индекс, в котором:

– первая цифра в индексе должна обозначать соматотип конкретного военнослужащего по призыву;

– вторая цифра в индексе должна обозначать уровень соответствия габаритного уровня варьирования длины тела и габаритного уровня

варьирования массы тела у конкретного военнослужащего;

– третья цифра в индексе должна обозначать уровень развития у военнослужащего конкретного физического качества.

4. Военнослужащих необходимо распределить по однородным в связи с решаемыми задачами группам физической подготовки.

5. В каждой из групп физической подготовки должен быть назначен старший и счетчик-секундометрист из наиболее физически подготовленных военнослужащих.

6. Перед проведением занятия старшим и счетчикам-секундометристам в каждой из групп физической подготовки должна быть поставлена ясная задача на конкретное занятие с вручением программы заданий для каждой группы соматотипа и ведомости контроля выполнения упражнений.

7. Счетчик-секундометрист в процессе занятия отвечает за заполнение протокола выполнения программы упражнений.

8. При выполнении упражнений на выносливость старшим в группе должна быть отмерена дистанция и определен объем ее прохождения военнослужащими, а счетчиком-секундометристом должен осуществляться контроль за длительностью пауз отдыха.

9. Общее руководство проведением занятия должно осуществляться руководителем физической подготовки военнослужащих конкретного подразделения. После проведения занятия он должен собрать заполненные протоколы выполнения упражнений для анализа и коррекции программы на следующее занятие.

Составленные планы 10-месячной физической подготовки должны реализовываться в процессе общих занятий с делением военнослужащих на ранее сформированные по соматотипу группы, отличающиеся параметрами объема нагрузки, но схожие по содержанию выполняемых заданий.

Процесс физической подготовки военнослужащих по призыву должен реализовываться в рамках пяти обязательных занятий в неделю длительностью по 50 минут.

Литература:

1. Ендальцев Б.В. Содержание и методика физической подготовки военнослужащих нового пополнения в краткие сроки / Б.В. Ендальцев, С.А. Малашенко, Е.О. Попов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2015. – № 4. – С. 33-38.

2. Кадыров Р.М. Факторы, обуславливающие низкий уровень физической подготовленности военнослужащих / Р.М. Кадыров, Е.В. Артемьев, В.И. Тищенко // Ученые записки. – 2007. - № 1. – С. 50-54.

3. Тябин А.Н. Физическая подготовка военнослужащих в начальный период обучения / А.Н. Тябин // Современные проблемы физической культуры и спорта: сборник научно-методических трудов. – М.: МГПУ, 2003. – С. 115-120.

4. Ханжин А.В. Особенности методики физической подготовки военнослужащих в современных условиях / А.В. Ханжин // Вестник Вятского государственного университета. – 2010. – № 3. – С. 91-94.

5. Ченцов Д.Н. Методика проведения занятий по физической подготовке с военнослужащими / Д.Н. Ченцов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2015. – № 2. – С. 53-57.

УДК: 796.07

**ОБОСНОВАНИЕ СОСТАВА ПОКАЗАТЕЛЕЙ КООРДИНАЦИОННОЙ
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
ПИЛОТОВ ВЫСОКОМАНЕВРЕННОЙ АВИАЦИИ**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Соискатель О.В. Сакиркин

Кафедра теории и методики футбола и регби

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: shmm@mail.ru

Аннотация. В работе раскрывается состав показателей, отражающих уровень развития координационных способностей у летчиков высокоманевренной авиации, а также профессиональных двигательных действий по пилотированию самолета.

Ключевые слова: военные летчики, координационные способности, двигательные действия, управление самолетом.

Исследования специалистов в области теории и методики профессионально-прикладной физической подготовки военнослужащих обосновывают сохраняющуюся актуальность вопроса развития у пилотов высокоманевренной авиации специальных координационных способностей, обуславливающих эффективность управления самолетом [1, 6].

При этом важным аспектом решения этого вопроса является определение состава показателей, которые могут быть использованы в качестве маркеров контроля и управления процессом развития координационных способностей у военных летчиков [2, 4, 5].

В связи с этим представляется вполне очевидным, что для решения данной задачи потребуется установить уровень координационных способностей у военных летчиков, затем на пилотажном стенде определить показатели качества пилотирования самолета на всех этапах полета и после этого провести корреляционный анализ между ними.

В результате исследования было установлено, что к показателям, отражающим уровень развития координационных способностей у летчиков-истребителей, относятся: время простой двигательной реакции на свет, точность реакции на движущийся объект, точность антиципирующей реакции, точность выполнения одиночного движения верхней конечностью, точность выполнения одиночного движения нижней конечностью, точность оценки силовых параметров движения верхней конечностью, точность оценки пространственных параметров движения верхней конечностью, точность оценки временных параметров движения верхней конечностью, точность оценки силовых параметров движения нижней конечностью, точность оценки пространственных параметров движения нижней конечностью, точность оценки временных параметров движения нижней конечностью, точность дифференцирования силовых параметров движения верхней конечностью,

точность дифференцирования пространственных параметров движения верхней конечностью, точность дифференцирования временных параметров движения верхней конечностью, точность дифференцирования силовых параметров движения нижней конечностью, точность дифференцирования пространственных параметров движения нижней конечностью, точность дифференцирования временных параметров движения нижней конечностью.

На основе изучения обусловленности оценки степени управляемости самолетом характеристиками чувствительности управления, специалистами обоснована целесообразность использования величины отклонения от оптимальных значений в качестве основы критерия оценки [3]. Адаптируя этот подход к оценке качества действий пилота по управлению самолетом, в основу критерия предлагается положить показатель количества отклонений от оптимальных (должных) значений при выполнении летчиком действий по перемещению ручки управления самолетом, рычага управления двигателем и педалей рулей направления в процессе управления самолетом на различных этапах выполнения полета.

Основываясь на этих позициях, в состав параметров, отражающих качество пилотирования самолета, предлагается включить следующие показатели: количество отклонений от должных значений при перемещении ручки управления самолетом по крену и тангажу, количество отклонений от должных значений при перемещении рычага управления двигателем, количество отклонений от должных значений при перемещении педали руля направления правой ногой, количество отклонений от должных значений при перемещении педали руля направления левой ногой. Данные показатели должны регистрироваться при выполнении на пилотажном стенде всех этапов полета: взлет (разгон, отрыв), набор высоты, маршрут (маневрирование в горизонтальной плоскости), заход на посадку, посадка.

Литература:

1. Двоенко С.В. Особенности физической подготовки на этапе, предшествующем летному обучению курсантов военного авиационного института: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / С.В. Двоенко. – М., 2001. – 24 с.
2. Дудко А.С. Формирование профессиональных двигательных способностей курсантов-летчиков средствами физического воспитания: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.С. Дудко. – М., 2010. – 24 с.
3. Зайчик Л.Е. Влияние характеристик чувствительности управления на оценку летчиком управляемости самолета / Л.Е. Зайчик, В.В. Родченко, П.М. Чернявский // Ученые записки ЦАГИ. – Т. XVII. – 1986. – № 5. – С. 86-93.
4. Зюрин Э.А. Формирование психофизической устойчивости к профессиональной деятельности операторов сложных систем управления средствами физической культуры (на примере летного состава): автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Э.А. Зюрин. – М., 2008. – 24 с.
5. Смирнов В.В. Концептуальные основы и технология специальной физической тренировки для повышения вестибулярной устойчивости военных летчиков: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04, 14.00.32 / В.В. Смирнов. – Малаховка, 2007. – 24 с.
6. Толстов А.В. Средства и методы специальной физической подготовки летчиков истребительной авиации на основе модельных характеристик физического состояния с целью повышения устойчивости к пилотажным перегрузкам: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04, 14.00.32 / А.В. Толстов. – М., 2000. – 24 с.

УДК: 794.1-056.26

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОРИЕНТИРЫ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОЦЕССА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ
ИГРЕ В ШАХМАТЫ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА**

**Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков
Соискатель В.В. Шеронов**

Кафедра теории и методики футбола и регби

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: shmm@mail.ru*

Аннотация. В работе представлены основные теоретико-методические ориентиры, обосновывающие необходимость разработки и определяющие структуру и содержание основных процессуальных компонентов методики начального обучения игре в шахматы младших школьников с нарушениями слуха.

Ключевые слова: младшие школьники, нарушения слуха, шахматы, обучение, методика, ориентиры разработки.

Возможности шахмат достаточно известны и весьма широки в реализации досуга в интеллектуальном развитии, формировании когнитивного потенциала и совершенствовании познавательных процессов, в расширении коммуникативных возможностей и удовлетворении потребности в общении людей с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья [1, 3].

Понимаемая педагогическим сообществом целесообразность обучения шахматам младших школьников с отклонениями по слуху на практике не осуществляется в связи с отсутствием соответствующей методики, специально ориентированной на данный нозологический контингент детей [2, 4, 5].

Исследование содержания процесса начального обучения игре в шахматы детей младшего школьного возраста с нарушениями слуха и состояния его программно-методического обеспечения позволило установить ориентиры, обосновывающие необходимость разработки и определяющие структуру и содержание основных процессуальных компонентов методики начального обучения игре в шахматы младших школьников с дефектом слуха.

Так, обучение шахматам учащихся младших классов с дефектом слуха на основе использования методик для здоровых учащихся сопровождается объективными трудностями восприятия шахматного материала из-за снижения внимания в связи с увеличенным объемом вербальной подачи сведений.

В процессе начального обучения игре в шахматы детей младшего школьного возраста практически не используется дидактический потенциал информационных и компьютерных технологий.

Существующие методики начального обучения игре в шахматы не обеспечивают совокупного с учебными предметами положительного

воздействия на развитие познавательных процессов детей младшего школьного возраста с нарушениями слуха.

Существующие методики начального обучения игре в шахматы детей младшего школьного возраста не обеспечивают развития важных для младших школьников с нарушениями слуха координационных способностей и общей выносливости.

Методика начального обучения игре в шахматы детей младшего школьного возраста с нарушениями слуха должна обеспечивать комплексное использование средств, методов, методических приемов, принципов и психолого-педагогических условий.

Для активизации умственных процессов у детей младшего школьного возраста с нарушениями слуха в процессе начального обучения игре в шахматы при проверке результатов обучения, выработке шахматных умений и формировании шахматных навыков целесообразно использовать дидактические игры.

В процессе начального обучения игре в шахматы детей младшего школьного возраста с нарушениями слуха общепедагогические средства дидактики должны быть дополнены специальными, включающими дактильную и жестовую речь, а также шахматный дактильный алфавит.

Методика начального обучения игре в шахматы детей младшего школьного возраста с нарушениями слуха, исходя из принятых взглядов на ее структурное построение, должна включать проективный, организационно-методический, содержательный, процессуально-технологический и контрольный модули.

Системообразующей целевой установкой процесса реализации разработанной методики обучения шахматам учащихся младших классов с недостатками слуха должно быть создание условий, стимулирующих эффективное овладение шахматными знаниями, умениями и навыками, развитие физических качеств и повышение суммарного недельного объема двигательной активности, развитие познавательной сферы и улучшение успеваемости по учебным предметам.

Литература:

1. Габбазова А.Я. Интеллектуальное развитие детей младшего школьного возраста в процессе обучения шахматной игре: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.07 / Габбазова Асыл Якуповна. – М., 2005. – 151 с.
2. Герасимова С.В. Педагогические условия социально-психологической адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья посредством занятий шахматами: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Герасимова Светлана Викторовна. – М., 2001. – 139 с.
3. Костьев А.Н. Оптимизация учебно-тренировочного процесса в детско-юношеской спортивной школе по шахматам: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Костьев Александр Николаевич. – М., 2011. – 166 с.
4. Михайлова И.В. Технология адаптивного шахматного обучения детей-инвалидов / И.В. Михайлова, С.В. Шмелева, А.С. Махов // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 7. – С. 38-41.
5. Михайлова И.В. Особенности адаптивного шахматного обучения детей-инвалидов / И.В. Михайлова, С.В. Шмелева, А.С. Махов // Ученые записки Российской государственной социальной университета. – 2015. – Т. 14. – № 2 (129). – С. 54-63.

УДК: 373.203.71

ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ДОУ

Старший преподаватель А.А. Ясюк

Кафедра теории и методики легкой атлетики

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: yasyukalesya@gmail.com*

Аннотация. Будущее любой страны зависит от того, какими вырастут ее дети. Современные условия жизни предъявляют повышенные требования к состоянию здоровья человека, особенно детей дошкольного возраста.

Физкультура в детском саду является важным компонентом общего всестороннего развития ребенка, и поэтому ей уделяется повышенное внимание.

Ключевые слова: физкультура в детском саду, физические упражнения, диагностика физического развития, детский сад и семья.

Наряду с другими НОД (музыка, коммуникация, познание и др.) физическая культура в детском саду занимает первое место.

Задачи физического воспитания решаются в разных формах работы:

- диагностика физического развития;
- система профилактических оздоровительных мероприятий;
- физкультурные занятия;
- утренняя гимнастика;
- игры на свежем воздухе;
- закаливающие мероприятия;
- спортивные праздники;
- развлечения, досуги;
- совместная работа детского сада и семьи по воспитанию здорового ребенка.

Основным средствам физического воспитания в детском саду уделяет внимание множество публикаций и научной литературы, в данной статье хотелось бы рассмотреть раздел «Совместная работа детского сада и семьи по воспитанию здорового ребенка».

В этот раздел работы входит участие родителей в жизни детского сада, их участие в совместных спортивных мероприятиях, посещение открытых занятий и дней открытых дверей. Также в этот раздел входит и работа с родителями в форме анкетирования. Подобному исследованию в МБДОУ МО № 5 г. Краснодара были подвергнуты более 70 родителей разных возрастных групп. Целью анкетирования было определение роли физической культуры в семье.

Анализ полученных данных показал, что установленный режим дня соблюдают 71%, а 29% родителей его игнорируют.

В семьях утренней гимнастикой занимаются всего 39% респондентов, и не занимаются 61%. Профилактические закаливающие мероприятия с детьми выполняют 29% опрошенных, и 71% закаливанием не занимается, в свою

очередь основными причинами отказа от закаливания является в 10% случаев часто болеющий ребенок, в 30% случаев нехватка времени и лень, и в оставшиеся 60% респондентов не знакомы с методами и правилами закаливающих процедур.

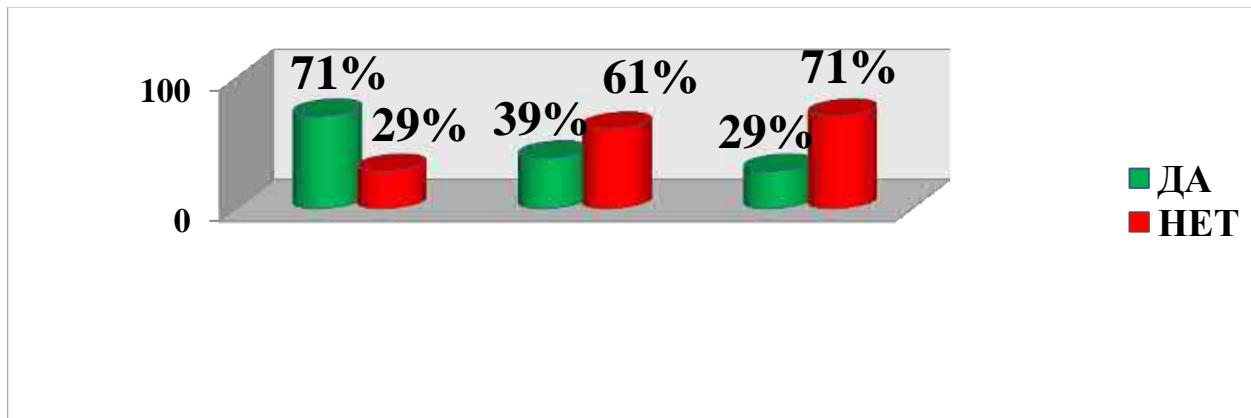


Рисунок 1. Определение роли физической культуры в семье

В результате проведенного анкетирования и полученных данных видна необходимость проведения консультаций с родителями и подготовки раздаточного материала по формам и средствам физического воспитания ребенка в семье.

Литература:

1. Волошина Л. Будущий воспитатель и культура здоровья // Дошкольное воспитание. – 2006. – №3.
2. Физическое воспитание детей дошкольного возраста в условиях ДОУ компенсирующего вида / Ф.Р. Зотова, В.А. Мартынова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2012. – №3. – 11 с.
3. Шубина Н.Г. Легкая атлетика в детских дошкольных учреждениях / Н.Г. Шубина, М.С. Шубин // Материалы научной и научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ (15 – 27 мая 2014 г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – С. 222-224.
4. Ярюк А.А. Физическое развитие детей дошкольного возраста // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава, посвященной 45-летию Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2014. – №1. – С. 224-225.
5. Ярюк А.А. Средства воспитания детей дошкольного возраста // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава (Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма). – Краснодар, 2016. – №1. – С. 260-262.

УДК: 373.103.71

УРОВНЕВАЯ СТРУКТУРА ТРЕНИРОВОЧНОГО УРОКА

Кандидат педагогических наук, доцент В.З. Яцык

Студент Н.О. Букреева

*Кафедра теории и методики зимних видов, велосипедного спорта и
спортивного туризма*

*Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: yatsik.vasilij@yandexl.ru*

Аннотация. В данной работе рассматривается взаимодействие философских категорий «Содержание» и «Форма», выделены три уровня структурного упорядочения урока, определено содержание каждого из них.

Ключевые слова: форма, содержание, структура, урок, эффективность.

В Новейшем философском словаре указано, что категории «Содержание» и «Форма» традиционно применяются «для характеристики связей между способом организации вещи и собственно материалом, из которого данная вещь состоит» [2]. При определении значения внутренней организации содержания понятие «Форма» может трансформироваться в понятие «Структура». Взаимодействие структуры и содержания в процессе развития является предметом дискуссий и споров со временем Канта и привлекает пристальное внимание современных ученых и специалистов [2].

Первичность содержания по отношению к форме не вызывает сомнений у современников. В то же время форма активно воздействует на содержание. Все вышесказанное в полной мере относится и к теории спорта, и к теории физического воспитания [7].

В теории физического воспитания и спортивной тренировки указаны разнообразные формы занятий физическими упражнениями. С позиций вышеизложенного, каждая из форм занятий физическими упражнениями должна иметь соответствующую структуру [3].

Эта структура определяет последовательность всех элементов содержания занятия. Их объединение в стройную систему на основе общих дидактических и специфических принципов физического воспитания и спортивной тренировки позволит обеспечить рациональное решение задач каждого отдельного занятия. Успешное решение образовательных, оздоровительных и гигиенических задач на каждом занятии физическими упражнениями позволит существенно повысить эффективность как всего учебного процесса, так и процесса формирования физической культуры личности [4].

Современная система физического воспитания и спортивной тренировки в качестве основной формы занятий физическими упражнениями рассматривает урочную форму [6].

Взяя за основу физиологические, психологические и педагогические закономерности развития физических качеств и формирования двигательных

умений и навыков, ученые и специалисты на первом уровне структурного упорядочения урока выделили три обязательные части [5].

Подготовительная часть обеспечивает функциональную и координационную готовность занимающихся для решения основных задач занятия. В основной части занятия обеспечивается решение основных задач урока за счет поддержания достигнутой в подготовительной части работоспособности, ее повышения и эффективной реализации на протяжении всего времени главной работы. Заключительная часть урока направлена на оптимизацию функционального состояния занимающихся с учетом их последующего вида деятельности [4].

Более существенной характеристикой построения урока является структурное упорядочение его предметного содержания. Она определяет последовательность выполнения упражнений в каждой части урока и составляет второй уровень структурного упорядочения урока, целью которого является обеспечение оптимальных связей между упражнениями. Основу этого уровня составляет закон переноса (взаимодействия) двигательных умений (навыков) и физических качеств [1].

Третий уровень структуры урока – упорядочение учебных действий педагога и занимающихся, вспомогательные действия, связанные с организацией работы подгрупп, подготовкой оборудования, распределением учебного инвентаря и др. Даже при весьма удачном определении последовательности упражнений можно не достичь желаемых результатов, если ошибочно построены действия педагога или занимающихся [5, 6].

Литература:

1. Карганова Т.А. Структура спортивной деятельности в биатлоне и факторы, обеспечивающие ее эффективность / Т.А. Карганова, В.З. Яцык: Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ: Материалы научной конференции: КГУФКСТ, 2016. – 44 с.
2. Новейший философский словарь / Сост. А.А. Грицанов. — Минск.: Изд. В.М. Скакун, 1998. – 896 с.
3. Парамзин В.Б. Характеристика основных средств, используемых на учебно-тренировочных занятиях по лыжероллерной подготовке на этапе начального обучения / В.Б. Парамзин, В.З. Яцык, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – КГУФКСТ, 2017. – № 1. – 249 с.
4. Яцык В.З. Лыжная подготовка: Лыжероллерный спорт: учебное пособие / В.З. Яцык, А.М. Рыльцов, И.И. Горбиков. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 84 с.
5. Яцык В.З. Методика начального обучения студентов в лыжероллерном спорте / В.З. Яцык, И.И. Горбиков, О.С. Васильченко: Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – КГУФКСТ, 2014. – № 1. – С. 226-227.
6. Яцык В.З. Особенности первоначального обучения студентов передвижению на лыжероллерах / В.З. Яцык, В.Б. Парамзин, И.И. Горбиков // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – КГУФКСТ, 2016. – № 1. – С. 262-264.
7. Яцык В.З. Теория и технология профессионального отбора будущих специалистов по направлению «физическая культура»: Монография. – Краснодар, КГУФКСТ, 2008. – 142 с.

Научное издание

**МАТЕРИАЛЫ
НАУЧНОЙ И НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
ПРОФЕССОРСКО-ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКОГО СОСТАВА
КУБАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
(18 - 20 СЕНТЯБРЯ 2019 ГОДА, Г. КРАСНОДАР)**

Материалы конференции

Ответственный редактор

О.О. Айвазян

Технический редактор

Г.А. Ярошенко

Корректор

С.А. Савенко

Оригинал-макет подготовила

А.В. Казалиева

Подписано в печать 13.11.2019.

Формат 60x90/16. Бумага для офисной техники.

Усл. печ. л. 19,5. Тираж 54 экз. Заказ № 111.

Отпечатано на множительной технике.

Редакционно-издательский отдел
Кубанского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма.
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

