

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



**ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ
XLIV НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ
ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО
ОКРУГА
(февраль - март 2017 г., г. Краснодар)**

ЧАСТЬ 1

**КРАСНОДАР
2017**

УДК 796 (06)

ББК 75. 1

Т 29

Печатается по решению редакционно-издательского совета
Кубанского государственного университета физической культуры,
спорта и туризма

Редакционная коллегия:

доктор медицинских наук, профессор Г. Д. Алексанянц,
доктор педагогических наук, профессор А. И. Погребной,
кандидат педагогических наук, доцент Л. И. Просоедова.

Т 29 Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль - март 2017 г., г. Краснодар) : материалы конференции / редкол. : Г. Д. Алексанянц, А. И. Погребной, Л. И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. - Часть 1. – 366 с.

УДК 796 (06)
ББК 75. 1

© КГУФКСТ, 2017

КАФЕДРА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПАЦИЕНТОВ С ВАРИКОЗНОЙ БОЛЕЗНЬЮ ВЕН НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

Д. В. Голотин, О. Г. Пастухов

Аннотация. Целью исследования являлась разработка программы физической реабилитации пациентов с начальными стадиями варикозной болезни вен нижних конечностей. Представлен позитивный результат использования физических упражнений и пневмомассажа у пациентов с начальными стадиями этого заболевания.

Ключевые слова: варикозная болезнь, физическая реабилитация.

Варикозная болезнь вен нижних конечностей (ВБВНК) представляет собой серьёзную медицинскую и социально-экономическую проблему из-за широкого распространения этого заболевания. В Российской Федерации ВБВНК выявлена у 33 % женщин и у 20 % мужчин, преимущественно работоспособного возраста. Следует отметить, что первые признаки ВБВНК наблюдаются у 15 % старшеклассников и студентов. Прогрессирующее течение заболевания существенно снижает качество жизни и трудоспособность пациентов, а появление осложнений хронической венозной недостаточности приводит к инвалидности [1].

Изучение специальной литературы показало, что физическая реабилитация пациентов с начальными стадиями ВБВНК практически не проводится, в основном сосудистые хирурги рекомендуют повторные курсы медикаментозной терапии, а при развитии осложнений – оперативное лечение.

Наблюдали две группы по 10 пациентов в каждой, с клиническим классом С1 варикозной болезни по классификации СЕАР. Пациенты контрольной группы получали рекомендованное медикаментозное лечение, а для лиц, вошедших в экспериментальную группу, была разработана комплексная программа физической реабилитации, включающая комплекс физических

упражнений и пневмомассаж нижних конечностей.

Для оценки функционального состояния и качества жизни пациентов обеих групп использовали опросник CIVIQ [2]. Опросник CIVIQ является специфичным для хронической венозной недостаточности нижних конечностей и отражает субъективную оценку пациентом ощущений, обусловленных ВБВНК.

Оценивали качество жизни пациентов обеих групп в исходном состоянии и через три месяца, после выполнения программы физической реабилитации, разработанной для экспериментальной группы. Исходные показатели качества жизни в группах не различались, что говорит об однородности состава групп. После завершения программы показатели качества жизни у пациентов экспериментальной группы были достоверно выше, чем у лиц, вошедших в контрольную группу.

Таким образом, физическая реабилитация является фактором, тормозящим прогрессирование ВБВНК и рекомендуется для курсового проведения у пациентов, страдающих этим заболеванием.

Литература:

1. Лядов К. В. Новые методы реабилитации больных варикозной болезнью ног/ К. В. Лядов, Ю. М. Стойко, А. Л. Соколов // Физиотерапия, бальнеология и реабилитация. – М.: «Медицина», 2006. - №2. - С. 13-22.
2. Launois R. Linguistic validation of the 20 item-chronic venous disease quality-of-life questionnaire (CIVIQ-20) / R. Launois, A. Mansilha, F. Lozano // Phlebology. – 2014. – Vol. 29, №7. – P. 484-487.

ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ 17-21 ГОДА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПАРУСНЫМ СПОРТОМ

А. В. Дубова, С. П. Лавриченко

Аннотация. Сбалансированное питание яхтсменов должно включать широкий спектр различных продуктов из шести основных групп. В статье

рассмотрены вопросы, связанные с особенностями питания студентов 17-21 года, занимающихся парусным спортом.

Ключевые слова: сбалансированное питание, основные пищевые вещества, парусный спорт, энергозатраты, калорийность.

Парусный спорт относится к сложнокоординационному виду спорта, требующему значительного терпения и внимания, а также повышенной психологической стойкости. В связи с этим в рационах питания спортсменов должно быть достаточное количество сложных углеводов (крахмала), креатина из белков мяса, ограничение количества жиров. При этом большое значение имеют продукты повышенной биологической ценности: печень, водоросли, морепродукты животного происхождения, цветочная пыльца, обладающие эргогенным действием.

Цель нашего исследования – аналитическая оценка химического состава рационов фактического питания студентов 17-21 года, занимающихся парусным спортом. Потребность в основных пищевых веществах рассчитывалась с учетом процента калорийности, которая обеспечивается каждым пищевым веществом, от общей калорийности рациона. По формуле сбалансированного питания процентное соотношение Б:Ж:У в питании спортсменов должно быть 14:30:56. На основании этих формул рассчитывалась энергетическая ценность каждого пищевого продукта, а затем с помощью энергетических коэффициентов вычислялось содержание основных пищевых веществ в рационе. Рекомендуемые среднесуточные энергозатраты у мужчин, занимающихся парусным спортом, в среднем 4080 ккал; у женщин - 3660 ккал. Анализ рационов фактического питания спортсменов показал, что процентное соотношение Б:Ж:У составило 7:33:60. При этом среднесуточные энергозатраты у мужчин были 3250 ккал, что на 20,3 % ниже рекомендуемых нутрициологами; у женщин - 2820 ккал, что также ниже нормы на 23 %. По химическому составу питание спортсмена должно иметь белково-углеводную ориентацию, при этом соотношение Б:Ж:У (по весу) должно быть 1:1:4. Наши

исследования показали, что в изучаемых рационах соотношение Б:Ж:У составило 1:1,8:5, что свидетельствует о дисбалансе в питании за счет увеличения количества жиров и углеводов. Организму яхтсмена также необходимо обогащение щелочными эквивалентами; для этого не менее 15 % всей суточной калорийности пищевого рациона следует обеспечивать овощами и фруктами; рекомендуются также щелочные напитки.

Таким образом, анализ питания яхтсменов выявил диетические нарушения в рационах, что требует коррекции за счет их оптимизации.

Литература:

1. Борисова О. О. Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации: учебно-методическое пособие / О. О. Борисова. – М.: Советский спорт, 2007. – 132 с.
2. Пшендин А. И. Рациональное питание спортсменов / А. И. Пшендин. – 2-е изд. – СПб. : ГИОРД, 2002. – 157 с.

УЧЕТ ОСОБЕННОСТЕЙ КЛИМАТА ПРИ РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ С БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ

В. Н. Качанова, М. А. Липатникова, Т. В. Пономарева

Аннотация. Основной задачей работы является учет особенностей климата в отдельных регионах и рекомендации по подбору наиболее благоприятных климатических условий для людей, страдающих бронхиальной астмой.

Ключевые слова: бронхиальная астма, климат, воздух.

На данный момент в мире насчитывается более 200 миллионов лиц, страдающих бронхиальной астмой [3]. Одной из важных причин, влияющих на развитие астмы, является загрязнение климата отходами производства, выхлопными газами и пр. Поэтому при выборе климатического региона для лиц с данным заболеванием кроме аллергического статуса следует учитывать

некоторые факторы воздуха, такие как влажность, температура, состав и пр.

Считается, что самыми благоприятными условиями для успешной реабилитации лиц, страдающих бронхиальной астмой, является хвойный воздух, положительно влияющий на дыхательную систему больного, вследствие воздействия на него фитонцидов, содержащихся в хвое. Особенно рекомендован хвойный воздух пациентам с воспалительными и бактериальными заболеваниями органов дыхания.

Морской воздух, прогретый до 30 градусов, является одним из важных принципов реабилитации для больных с частыми приступами удушья, так как содержащиеся в воздухе молекулы калия, кальция, брома, магния, соли и йода, которые оседают в дыхательных путях и способствуют уменьшению закупорки дыхательных путей слизью.

В горных местностях свои особенности климата: низкое давление, более прохладный и сухой воздух, благодаря которому повышается интенсивность функционирования легочной системы.

Наряду с благоприятными условиями климата существуют «губительные» местности, такие как районы с повышенной влажностью, преимущественно глинистыми почвами, частыми перемещениями воздушных фронтов, города с большим количеством промышленных предприятий [2].

Зная особенности климата, специалисты рекомендуют остановить свой выбор на реабилитационных учреждениях, в которые учитываются все вышеперечисленные факторы. Так, при выборе санаторно-курортного лечения, рекомендуется климат таких стран, как Германия, Израиль, Франция, Хорватия, Болгария, а также курорты Черноморского побережья России и полуострова Крым.

Литература:

1. Глобальная стратегия лечения и профилактики астмы / под ред. А. Г. Чучалина. - М. : Атмосфера, 2007. - С. 104.
2. Бронхиальная астма – проблемы и достижения. По материалам 15-го ежегодного конгресса европейского респираторного общества // Клиническая

иммунология. Аллергология. Издательский дом «Здоров'я України». - 2006. - № 1.

3. Бронхиальная астма / под ред. П. А. Фадеева. - М. : Мир и Образование, Оникс, 2010. – С. 160.

ДИНАМИКА ВОЗБУДИМОСТИ ПЕРВИЧНОЙ МОТОРНОЙ КОРЫ ПРИ НЕПРОИЗВОЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ МЫШЕЧНОГО ТОНУСА И ПРОИЗВОЛЬНОМ КОНТРОЛЕ РЕАЛИЗАЦИИ И ПРЕКРАЩЕНИЯ ДВИЖЕНИЯ

А. С. Кисленко, И. О. Комлев, А. Б. Трембач

Аннотация. Проведенные исследования показали, что при ТМС амплитуда ВМО М. Gastrocnemius medialis в состоянии покоя была ниже в положении лежа, чем сидя. При произвольном прекращении дорзального сгибания стопы отмечено снижение амплитуды ВМО. При этом она не изменялась в состоянии покоя в каждой из поз до и после произвольного движения.

Ключевые слова: физиология возбудимости ЦНС, мышечный тонус, ВМО, произвольное прекращение движения, транскраниальная магнитная стимуляция.

Метод транскраниальной магнитной стимуляции (ТМС) позволил определять возбудимость моторной коры у человека по характеристикам вызванных моторных ответов (ВМО) различных мышц в состоянии покоя и двигательной деятельности [1]. В частности, выявлено снижение возбудимости при прекращении произвольного движения.

По мнению многих авторов [2], оно обусловлено торможением корковых нейронов. Однако возбуждение, проводимое по пирамидному пути к альфа мотонейронам, может трансформироваться на спинальном уровне, а при непроизвольной регуляции мышечного тонуса - без участия коры больших

полушарий [3].

Поэтому амплитуда ВМО является интегральным показателем возбудимости коркового и спинального уровня регуляции. Непроизвольный контроль мышечного тонуса, который обеспечивает формирование простых поз человека, может служить моделью для определения спинального компонента возбудимости в состоянии покоя (лежа, сидя, стоя). Сравнительный анализ ВМО в покое и при произвольном движении в предлагаемых моделях дает возможность рассчитать удельный вес коркового и спинального уровня возбудимости, но не механизмов их реализации. Пилотные исследования с участием 12 испытуемых показали, что при ТМС амплитуда ВМО *M. Gastrocnemius medialis* в состоянии покоя была ниже в положении лежа, чем сидя. Произвольное прекращение дорзального сгибания стопы сопровождалось снижением амплитуды ВМО. Однако она не изменялась в состоянии покоя в каждой из поз до и после произвольного движения. Обоснование и экспериментальное подтверждение разделения коркового и спинального уровня возбудимости двигательной системы является базой для проведения дальнейших исследований.

Литература:

1. Городничев, Р. М. Магнитная стимуляция головного мозга как новый метод диагностики функционального состояния двигательной системы спортсменов / Р. М. Городничев, Р. Н. Фомин, Д. А. Петров // Теория и практика физической культуры. - 2006. - №1, С. 2-5.

2. Buccolieri, A. Relaxation from a voluntary contraction is preceded by increased excitability of motor cortical inhibitory circuits/ A. Buccolieri, G. Abbruzzese, J. C. Rothwell // J Physiol. 2004. - №558(Pt 2). – pp. 685-695.

3. Aggelopoulos, N. C. Presynaptic control of transmission through group II muscle afferents in the midlumbar and sacral segments of the spinal cord is independent of corticospinal control / N. C. Aggelopoulos, S. Chakrabarty, S. A. Edgley // Exp Brain Res. – 2008. - №187(1). – pp. 61-70.

ПРОБЛЕМЫ ПОВЫШЕНИЯ МАССЫ ТЕЛА У ЖЕНЩИН СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

С. С. Кошкарев

Аннотация. Выявлены проблемы повышения массы тела у женщин среднего возраста. Дана общая характеристика, рассмотрены классификация, механизмы и т.д.

Ключевые слова: масса тела, ожирение, избыточные вес, обмен веществ, вегетативные функции, физиологические процессы, возрастные изменения, средний возраст.

Повышение массы тела у женщин среднего возраста обусловлено рядом проблем, которые заключаются в неправильном питании, малоподвижном образе жизни и перестройке организма [3, с. 21].

Избыточный вес может стать причиной развития весьма серьезных заболеваний. Значительное повышение массы тела становится причиной высокого роста смертности среди людей, склонных к ожирению. Ожирение может спровоцировать развитие таких тяжелых заболеваний, как сахарный диабет, инсульт, цирроз печени. Избыточная масса тела возникает, когда энергетическая ценность рациона питания превышает энергетические траты человека. Происходит накопление жира, которое со временем может привести к развитию заболевания – ожирению.

Ожирение – обменно-алиментарное хроническое заболевание, которое проявляется избыточным развитием жировой ткани и прогрессирует при естественном течении. Одной из причин увеличения массы тела считается недостаток здорового полноценного отдыха и сна. Нехватка бодрости и энергии многими людьми компенсируется за счет еды. Человек считает, что если он сейчас слегка «подкрепится» чаем и бутербродами, то усталость уйдет. Следующие причины набора лишнего веса – это употребление лекарственных средств. Особенно опасными считаются гормональные препараты, которые

нарушают естественный баланс в организме, возникают сбои и нарушения в процессе обмена веществ, выводе жидкости из организма, в процессе усвояемости пищи и ее переваривания. На неконтролируемый процесс набора веса влияет и какое-либо заболевание в организме, которое, к тому же, еще даже не обнаружено и, естественно, не лечится. Определенные болезни негативно влияют на работу щитовидной железы – одного из важнейших органов, который отвечает за обмен веществ. Именно такие заболевания и мешают похудению.

Литература:

1. Бальсевич В. К. Онтокинезиология человека / В. К. Бальсевич. – Москва: Физкультура и спорт, 2010. – 275 с.
2. Бальсевич В. К. Физическая активность человека / В. К. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – Киев: Здоровье, 2011. – 224 с.
3. Грабовская Т. А. Физическая культуры в жизни женщины : методическое пособие / Т. А. Грабовская. – Витебск: УО ВГУ им. П. М. Машерова, 2012. – 59 с.

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЛЕКСНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

С. С. Кошкарёв

Аннотация. В статье представлен анализ результатов внедрения программы комплексной физической реабилитации, направленной на коррекцию массы тела.

Ключевые слова: результаты, масса тела, показатели, контрольный этап, физическое развитие, коррекция, частота дыхания.

Исследование проводили на базе фитнес клуба г. Краснодара. Цель исследования: выявить влияние комплексной программы физической реабилитации на нормализацию массы тела. В исследовании принимали

участие 30 женщин, которых разделили на две группы по 15 человек в каждой. В первой (контрольной) группе были женщины, занимающиеся по традиционной программе фитнеса, во второй (экспериментальной) группе - женщины, занимающиеся по разработанной коррекционной программе. Результаты контрольного этапа показали, что у женщин после проведения комплексной работы наблюдается снижение массы тела, понижение индекса Кетле, понижение индекса Пинье, снижение показателей ЧСС и АДД, что говорит о положительной динамике [1, с. 14].

На контрольном этапе у женщин обеих групп показатель дыхания в норме, выявлен отличный и хороший показатель по результатам пробы Руфье [2].

Оценивание особенностей физического развития женщин среднего возраста с избыточной массой тела проводили по критерия М.:

- высокий уровень – высокие показатели;
- средний уровень – незначительные отклонения в физическом и физиологическом развитии;
- низкий уровень – отклонения в физическом развитии.

Таким образом, результаты исследования показали, что у женщин экспериментальной группы после проведения занятий показатель развития физических качеств выше, чем у женщин контрольной группы, что говорит об эффективности разработанной коррекционной программы с использованием фитнеса [3, с. 12].

Литература:

1. Кетле А. Социальная физика, или опыт исследования о развитии человеческих способностей / А. Кетле. – Москва: Просвещение, 2011. – 230 с.
2. Тесты Купера: полное руководство – 2015 [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://ggym.ru/kuper.php>, свободный. – Загл. с экрана.
3. Черноруцкий М. В. Диагностика внутренних болезней / М. В. Черноруцкий. – Москва: Медицина, 2010. – 190 с.

КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ МАССЫ ТЕЛА

С. С. Кошкарев, А. Б. Трембач

Аннотация. В программе описано содержание занятий фитнесом, а также разработана диета для женщин среднего возраста с избыточной массой тела.

Ключевые слова: программа питания, занятия фитнесом, развивающие упражнения, программа тренировок, сжигание жира, скоростная шкала, энергозатраты.

В настоящее время существует большое количество программ для женщин среднего возраста по снижению массы тела, однако многие из них не являются комплексными и не включают основные блоки, которые обеспечивают формирование здорового образа жизни, оптимизацию основных функций организма и, как следствие, снижение веса тела [2, с. 44]. Нами была разработана комплексная программа физической реабилитации, которая основана на формировании ЗОЖ и использовании фитнеса в качестве инструмента физических нагрузок широкого спектра [3, с. 11]. В этом случае снижение веса происходит одновременно с повышением силовых, скоростно-силовых характеристик, координационных способностей, повышением функциональных способностей кардиореспираторной системы за счет аэробных нагрузок [2, с. 12]. Программа рассчитана на три месяца 3 раза в неделю, длительность занятий составляет 1,5 часа. Она включает в себя следующие элементы:

1. Питание.

2. Фитнес упражнения, которые состоят из трех этапов:

- 1 этап – подготовка мышц к тренировке М.: кардио (эллипс 5 минут) и суставная разминка (шея, плечевой, локтевой, лучезапястный, тазобедренный, коленный, голеностопный).
- 2 этап – силовая часть: упражнения на тренажерах (гакк-присед со

средней постановкой ног. выпады в сторону с гантелями, сгибания ног стоя, жим в тренажере, круговой подъем гантелей, негативные подтягивания, пуловеры, скручивания на блоке, разгибания рук в наклоне).

- 3 этап – тренировка по сжиганию жира: выполнение упражнения на велотренажере в три этапа: разогрев мышц - стадия активного похудения (увеличение скорости) - замедление темпа.

Важным аспектом программы является систематическая оценка физических возможностей организма по показателям: ЧСС, АДД, АДС, индекса Кетле, пробы Руфье, ИМТ, а также физических качеств: быстроты, силы, ловкости, координационных способностей.

Полученные результаты позволяют корректировать физические нагрузки и режим питания. В пилотных исследованиях выявлено, что предложенная программа обладает выраженной эффективностью.

Литература:

1. Давыдов В. Ю. Новые фитнес системы / В. Ю. Давыдов. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 244 с.
2. Дорохов Р. Н. Основы спортивной морфологии / Р. Н. Дорохов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2012. – 129 с.
3. Максименко А. М. Теория и методика физической культуры / А. М. Максименко. – Москва: Физическая культура, 2012. – 544 с.

КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД В РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ДЕТСКИМ ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ

Д. А. Кузько, М. А. Липатникова, Т. В. Пономарева

Аннотация. В данной работе рассмотрены виды комплексного подхода в реабилитации детей с детским церебральным параличом. Основной задачей которого является максимальное развитие двигательных, социальных, речевых навыков ребенка, а также положительное влияние на умственные способности, помогающее ребенку обучаться и получать полезную для него информацию.

Ключевые слова: детский церебральный паралич, физическая реабилитация, лечебная физическая культура, массаж.

На сегодняшний день проблема детского церебрального паралича является актуальной, так как рост заболеваемости детей во всем мире очень высок. По статистике, рождаемость детей с ДЦП очень велика: на 1000 новорожденных детей 6-13 имеют патологию опорно-двигательного аппарата [1].

Благодаря комплексному подходу решается ряд задач, таких как: формирование речи, совершенствование функции дыхания, вырабатывание установочных рефлексов, постепенное улучшение возрастных двигательных навыков, нормализация мышечной активности, ослабление спастических мышц и укрепление расслабленных мышц, препятствование проявлению аномальных тонических рефлексов [3].

Для достижения высокого эффекта в преодолении заболевания восстановление детей с ДЦП должно проводиться регулярно и иметь комплексную направленность. Комплекс реабилитации может содержать такие виды реабилитации, как лечебная физическая культура (ЛФК), укладывание или лечение положением, различные виды массажа (классический, точечный, сегментарно-рефлекторный), физиотерапевтическое лечение, механотерапию (занятия на тренажерах), медикаментозное лечение, ортопедические процедуры, иглорефлексотерапию, гомеопатию, аква-терапию, иппотерапию, дельфино-терапию, взаимодействие с живой природой, а также проведение занятий с логопедом и психологом [2].

Так как все вышеперечисленные мероприятия вряд ли возможно, проводить одновременно, то следует их применять в различных вариантах. Таким образом, благодаря комплексному подходу реабилитация детей с различными видами поражения ЦНС позволяет уменьшить выраженность церебрального паралича, повышает кровообращение, успокаивает и снимает гипертонус мышц, улучшает самочувствие ребенка, позволяет вести активный

образ жизни, снижает несамостоятельность и зависимость от окружающих людей и в целом способствует общей поддержке организма за счет высоких достигнутых результатов.

Литература:

1. Наперстак М. А. Методические подходы к диагностике и реабилитации детей, страдающих детским церебральным параличом.: альбом учебно-методическое пособие. - М.: НЦССХ им. А. Н. Бакулева РАМН, 2012. – 46 с.
2. Певченков В. В. Тандо — методики и оборудование для реабилитации детей с ДЦП. – М., 2014.
3. Что такое детский церебральный паралич (ДЦП) // Журнал «Жизнь с ДЦП. Проблемы и решения». - № 1. – 2013.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

В. Е. Мальцева, С. П. Лавриченко

Аннотация. В данной работе рассматриваются вопросы, касающиеся использования средств и методов арт-терапии в физической реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья.

Ключевые слова: арт-терапия, физическая реабилитация, дети с ограниченными возможностями здоровья.

Развитие детей с ограниченными возможностями здоровья совершенно разнится с развитием их ровесников, не имеющих отклонений. В результате жизни в полуизолированной среде дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) овладевают такими нежелательными чертами, как трудности в общении, замкнутость, недоверчивость, неспособность налаживать контакт с окружающими людьми и т. д. Арт-терапия предстает собой хороший способ социальной адаптации и дает возможность детям с ОВЗ более активно и независимо от кого-либо соучаствовать в жизни общества.

Ведущей целью арт-терапевтической деятельности является достижение положительных преобразований в психологической и социальной сфере лиц с ограничениями в здоровье. Средства арт-терапии: изобразительные средства, пазлы, лепка, резьба и пирография по дереву, поделки из природных материалов; к методам относятся: рисование, моделирование с бумагой, валяние, написание рассказов, образные разговоры, музыка, пение и др. В настоящее время существует около двух десятков направлений арт-терапии. К примеру: драматерапия (терапия посредством сценической игры), танцевально-двигательная терапия (посредством движений и танца), изотерапия (посредством изобразительного искусства), песочная терапия и многие другие. В нашей стране с каждым годом арт-терапия завоевывает всё большую популярность.

Арт-терапевтическая деятельность, основанная на творчестве, пробуждает внутренние жизненные силы, снимает эмоциональное напряжение, активизирует личностные ресурсы, облегчает социальную адаптацию, служит поддержкой при формировании межличностных навыков, компенсирует утраченные возможности людей, помогает нормализовать внутреннюю связанность и общение с самим собой, способствует повышению уровня жизни.

Следовательно, арт-терапевтические методы существенно улучшают личностную ценность, способствуют выработке позитивной "Я-концепции", поднятию уверенности в себе за счет использования общественного осознания ценности продукта, созданного самим ребенком. Практическая значимость данного вида физической реабилитации заключается в использовании его методик в учреждениях образования, больницах, коррекционных школах и в социально-реабилитационных центрах.

Литература:

1. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании / под ред. Е. А. Медведевой, И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссаровой, Т. А. Добровольской. - М. : Издательский центр «Академия», 2001. - 248 с.
2. Плохова И. А., Бибикова Н. В. Социальная реадaptация людей-

инвалидов с умственной отсталостью посредством арт-терапии: учебно-методическое пособие / сост. Плохова И. А., Бибикова Н. В. - Ульяновск: УлГПУ, 2014. - 69 с.

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПАЦИЕНТОВ С ПАРОДОНТОЗОМ НА ПОЛИКЛИНИЧЕСКОМ ЭТАПЕ

В. Ю. Мараховская, О. Г. Пастухов

Аннотация. Целью исследования являлась разработка программы физической реабилитации пациентов с начальными стадиями пародонтита. Описан положительный опыт применения физических упражнений, виброакустического воздействия (ВАВ) и биомеханической стимуляции (БМС) у пациентов с этим заболеванием.

Ключевые слова: пародонтит, физическая реабилитация, качество жизни.

Заболевания пародонта широко распространены среди населения. По данным ВОЗ, более 80 % детей страдает гингивитом, а взрослые - пародонтитом и пародонтозом.

Изучение специальной литературы показало, что физическая реабилитация пациентов с пародонтозом в России практически не проводится, в основном стоматологи выполняют свои манипуляции, рекомендуют повторные курсы медикаментозной терапии, а в случае развития осложнений – удаление зубов и оперативное лечение.

Наблюдали две группы по 12 пациентов, с начальными стадиями пародонтита. Пациентам контрольной группы стоматологи удаляли зубные камни и рекомендовали медикаментозное лечение, а лица, включенные в экспериментальную группу, дополнительно к перечисленному выполняли комплексную программу физической реабилитации, включающую специальные физические упражнения, ВАВ [1] и БМС [2].

Для оценки функционального состояния и качества жизни пациентов обеих групп использовали опросник SF-36 [3]. Оценивали качество жизни пациентов обеих групп в исходном состоянии и через два месяца, после выполнения программы физической реабилитации, разработанной для экспериментальной группы. Исходные показатели качества жизни не различались, что говорит об однородности состава групп. После завершения программы показатели качества жизни у пациентов экспериментальной группы были достоверно выше, чем у лиц, вошедших в контрольную группу.

Колебания тонуса жевательных мышц (mm. masseter dextra, sin istra) определяли у пациентов обеих групп до и после завершения программы физической реабилитации. Показания по шкале миотометра фирмы «METRIMPEX» отмечали в период покоя мышц и при максимальном сокращении их в момент сжатия челюстей.

У пациентов экспериментальной группы тонус жевательных мышц в напряжении стал достоверно выше и асимметрия тонуса (правая - левая сторона) менее выражена в сравнении с данными контрольной группы.

Физические упражнения, биомеханическая стимуляция и виброакустическое воздействие рекомендуются в качестве обязательных компонентов комплексной программы лечения и реабилитации пациентов с начальными стадиями пародонтоза.

Литература:

1. Васильев А. Э. Ресурсы организма – иммунитет, здоровье, долголетие / А. Э. Васильев, А. Ю. Ковеленов, Д. В. Ковлен, Ф. Н. Рябчук, В. А. Фёдоров. – СПб. : ООО «Вита Нова», 2004. – 416 с.
2. Назаров В. - Т. Биомеханическая стимуляция: явь и надежды / В. - Т. Назаров. – Минск: Полымя, 1986. – 95 с.
3. Новик А. А. Руководство по исследованию качества жизни в медицине / А. А. Новик, Т. И. Ионова; под ред. акад. РАМН Ю. Л. Шевченко. – М. : ЗАО «ОЛМА Медиа Групп», 2007. – 320 с.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА ТОПОГРАФИЧЕСКИХ КАРТ СПЕКТРА ЭНЦЕФАЛОГРАММЫ ПРИ ПРИЦЕЛИВАНИИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТОЧНОСТИ ВЫСТРЕЛА

Е. Р. Миниханова

Аннотация. Известно, что при стрельбе из лука существенно изменяется преимущественно альфа ритм ЭЭГ. Цель исследования: выявить роль остальных ритмов электрической активности в зависимости от точности выстрела. Анализ ЭЭГ при прицеливании показал специфическую динамику альфа- и бета- ритмов в зависимости от точности выстрела.

Ключевые слова: электроэнцефалограмма, ритмы ЭЭГ, топографические карты ЭЭГ, точность выстрела, стрельба из лука.

В настоящее время в работах [1, 2] показано, что у спортсменов, занимающихся стрельбой из пистолета, винтовки и лука, преобладает альфа-ритм в покое и при прицеливании. Цель исследования выявить динамику остальных ритмов ЭЭГ в зависимости от точности выстрела. Электроэнцефалограмма регистрировалась у 7 - спортсменов паралимпийцев по - средством телеметрического энцефалографа фирмы «Медиком МТД» в диапазонах 4-8, 8-11, 11-13, 13-24, 24-35 Гц. Сравнительный анализ топографических карт мощности спектра ЭЭГ проводился в зависимости от точности выстрела. При выстреле высокой точности в 10 очков мощность спектра ЭЭГ в диапазоне 11-12 Гц и в 24-35 Гц существенно повышалась в премоторных и моторных затылочных областях левого полушария. При снижении точности выстрела - 7, 8 очков, пространственное распределение мощности спектра альфа-ритма ЭЭГ (11-12 Гц) существенно не изменялось, а мощность спектра *бета-ритма* охватывала практически оба полушария, за исключением правой височной доли. Таким образом, объективным маркером точности выстрела из лука является пространственная динамика мощности спектра ЭЭГ в диапазоне 24-35 Гц. Поэтому совершенствовать точность

выстрела можно посредством биологической обратной связи не только увеличением альфа-, но и бета-ритма.

Литература:

1. Напалков, Д. А. Аппаратные методы диагностики и коррекции функционального состояния стрелка: Методические рекомендации / Д. А. Напалков, П. О. Ратманова, М. Б. Коликов // – М. : МАКС Пресс, 2009. – 212 с.

2. Трембач, А. Б. Роль высокочастотной составляющей ЭЭГ в организации целенаправленных движений у человека. / А. Б. Трембач, Е. А. Иващенко // IV Всероссийская с международным участием конференция по управлению движением, приуроченная к 90-летию юбилею кафедры физиологии ВПО «РГУФКСМИТ». - М., 2012. – С. 145.

3. Jensen O., Mazaheri A. Shaping functional architecture by oscillatory alpha activity: gating by inhibition// Front. Hum. Neurosci. 2010. V. 4. P. 186

АНАЛИЗ ЭЛЕКТРИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ГОЛОВНОГО МОЗГА У СТУДЕНТОВ 1 КУРСА ПРИ ТРЕНИНГЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ПОСРЕДСТВОМ БИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ

Е. Р. Миниханова, С. В. Климченко

Аннотация. Динамика ЭЭГ при тренинге позы человека посредством обратной связи изучена не достаточно. Целью исследования явилось определение влияния тренинга вертикальной стойки на характеристики ЭЭГ. Выявлено, что после тренинга уменьшалась мощность спектра тета- и бета-ритмов в положении сидя с открытыми глазами. В позе Ромберга она возрастала в тета -ритме в теменных областях.

Ключевые слова: электроэнцефалограмма, поза, вертикальная стойка, тренинг позной устойчивости, статический режим регуляции вертикальной стойки.

Эффективный тренинг позной устойчивости, реализующийся динамическими перемещениями тела человека, обусловлен, по данным ЭЭГ, повышением при активности корковых центров планирования, реализации и оценки движений (1, 2, 3). Аналогичных исследований при тренинге устойчивости в вертикальной стойке в статических условиях не проводилось. Целью работы явилось определение динамики ЭЭГ при тренинге координационных способностей посредством БОС. Регистрация ЭЭГ осуществлялась с участием 12 девушек и юношей посредством телеметрического энцефалографа фирмы «Медиком МТД» в тренинге «Мишень». Сравнительный анализ ЭЭГ проводился по топографическим картам мощности спектра в диапазонах 4-8, 8-11, 11-13, 13-24, 24-35 Гц сидя в кресле и позе Ромберга с открытыми глазами до и после тренинга. Было выявлено, что в диапазоне 4-8 Гц до тренинга «Мишень» мощность спектра ЭЭГ существенно повышалась в лобных и центральных отделах коры больших полушарий, в диапазоне 13-24 Гц степени она сохранялась в лобных и теменных областях. После тренинга мощность спектра в исследуемых областях резко снижалась и сохранялась лишь в диапазоне 4-8 Гц префронтальных отделов лобных долей. В позе Ромберга с открытыми глазами в диапазоне 4-8 Гц мощность спектра увеличивалась преимущественно в лобных долях, затрагивая премоторные области, в диапазоне 13-24 Гц мощность спектра была максимальной в премоторных, теменных областях и затылочной области левого полушария. После тренинга в диапазоне 4-8 Гц мощность спектра ЭЭГ возрастала в теменных областях, а в диапазоне 13-24 Гц сохранялась в премоторных и теменных областях.

Литература:

1.Скворцов, Д. В. Диагностика двигательной патологии инструментальными методами: динамика походки стабилметрия / Д. В. Скворцов // М: Т. И. Андреева. - 2007, 640 с.

2. Трембач, А. Б. Нейрофизиологические механизмы сенсомоторных функций у здоровых лиц и больных синдромом дефицита внимания с

гиперактивностью / А. Б. Трембач, Д. М. Самарский, В. А. Толоконникова //7-й Международный междисциплинарный конгресс «Нейронаука для медицины и психологии», (3-13 июня 2011 г., г. Судак). – С. 417 .

3. Electroencephalography spectrum power mapping during short-term motor learning of posture stability in humans / Romanova Y., Sliva S. S., Sliva A. S. // From basic motor control to functional recovery V, Sofia, 2007.

ВЗАИМОСВЯЗЬ НАРУШЕНИЙ РЕЧИ И ДРУГИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ

А. Н. Мирошниченко

Аннотация. В современной адаптивной физической культуре нарушения речи признаны интегральной проблемой, поскольку при этом ограничивается одна из ведущих сфер развития ребенка – коммуникативная [3]. Известно, что эффективность коррекции речевых нарушений напрямую связана с правильной диагностикой и корректной постановкой диагноза, в связи с чем актуальным является изучение особенностей речевых нарушений у различных нозологических групп [1].

Ключевые слова: нарушение речи, дети, ДЦП, умственная отсталость.

Различают такие нарушения, как фонетико-фонематические, нарушения грамматического строя речи, нарушения формирования связной речи и понимания речевого сообщения, специфические особенности усвоения лексической системы языка. Как самостоятельный дефект они встречаются очень редко. Наиболее часто нарушения речи сопровождают такие заболевания, как детский церебральный паралич (ДЦП) и обширную группу заболеваний, объединяемых термином «умственная отсталость» [2, 3].

Наиболее распространенным дефектом речи при ДЦП является дизартрия, при которой речь характеризуется нарушением ее произносительной стороны по причине недостаточной иннервации речевого аппарата, речь в

целом невнятная, вялая. Также при ДЦП могут встречаться заикание (нарушение темпо-ритмической стороны речи), нарушение звукопроизношения.

Нарушения речи у детей с умственной отсталостью характеризуются сложностью патогенеза и симптоматики. В большинстве случаев они связаны с низким уровнем развития познавательной активности, иногда – со слуховой депривацией. Произношение слов и фраз у таких детей развивается на много позже, чем у их нормально развивающихся сверстников. Известно, что более 40 % умственно отсталых детей начинают говорить после 3 лет [3]. При умственной отсталости нарушаются все компоненты речи: ее фонетико-фонематической, словарный запас, грамматика. У умственно отсталых детей не развита как устная речь, так и письменная.

Таким образом, нарушения речи чаще всего встречаются у детей с ДЦП и у детей с умственной отсталостью. При ДЦП их природа обусловлена недоразвитием речевой мускулатуры, аномалиями артикуляционного аппарата, дефектами развития центральной и периферической нервной системы. При умственной отсталости расстройства речи носят системный характер, т. е. страдает речь как целостная функциональная система, что вызывает порочный замкнутый круг – нарушение интеллекта – нарушение речевого развития – отставание в познавательной деятельности.

Литература:

1. Зикеев А. Г. Развитие речи учащихся специальных (коррекционных) образовательных учреждений: учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М. : Академия, 2000. – 200 с.
2. Гаврилова А. В. Зоотерапия / А. В. Гаврилова // Жизнь с ДЦП. - 2014. - № 4. - С. 30-32.
3. Пазухина И. А. Занятия психолога с детьми раннего возраста, имеющими речевые нарушения / И. А. Пазухина // Дошкольная педагогика. - 2014. - № 9. - С. 60-63.

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПРИ ТРАВМАХ ПОЯСНИЧНО-КРЕСТЦОВОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА

Д. Н. Николаенко

Аннотация. Проблема физической реабилитации лиц с травмами пояснично-крестцового отдела позвоночника является актуальной в травматологии. По наблюдениям исследователей в настоящее время травмы позвоночника составляют более 17 % от всех повреждений, из них травмы пояснично-крестцового отдела позвоночника занимают 10 %. При этом инвалидизация составляет 4 % [3].

Ключевые слова: физическая реабилитация, травма, пояснично-крестцовый отдел позвоночника.

Последствия травм нижнего отдела позвоночника весьма негативно сказываются на всей системе опорно-двигательного аппарата. Это влияет не только на физическое, но и на психоэмоциональное состояние больного, а также значительно снижает уровень его социализации [2]. Задачами физической реабилитации лиц с травмами пояснично-крестцового отдела позвоночника являются: улучшение функциональных возможностей пациентов, восстановление трудоспособности, улучшение самочувствия, расширение двигательного режима и социализация [1]. Показано, что высокой эффективностью при реабилитации пациентов с последствиями травм пояснично-крестцового отдела позвоночника обладают роботизированные ортезы, костюмы аксиального нагружения и другие механизированные средства восстановления [3]. Однако несмотря на имеющиеся теоретические исследования, практическое использование обозначенных средств в комплексной физической реабилитации при травмах пояснично-крестцового отдела позвоночника используется крайне редко. В частности, количество исследований по проблеме применения механизированных средств восстановления на этапе санаторно-курортного лечения невелико.

Исследователи отмечают, что необходимо больше внимания уделять разработке инновационных подходов при реабилитации молодых пациентов с травмами пояснично-крестцового отдела, поскольку данный контингент (18-25 лет), по статистике, в наибольшем количестве представлен среди общего числа пациентов. Также следует отметить, что гиподинамия, обусловленная вынужденной иммобилизацией, особенно остро воспринимается молодыми людьми, ведущими активный образ жизни. Таким образом, физическая реабилитация лиц с травмами нижнего отдела позвоночника на санаторно-курортном этапе требует дальнейшего внимания и исследования. Представляется актуальным разработать и внедрить в лечебно-реабилитационный процесс комплексную методику физической реабилитации лиц с травмами пояснично-крестцового отдела позвоночника с применением роботизированных ортезов и костюмов аксиального нагружения.

Литература:

1. Давлатов, Б. Н. К вопросу оценки тяжести травмы позвоночника / Б. Н. Давлатов, Ф. О. Набиев, Ф. Хананияев // Материалы V съезда нейрохирургов России. – Уфа: Изд-во «Здравоохранение Башкортостана», 2009. – С. 101-112.
2. Евсеев С. П. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы: учебное пособие / С. П. Евсеев, С. Ф. Курдыбайло. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Советский спорт, 2010. – 488 с.
3. Чередник О. В. Травмы позвоночника - классификация, симптомы, лечение / О. В. Чередник // Медицинский вестник. – 2015. - № 2. – С. 1-4.

АНАЛИЗ ПОЗНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ 1 КУРСА ПРИ ТРЕНИНГЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ПО - СРЕДСТВОМ БИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ

А. А. Олефиренко, М. Лаптева

Аннотация. Тренинг постурального баланса за счет биологической обратной связи при динамических движениях труден для лиц с нарушениями

поддержания вертикальной стойки. Целью исследования явилось определение эффективности тренинга в условиях регуляции статического напряжения мышц. Тренинг проводился на «Стабилане-01». Выявлено, что устойчивость вертикальной стойки значительно возросла.

Ключевые слова: поза, вертикальная стойка, тренинг позной устойчивости, «Стабилан-01», статический режим регуляции вертикальной стойки.

Тренинг позной устойчивости посредством биологической обратной связи применяется в физической реабилитации для восстановления двигательных функций человека при различных видах патологий. Обучение его осуществляется за счет динамических движений различной амплитуды. Оно вызывает существенные трудности для лиц с выраженным нарушением постурального баланса. Поэтому целью исследования явилось определение эффективности тренинга позной устойчивости в статических условиях вертикальной стойки. У 12 испытуемых юношей и девушек регистрировались стабильнографические показатели (среднеквадратическое отклонение от центра давления по фронтالي ($Q(x)$), среднеквадратическое отклонение от центра по сагиттالي ($Q(y)$), средний радиус отклонения центра давления (R), средняя скорость перемещения центра давления (V), площадь доверительного эллипса (EIS)) устойчивости вертикальной стойки при открытых и закрытых глазах до и после 12 сеансов тренинга «Мишень» на компьютерном стабильноанализаторе «Стабилан-01». Достоверность различий определялась непараметрическим методом Вилкоксона. До тренинга вертикальная стойка при открытых глазах характеризовалась следующими показателями: $Q(x)$ – 2,57 мм, $Q(y)$ – 2,6 мм, R – 3,38 мм, V – 7,38 мм/с, EIS – 89,3 кв. мм. При закрытых глазах они существенно увеличивались: $Q(x)$ – 3,97 мм, $Q(y)$ – 4,1 мм, R – 5,2 мм, V – 13,6 мм/с EIS – 259,3 кв. мм. После тренинга исследуемые показатели, как при открытых, так и при закрытых глазах, существенно снижались в среднем на 15-20 %, что свидетельствует о повышении устойчивости вертикальной стойки.

Предложенную методику повышения постурального баланса можно рекомендовать лицам, перенесшим инсульт, черепно-мозговую травму, больным ДЦП.

Литература:

1. Скворцов, Д. В. Диагностика двигательной патологии инструментальными методами: динамика походки стабилометрия / Д. В. Скворцов // М: Т. И. Андреева. - 2007, 640 с.

2. Слива, А. С. Развитие методов и средств компьютерной стабилографии / А. С. Слива, И. Д. Войнов, С. С. Слива // Известия ЮФУ. Технические науки. – 2010. - № 9. – С. 158-164

3. 4-6 Correction ADHD by training of reciprocal voluntary movements and postural balance in children 4-6 aged. /A. Trembach, M. Beljaev, I. Volobueva, E. Moskovchenko, S. Sliva // Abstract of second International congress “Gait & Mental Function”, Amsterdam, 2008, vol. 14, p2. 108.

РУССКИЙ ЖЕСТОВЫЙ ЯЗЫК КАК ОДНО ИЗ СРЕДСТВ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

В. А. Скворцова, Е. А. Иващенко, С. П. Лавриченко

Аннотация. В России около 13 миллионов людей имеют нарушения слуха. С 30 декабря 2012 года благодаря поправкам в Федеральный закон «О социальной защите инвалидов» жестовый язык признан языком общения при наличии нарушений слуха и (или) речи в том числе в сферах использования устного государственного языка. Однако воплощение в жизнь этих предписаний затруднено, поскольку современное общество недостаточно подготовлено к созданию доступной среды для лиц с депривацией слуха [3].

Ключевые слова: нарушение слуха, жестовый язык, инклюзивное образование.

У слабослышащих людей имеется остаточный слух, который позволяет

им воспринимать окружающий мир. А глухие люди лишены такой возможности – хотя бы частично слышать. Но некоторые глухие люди умеют читать по губам. Помимо всего этого, люди с нарушением слуха общаются на жестовом языке, который позволяет им получать свободный доступ к информации. Жестовый язык - это сложная лингвистическая система, богатая и своеобразная лексика, специфическая грамматика. Один жест представляет собой символ, выражающий определенное понятие (одно или несколько слов). Жест представляет собой комбинацию из нескольких элементов: форма руки, место исполнения жеста, направление и характер движения, выражение лица – мимика. Кроме жестового языка еще имеется дактилология (ручная азбука), это алфавит, в котором каждая буква воспроизводится пальцами руки, в частности для передачи имен собственных, некоторых терминов. Жестовый язык для людей с нарушением слуха является первым и родным языком, при его помощи они познают окружающий мир. Неслышащие люди отстранены от мира звуков, для этого и существуют переводчики русского жестового языка, которые являются проводниками передачи информации и доступа в мир слышащих. В последнее время растет интерес к жестовому языку, им интересуются не только сами глухие, но и слышащие специалисты, а также студенты. В современном обществе представители таких социально значимых профессий как врачи, полицейские, преподаватели и другие повышают квалификацию, изучая жестовый язык, что необходимо им для взаимного контакта с неслышащими людьми. Такая система может обеспечить интеграцию глухих людей в общество, а также изменить общественное мнение по отношению к людям с нарушением слуха. В инклюзивном образовании использование жестового языка очень важно, так как с его помощью до неслышащих учеников и студентов можно донести больше информации, более полно и подробно раскрыть необходимый материал. Более того, такой подход в образовании позволит слышащим детям получить новые средства коммуникации и лучше понимать своих сверстников с нарушениями слуха.

Литература:

1. За жестовый язык! // Сборник статей сост. А. А. Комарова, В. А. Палённый. - М., 2014. - 568 с.
2. Комарова А. А. Научить жестовому языку // В едином строю. – 2007. - 3 4. - С. 10-11.
3. Комарова А. А., Палённый В. А. Что вы хотели знать о глухих. - М., - 2015. - 32 с.

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ БОЛЬНЫХ С БРОНХОЛЕГОЧНОЙ ПАТОЛОГИЕЙ В ПОСЛЕОПЕРАЦИОННОМ ПЕРИОДЕ НА ЭТАПЕ САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ЛЕЧЕНИЯ

Е. А. Федотова, С. П. Лавриченко

Аннотация. Негативное влияние окружающей среды (изменение климата, загрязнение атмосферы ядовитыми выбросами, появление генномодифицированных продуктов питания, накопление пестицидов в почве и воде) приводит к росту числа заболеваний, в том числе бронхолегочного характера. Лица после оперативного вмешательства на легких в подобных условиях испытывают повышенную нагрузку [1].

Ключевые слова: бронхолегочная патология, послеоперационный период, реабилитация.

По статистике ВОЗ, в России насчитывается более 5 млн взрослых и детей с бронхолегочной патологией, в том числе связанных с наличием злокачественных опухолей. По убеждению ведущих специалистов (Н. Р. Палеев, Л. А. Шпагина, В. Е. Сеницын), современная медицина способна успешно бороться с такими патологиями, однако обязательным условием является проведение диагностики на ранних этапах, когда прогноз, в большинстве случаев, благоприятный [2, 3, 4]. В худшем случае оперативное вмешательство является травмирующим фактором не только физического, но и психологического характера. Человек остается на длительное время

нетрудоспособным, беспомощным, не способным обслужить себя должным образом, он напуган своим состоянием и, как следствие, снижает двигательную активность, что приводит к усугублению состояния и увеличению периода восстановления [2].

Физическая реабилитация больных с бронхолегочными патологиями в послеоперационном периоде осуществляется на стационарном, поликлиническом, санаторном и домашнем этапах. Исследователи Г. П. Котельников, А. С. Шпигель отмечают высокую эффективность именно санаторно-курортного лечения с применением современных средств и методов, направленных на возвращение больного к трудовой и повседневной деятельности [1]. Однако 70 % пациентов пренебрегают санаторно-курортным лечением. Вследствие этого увеличивается процент осложнений и возрастает нагрузка на систему здравоохранения [2]. Особенно актуально данное утверждение относительно больных с пневмотораксом, которые, в большинстве случаев, после улучшения функциональных возможностей и самочувствия перестают уделять достаточно внимания реабилитационным мероприятиям. В связи с этим возрастает актуальность более широкого использования реабилитационных средств на санаторно-курортном этапе восстановления. Как можно большее число пациентов с последствиями оперативного вмешательства по поводу бронхолегочной патологии должны быть проинформированы о пользе данного подхода и негативных моментах, связанных с неполным курсом реабилитации. С целью реализации поставленной задачи необходимо разрабатывать и внедрять в практику физической реабилитации новые комплексные подходы.

Литература:

1. Котельников Г. П. Доказательная медицина. Научно обоснованная медицинская практика: монография (издание 2-е, переработанное и дополненное) / Г. П. Котельников, А.-С. Шпигель. – Самара, 2012. – 242 с.
2. Палеев Р. Н. Болезни органов дыхания / Р. Н. Палеев. – М. : Медицина, 2015. – 345 с.

3. Синицын В. Е. Компьютерная и магнито-резонансная томография в диагностике тромбоэмболии легочной артерии – современное состояние вопроса / В. Е. Синицын, Е. А. Мершина // Терапевт. - 2013. - № 3. – С. 20-29.

4. Шпагина Л. А. Инновации в диагностике и лечении профессиональных форм респираторных болезней / Л. А. Шпагина, Л. А. Паначева, Е. Л. Потеряева // «Профессия и здоровье»: материалы 5-го Всероссийского конгресса. – Москва, 2013. – С. 521-523.

ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

С. Г. Хачатрян, С. П. Лавриченко, Т. В. Пономарева

Аннотация. В данной работе представлены рекомендации для беременных женщин по улучшению функционального состояния организма в данный период. Проанализированы методы, направленные на предотвращение риска потери плода.

Ключевые слова: беременность, мышечный тонус, нативные продукты, двигательная активность.

Беременность – это состояние женщины в период развития в её организме зародыша, плода. Главный фактор удовлетворительного протекания физиологической беременности – это спокойное состояние нервной системы. Если досуговые занятия различной направленности, а именно вязание, танцы, пение, не приводят женщину к чрезмерному утомлению, то следует продолжать заниматься своим любимым делом. Если у женщины достаточно энергии, что бывает далеко не редко, то можно начать совершенно иной вид деятельности, который поможет ей легче переносить период вынашивания плода, а также станет предметом самореализации. Главное, найти то, что будет нести максимальную пользу для развития ребенка в утробе матери, и при этом не будет переутомлять организм в целом. Активные двигательные действия во

время беременности позволяют улучшить состояние здоровья будущей матери и направлены на поддержку тонуса мышц, укрепление органов малого таза (что в дальнейшем может благотворно повлиять на родовую деятельность), повышение тургора кожи, улучшение настроения, уменьшение риска возникновения отеков [1, 2].

При планировании нагрузок необходимо соблюдать индивидуальный подход. Это могут быть: аквааэробика, пилатес, стретчинг, фитбол и другие занятия, основанные на возможностях функциональных систем организма беременных. Также необходимо помнить о тех видах спорта, занятия которыми противопоказаны в период беременности. К ним относятся: бег (быстрый), прыжки в воду с возвышенности, лыжный спорт, катание на велосипеде [3].

Наряду с физическими нагрузками целесообразно использование нативных биологически активных продуктов в рационах питания, которые содержат целый комплекс витаминов и минеральных веществ, необходимых в дополнительном количестве беременной женщине.

Литература:

1. Баранник С. В. Акушерство и гинекология: терминологический словарь - Справочник / С. В. Баранник, Г. Б. Дикке ; под ред. А. Д. Макацария. – М. : МИА, 2007. - 368 с.
2. Подзолкова Н. М. Невынашивание беременности / Н. М. Подзолкова, М. Ю. Скворцова, Т. В. Шевелева. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 136 с.
3. Ибатов А. Д. Основы реабилитологии: учеб. пособие / А. Д. Ибатов, С. В. Пушкина. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2007. - 160 с.

КАФЕДРА АНАТОМИИ

ПРОФИЛАКТИКА СПОРТИВНОГО ТРАВМАТИЗМА У БОРЦОВ

Д. У. Абазов, И. Н. Калинина

Аннотация. Проведен анализ научной литературы, касающейся вопросов спортивного травматизма борцов различной квалификации.

Ключевые слова: спортивный травматизм, греко-римская борьба.

Только здоровый спортсмен способен достигнуть значительных спортивных результатов, что возможно при рациональной организации тренировочного процесса и подборе оптимальной тренировочной нагрузки, и отсутствии физической и эмоциональной перегрузки.

Однако современный спорт характеризуется высоким уровнем тренировочных и соревновательных нагрузок, при этом только оптимальная физиологическому состоянию организма нагрузка обеспечивает физическое совершенствование спортсмена и повышение уровня его спортивной квалификации.

Борьба как контактный вид спорта характеризуется достаточно большим количеством травм как во время тренировочной, так и во время соревновательной деятельности, что обусловлено различными видами столкновений и так называемыми «сваливаниями», которые являются взрывными упражнениями. Чаще всего, по данным [2, 3, 4], у борцов повреждаются голова, коленные суставы, шея, лицо, спина, голеностопные и плечевые суставы.

Факторами, увеличивающими риск возникновения травм у данной категории спортсменов, являются: начало сезона, соревнования (большое количество поединков в день), состояние самого спортсмена, психическая неготовность, высокий уровень контакта с соперником, низкий уровень квалификации борца, предшествующие травмы [4].

Актуальность исследования заключается в том, что предупреждающий

травмы образ мышления в спортивной деятельности у тренеров и их подопечных, занимающихся борьбой, должен быть приоритетным и необходимо формировать его уже с момента начала спортивной карьеры. Это касается вопросов анализа образа жизни спортсменов, их питания, условий тренировочной подготовки, соревновательной деятельности, восстановительных мероприятий [1]. Особенно это актуально для подготовки борцов-юношей. Поскольку, как было указано выше, уровень травматичности этого вида спорта достаточно высок. При этом тренер и сам спортсмен должны понимать причины получения травм и уметь профилактировать это состояние.

Гипотеза исследования заключается в следующем.: предполагается, что исследование характера локализации спортивных травм у борцов позволит разработать практические рекомендации по проведению профилактики травматизма при тренировочных занятиях и в процессе соревнований.

Литература:

1. Дубровский В. И. Реабилитация в спорте. – М. : ФиС, 2004. – 250 с.
2. Епифанов В. А. Лечебная физическая культура / В. А. Епифанов. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2006. - 568 с.
3. Спортивная медицина: учеб. пособие для мед. вузов / под ред. В. А. Епифанова. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2006. - 336 с.
4. Спортивные травмы. Клиническая практика предупреждения и лечения / под общ. ред. Ренстрёма П. А. Ф. Х. – Киев: Олимпийская литература, 2003. – 470 с.

МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ОТБОРА ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ДЕТСТВА В СПОРТИВНЫЕ СЕКЦИИ

А. В. Ежова, О. В. Маякова

Аннотация. Здоровье детей является объектом внимания врачей, педагогов, психологов и тренеров. В рамках программы «Здоровье», принятой Государственной думой в 2009 году и успешно реализуемой в Краснодарском

крае, изучение морфофункциональных особенностей дошкольников актуально.

Ключевые слова: морфофункциональные особенности, дети первого детства, «филиппинский тест», здоровье детей.

Период первого детства (3-5 лет) характеризуется следующими особенностями: резкое повышение двигательной активности, изменение функциональных особенностей скелетных мышц и их структуры, значительное изменение пропорций тела к концу данного периода, полуростовой скачок, повышенное артериальное давление, выраженный рост сердца, морфологическое и функциональное развитие нервной системы. Дошкольный возраст является важным периодом в становлении произвольной регуляции двигательной функции и в развитии высшей нервной деятельности, что позволяет приступать к систематическому обучению физической культуре (Е. М. Бердичевская, 2012).

Подходы к раннему отбору детей у разных специалистов в области спортивной тренировки отличаются. В художественной гимнастике эта проблема стоит особенно остро. С одной стороны - необходимо отобрать перспективных детей, с другой стороны - требования спортивных школ к отбору и приему. Одним из основных моментов, определяющих спортивные успехи ребенка, является обладание редкими морфологическими данными в сочетании с физическими и психическими способностями. Поэтому спортивный отбор детей первого детства – уникальный процесс. Эффективность первичного отбора предполагает учет признаков, которые незначительно изменяются под воздействием тренировки, к числу которых относятся и морфологические (А. О. Звездина, 2005).

Отбор в спортивные секции по художественной гимнастике, плаванию, спортивной акробатике, фигурному катанию раньше проводил начиная с 5 лет. Критерием отбора ныне является «филиппинский тест», который свидетельствует о зрелости детей данного возраста (Е. К. Ермоленко, 2006). Положительный результат говорит о полном завершении первого ростового

скачка, а также об изменениях пропорций тела и других показателей физического развития. Сейчас набор в спортивные группы по художественной гимнастике, фигурному катанию производится с 3,5–4 лет.

Такой подход требует учета морфофункциональных особенностей организма детей первого детства с целью сохранения здоровья и оптимизации тренировочного процесса.

Литература:

1. Бердичевская Е. М. Физиология физической культуры дошкольников: учебное пособие / Е. М. Бердичевская. - Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 96 с.
2. Ермоленко Е. К. Возрастная морфология / Е. К. Ермоленко - Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. - С. 312-326.
3. Звездина А. О. Особенности отбора детей для занятий художественной гимнастикой / А. О. Звездина // Северный (Арктический) федеральный университет им. Ломоносова. - Архангельск, 2005.

ПРИЧИНЫ ПРИВОДЯЩИЕ К ПОВЫШЕНИЮ МАССЫ ТЕЛА У ШКОЛЬНИКОВ (АНАЛИЗ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ)

Ю. Б. Коновалова, И. Н. Калинина

Аннотация. Проведен анализ научной литературы, касающейся изучения функционального состояния организма школьников с повышенной массой тела.

Ключевые слова: школьники, повышенная масса тела.

Проблема лишнего веса у школьников в настоящее время является весьма серьезной, поскольку приоритетным направлением развития РФ является сохранение здоровья нации. В настоящее время имеется немало данных, указывающих на достаточно большое количество школьников с избыточной массой тела. Так, по данным А. Х. Агирова с соавт. (2011), среди населения Республики Адыгея отмечены тенденции к росту заболеваний и избыточной

массы тела у детей. М. В. Сухинин (2014) в своих работах показывает, что среди детского населения г. Москвы отмечается увеличение распространенности детей с избыточной массой тела и сахарным диабетом. По данным М. М. Романовой с соавт. (2012), в Воронежской области выявлен достаточно высокий процент распространенности повышенной массы тела у детского населения.

Известно, что за первые два года обучения ввиду нового состояния для школьников – гипокинезии, в школе происходит уменьшение показателей физического развития и увеличение массы тела (И. И. Бахрах, 1975). Причины такого состояния кроются в снижении двигательной активности, изменении алиментарного статуса и в плохом состоянии школьных спортивных сооружений (А. А. Баранов, 1999). По данным Л. В. Козловой (2008), причинами ожирения у детей могут являться нарушения углеводно-липидного обмена, гормональной активности щитовидной железы и элементного статуса. Впоследствии возникают различные нарушения осанки, вырабатывается плоскостопие, уменьшаются показатели силы мышц и выносливости. Следующими этапами изменения состояния организма ребенка являются: избыточная тучность, оказывающая существенное влияние на проявление и развитие двигательных навыков и умений, снижение успеваемости, особенно на уроках физической культуры. В современной литературе, остается недостаточно освещенным вопрос, касающийся перехода детей с нормализующейся в результате правильного, дифференцированного обучения массой тела, из специальной медицинской группы в группу здоровых детей. На этом основании важна перестройка физического воспитания, разработка профилактических мероприятий в борьбе с гиподинамией детей младшего школьного возраста.

Литература:

1. Баранов А. А. Здоровье детей России: учеб. /А. А. Баранов. - М. : СПР, 1999. - 30 с.
2. Бахрах И. И. Медицина, подросток, спорт: учеб. пособие / И. И. Бахрах,

Р. Н. Дорохов. - Смоленск: СГИФК, 1975. - 39 с.

3. Метаболический синдром у детей и подростков / под ред. Л. В. Козловой. – М. : Геотар–Медиа, 2008. – 125 с.

4. Сухинин М. В. Заболеваемость детского населения мегаполиса в условиях модернизации здравоохранения // Педиатрия. – 2014. – Т. 93. - № 1. – С. 118-121.

5. Романова М. М., Панюшкина Г. М., Гладышева Е.-С. и др. Анализ распространенности избыточной массы тела и ожирения среди населения, в том числе детского, по данным осмотров в центрах здоровья Воронежской области // Вопросы детской диетологии. – 2012. – Т. 10. - № 3. – С. 47-49.

6. Агиров А. Х., Агаджанян Н. А., Ожева Р. Ш. и др. Экология и здоровье детского и подросткового населения Республики Адыгея // Фундаментальные исследования. – 2011. – № 9. – С. 196-201.

СРАВНЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ И СЕНСОМОТОРНОЙ СИСТЕМ У БАТУТИСТОВ РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

А. А. Курнос, Г. Д. Алексанянц

Аннотация. В работе представлены результаты сравнения показателей сердечно-сосудистой и сенсомоторных систем у спортсменов-батутистов высокой (мастера спорта) и средней (кандидаты в мастера спорта) квалификации.

Ключевые слова: прыжки на батуте, сердечно-сосудистая система, сенсомоторные системы, функциональное состояние, простая зрительно-моторная реакция.

Подготовка высококвалифицированных спортсменов в современных условиях развития спорта невозможна без объективизации знаний тренера о функциональном состоянии спортсмена. К ведущим функциональным

системам, определяющим уровень спортивных достижений в прыжки на батуте, относятся сердечно-сосудистая и сенсомоторные системы, центральная и вегетативная нервные системы, нервно-мышечный аппарат [1].

Целью исследования являлось сравнение показателей функционального состояния сердечно-сосудистой (ССС) и сенсомоторной систем у спортсменов-батутистов высокой и средней квалификаций. Всего было обследовано 25 человек, из которых первую группу составили 12 мастеров спорта (МС) (средний возраст составил 18 ± 1 год), вторую - 13 кандидатов в мастера спорта (КМС) (средний возраст составил 14 ± 2 года). В качестве оценки функционального состояния ССС использовались: ЧСС покоя, индекс Руфье (ИР), а также высоко- (ВЧ) и низкочастотные (НЧ) компоненты вариабельности сердечного ритма (ВСР), характеризующие влияние парасимпатической и симпатической вегетативной нервной системы (ВНС) на сердце соответственно [2]. Из показателей сенсомоторной системы использовалось среднее время (СВР) простой зрительно-моторной реакции (ПЗМР), отражающее функциональный баланс нервных процессов в ЦНС.

В первой группе ЧСС покоя и ИР составили 67 ± 5 уд/мин и $8,4 \pm 2,2$ ед., во второй – 68 ± 8 уд/мин и $8,1 \pm 1,8$ ед. соответственно, что свидетельствует об отсутствии достоверных различий. ВЧ и НЧ компоненты ВСР соответственно в первой группе составили $55 \pm 4,4$ % и $45 \pm 4,3$ %, во второй группе - $62 \pm 5,3$ % и $38 \pm 3,1$ %, что говорит о преобладании симпатического влияния ВНС на сердце у батутистов высокой квалификации. При этом СВР в первой группе оказалось меньше (230 ± 20 мс), чем во второй (245 ± 23 мс).

Таким образом, полученные данные позволяют сделать заключение, что у высококвалифицированных спортсменов-батутистов по сравнению со спортсменами средней квалификации на фоне повышенного уровня активации симпатического отдела ВНС на сердечную деятельность наблюдалось уменьшение латентного времени двигательной реакции при ПЗМР.

Литература:

1. Макарова Г. А. Спортивная медицина: учебник. – М. : Советский спорт,

2003. – 480 с.

2. Вариабельность сердечного ритма: стандарты измерения, интерпретации клинического использования: Доклад Рабочей группы Европейского общества кардиологии и Североамериканского общества кардиостимуляции и электрофизиологии // Вестник аритмологии. – 1999. – № 11. – С. 53–78.

СОМАТИЧЕСКИЕ ТИПЫ ЮНОШЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОСТОЧНЫМИ ЕДИНОБОРСТВАМИ

А. А. Москалева, О. В. Маякова

Аннотация. Антропометрические показатели используются при изучении качества физического развития человека, позволяют судить об уровне эффективности и направленности тренировочного процесса, предоставляют объективные данные спортивного отбора и позволяют прогнозировать спортивные результаты [1, 4].

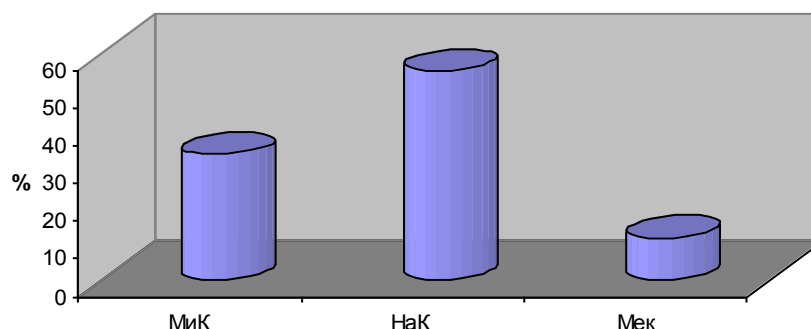
Ключевые слова: антропометрические показатели, соматотипирование, восточные единоборства, габаритный уровень варьирования.

Целью настоящей работы явилось определение соматического типа спортсменов, занимающихся восточными единоборствами. В исследовании приняли участие 9 спортсменов - разрядников, возраст варьировался от 12 до 17 лет. Антропометрические измерения проводились по методу В. В. Бунака [3] и оригинальной методике Р. Н. Дорохова [2]. В результате выявлены соматические типы габаритного уровня развития (ГУВ) по соотношению величин роста и массы тела. Выделены основные соматические типы (СТ): нанасомный (НаК), микросомный (МиК), мезосомный (МеК). Определены варианты биологического развития (БР) с расчетом индекса зрелости в средней градации: растянутый (БР«С»), банальный (БР«В»), укороченный (БР«А») [3].

Анализ ГУВ свидетельствует о том, что у основной массы юных

спортсменов превалирует наносомный тип габаритного варьирования (НаК) 55,5 %, (МиК) 33,3 %, (МеК) 11,2 % (рис.).

Рисунок 1. Габаритный уровень варьирования



Распределение ВР у исследуемого контингента имеет тенденцию к преобладанию лиц с ретардационным типом (ВР«С») - 98 %. Полученные результаты представляют интерес в качестве отбора спортсменов в группы единоборств на начальных этапах спортивной подготовки. Учитывая имеющуюся в настоящее время недостаточную объективность оценки соматического статуса подростков, занимающихся единоборствами, данная работа является актуальной.

Литература:

1. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход): научно-методическое пособие / В. П. Губа. – М.: Советский спорт, 2012. - 384 с.
2. Дорохов Р. Н. Место конституциологии в спорте / Р. Н. Дорохов, В. Н. Чернова// Теория и практика физической культуры. - 2010. - № 12. – С. 39-42.
3. Спортивная морфология: рабочая тетрадь / Г. Д. Алексанянц - 2-е изд., 2016. – С. 82.
4. Медведева О. А., Алексанянц Г. Д., Кнебель Я., Хартманн З.. Топологические особенности сенсомоторной системы юношей, специализирующихся в гребле на байдарках и каноэ / Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2015. - № 1. – С. 30.

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЦИРКОВЫМ ИСКУССТВОМ, МЕТОДОМ ИНДЕКСОВ

О. А. Медведева, Г. Д. Алексанянц, А. В. Гребеник

Аннотация. В настоящей работе приводятся данные, полученные при изучении индексов физического развития 72 девочек 8-11 лет. Из них 37 – воспитанницы цирковой студии (ЦС) «Арена» и 35 человек – не занимающиеся спортом, учащиеся средней общеобразовательной школы (СОШ) п. 14, с. Кривенковское.

Ключевые слова: цирковое искусство, период второго детства, индексы физического развития.

Целью настоящей работы явилось изучение индексов физического развития (ФР) детей периода второго детства, занимающихся цирковым искусством (ЦИ). Антропометрические показатели снимались по классическому методу В. В. Бунака [1]. Для комплексной оценки ФР и морфологической характеристики индивидуально-типологических свойств артистов ЦС были использованы индексы Кетле, Эрисмана, скелии по Мануврие. Статистическую обработку проводили с использованием пакета прикладных программ Microsoft Excel.

Как показали результаты исследований, у девочек ЦС индекс Кетле составлял $238,9 \pm 32,6$ г/см, что соответствует средним показателям детей периода второго детства и гармоничному ФР [2]. У учащихся СОШ данный индекс был достоверно ниже - $207,7 \pm 23,3$ г/см ($p_{1-2} > 0,05$), чем у артистов ЦС. При этом у 11,8 % детей, занимающихся ЦИ, обнаруживали высокий уровень весоростового показателя, остальная часть девочек (88,2 %) имела средний уровень варьирования. У учащихся СОШ 5,0 % детей имели высокий уровень ФР по данным индекса Кетле, 80,0 % - средний, 15,0 % - низкий. Показатели индекса Эрисмана у артистов ЦС колебались в диапазоне от -9,0 до 5,5 см, при

этом среднее значение составляло $-1,3 \pm 4,4$ см. У детей СОШ наблюдался еще более выраженный размах вариации индекса Эрисмана от $-7,0$ до $18,0$ см, средний показатель составлял $-1,0 \pm 6,1$ см. Анализ данных развития грудной клетки (ГК) показывал, что $29,4$ % девочек ЦС имели узкую ГК, $11,8$ % - ГК средней величины, $58,8$ % - широкую ГК. При этом у девочек, не занимающихся спортом, наблюдалась противоположная закономерность: $45,0$ % школьниц обладали узкой ГК, $30,0$ % - ГК средней величины, $30,0$ % - широкой ГК. В результате оценки индекса скелии по Мануврике представителей специализации ЦИ было выявлено, что средний показатель составлял $90,5 \pm 9,6$ %. При этом у $53,3$ % девочек обнаруживали макроскелию, у $6,7$ % - мезоскелию, у $40,0$ % - брахискелию. У учащихся СОШ среднее значение индекса составляло $91,3 \pm 5,4$ %. У $57,9$ % школьниц наблюдалась макроскелия, у $26,3$ % - мезоскелия, у $15,8$ % - брахискелия. Таким образом, при оценке индексов ФР у артистов ЦС преимущественно выявлены средний уровень ФР ($88,2$ %), широкая ГК, макроскелия; у сверстниц СОШ - средний уровень индекса Кетле ($80,0$ %), узкая ГК, макроскелия.

Литература:

1. Гребеник А. В. Компонентный уровень варьирования у детей периода второго детства, занимающихся цирковым искусством / А. В. Гребеник, О. А. Медведева, Г. Д. Алексанянц // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. - Краснодар, 2016. - № 2. - С. 153-155.
2. Медведева, О. А. Особенности физической подготовленности детей периода второго детства с различной степенью слуховой депривации в зависимости от соматотипа / О. А. Медведева, Г. Д. Алексанянц // Теория и практика физической культуры. - 2014. - № 10. - С. 101-104.

КОМПОНЕНТНЫЙ СОСТАВ МАССЫ ТЕЛА ЮНЫХ ВАТЕРПОЛИСТОВ

Д. А. Ровный, Ю. А. Кудряшова

Аннотация. Целью нашего исследования является изучение состава массы тела юных ватерполистов Краснодарского края. Обследовано 11 спортсменов юношеской сборной Краснодарского края в возрасте 13-14 лет. Использовали методику Я. Матейко. Определяли содержание жирового (ЖМ), мышечного (ММ) и костного (КМ) компонентов, в составе массы тела спортсменов.

Ключевые слова: компонентный состав, масса тела, юные ватерполисты.

Высокий профессионализм современного водного поло требует индивидуального углубленного подхода, базирующегося на комплексном изучении морфологических и функциональных возможностей, развитие которых в наибольшей степени способствует достижению высоких спортивных результатов. Основной частью конституциональной диагностики является оценка компонентного состава массы тела ватерполиста, поскольку функциональные возможности организма спортсмена имеют с ним высокую взаимосвязь [2, 3].

Использовали методику Я. Матейко [1]. Определяли содержание жирового (ЖМ), мышечного (ММ) и костного (КМ) компонентов в составе массы тела спортсменов.

В результате проведенных исследований установлено, что у большинства юношей (54,5 %), занимающихся водным полем, мышечный компонент соответствовал высоким значениям. 36,4 % спортсменов обладали мышечным компонентом в пределах средних значений. Значения ниже среднего выявлены у 9 % ватерполистов.

Анализ содержания ЖМ выявил высокие показатели у 45 % спортсменов, у 28 % выявлено среднее содержание и у 27 % - низкое содержание жирового

компонента, что является характерной особенностью для спортсменов, занимающихся в водной среде.

Анализ содержания КМ выявил высокие показатели у 54 % спортсменов, у 28 % выявлено среднее содержание и у 18 % - низкое содержание костного компонента.

В среднем мышечный компонент составил 48,5 % от общей массы тела, жировой – 13,6 %, костный – 18,6 %.

Таким образом, 6- летний процесс тренировок оказал значительное влияние на развитие компонентного состава массы тела юных ватерполистов.

Литература.

1. Алексанянц Г. Д. Спортивная морфология: учеб.-метод. пособие / Г. Д. Алексанянц, В. В. Абушкевич, Д. Б. Тлехас, А. М. Филенко, И. Н. Ананьев, Т. Г. Гричанова. - Краснодар, 2004. - 108 с.

2. Кудряшова Ю. А. Профиль строения тела юношей, занимающихся гандболом / Ю. А. Кудряшова, К. В. Янглева // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар. - 2014. - № 1. - С. 124-125.

3. Кудряшова Ю. А., Маякова О. В., Тлехас Д. Б., Ильенко А. А. Компоненты веса тела квалифицированных спортсменов, специализирующиеся в футболе.

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ С ОТДАЛЕННЫМИ ПОСЛЕДСТВИЯМИ ПЕРИНАТАЛЬНОГО ПОРАЖЕНИЯ ЦНС (АНАЛИЗ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ)

А. Ю. Тарасенко, И. Н. Калинина

Аннотация. Проведен анализ научной литературы, касающейся вопросов физической реабилитации детей с последствиями перинатального поражения ЦНС.

Ключевые слова: отдаленные последствия, перинатальное поражение ЦНС.

Современное научное знание демонстрирует возрастающий интерес к проблемам неврологии детского возраста. Достаточно большое количество исследований посвящено состоянию здоровья детей с перинатальным поражением центральной нервной системы (ППЦНС), которых, по данным разных авторов, встречается на ранних стадиях онтогенеза от 60 до 85 % [3, 5]. В последние годы увеличилось число работ, касающихся изучения отдаленных последствий ППЦНС, таких как астеноневротический синдром. Это связано с тем, что даже при минимальных проявлениях перинатальной патологии у новорожденных в дальнейшем, особенно в критические периоды, отмечается формирование разнообразных синдромов, с длительным хроническим течением [2, 3]. Вследствие этого происходит значительное напряжение компенсаторных механизмов, полисистемные нарушения адаптации и, как следствие, угроза школьной дезадаптации. Основное внимание в лечении детей с ППЦНС в настоящее время отводится медикаментозной коррекции [1]. Между тем приоритетным в реабилитации таких детей и особенно важным является немедикаментозное лечение ввиду физиологических особенностей детского организма [4, 5]. В настоящее время имеется ряд работ, посвященных изучению влияния физических средств реабилитации на организм детей с отдаленными последствиями ППЦН, а также работ, касающихся дифференцированного подхода к реабилитации детей с астеноневротическим синдромом, т. к. именно индивидуальный подход позволяет активизировать процессы саногенеза и нивелировать имеющиеся нарушения.

Таким образом, проблемой исследования является то, что в имеющейся в свободном доступе научно-методической литературе недостаточно освещены вопросы, касающиеся нервно-психического состояния, вегетативной регуляции ритма сердца и двигательного развития детей с отдаленными последствиями ППЦНС в виде астеноневротического синдрома, что не позволяет осуществить

дифференцированный подход к выбору физических средств реабилитации для данной категории детей.

Литература:

1. Аксенова А. М. Методика глубокого массажа новорожденных с перинатальным поражением центральной нервной системы / А. М. Аксенова, Н. И. Аксенова // ЛФК и массаж. – 2003. – № 3. – С. 9-11.
2. Бадалян, Л. О. Детская неврология: науч.-практ. пособие / Л. О. Бадалян. – М. : Медпресс-информ, 2001. – 608 с.
3. Буркова А.-С. Новые подходы к диагностике перинатальных поражений нервной системы у детей первого года жизни и их классификация. / А.-С. Буркова, Н. Н. Володин, Д. Н. Дегтярев // Педиатрия. - 2004. - № 1 . - С. 5-9.
4. Гончарова О. В. Система диагностических и корригирующих технологий у детей с последствиями перинатальных гипоксических поражений ЦНС: автореф. дис. ... д-ра мед. наук / О. В. Гончарова. – Москва, 2008. – 48 с.
5. Тихонов, С. В. Особенности вегетативной регуляции сердечного ритма детей на раннем этапе постнатального онтогенеза / С. В. Тихонов, И. Н. Калинина, А. В. Полуструев // Международный журнал экспериментального образования. - № 11. - 2010. - С. 25-27.

КАФЕДРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ И **ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ**

ПРЕВЕНТИВНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ АДДИКЦИЙ У ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПЕРИОД ЛЕТНЕГО ОТДЫХА

А. В. Задоя, Т. Г. Задорожня, В. С. Матвеев, О. М. Матвеева

*Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма,
Кубанский государственный технологический университет*

Аннотация. В условиях летнего отдыха подростков было предложено средствами физической культуры вести превентивную работу по отвлечению их от аддикции, заключающейся в кибер-зависимости.

Ключевые слова: кибер-игры, аддикции, подростки, зависимое поведение, средства физической культуры и спорта, здоровый образ жизни, здоровье, детский оздоровительный центр.

Педагоги, психологи и медики считают аддиктивное поведение одной из форм девиантного (отклоняющегося) поведения. В результате у индивида формируется склонность к уходу от реального мира. Аддиктивным поведением является химическая аддикция: алкоголизм, наркомания, токсикомания, табакокурение, сейчас уже можно считать и вейпинг. К нехимической аддикции можно отнести компьютерные и азартные игры, работоголизм, любовные и сексуальные аддикции, аддикции к еде (переедание, голодание) и т. д. [1, 2, 3, 5]

Для профилактики аддиктивного (зависимого) поведения у подростков, характеризующегося стремлением к уходу от существующей реальности средствами кибер-игр (компьютерных игр), нами были проведены исследования для выбора превентивных мер в условиях летнего отдыха [4].

Мотивационная сфера подростков, замеченных в компьютерной аддикции, изучалась посредством анонимного анкетирования о здоровом

образе жизни и отдельных ее сторонах, об отношениях к табакокурению, вейпингу, наркомании, азартным играм, подростковой проституции, киберзависимости, алкоголизму, проблеме подросткового суицида. Предлагалось выбрать и назвать для себя приоритетный вид отдыха в условиях детского оздоровительного центра. Нами были опрошены 245 подростков в условиях летнего отдыха в детском оздоровительном центре. По отношению к зависимостям подростки отметили, что приехали отдохнуть и укрепить здоровье – 41 %, об аспектах ЗОЖ и проблемах подростков захотели узнать от 6,6 % до 12 %. Не считают кибер-игры зависимостью – 50 %. Подросткам было предложено средствами активизации двигательной деятельности укрепить свое здоровье, изменить в положительную сторону психическую активность.

Школьникам была показана обратная сторона ценностей киберзависимости, которая может нанести ущерб собственному здоровью и становлению личности, были предложены средствами физической культуры и спорта правильные способы самоутверждения, разумные элементы режима дня и ценности здоровья и его укрепления или сохранения.

После смены у подростков изменилось в лучшую сторону отношение к физической культуре, и школьники поняли специфику зависимостей и их отрицательное влияние на индивидуальное, психическое здоровье, а также на отношение к ним в социуме сверстников и взрослого населения.

Литература:

1. Бабаян Э. А., Гонопольский М. Х. Наркология: учебная лит. для студентов мед. ин-тов. - М. : Медицина, 2007.
2. Гоголева А. В. Аддиктивное поведение и его профилактика. - М., 2002. - 240 с.
3. Иванов В. Н. Девиантное поведение: причины и масштабы // Социально-политический журнал. - 1995. - № 2. - С. 12-16.
4. Матвеев В. С., Матвеева О. М. Развитие мотивации здорового образа жизни и двигательной активности у подростков в условиях летнего отдыха в детском оздоровительном центре: монография / В. С. Матвеев, О. М. Матвеева.

– М.: Изд-во ТРИУМФ, 2014. –186 с.

5. http://www.psycheya.ru/lib/psi_nez/tit.htm - учебное пособие по курсу «Профилактика аддиктивного поведения».

МОНИТОРИНГ ЗНАНИЙ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ РЕГИОНАЛЬНОГО ЭТАПА ОЛИМПИАДЫ ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А. В. Задоя, О. М. Матвеева, В. С. Матвеев

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма,

Кубанский государственный технологический университет

Аннотация. Для подготовки школьников к Олимпиаде по основам безопасности жизнедеятельности рекомендуется проводить очные занятия и выполнять домашние задания по разделам и темам, предусмотренные требованиями к заданиям и программой по данному предмету.

Ключевые слова: обучающиеся, мониторинг знаний, основы безопасности жизнедеятельности, всероссийская Олимпиада школьников, теоретический тур, региональный этап.

В современных условиях человек живет в эпоху научно-технического прогресса и социального развития, создает опасности для себя и общества от продуктов собственной жизнедеятельности, прогресса во всех областях, от потери духовно-нравственных основ человеческого общества. Необходимо предвидеть и предотвращать возможные опасности, а также уметь правильно найти выбор при их возникновении, оказать помощь и взаимопомощь в случае опасности или непредвиденных ситуациях, а также необходимо научиться создавать ресурс безопасности [1, 2].

Школьники могут постигнуть науку о безопасном поведении в системе общего образования – уроки предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»; в системе дополнительного образования в рамках

олимпиадного движения по данному предмету – школьный, муниципальный, региональные и заключительный этапы всероссийской Олимпиады школьников по этому предмету. Олимпиада является одной из форм гармоничного развития обучающихся. Она проводится по 24 предметам школьного обучения в различных возрастных группах [3, 4, 5].

Нами проведен мониторинг знаний школьников по заданиям теоретического тура регионального этапа Олимпиады. Задания были составлены по 6 разделам в соответствии с модулями, разделами и темами предметной области безопасности жизнедеятельности и тестам по всем разделам. Общая оценка составляла 150 балла по теоретическому туру [3, 4]. Для подготовки школьников Министерством образования и науки Краснодарского края (ГБУ ДО КК «Центр развития одаренности») были организованы занятия для школьников 2 раза в месяц и в режиме работы по электронной почте домашние задания в те недели, когда нет очных занятий. Результаты мониторинга включали оценку по олимпиадным заданиям регионального этапа предыдущего года, а также в начале учебного года и по итогам занятий со школьниками перед ответственным региональным этапом, где идет отбор в сборную команду Краснодарского края на заключительный этап. Средняя оценка за предыдущий год – 80 балла, увеличение по итогам года оценки на 10 %, что характеризует естественный прирост знаний обучающихся, а по результатам очных занятий в группах по подготовке к региональному этапу по разработанной нами программе знания возросли на 25 %. Продолжится мониторинг после проведения регионального этапа в текущем году.

Литература:

1. Абаскалова Н. П., Петров С. В. Методика обучения безопасности жизнедеятельности / Н. П. Абаскалова, С. В. Петров – Новосибирск: Издательство АРТА, 2011. - 218 с.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб.-метод. пособие / сост. Л. И. Шершнева, В. В. Сапронов. — М. : Фонд национальной и международной

безопасности, 2001.

3. Требования к проведению регионального этапа Всероссийской олимпиады школьников по основам безопасности жизнедеятельности для организаторов и членов жюри в 2015-2016 учебном году. (Утверждены на заседании центральной предметно-методической комиссии Всероссийской олимпиады школьников по ОБЖ 16. 10. 2015 г.). - Москва, 2015.

4. Требования к проведению регионального этапа Всероссийской олимпиады школьников по основам безопасности жизнедеятельности в 2016/2017 учебном году (для организаторов и членов жюри). Утверждены на заседании центральной предметно-методической комиссии всероссийской олимпиады школьников по ОБЖ 31. 10. 2016 г. – Москва, 2016. – 23 с.

5. [www. rusolymp. ru.](http://www.rusolymp.ru) – официальный сайт Всероссийской олимпиады школьников, в т. ч. по основам безопасности жизнедеятельности.

ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ К ФОРМИРОВАНИЮ У ШКОЛЬНИКОВ РОССИЙСКОЙ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ НА УРОКАХ ОСНОВ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А. В. Задоя, Н. М. Михайлов, О. М. Матвеева

Аннотация. Подготовка студентов к формированию у школьников российской гражданской идентичности должна осуществляться на занятиях дисциплины «Методика обучения и воспитания безопасности жизнедеятельности».

Ключевые слова: студенты, ФГОС общего образования, личностные, предметные, требования Методика обучения и воспитания безопасности жизнедеятельности, курс «Основы безопасности жизнедеятельности».

Принятые ФГОС общего образования – начального, общего и среднего (полного) общего образования, в нашей стране предполагают изучение

обязательных предметных областей. К ним предъявлены требования к результатам освоения школьниками основной образовательной программы (ООП) того уровня образования, которые реализует данная образовательная организация общего образования. Это требования – личностные, метапредметные и предметные. [4,5].

Рассмотрим, каким образом можно обучить студентов направления подготовки «Педагогическое образование», профиль «Безопасность жизнедеятельности» формированию у школьников одного из личностных требований реализации ООП – российскую гражданскую идентичность.

На занятиях дисциплины «Методика обучения и воспитания безопасности жизнедеятельности» необходимо дать разъяснение понятия «Российская гражданская идентичность патриотизма». Рассказать, что это означает воспитание уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, за свою Родину, за прошлое и настоящее многонационального народа России, включает уважение к государственным символам (гербу, флагу, гимну) и т. д. [4, 5]. В процессе занятий, на которых рассматриваются урочные и внеурочные формы работы в школах, студенты при планировании работы школы по ОБЖ, внеучебных занятий в классе должно предусматриваться проведение мероприятий по формированию российской гражданской идентичности [1, 2, 3].

Обучение учащихся физической культуре и основам безопасности жизнедеятельности происходит в основной общей школе, а в средней (полной) общей школе добавляется к этой предметной области экология. Студенты, которые в дальнейшем станут учителями по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», должны научиться и реализовывать образовательные, воспитательные и развивающие задачи на уроках в тех модулях, разделах и темах, которые предусмотрены программой преподаваемого курса «Основы безопасности жизнедеятельности». Студенты в обязательном порядке должны обращать особое внимание формированию российской гражданской идентичности на проводимых ими классном часе, на родительских собраниях, в

процессе подготовки и проведения физкультурно-оздоровительных, военно-патриотических мероприятий, экскурсий, прогулок и походов по местам Боевой Славы.

Литература:

1. Абаскалова Н. П., Петров С. В. Методика обучения безопасности жизнедеятельности: – Н. П. Абаскалова, С. В. Петров. – Новосибирск: Издательство «АРТА», 2011. - 218 с.

2. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб.-метод. пособие / сост. Л. И. Шершнева, В. В. Сапронов. — М.: Фонд национальной и международной безопасности, 2001.

3. Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений / Л. А. Михайлов, Э. М. Киселева, О. Н. Русак [и др.]; под ред. Л. А. Михайлова. - М.: Издательский центр «Академия», 2009.

4. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования: тест с изм. и доп. на 2011 г. / М-во образования и науки Рос. Федерации. - М.: Просвещение, 2011. - 48 с. – (Стандарты второго поколения).

5. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования: тест с изм. и доп. на 2013 г. / М-во образования и науки Рос. Федерации. - М.: Просвещение, 2013. - 33 с. (Стандарты второго поколения).

**ФОРМИРОВАНИЕ КОМПЕТЕНЦИЙ В УСЛОВИЯХ
ПРОХОЖДЕНИЯ УЧЕБНОЙ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ
ПРАКТИКИ СТУДЕНТОВ НАПРАВЛЕНИЯ «ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
ОБРАЗОВАНИЕ», ПРОФИЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (БАКАЛАВРИАТ)»**

А. В. Задоя, О. М. Матвеева, В. С. Матвеев

*Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма,
Кубанский государственный технологический университет, г. Краснодар.*

Аннотация. Дается анализ ОПОП по наличию видов и типов учебной и производственной практики направления «Педагогическое образование», профиль «Безопасность жизнедеятельности», а также средств формирования компетенций и оценка их сформированности в программах.

Ключевые слова: учебная практика, производственная практика, типы и виды практики, общекультурные, общепрофессиональные, профессиональные компетенции.

Принятый ФГОС ВО (2015) направления «Педагогическое образование» (далее Стандарт) предусматривает прохождение учебной и производственной практики для студентов как очной, так и заочной формы обучения [4].

Практика является связующим звеном между дисциплинами теоретической подготовки и практической деятельностью бакалавра педобразования [1, 2, 3].

В ФГБОУ ВО КГУФКСТ реализуется основная профессиональная образовательная программа (ОПОП) профиля «Безопасность жизнедеятельности» данного направления. В соответствующем учебном плане имеется блок 2 «Практики», которому отведено 27 зачетных единиц, 18 недель, что соответствует Стандарту. Компетенции, реализуемые в процессе учебной и производственной практики, распределены по всем ее видам и типам. Виды и типы учебной и производственной практики охватывают все 9 общекультурных компетенций (ОК), 6 общепрофессиональных компетенций (ОПК), а также профессиональные компетенции (ПК) – 7 компетенций в педагогической деятельности, 3 - в проектной деятельности, по 2 компетенции в исследовательской и культурно-просветительской деятельности. В программах всех видов и типов практики имеется содержание всех компетенций, их траектория по дисциплинам и модулям (этапы их формирования в процессе освоения образовательной программы). В программах имеется в наличии

перечень результатов обучения на практике - планируемые результаты освоения компетенций, достижение которых обеспечивает практика, а также существуют показатели и критерии оценивания компетенций в процессе прохождения всех видов и типов учебной и производственной практики.

Литература:

1. Абаскалова Н. П., Петров С. В. Методика обучения безопасности жизнедеятельности: – Н. П. Абаскалова, С. В. Петров – Новосибирск: Издательство «АРТА», 2011. - 218 с.

2. Матвеева Новосибирск

3. Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений / Л. А. Михайлов, Э. М. Киселева, О. Н. Русак [и др.] ; под ред. Л. А. Михайлова. - М.: Издательский центр «Академия», 2009.

4. Консультант Плюс www.consultant.ru Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования. Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Уровень бакалавриат. Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 4 декабря 2015 г. - № 1426 – 19 с.

МОТИВАЦИЯ ШКОЛЬНИКОВ К УЧЕБНОЙ И ТВОРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СФЕРЕ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А. В. Задоя, О. М. Матвеева

Аннотация. Проведено исследование по определению мотивации подготовки школьников старших классов к Олимпиаде по основам безопасности жизнедеятельности.

Ключевые слова: обучающиеся, Всероссийская олимпиада школьников, основы безопасности жизнедеятельности, подготовка, обучение.

В настоящее время Правительство Российской Федерации и Министерство образования РФ уделяет большое внимание развитию творческих способностей школьников, подростков и молодежи. Одаренные школьники и студенты получают гранты и стипендии Президента и Правительства Российской Федерации [1, 2].

Мы сделали попытку провести анализ мотивации школьников, участвующих во Всероссийской олимпиаде школьников по основам безопасности жизнедеятельности, на её муниципальном и региональном этапах. Было проведено анкетирование школьников 10-11 классов, участвовавших в предыдущие годы и в текущем году в региональном этапе на базе ФБГОУ ВО КГУФКСТ. Нами задавались вопросы о мотивации участия школьников в Олимпиаде по основам безопасности жизнедеятельности, о предпочтительных формах обучения для подготовки к Олимпиаде (очные, заочные, дистанционные, онлайн или другие), мотивы участия в Олимпиадном движении, какие образовательные результаты хотят иметь обучающиеся от участия в Олимпиадном движении, в каких еще предметных Олимпиадах участвовали школьники [3, 4, 5].

Школьники (55 %) предпочитают заниматься со своими преподавателями и 48 % респондентов с преподавателями вуза в г. Краснодаре; больше всего хотят дети заниматься на учебно-тренировочных сборах (УТС) в г. Краснодаре. Подростки хотят получить материальное вознаграждение и перейти на следующий этап Олимпиады (63-73 % выборов); хотят углубить свои знания и применить идеи на практике (от 48 до 58 %), получить предпрофессиональную подготовку – выбор составил от 42 до 47 %. Интересно, что до 60 % школьников участвовали в других предметных олимпиадах (больше всего по физической культуре и экологии).

При планировании учебного процесса по подготовке к региональному этапу по предмету ОБЖ полученные результаты исследования будут учитываться Центром развития ребенка и предметной комиссией по данному предмету.

Литература:

1. Абаскалова Н. П., Петров С. В. Методика обучения безопасности жизнедеятельности: – Н. П. Абаскалова, С. В. Петров – Новосибирск Издательство «АРТА», 2011. - 218 с.
2. Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений / Л. А. Михайлов, Э. М. Киселева, О. Н. Русак [и др.] ; под ред. Л. А. Михайлова. - М. : Издательский центр «Академия», 2009.
3. Требования к проведению регионального этапа всероссийской олимпиады школьников по основам безопасности жизнедеятельности для организаторов и членов жюри в 2015-2016 учебном году. (Утверждены на заседании центральной предметно-методической комиссии Всероссийской олимпиады школьников по ОБЖ 16. 10. 2015 г.). - Москва, 2015.
4. Требования к проведению регионального этапа Всероссийской олимпиады школьников по основам безопасности жизнедеятельности в 2016/2017 учебном году (для организаторов и членов жюри). Утверждены на заседании центральной предметно-методической комиссии Всероссийской олимпиады школьников по ОБЖ 31. 10. 2016 г. – Москва, 2016. – 23 с.
5. [www. rusolymp. ru.](http://www.rusolymp.ru) – официальный сайт Всероссийской олимпиады школьников, в т. ч. по основам безопасности жизнедеятельности.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОФИЛАКТИКИ КУРЕНИЯ МОЛОДЕЖЬЮ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ

А. С. Задурнева, А. Г. Ахромова

Аннотация. Проанализирована статистика применения электронных сигарет, оценены их польза и вред для организма человека, разработаны превентивные меры употребления молодежью г. Краснодара электронных сигарет.

Ключевые слова: молодежь, вредные привычки, электронные сигареты,

профилактика курения.

В последние годы набирают популярность электронные заменители обычных сигарет. На основании результатов проведенных исследований ВОЗ не рекомендует потенциальным потребителям использовать электронные сигареты. Сайт правительства США по борьбе с курением также выступает с призывом отказаться от их употребления [1].

Цель – выявить причины зависимости от электронных сигарет, оценить перспективы отказа от этой привычки у молодежи г. Краснодара и дать практические рекомендации по профилактике курения электронных сигарет. В работе были поставлены задачи: изучить статистику применения электронных сигарет, их пользу и вред для организма человека; выявить причины употребления электронных сигарет, степень зависимости от никотина, оценить шанс молодых людей бросить курить.

Нами проведено анкетирование по 5 тестам, касающимся вопросов зависимости от курения [2]: К какой категории курильщиков вы относитесь? Есть ли у вас никотиновая зависимость? (по методике Фагерштрема), Почему вы курите? Велико ли ваше желание бросить курить? Каковы ваши шансы на успех попытки бросить курить? (по методике Ж. Лагрю).

Эксперимент проводился среди молодежи г. Краснодара. В нем принимали участие 60 человек (школьники, студенты, работающая молодежь), все мужского пола. Испытуемые были разделены на 2 группы – курящие обычные сигареты и курящие электронные сигареты.

Исследование позволило выявить причины употребления молодежью электронных сигарет, степень зависимости от никотина, оценить перспективы молодых людей бросить курить.

Нами разработана памятка для курильщиков «Береги себя для жизни!», в которой в доступной форме изложены познавательные факты о вреде курения, проанализированы плюсы и минусы курения электронных сигарет, подобраны интересные фотографии. Памятка была роздана лицам, курящим сигареты.

После ее прочтения молодыми людьми, мы задавали вопросы об их мнении о прочитанном материале. Большинство из них ответили, что изложенные факты о вреде курения заставляют их задуматься: а стоит ли дальше идти по жизни с этой вредной привычкой? Такие ответы чаще давали нам курильщики электронных сигарет. На наш взгляд, это объяснимо, так как результаты нашего исследования показали, что большинство курильщиков электронных сигарет не имеют зависимости от никотина, и привычка курить у них – это только дань этой опасной моде среди молодежи.

Литература:

1. <https://www.usa.gov/>
2. <http://stalcer7722.narod.ru/htmls/part1/glava4.html>

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВЕРТОЛЕТОВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ АВАРИЙНО-СПАСАТЕЛЬНЫХ РАБОТ ПРИ ДОРОЖНО- ТРАНСПОРТНЫХ ПРОИСШЕСТВИЯХ

Р. Л. Кештов, А. Г. Ахромова

Аннотация. Проанализировано участие МЧС России в ликвидации последствий дорожно-транспортных происшествий (ДТП) в 2011-2015 годах, изучены возможности использования вертолетов при проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ (АСДНР) при ДТП.

Ключевые слова: дорожно-транспортные происшествия, аварийно-спасательные работы, вертолеты.

По данным ВОЗ, в мире каждую минуту на дорогах погибает 2 человека. Ежегодно жертвами аварий становятся 1,2 миллиона человек, а еще от 20 до 50 миллионов получают тяжелые увечья [1]. От своевременности оказания первой медицинской помощи пострадавшим напрямую зависит прогноз их жизни и здоровья. В качестве перспективного направления совершенствования работы служб спасения МЧС рассматривается возможность использования

авиационных средств для доставки групп спасателей и эвакуации пострадавших при ДТП [2].

Цель работы – изучить современные средства проведения АСДНР при ДТП. В работе были поставлены следующие задачи: изучить участие аварийно-спасательных подразделений МЧС России в ликвидации последствий ДТП в 2011-2015 годах; изучить организацию и средства ведения АСДНР при ДТП; изучить возможность применения вертолетов в АСДНР при ДТП.

Нами проанализировано применение традиционных и инновационных средств проведения АСДНР при ДТП. Также было организовано анкетирование 36 профессиональных спасателей, представителей ГКУ «Краснодарская краевая аварийно-спасательная служба «Кубань-СПАС». Вопросы анкеты, разработанной нами, касались различных аспектов профессиональной деятельности спасателей, в том числе применения вертолетов для проведения АСДНР при ДТП. На основании результатов исследования мы провели занятие со спасателями на тему «Оказание пострадавшим экстренной медицинской помощи и эвакуация их при помощи авиационной техники (вертолета)». Содержательная часть занятия включала следующие вопросы: оценка обстановки с определением угрозы для собственной жизни, угрозы для пострадавших и окружающих, оценка количества пострадавших; медицинская осмотр пострадавших в ДТП; оказание пострадавшим экстренной медицинской помощи; медицинская эвакуация пострадавших по назначению. В содержание занятия также были включены возможные варианты использования вертолетов при ДТП: для обследования района ДТП, для подъема или извлечения пострадавших из труднодоступных мест, для доставки пострадавших в медицинские учреждения и др. При этом оснащение вертолета медицинским оборудованием для оказания первой медицинской и врачебной помощи позволяет обеспечить успешное проведение первого этапа оперативной эвакуации пострадавших в лечебные учреждения.

Литература:

1. <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2015/road-safety-report/ru/>

2. Справочник спасателя. Книга 11. Аварийно-спасательные работы при ликвидации последствий дорожно-транспортных происшествий. - М. : ВНИИ ГОЧС, 2001. - 244 с.

МОЛОДЕЖНЫЙ ЭКСТРЕМИЗМ КАК ДЕСТРУКТИВНОЕ ЯВЛЕНИЕ В ПОСТИНДУСТРИАЛЬНОМ ОБЩЕСТВЕ

К. Р. Саакова, М. Г. Сидоров

Аннотация. В данной работе рассматриваются предпосылки формирования экстремизма молодежи в постиндустриальном обществе, предлагаются способы профилактики данного явления.

Ключевые слова: экстремизм, молодежь, общество, социум, агрессия, социализация.

В современном постиндустриальном обществе существуют социальные и политические предпосылки для формирования экстремизма. Включая как конструктивный, так и деструктивный потенциал, молодежь, как наиболее подвижная и социально восприимчивая часть общества, оказывается втянутой в экстремистскую деятельность. Для молодежи характерен максимализм, стремление добиваться своих целей вопреки внешним факторам. Не имея жизненного опыта для анализа и правильного критического отношения к поступающей извне информации, люди этого возраста подвержены криминальной социализации при нарушениях восприятия традиционной духовно-ценностной базы и воспитания. Экстремизм и терроризм прослеживаются в обществе, сочетающем новые и традиционные черты культуры. Личные предпосылки экстремизма - рост этнической и национальной неприязни, страх перед отличным образом жизни, агрессия в ответ на попытки изменить собственный жизненный уклад - вызваны изменениями социального статуса, если из-за него возникает разрыв между притязаниями личности и возможностью их удовлетворить. Девиантное поведение молодежи является

формой реагирования человека на раздражители, вызывающие стресс, агрессию, фрустрацию.

Еще одним фактором формирования экстремизма в современном обществе является подмена ценностей. В наше время основной ценностью некоторых социальных групп становится потребление и получение материальных благ любыми способами. Также влияние оказывает состояние для социально-экономического развития региона и страны: чем больше дифференциация уровня доходов в слоях общества, тем больше предпосылок социального конфликта, в ходе которого отдельная личность или социальная группа, устраняя другого индивида или группу, идет к достижению собственных целей.

Другой фактор формирования экстремизма в молодежной среде – слабое внимание государства к вопросам молодежной политики. Необходимо устранить барьер между обществом, государством и молодежью. Урегулирование вопроса молодежного экстремизма требует более глубоких изменений, нежели дополнение существующей нормативно-правовой базы. В данном вопросе необходим комплексный подход в теоретическом постижении и практике противодействия. Существующая ситуация требует глубокого изменения социальных отношений, а деятельность в целом следует направить на повышение социальной компетентности молодежи – правовой и гуманитарной грамотности, гражданской активности.

Литература:

1. Егоров М. И., Маргулян Я. А. Молодежный экстремизм как социальное явление в условиях постиндустриального общества / Егоров М. И., Маргулян Я. А. // Современные проблемы науки и образования. - № 5. – 2012.
2. Омаров Б. М. Экстремизм в молодёжной среде / Б. М. Омаров // Актуальные проблемы противодействия национальному и политическому экстремизму. – Махачкала: Издательство «Лотос», 2008. – Том I. – С. 311–313.

КОНЦЕПЦИЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

И. В. Тихонова, Д. С. Дорошенко

Аннотация. Безопасность образовательного учреждения, прежде всего, - это система мер и мероприятий, которые осуществляются при взаимодействии с органами местного самоуправления, правоохранительными органами, а также с другими общественными организациями.

Ключевые слова: образовательное учреждение, концепция, безопасность, требования, чрезвычайные ситуации.

Концепция – это система принципов и взглядов, которые формируются для устранения какой–либо проблемы.

Одной из особенностей системы безопасности в образовательном учреждении является государственная финансовая поддержка и ответственность, которую несут руководители образовательного учреждения за нарушение законов, правил пожарной безопасности, кодексов и других установленных норм безопасности [3]. Уровень безопасности в образовательных учреждениях снижается при невыполнении требований к обеспечению безопасности, а также при уменьшении объемов инвестирования. Все это провоцирует негативные происшествия, связанные с криминальной обстановкой, включая пожары, террористические атаки, отравления, наркоманию. Эти неблагоприятные тенденции указывают на необходимость совершенствования подготовленности работников образовательного учреждения, всей системы безопасности, что способствует укреплению защиты интересов работников, а также обучающихся, усилению гарантий охраны здоровья, жизни [1].

Опыт стран, в которых хорошо развиты экономические отношения рыночного типа, доказывает, что решение таких задач требует сочетания государственного регулирования и финансовых расходов с возложением

ответственности на органы власти.

Для построения эффективной концепции безопасности в образовательном учреждении нужно непрерывно проводить мониторинг на основании которого прогнозировать вероятные опасности и, следовательно, определять необходимые параметры элементов для формирования действенной системы безопасности [2].

Литература:

1. Бобок С. А., Юртушкин В. И. Чрезвычайные ситуации: защита населения и территорий: учебное пособие для вузов по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности». - М. : ГНОМ и Д, 2000.

2. Мазурин, Е. П. Гражданская оборона: учеб. пособие, 2011. – 263 с.

3. Петров С. В. Обеспечение безопасности образовательного учреждения: практическое пособие для руководителей и работников образовательных учреждений / С. В. Петров. – М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2006. – 248 с.

ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ В СОЦИАЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

И. В. Тихонова, Н. М. Михайлов

Аннотация. В наше время деятельность социальных институтов должна дополнять воспитательный процесс. Заместители директоров школ по воспитательной работе, классные руководители должны помогать квалифицированным педагогам решать воспитательные задачи, добиваясь, чтобы каждый выполнял те задачи военно-патриотического воспитания, которые соотносятся с профилем деятельности и имеющимися возможностями.

Ключевые слова: воспитание, принцип, безопасность, требования, общество, учащиеся.

Военно-патриотическое воспитание школьников проводится с учетом общих педагогических принципов и методов. Центр концентрации

квалифицированных педагогов - общеобразовательная школа, на втором месте — образовательные учреждения дополнительного образования [2].

По мнению Е. В. Макаровой и А. В. Хлебникова (2005), «... создаются своеобразные условия, имеются значительные резервы и открываются новые направления для совершенствования военно-патриотического воспитания учащихся. Например, преподаватель основ безопасности жизнедеятельности может широко использовать эти условия и резервы для закрепления и развития начальных военных знаний у школьников, вести лекционную пропаганду педагогических основ военно-патриотического воспитания, раскрывать содержание и методы, круг задач военно-патриотического воспитания для различного контингента слушателей, выступать активным консультантом и организатором педагогически правильного процесса военно-патриотического воспитания» [1].

Преподаватель-организатор по основам безопасности жизнедеятельности занимает важное место в процессе военно-патриотического воспитания у школьников. Он должен проявлять инициативу в деятельности общеобразовательной школы по повышению педагогической культуры у учителей и родителей, а также должен выступать с лекциями, докладами, которые содержат информацию о формах военно-патриотического воспитания у обучающихся всех возрастных групп [3].

Подростковое сообщество не может существовать как пространство воспитания без активности его других членов.

Литература:

1. Макарова Е. В., Хлебников А. В. Особенности организации военно-патриотического воспитания на уроках ОБЖ // Материалы межрегиональной научно-практической конференции, посвященной 60-летию Победы в ВОВ. - Ставрополь, 2005. - С. 75-76.
2. Настольная книга учителя основ безопасности жизнедеятельности / сост. Б. И. Мишин. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 285 с.
3. Программно-методические материалы: Основы безопасности

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОНЯТИЯ «НАДЕЖНОСТЬ» В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ

И. В. Тихонова, Е. А. Розевика

Аннотация. В данной работе рассматривается определение понятия «надежность» как интеграционное свойство личности спортсмена, которое может позволить устойчиво и эффективно участвовать в соревнованиях на протяжении конкретного времени.

Ключевые слова: спортивная борьба, соревновательная надежность, технические приемы, физическая подготовленность.

Под надежностью технических приемов борцов В. Г. Пашинцев (2001) предлагает понимать « ... интегрированный результат совершенствования его навыков и способностей, гарантирующий высокую эффективность действий при наличии возникающих внешних и внутренних помех («помехоустойчивость»)).».

« ... Соревновательная надежность борца - это качество, позволяющее ему одерживать победы в поединках с соперниками равного ему или более высокого ранга в соревнованиях в течение определенного времени» - считает Р. А. Пилюян (1985).

Под соревновательной надежностью В. Э. Цандыков (1993) подразумевает «полноценную соревновательную деятельность, целесообразную по результативности процессе тренировочной деятельности».

Надежность соревновательной деятельности борца необходимо оценивать как высокую вероятность реализации приемов в соревновании, благодаря адекватному проявлению функциональной и специальной физической подготовленности к конкретным соревнованиям.

Надежность в спортивной борьбе, по определению Я. К. Коблева и др.

(2006), это « ... вероятность полноценной работы в заданных условиях, численный статистический показатель качества деятельности борца. Этот показатель есть отношение количества полученных оценок ко всем вариантам атак».

В соревновательной деятельности борца надежность защиты складывается из коэффициентов, которые рассчитываются согласно различным формулам, но названия этих коэффициентов не имеют общей терминологии.

А. Е. Миллер (1998) предлагает следующую трактовку: « ... коэффициент эффективности защиты как отношение разности оцененных атак противника и неоцененных к числу неоцененных атак противников в процессе соревнований».

Соревновательная надежность борца зависит от совершенствования его технико-тактической подготовки, от его устойчивости к сбивающим факторам, защиты противника и от вероятности осуществления атакующих приемов в стрессовых ситуациях.

Литература:

1. Миллер А. Е. Анализ планов подготовки и тренировочных занятий по планированию средств совершенствования техники и тактики защитных действий в борьбе дзюдо // Сборник научных трудов кафедры борьбы. - Челябинск, 1998. - Вып. I. - С. 47.

2. Цандыков В. Э. Структура тренировочных заданий высококвалифицированных борцов на этапах непосредственной подготовки к соревнованиям. М.: автореф. дис. ... канд. пед. наук. - М., 1993. - 24 с.

КАФЕДРА БИОХИМИИ, БИОМЕХАНИКИ И ЕСТЕСТВЕННО- НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН

ОПТИМИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕДПРИЯТИЯ НА ОСНОВЕ МАТЕМАТИЧЕСКИХ МЕТОДОВ И МОДЕЛЕЙ

Ю. Д. Ариничева, Е. Г. Костенко, И. В. Леонова

Аннотация. В данной работе акцентируется внимание на использовании математических методов и моделей на предприятии, а также рассмотрены развивающие функции учебно-исследовательской деятельности студентов, формирующие компетенции, необходимые для использования новых математико-информационных технологий.

Ключевые слова: математические методы, компетенции, математико-информационные технологии, учебно-исследовательская деятельность, оптимизация.

Использование экономико-математических методов на предприятии способствует решению ряда практических задач, которые повышают точность экономических расчетов, многократно ускоряют и уменьшают трудоемкость однообразных, типовых расчетов, проводят многовариантные экономические обоснования сложных проектов. Появляется возможность проведения углубленного количественного анализа экономических проблем, решаются многомерные аналитические задачи.

В результате использования математических методов достигается более полное изучение влияния отдельных факторов на обобщающие экономические показатели деятельности предприятия.

Принятие оптимальных, отвечающих поставленным задачам управленческих решений не может основываться только на интуиции, здравом смысле и личных убеждениях руководителя. Для получения желаемого результата с наименьшими затратами необходимы современные математические методы и компьютерные технологии обработки и анализа

информации. В связи с этим большое значение имеют содержание и модели обучения в вузе.

«Качество образования зависит от многих составляющих, в том числе и от образовательных моделей, используемых в процессе профессиональной подготовки» [2]. «На современном этапе развития высшего профессионального образования учебно-исследовательская деятельность студентов обретает не свойственный ей ранее статус, который аккумулирует и опыт студентов в развитии познавательных интересов, и опыт применения ими методов познания...» [1]. Компетентностная модель предполагает получение знаний в области математического моделирования, а также формирует необходимые компетенции для принятия эффективных управленческих решений на основе результатов расчетов на ЭВМ [1, 2].

В целом модели и теории, которые формулируются и решаются с помощью математических методов, представляют собой неотъемлемую составляющую оптимальной деятельности современного предприятия.

Литература:

1. Костенко Е. Г. Компетентностная модель подготовки специалистов в вузе: ресурсы учебно-исследовательской деятельности студентов // молодой ученый. – 2016. - № 2 (106). - С. 807-810.
2. Мирзоева Е. В., Леонова И. В. Использование современных компьютерных технологий в преподавании математических дисциплин при подготовке магистров физической культуры // Молодой ученый. – 2016. - № 1 (105). - С. 735-739.

ВЛИЯНИЕ НОВЫХ ГЕОПОЛИТИЧЕСКИХ И ЭКОНОМИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В РОССИИ

К. А. Васильченко, И. В. Леонова, Е. Г. Костенко

Аннотация. В данной работе акцентируется внимание на развитии туризма, создании необходимых для этого условий, использовании

математических методов для анализа ситуации в указанном секторе экономики.

Ключевые слова: санкционная политика, внутренний и въездной туризм, математические методы.

Санкционная политика западных стран и США оказали негативное влияние на развитие российской экономики, в том числе в секторе туристической индустрии. Уменьшилось количество туристов как въезжающих в Россию, так и выезжающих из нее. Снизилось число совместных инвестиционных проектов в этом секторе российской экономики.

Существующие в туристической индустрии объективные и субъективные недостатки мешали развитию въездного и внутреннего туризма как важной составляющей данного сектора экономики. Отсутствие четкой политики государства в данном направлении и нестабильность внутри страны, несоответствие международным стандартам дорожно-транспортной инфраструктуры, гостиничных, ресторанных, оздоровительных услуг формировали негативный имидж страны, что снижало число туристов как во въездном, так и во внутреннем туризме.

Новый период в этом секторе экономики начался с 2002 года с принятия «Концепции развития туризма в Российской Федерации на период до 2005 года», на основе которой осуществляется развитие туризма в Российской Федерации.

Таким образом, анализ состояния туристической индустрии показывает, что приоритетное направление развития туристического сектора заключается в создании благоприятных условий для функционирования въездного и внутреннего туризма.

Литература:

1. <http://ratanews.ru/statistics/>

2. Костенко Е. Г., Леонова И. В. Способы реализации индивидуальной познавательной деятельности физкультурного вуза // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и

АДЕКВАТНОЕ ПИТАНИЕ – ОСНОВА ЗДОРОВЬЯ СПОРТСМЕНА

А. В. Волкова, Н. К. Артемьева

Аннотация. В работе рассматривается значение питания в жизни спортсмена, влияние рациона питания на спортивную деятельность и на тренировочный процесс в целом. Раскрывается важнейшая роль питания в сохранении и укреплении здоровья.

Ключевые слова: здоровье, рацион питания спортсменов, энергетический баланс, обмен веществ, вес тела.

Питание – важнейшая составляющая спортивной деятельности и сохранения здоровья спортсмена. Биохимические процессы формируются в организме спортсмена на фоне множества факторов: антропометрических и возрастных особенностей, режима и рациона питания, вида спорта, объема нагрузок, уровня тренированности, состояния здоровья и климатических условий.

Основные принципы питания спортсменов:

- поддержание энергетического баланса – соответствия суточных энергетических затрат организма и энергетической ценности базового рациона, что необходимо для активной спортивной деятельности, достижения результатов и оптимального функционального состояния организма;
- поступление в организм пищевых веществ в сбалансированной пропорции белков, жиров, углеводов, которая для спортсменов составляет 1:1:5, причём это соотношение может меняться в зависимости от тренировочного цикла или поставленной тренером задачи (восстановление организма, корректировка веса и др.);
- индивидуальная разработка рациона и режима питания с учетом вышеперечисленных факторов, что способствует своевременной выработке

пищеварительного сока и лучшему усвоению пищи. Для спортсмена в зависимости от количества и продолжительности тренировок режим питания может меняться от 4-х до 6-ти раз;

- создание оптимальных условий для усвоения пищи в первой и второй половине дня с учетом количества тренировок, их энергетической направленности, времени года. Разнообразие блюд обеспечивается рационом, включающим все 6 групп продуктов разной химической направленности.

Правильное питание обеспечивает адаптацию организма к интенсивным физическим и психологическим нагрузкам, позволяет достигать наивысших результатов в спортивной деятельности, ускоряет процессы восстановления в организме, позволяет корректировать массу тела, предупреждает состояние переутомления и некоторые нежелательные биохимические процессы в организме. При разработке рационов питания учитывается содержание в них не только обычных продуктов, но и биологически активных добавок которые позволяют восполнить дефицит отдельных нутриентов в организме спортсмена.

Литература:

1. Артемьева Н. К. Новые подходы к решению проблемы рационализации питания в условиях напряженной мышечной деятельности // автореф. дис. ... д-ра биол. наук., 1997. – 48 с.
2. Михайлов С. С. Спортивная биохимия: 2004. – 222 с.
3. Волков Н. И., Олейников В. И. Эргогенные эффекты спортивного питания. – М., 2012. - 100 с.

АНТРОПОГЕННЫЕ ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

С. А. Исмаилов, Л. М. Алдарова

Аннотация. В работе рассмотрены и проанализированы различные стороны влияния человека на состояние природы и, выявлены наиболее актуальные вопросы, волнующие современных студентов, проведены

определенные линии сравнения и сделаны соответствующие заключения, истина которых побуждает к серьезным размышлениям о настоящем и будущем каждого живущего на Земле.

Ключевые слова: человек, природа, экология, атмосфера, загрязнение, воздух.

Жизнедеятельность человека отличается разнообразием и многогранностью, однако ни один процесс в ней не протекает чрезвычайно важной функции организма - дыхания. Для выполнения подобного действия необходим атмосферный воздух. Его невозможно увидеть, его нельзя пощупать, но жить без него человек не может.

Развитие человеческой цивилизации влечет за собой рост числа автомобилей, промышленных отходов и выбросов токсичных газов, что оставляет кровоточащие раны на теле природы ежедневно.

В тесной связи с изложенным, в стенах университета было проведено исследование студентов 1 курса факультета спорта и физической культуры. Основной задачей проведенной работы явилось изучение мнения студентов, занимающихся разными видами спорта, и последующее формирование на основе полученных данных целостного представления о том, чем обеспокоена прогрессивная часть нынешней молодежи.

В результате проведенного исследования были выявлено следующее: студенты нашего университета интересуются вопросами окружающей среды и осознают преобладание в современном мире потребительского отношения человека к природе. После проведения анализа полученных данных удалось установить, что собирательный образ студента обеспокоен выбросом промышленных отходов и токсичных веществ в атмосферу и водоемы, предпочитает во время каникул отправляться в походы в лес, пропагандирует бережное отношение к природе в целом и к представителям флоры и фауны, одобряет рациональный процесс внесения удобрений в продукцию сельского хозяйства, старается следить за собственным рационом питания, прокикует

проведение разгрузочных дней, не имеет пагубной привычки курить, склонен контролировать себя в области экономии энергии и во времени пользования мобильным телефоном, поддерживает снижение добычи полезных ископаемых и активное использование мусороперерабатывающих заводов, предлагает задуматься об альтернативных источниках получения энергии и развивать технологии «безотходного производства». Важно не забывать, что фундамент будущих поколений человеческой цивилизации закладывается сегодня, и всегда помнить, что все в нашей жизни и природе взаимосвязано.

Литература:

1. Манилова О. Ю., Алдарова Л. М. Выявление ксенобиотиков методом биоиндикации // Материалы научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. - № 2. - С. 108-109.

2. Щеглов С. Н. Естественнонаучные основы физической культуры и спорта: учеб. пособие для бакалавров. - Ч. 1: Биология с основами экологии / С. Н. Щеглов, Л. М. Алдарова. - Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 184 с.

3. Манилова О. Ю., Белина Н. Н., Алдарова Л. М. Особенности использования лишеноиндикации при выявлении ксенобиотиков // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. - 2015. - № 3. - С. 154-156.

ФОРМИРОВАНИЕ ОРИЕНТАЦИОННО-ЦЕННОСТНОГО КОМПОНЕНТА ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО СТИЛЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Е. Г. Костенко, А. П. Костенко

Аннотация. В работе указаны условия формирования ориентационно-ценностного компонента индивидуального познавательного стиля студентов в учебно-исследовательской деятельности.

Ключевые слова: индивидуальный познавательный стиль,

ориентационно-ценностный компонент, учебно-исследовательская деятельность.

Современная система высшего образования, в том числе и физкультурных вузов полностью переходит на компетентностную модель подготовки специалистов. При этом необходимо в содержание образования ввести такие элементы, которые отражали бы индивидуальные механизмы получения знаний и способность студентов наращивать самостоятельно познавательный опыт.

«Структура индивидуального познавательного стиля студента может быть представлена тремя компонентами: информационно-поисковым, рефлексивно-коммуникационным и ориентационно-ценностным» [2].

Интеллектуальное воспитание студентов университета физической культуры является одним из аспектов в формировании ориентационно-ценностного компонента. Волевое усилие - критерий данного воспитания в учебной и исследовательской деятельности. На занятиях по дисциплинам «Основы математической обработки измерений в физической культуре», «Информатика», «Биомеханика двигательной деятельности», «Информационные технологии в спорте» и т. д. преподаватели должны быть сами убеждены в возможности развития волевых процессов умственной деятельности студентов. «В силу того что наибольший объем умственных затрат студентов приходится на учебно-исследовательскую деятельность, мы можем рассматривать ее и как условие, и как средство формирования индивидуального познавательного стиля» [1].

Характер учебно-исследовательской деятельности говорит о том, что в ходе ее осуществления студент выявляет методы, оптимальные приемы и средства, а также содержание и цели деятельности. Студент физкультурного вуза всегда может обратиться к преподавателю для получения дополнительной информации, консультации и дополнительного дидактического материала для организации своей исследовательской деятельности.

При формировании ориентационно-ценностного компонента индивидуального познавательного стиля студентов физкультурных вузов необходимо создать условия для интеллектуального воспитания студентов, «целью которого должно стать культивирование волевых актов познания и престижа интеллектуального труда в среде образования» [2].

Литература:

1. Костенко Е. Г., Костенко А. П. Учебно-исследовательская деятельность студентов как средство формирования индивидуального познавательного стиля // Педагогические науки. – 2016. - № 1 (76). - С. 43-46.

2. Костенко Е. Г. Формирование индивидуального познавательного стиля студентов в процессе учебно-исследовательской деятельности: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Костромской государственный университет имени Н. А. Некрасова – Кострома, 2015. - 178 с.

КОРРЕКЦИЯ ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ЭКЗАМЕНАЦИОННОЙ СЕССИИ

Е. А. Кутасевич, Н. К. Артемьева

Аннотация. Экзаменационная сессия ставит перед студентом серьёзную задачу. Среди негативных факторов выделяют стремительно увеличивающийся поток информации, несоблюдение режима труда и отдыха, неадекватное питание. Для лучшего освоения материала требуется корректировать режим питания и пищевые привычки студентов.

Ключевые слова: здоровое питание, экзаменационная сессия, студенты, образ жизни, умственная работоспособность.

Экзаменационная сессия приходится на период снижения работоспособности, а также значительного снижения двигательной активности вследствие отсутствия необходимости ежедневно посещать университет. Недостаточность ночного сна негативно сказывается на метаболизме головного

мозга, а следовательно, на составляющих умственного процесса: мышлении, памяти, внимании. Опираясь на статистику, можно отметить, что 77 % студентов не считают свой рацион полноценным, 25-45 % студентов пропускают завтрак, 16,3-33,9 % обычно принимают пищу не более двух раз в день [1]. Подавляющее большинство студентов испытывают недостаток в рационе белков, растительной и молочной пищи. Из приведенного выше можно заключить, что для успешного освоения учебной программы необходимо корректировать образ жизни студентов, при этом особое внимание уделять полноценному сну не менее восьми часов в день, так как это один из самых значимых компонентов образа жизни. В этом могут помочь различные методики по тайм-менеджменту. Даже небольшие аэробные нагрузки повышают парциальное давление кислорода и кровоснабжение головного мозга, что проявляется в увеличении работоспособности в среднем на 12 % [2]. Также необходимо увеличивать потребление воды до 2-2,5 литра в сутки, в том числе за счет фруктов и овощей, супов, при этом ограничив прием тонизирующих напитков. Питание студента должно быть комплексным, в четыре приема, удовлетворять энергетической и пищевой ценности, содержать достаточное количество витаминов и микроэлементов. Необходимо увеличить долю фруктов и овощей, орехов и ягод, шоколада, так как доказано их положительное влияние на умственные процессы. Большое значение имеют молочные и мясные продукты как источник животных белков. Помимо этого, незаменимы растительные жиры.

Подводя итоги, можно сделать вывод, что все компоненты образа жизни строго коррелируют с умственной работоспособностью, и это обстоятельство необходимо учитывать для повышения эффективности подготовки во время сессии.

Литература:

1. Кижапкина А. И. Здоровый образ жизни: питание и умственная работоспособность студентов // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. ст. по мат. XIV междунар. студ. науч. - практ. конф. -

2. Артемьева Н. К. Новые подходы к решению проблемы рационализации питания в условиях напряженной мышечной деятельности: автореф. дис. ... д - ра. биол. наук.: 1997. – 48 с.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ

Я. С. Минасян, Е. П. Яхина

Аннотация. Дается определение информационных технологий, приводятся примеры использования информационных технологий в области физической культуры и спорта, их краткие характеристики.

Ключевые слова: информационные технологии, направления использования информационных технологий, комплекс Hawk-Eye.

В наши дни происходят крупномасштабные изменения во многих областях человеческой жизни. Важную роль в этих процессах играют быстрое развитие научно-технического прогресса и глобальная информатизация мирового сообщества.

Для ориентации в информационных потоках современный специалист должен уметь использовать информацию с помощью компьютеров и других средств информационных технологий, что в полной мере относится и к области физической культуры и спорта. Информационные технологии (ИТ) – это совокупность методов и способов, позволяющих управлять информацией с помощью средств вычислительной техники. Можно выделить следующие основные направления их использования в спорте:

- в качестве средства обучения, делающего обучение более эффективным;
- в качестве средства информационно-методического обеспечения и управления в учебных заведениях, спортивных организациях и т. п.;
- в качестве средства компьютерного тестирования физического,

умственного, функционального и психологического состояния занимающегося;

- в качестве средства автоматизации процессов обработки результатов соревнований;
- в качестве средства организации досуга;
- в рекламной, издательской и предпринимательской деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Примеров использования ИТ в спорте множество, приведем некоторые из них.

Возьмем такой вид спорта как футбол. Во время трансляции матча помимо прочей информации комментатор передает информацию о том, сколько километров пробежал футболист. А чтобы это узнать, существует две технологии. Первый способ — это чипы в кроссовках. С их помощью можно узнать расстояние, темп ходьбы, количество шагов и количество потраченных калорий. Второй способ связан с камерами, которые захватывают всё поле и фиксируют движение. С помощью особого софта данные с этих камер собираются и анализируются, а затем анализируется результат.

Другим примером использования ИТ-технологий в спорте является комплекс Hawk-Eye, который наиболее успешно используется в теннисе и крикете. Комплекс может отследить попадание мяча в поле, и по результатам намеренно смоделированной картинки судья в спорной ситуации может установить попал ли мяч в аут, или он задел игровое поле. Примечательно, что сама технология распознавания мяча содержится в секрете.

Прогресс не стоит на месте, и с каждым днем появляются разнообразные новшества. Нововведения призваны улучшить результаты спортсменов, создать удобства для судей, зрителей и, конечно, для самих тренирующихся.

Литература:

1. Иванова Л. А., Савельева О. В. Анализ информационных технологий в области физической культуры и спорта // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № 8 (август). – С. 81–85. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/15273.htm>.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В РЕСПУБЛИКЕ ДАГЕСТАН

Д. Ш. Мисриева, И. Г. Павельев

Аннотация. В работе рассматриваются основные проблемы и перспективы развития туризма в Республике Дагестан.

Ключевые слова: туристские ресурсы, туристский потенциал, инфраструктура.

Республика Дагестан обладает уникальными ресурсами для развития туризма. Песчаные пляжи Каспийского побережья, лечебно-оздоровительные комплексы, горнолыжные курорты, минеральные источники и грязелечебницы - все это создает условия для полноценного отдыха и восстановления здоровья. Туристов также привлекают благоприятные природно-климатические условия и вызывают интерес древние памятники истории [1].

Туристский потенциал республики огромен, однако, вместе с богатыми ресурсами, существует ряд проблем, которые препятствуют развитию туризма.

Главным препятствием является беспокойная обстановка во всем Северокавказском регионе и распространение терроризма на территории Дагестана. В целом, обстановка в республике стабильная, но близость к «горячей точке» в лице Чеченской Республики может пагубно влиять на спрос на туры в Дагестан.

Также немаловажную роль играет слаборазвитая инфраструктура республики и труднодоступность ключевых туристических направлений, поскольку многие курорты и комплексы были построены еще в советское время и не соответствуют современным требованиям.

Еще одним препятствием является небольшой интерес со стороны инвесторов из других регионов и государств. Отсутствие инвестиционных средств внутри республики не позволяет реализовывать должным образом лечебно-оздоровительный потенциал республики.

Как подсказывает опыт других государств, туризм может иметь огромное

значение для государства, в частности и для Дагестана, поэтому развитие туристской отрасли в республике идет быстрыми темпами. Отношение региональных властей к туризму изменилось.

Вышеперечисленные проблемы не остаются без внимания правительства региона. В Дагестане предпринимаются меры, способствующие привлечению большого потока туристов: рациональное использование имеющихся туристских ресурсов и создание условий для возрождения туризма на современном уровне.

Литература:

1. Дурович А. П. Организация туризма: учебное пособие / А. П. Дурович. – СПб. : Питер, 2015. – 320 с.
2. Кусков А.-С. Туроперейтинг: учебник / А. Г. Кусков, В. Л. Голубева. – М. : Инфра-М, 2014. – 400 с.

ВИТАМИНИЗАЦИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

С. А. Михеева, Н. К. Артемьева

Аннотация. Современный образ жизни детей 4-7 лет очень активен. Однако у многих детей нарушен рацион питания, в связи с этим, возникает авитаминоз. Необходимо насыщать рацион детей традиционными продуктами, содержащими важные витамины.

Ключевые слова: витамины, рацион питания, дети, работоспособность, здоровье.

Растущий организм нуждается в регулярном поступлении витаминов, играющих важную роль в поддержания жизненных функций и полноценном развитии организма ребёнка. В современном мире выпускается множество витаминных комплексов для детей. Но нужны ли они в столь юном возрасте?

Согласно данным НИИ питания РАМН, около 90 % детского населения России испытывает недостаток в тех или иных витаминах, не является

исключением и Краснодарский край. Основной причиной витаминного дефицита является неправильное питание, что снижает устойчивость детского организма к инфекциям, замедляет умственную и физическую работоспособность. Наиболее распространёнными признаками нехватки витаминов у детей являются плохой аппетит, быстрая утомляемость и частые болезни.

Дети в возрасте от 4 до 7 лет находятся в стадии интенсивного развития и роста. На этом этапе происходит правильное формирование костной системы. Также этот период является подготовительным периодом к школе, соответственно, требуются предельное внимание и повышенная физическая и умственная активность. В данном возрасте детям особенно необходимы такие витамины, как А, С, Е и К, суточная потребность которых составляет: А - 500 мкг, Е - 7 мг, К - 20 мкг, С - 45 мг.

Ретинол (А) необходим для остроты зрения, профилактики стоматита и заболеваний верхних дыхательных путей. Витамин А участвует в синтезе белков и способствует нормальному обмену веществ. Содержится в рыбьем жире, сливочном масле, яичных желтках, печени, цельном молоке, яблоках и персиках.

Токоферол (Е) служит для предупреждения дефицита массы тела, для улучшения циркуляции крови, необходим для регенерации тканей. Источниками являются: арахис, миндаль, семечки подсолнечника, подсолнечное, оливковое, кукурузное масло и свежие яблоки.

Филлохинон (К) нужен для профилактики нарушения свёртываемости крови. Играет важную роль в формировании и восстановлении костей. Содержится в пшенице, плодах шиповника, сое и в зелёных томатах.

Аскорбиновая кислота (С) - мощный антиоксидант, необходима для повышения иммунитета к инфекционным заболеваниям. Витамин С улучшает дыхательную функцию, повышает способность организма усваивать кальций и железо, выводит токсичные медь и ртуть, уменьшает эффект воздействия различных аллергенов. В основном содержится в продуктах растительного

происхождения (зелень, кабачки, ягоды шиповника, цитрусовые, морковь, огурцы, шпинат, редис).

Таким образом, детям от 4 до 7 лет необходимо получать витамины в правильной дозировке и обязательно нужно учитывать традиционное питание, поскольку оно существенно различается, в том числе и по витаминному статусу.

Литература:

1. Артемьева Н. К. Индивидуальный подход к оценке пищевого статуса детей в условиях гипо- и гипердинамии // Физическая культура, спорт – наука и практика. – Краснодар. - № 1-4. - 2004. - С. 43-45.

2. Лавриченко С. П. Физиологическое обоснование рационализации питания детей 4-12 лет на региональном уровне: автореф. дис. ... канд. биол. наук. – Краснодар, 2002. - 24 с.

3. <http://xcook.info/vitaminy>

ВОЗМОЖНОСТИ СПОРТСМЕНОВ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА В ПАРАЛИМПИЙСКОМ СПОРТЕ

И. Г. Павельев

Аннотация. В паралимпийских видах спорта достигаемый результат зависит от техники выполнения тех или иных соревновательных упражнений. Но не всегда используются все доступные методики оценки как полученного, так и прогнозируемого результата.

Ключевые слова: опорно-двигательный аппарат, паралимпийский спорт, соревновательное упражнение.

В паралимпийском спорте высоких достижений в различных дисциплинах особенности выполнения различных элементов техники могут существенно варьироваться. Поэтому представляется важным в дополнение к существующим методам оценки иметь параметры, на основании которых

можно объективно оценить возможности спортсменов в том или ином виде спорта.

Для оценки возможностей спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата в силовых видах спорта были использованы методы оценки биомеханических и электромиографических показателей [1].

По ходу проведения комплекса исследовательских мероприятий спортсменам поочередно предлагалось выполнить ряд соревновательных упражнений, присущих тому виду спорта, которым они занимались. Регистрация выполнения упражнений производилась путем видеоанализа с использованием маркерной видеосъемки [2], а также сбора и анализа данных миограмм. Маркеры для видеоанализа были установлены на используемый снаряд, это делалось для оценки и расчета координат, скорости и ускорений. Датчики миографа были прикреплены к мышцам, активность которых позволяла судить о возможностях скелетно-мышечной системы спортсмена.

Сопоставление полученных данных с результативностью занимающихся с учетом специфики спортивных дисциплин позволило установить потенциал паралимпийцев и их возможности достижения весомых результатов и получения высоких наград на соревнованиях высокого уровня [3].

Литература:

1. Метод комплексного анализа соревновательного упражнения «жим лежа» у спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата / А. Б. Трембач [и др.] // Теория и практика физической культуры. - 2016. - № 2. - С. 72-74.

2. Кинематические характеристики техники реализации стартового усилия в бобслее / А. Г. Заболотный, И. Г. Павельев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2013. – № 2. – С. 7-10.

3. Здоровьесберегающее образование: современные факторы развития / под ред. Н. И. Дворкиной, О. Г. Лызаря. - Самара : ООО «Офорт», 2016. - 205 с.

ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОК ПРИ ЗАНЯТИЯХ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ

А. А. Попова, Н. К. Артемьева

Аннотация. Эстетическая гимнастика – художественный вид спорта, основанный на естественных движениях, большая часть которых имеет лактатную направленность. Чтобы исполнение упражнений было совершенным, необходимы многочасовые ежедневные интенсивные тренировки, требующие поддержания энергетического баланса и сбалансированного питания.

Ключевые слова: эстетическая гимнастика, сбалансированное питание, энергетические источники, обмен веществ, вес тела.

Для обеспечения организма гимнастки адекватными источниками энергии необходимо соблюдение правильного режима дня и рациона питания. Важнейшими энергетическими источниками являются креатинфосфат, углеводы (глюкоза, гликоген печени и мышц), а при упражнениях на формирование силовой выносливости – аминокислоты и жирные кислоты.

Если поступление продуктов питания в организм избыточно, то усиливаются процессы ассимиляции, преобладает анаболизм и накапливаются резервные липиды, что для гимнасток, которые вынуждены строго следить за своим весом, недопустимо. Однако недостаточное и неполноценное, с точки зрения химического состава, питание может привести к снижению общей интенсивности обмена веществ в организме и развитию процессов диссимиляции, что недопустимо для растущего организма гимнасток, энергетические затраты которых составляют от 4000 до 6000 ккал в сутки. Первоочередная задача – это поддержка стабильного веса тела с пониженным уровнем содержания резервного жира, повышение объема мускулатуры при одновременном сохранении гибкости и функциональных возможностей мышц и скелета.

Рацион питания должен быть сбалансирован по составляющим его питательным веществам на фоне пониженного количества липидов, при этом соотношение белков, жиров и углеводов составляет: 1:0,7–0,8:4. Полипептиды обеспечивают около 15 % суточного энергопотребления, триглицериды – 25 %, сахараиды – 60 %. Ведущей особенностью питания гимнасток является небольшой объем пищи с соблюдением принципа сбалансированности основных и биологически активных пищевых веществ. Объем потребляемой пищи больше нормы доставляет затруднения спортсмену при выполнении упражнений. Режим потребления пищи и расписание тренировок должны соответствовать рекомендациям ведущих врачей-нутрициологов. При этом важны продукты с высокой калорийностью, малые по объему, быстро усваиваемые и утилизируемые организмом. Благодаря правильно выстроенному рациону можно повышать спортивные достижения и регулировать скорость и качество процессов восстановления, что актуально при напряженных тренировках и в паузах между соревнованиями.

Литература:

1. Артемьева Н. К. Новые подходы к решению проблемы рационализации питания в условиях напряженной мышечной деятельности: автореф. дис. ... д-ра биол. Наук, 1997. – 48 с.
2. Михайлов С.-С. Спортивная биохимия: - М., 2004 – 222с.
3. Артемьева Н. К. Принципы организации функционального питания в условиях напряжённой мышечной деятельности / Социально-гигиенич. мониторинг здоровья населения // Мат. 3-й науч. - практ. конф. – Рязань, 2001.

ВЛИЯНИЕ ОБЕЗВОЖИВАНИЯ НА ОРГАНИЗМ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СИЛОВЫМИ ВИДАМИ СПОРТА

Е. В. Хачатурян, А. А. Тарасенко, Н. К. Артемьева

Аннотация. Обезвоживание является проблемой здравоохранения во всех видах спорта, особенно это касается видов спорта с четким регламентом к

выступлению в весовой категории, требующей от спортсменов постоянной коррекции и поддержания массы тела, таких как бокс и борьба. Быстрая потеря веса путем обезвоживания, претендуя на определенную весовую категорию в данных видах спорта, по-прежнему практикуется.

Ключевые слова: масса тела, энергетические затраты, обезвоживание, конкурентоспособность, работоспособность.

В единоборствах соревнования проводятся «один на один», такие правила предполагают создание равного уровня и минимизирования риска получения травм в процессе ведения боя между соперниками. Для большинства спортсменов масса тела является относительно стабильным показателем, так как потребление калорий регулируется параллельно с энергетическими затратами. Тем не менее, многие спортсмены пытаются изменить свой вес в целях повышения конкурентоспособности и уровня работоспособности.

Спортсмены высоких достижений, добивающийся снижения веса, как правило, мотивированы желанием оптимизировать работоспособность за счет повышения мощности по отношению к весу, что создает конкурентоспособную массу тела в оптимальной весовой категории. Особенно это касается видов спорта, в которых учитываются весовые категории (бокс, кик-бокс, тхэквондо, борьба, дзюдо). Наиболее распространено мнение, что преимущество выступления против более легкого и меньшего противника будет получено быстрой потерей массы тела (дегидратацией). Однако ущерб от обезвоживания может иметь негативные последствия для здоровья и результативности в целом. Можно отметить, что большое количество спортсменов используют физиологически не обоснованные методы снижения массы тела, такие как дегидратация, голодание, провокация рвоты и диуретические препараты.

Экстремальные методы снижения веса спортсменов требуют особого внимания из-за высокого риска для здоровья и травматизма, зафиксированы смертельные случаи среди спортсменов высокой квалификации, представляющих виды спорта, где необходима коррекция массы тела. Еще одна

проблема состоит в том, что спортсмены стремятся поддерживать массу тела в течение продолжительного времени, что может привести к частым колебаниям веса, следовательно, к нестабильным результатам в течение сезона.

Литература:

1. Артемьева Н. К. Некоторые аспекты повышения энергетических потенциалов организма спортсменов // Теория и практ. физ. культ. - 2000. - № 3. - С. 21-25.

2. Коваль И. В. Механизмы дегидратации при интенсивной мышечной деятельности и способы ее коррекции в тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов // И. В. Коваль, Н. В. Вдовенко, С. А. Олейник // Спортивная медицина. - 2007. - № 2 - С. 111-117.

3. Система восстановления и повышения физической работоспособности в спорте высших достижений: методическое пособие / Г. В. Марков, В. И. Романов, В. Н. Гладков. - М. : Советский спорт, 2006. - 52 с.

ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СИЛОВЫМИ ВИДАМИ СПОРТА

Е. В. Хачатурян, А. А. Тарасенко, Н. К. Артемьева

Аннотация. Спортивное питание - это один из факторов, требующий четкого понимания всех компонентов, влияющих на работоспособность, восстановление и здоровье спортсмена в целом. Знание питательной ценности пищевых продуктов и жидкостей, а также владение навыками для осуществления питательных стратегий являются важными составляющими ведения успешной деятельности на различных этапах тренировочного процесса и здоровья спортсмена в целом.

Ключевые слова: единоборства, рацион, компонентный состав массы тела, питательные вещества, работоспособность.

Ключевым приоритетом для спортсменов является создание

индивидуального рациона, который может быть легко скорректирован в случае возникновения особых ситуаций (например, изменения тренировочной нагрузки, изменение компонентного состава массы тела, цели или особых потребностей конкуренции). Хороший базовый рацион обеспечит поступление в организм адекватных питательных веществ и энергию для улучшения адаптации к физическим нагрузкам, поддержку оптимального восстановления работоспособности и поможет избежать чрезмерного потребления пищи, что иногда бывает связано со стрессом.

Интенсивные физические нагрузки, выполняемые спортсменами силовых видов спорта, предполагают высокую потребность в питательных веществах, углеводах, белках и витаминах.

Рацион спортсмена, специализирующегося в силовых видах спорта, обеспечивает адекватную энергетическую ценность; включает в себя широкий спектр богатых питательными веществами продуктов, в том числе белоксодержащих растительного и животного происхождения; уравнивает потребление углеводов с ежедневными физическими нагрузками.

Включение продуктов, таких как изделия из муки грубого помола, мульти-зерна, богатые клетчаткой крупы, бурый рис или макароны из муки грубого помола.

Разнообразие фруктов и овощей в течение дня. Свежие фрукты могут быть отличной альтернативой перекусу в перерывах между тренировками.

Необходимо заранее планировать свой рацион, чтобы не возникала потребность в употреблении фаст-фуда, который негативно влияет на показатели компонентного состава массы тела и может привести к снижению работоспособности.

Литература:

1. Артемьева Н. К. Новые подходы к решению проблемы рационализации питания в условиях напряженной мышечной деятельности / Н. К. Артемьева: автореф. дис. ... д-ра биол. наук. 1997.
2. Васильев А. В. Методические подходы к оценке пищевого статуса / А.

В. Васильев, Ю. В. Хрущева // Клиническая диетология. - 2004. - Т. 1. - С. 4-13.

3. Мартиросов Э. Г. Состав тела человека. Новые технологии и методы / Э. Г. Мартиросов, С. Г. Руднев // Спорт, медицина и здоровье. - 2002. - № 3 - С. 5-9.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ЙОГИ В СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЕДИНОБОРСТВАМИ

Е. В. Хачатурян, А. А. Тарасенко, Н. К. Артемьева

Аннотация. Современные единоборства сочетают силовые упражнения с бегом, тяжелой атлетикой и прочими видами физической активности. Есть много общего между практикой йоги и тренировками в единоборствах. Это синхронизация выполняемых действий с дыханием, концентрация внимания, особая сосредоточенность на совершаемых действиях.

Ключевые слова: единоборства, йога, асаны, силовая тренировка, дыхание.

Сходство йоги и единоборств очевидно. Выполнение асан прекрасно дополняет и гармонизирует силовые тренировки. Йога обучает управлению дыханием. Постановка дыхания для спортсменов, занимающихся единоборствами, является залогом будущих побед, гарантией более длительного противостояния с соперником, что особенно важно в тех видах спорта, где соблюдается регламент продолжительности ведения боя. Следует четко знать, на какой фазе упражнения выполнять вдох или выдох, когда допускается, а когда задержка дыхания опасна. Эти знания необходимо совершенствовать на уровне отработанного навыка. В большинстве современных тренировочных методиках по единоборствам, уделяют мало внимания работе над дыханием спортсмена.

Занятия йогой позволяют достичь высокого уровня развития физических, волевых и моральных качеств, необходимых для высоких достижений. Практика занятий йогой предполагает синхронное выполнение движений и дыхания. Принятие позы (асаны) требует особой концентрации на выполнении упражнения, что в свою очередь благотворно сказывается на развитии четкой координации движений, а ловкость в единоборствах является основополагающим качеством, необходимым для высоких достижений спортсмена.

Обязательная часть тренировок с отягощениями, применяемыми в единоборствах, - это растяжка. С ее помощью развивается эластичность мышц, следовательно, отсутствует гипертонус. Нужно понимать, что гибкость и сила неразрывно связаны. Тренировка с отягощениями в тех случаях, когда движения выполняются не с полной амплитудой, отрицательно сказывается на гибкости спортсменов.

Однако при правильной организации тренировок силовой направленности с использованием отягощений гибкость улучшает. Выполнение поз по системе йоги, построенных на принципе изометрии, обеспечивает спортсмену непривычную нагрузку, а также возможность добиться мышечного роста.

Регулярное выполнение асан в тренировочном процессе спортсменов, занимающихся единоборствами, поможет избежать травм. Наиболее часто у спортсменов страдают коленные, локтевые суставы. Асаны значительно расширяют амплитуду суставов, а также укрепляют мышцы - стабилизаторы, что способствует профилактике и лечению спортивных травм.

Литература:

1. Игнатьева Т. П. Хатха-йога для детей и взрослых. Гармонизирующие комплексы. - СПб. : Издательский Дом «Нева», 2004. - 128 с.
2. Коглер А. Йога для спортсменов: Секреты олимп. тренера. М. : Гранд-Фаир, 2002. - 221 с.

ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖЕРА – ПОЛЬЗА И ВРЕД

П. С. Чиж, Е. П. Яхина

Аннотация. В статье приводятся примеры использования информационных технологий в работе спортивного менеджера; даются положительные и отрицательные характеристики их использования; приводятся результаты проведенного анкетирования.

Ключевые слова: спортивный менеджер, информационные технологии, польза и вред от использования информационных технологий, результаты анкетирования.

Спортивный менеджер может осуществлять свою деятельность в международных, государственных и общественных органах управления физической культурой, спортом и туризмом, а также в различных субъектах спортивной направленности. То есть, профессия управленца в сфере спорта довольно разнообразна. Так как информационные технологии (ИТ) стали неотъемлемой частью нашей жизни, рассмотрим их использование в деятельности спортивного менеджера.

Существует большое количество программ, облегчающих работу менеджера, начиная от текстового редактора Microsoft Word, архиваторов и антивирусного программного обеспечения заканчивая более сложными системами управления базами данных и систем сбора информации. В связи с тем что зачастую результаты работы должны быть представлены в удобной для восприятия форме, это подразумевает наличие хороших навыков владения презентационными программами типа Microsoft Power Point, графическими пакетами, программами обработки данных. Возросшие возможности коммуникации ставят перед менеджерами задачу выбора оптимального способа делового общения – это электронная почта, интернет, Skype и т. д.

Однако в настоящее время достаточно много говорится о том, что применение компьютера вредно для человека. К последствиям вредного воздействия компьютера можно отнести: утомление глаз, мигрень и бессонницу, развитие сколиоза, геморрой, зависимость или психологическое привыкание и т. д.

С целью выявить осведомленность студентов Кубанского государственного университета физической культуры и спорта о вредном воздействии на организм компьютера, нами было проведено анкетирование студентов первого курса. При этом обращалось внимание на следующие моменты.

- Время нахождения за компьютером. 44 % респондентов утверждают, что время, проведенное за компьютером, составляет от одного до трех часов, 33 % проводят за компьютером менее одного часа, а 17 % - 3-5 часов, а 6 % студентов проводят перед компьютером больше пяти часов в сутки. Причем большая часть этого времени занимают игры.

- Тип деятельности за компьютером. 60 % респондентов указали, что используют компьютер для общения в социальных сетях и только 20 % – для учебных целей. 15 % студентов нашего вуза заняты играми, а 5 % тратят свое личное время на просмотр видео, музыку и прочее.

- Мнение о вреде компьютера. 67 % опрошенных уверены, что за компьютером вредно находиться длительное время. 22 % утверждают, что можно безопасно находиться до двух часов, 6 % считают, что компьютером лучше вообще не пользоваться. .

- Соблюдение норм эргономики. 39 % респондентов не знают, что это такое, 33 % утверждают, что соблюдают правила нахождения за компьютером, а 28 % осведомлены об этом, но не считают нужным эти правила соблюдать.

Литература:

1. Яхина Е. П. Информационно-коммуникационные технологии как один из факторов, негативно влияющих на здоровье студентов // Современный

взгляд на будущее науки – сборник статей Международной научно-практич. конференции (25 октября октября 2016 г.), - Ч. 2. – Пермь: НИЦ АЭТЭРНА, 2016. – С. 195-196.

АНАЛИЗ СТЕПЕНИ ДЕГИДРАТАЦИИ В РАЗНЫХ ВИДАХ СПОРТА

А. А. Штанова, А. А. Колесникова

Аннотация. Дегидратация приводит к снижению физической работоспособности в видах спорта на выносливость. Обезвоживание происходит, в основном, с потом, что является причиной потери важнейших электролитов, участвующих в мышечной деятельности. Регидратация осуществляется за счет специализированных напитков.

Ключевые слова: степень дегидратации, спортивная работоспособность, виды спорта на выносливость, регидратация.

Дегидратация - одна из причин снижения работоспособности в разных видах спорта. Обезвоживание может наблюдаться в таких видах спорта, как плавание, бег на длинные дистанции, велоспорт, футбол, фехтование, баскетбол и в других видах спорта, где одним из основных физических качеств является выносливость. Но в некоторых видах спорта, например в художественной гимнастике, единоборствах, гребле, дегидратация также может снизить спортивный результат. Тренеры в этих видах спорта ограничивают питьевой режим, чтобы придать «чувство лёгкости» (гимнастика) или снизить массу тела и попасть в определенную весовую категорию (единоборства, гребля), что приводит к риску обезвоживания и потере оптимальной спортивной формы [1].

Спортсмены теряют большое количество воды (от 2,5 до 8 %) в основном с потом. Вместе с водой из организма вымываются также важные электролиты, которые принимают непосредственное участие в мышечном сокращении [1, 2].

Поэтому часто спортсмены, специализирующиеся в видах спорта на

выносливость, восполняют потери воды путем потребления специализированных напитков непосредственно во время выполнения физической нагрузки, чтобы повысить работоспособность. Так, например, результаты исследования степени дегидратации велосипедистов показали, что приём специализированных напитков приводит к ее снижению в среднем на 32 % ($p < 0,05$) и повышению среднего времени удержания нагрузки на 29 % ($p < 0,05$). Анализ параметров кардиореспираторной системы выявил более экономичную и эффективную её работу с приемом напитка. Динамика метаболических критериев говорит о положительном влиянии напитка на процессы адаптации организма к интенсивной мышечной деятельности и сокращение периода отставленного восстановления [2].

Таким образом, прием специальных регидратационных напитков приводит к снижению степени дегидратации, расширению функциональных возможностей кардиореспираторной системы организма и повышению спортивной работоспособности.

Литература:

1. Артемьева Н. К. Анализ, оптимизация и коррекция пищевого статуса велосипедистов-шоссейников / Н. К. Артемьева, А. А. Колесникова // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета (Научный журнал КубГАУ) [Электронный ресурс]. – Краснодар: КубГАУ, 2012. – № 06(80). – С. 518 – 528. – Режим доступа: <http://ej.kubagro.ru/2012/06/pdf/43.pdf>, 0,688 у. п. л.

2. Капустина А. А. Изменение компонентного состава массы тела и функционального состояния велосипедистов на фоне приема специализированного напитка / А. А. Капустина, А. А. Тарасенко, Н. К. Артемьева, С. Н. Щеглов // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета (Научный журнал КубГАУ) [Электронный ресурс]. – Краснодар: КубГАУ, 2012.

MUSIC THERAPY IN HEALTH CARE

A. A. Bezbrazhny, O. L. Ivanova

Summary. History, tasks and methodology of music therapy relevant to medical and social conditions of individuals and groups who can benefit from music therapy, as well as use of selected instruments to improve range of motion are discussed, alongside with design of music sessions corresponding to patients' needs. Special emphasis is made on individuals with physical disabilities.

Keywords: music therapy, music therapist, learning through music, receptive music listening, sedative music, background live music. Improvised music.

History of music therapy as health care profession has its roots in ancient Greece. It has always been known that music has had a healing effect and could exert influence upon health and behavior of people. Music has always evoked patients' physical and emotional responses, so musicians have been hired by some hospitals. The fact that hospital musicians were supposed to have adequate education eventually led to working out the first Music Therapy Degree Program that was developed in the USA in 1944. Music is considered to be more effective than modern technologies as it goes straight to the heart.

The tasks of music therapists are: treatment planning, ongoing evaluation, and follow up. Through musical responses music therapists assess emotional and physical health, estimate communication and cognitive abilities; evaluate the ability to socialize. Methodology includes individual and group sessions based on clients' needs using music improvisation, receptive music listening, song writing, lyric discussion, music and imagery, music performance, and learning through music. Music is carefully chosen and adjusted to ensure achievement of the intended results. It can include instrumental improvisation, live background music, assisting relaxation exercises music. Age groups susceptible to music therapy involve children, adolescents, adults, and the elderly people. Medical conditions cover mental health

needs, developmental and learning disabilities, Alzheimer's disease and other aging related conditions, substance abuse problems, brain injuries, physical disabilities, and acute and chronic pain. The use of selected instruments can improve range of motion as well as fine and gross motor skills through strategically, placing instruments around the individual or using instruments that require the use of specific muscle groups or, body parts. Eye hand coordination can also be improved through the use of instruments that require increased precision in physical motion.

The use of rhythmic auditory stimuli has shown the increase of ambulation in individuals with uneven or arrhythmic gait patterns [Staum, 1983] and facilitation of temporal and quantitative muscular control in children with gross motor dysfunction [Thaut, 1983].

Music therapists can recognize and monitor the effects of the music presented on the individual and they are able to adjust the music to ensure the achievement of the intended results. For people with physical disabilities music therapy can ensure: promotion of muscles relaxation; improvement of motor coordination; motivation for physical exercises; facilitation of self-confidence, self-esteem, self-expression and independence; development of functional speech and communication abilities; motivation of interaction with peers.

Resources:

1. <http://www.mtabc.com>
2. <http://www.musictherapy.org>
3. <http://www.wikipedia.org>

FOREIGN BORROWINGS IN THE ENGLISH LANGUAGE

A. A. Belskikh, E. V. Sivakova

Summary. The article is dedicated to the study of the language situation in the modern vocabulary of the English language in the field of foreign borrowings. The main ways of assimilation as well as examples of foreign borrowings are given.

Keywords: the English language, foreign borrowings, assimilation.

Borrowings are words of foreign origin, which were transferred from one language to another as a result of territorial and cultural contacts.

The scientists stipulate two main ways of the borrowing process in the language:

1) Verbal way (when words are transferred into another language as a result of oral speech of foreign people);

2) Literary or written way (when words are borrowed from the books or other written sources).

Our analysis showed that the number of foreign borrowings in English is really great (more than 70%). The majority of words were borrowed from French (prince, art, dance, victory, chapel, money); Italian (bank, traffic, million, balcony, umbrella); Latin (wine, dish, street, school, theater); Spanish (banana, chocolate, caramel, cargo, guitar).

The main realms from which the words were borrowed are as follows: household items, tools, instruments, clothes, weight and length measures, food, words connected with trade and finance, elements of architecture. In conclusion, we would like to emphasize that the foreign borrowings play an important role in the English language study and comprise a sufficient part of the modern English vocabulary.

Literature:

1. Akulenko V. V. «Scientific-technical revolution and the problem of international terminology», M., «Nauka», 1977, p. 73-84.

2. www.inslov.ru

VERBESSERUNG VON SICHERHEITSDIENSTEN FÜR OBJEKTE DER TOURISMUSINDUSTRIE ALS VORAUSSETZUNG FÜR DIE ERFOLGREICHE FÖRDERUNG DER TOURISTISCHEN PRODUKTE

V. V. Drobysheva, O. B. Anisimova

Zusammenfassung. Dieser Artikel analysiert den aktuellen Zustand der

Qualität und Sicherheit der touristischen Dienstleistungen in unserem Land.

Stichwörter: Sicherheit, Tourismus, internationalen Tourismus.

Die Praxis des internationalen Tourismus zeigt, dass die Verbesserung von Sicherheitsmassnahmen bei der Erholung und während der Reisen notwendig sind. Vor allem geht es um die Bereiche mit schwieriger gesellschaftspolitischer Situation. [1]

Um die Sicherheit der touristischen Objekte zu erhöhen, werden spezifische Maßnahmen durchgeführt, solche wie die Verbesserung der Gesetzgebung im Bereich des Tourismus, die Entwicklung der touristischen Infrastruktur, Ausbildung. Einer der wichtigsten Sicherheitsmaßnahmen ist die Schaffung der Bundesagentur für touristische Büros im Ausland in solchen Länder, wo Massenbesuch der russischen Touristen sehr hoch ist. Es wird vorgeschlagen, die bundeseinheitliche Register der Reiseveranstalter zu verbessern, die ein Moratorium für einen Zeitraum von 1 Jahr für die Tätigkeit dieser Reiseveranstalter zu verhängen ermöglichen würde, die Sicherheitsanforderungen brechen. [2]

Um die Sicherheit der Touristen im Land zu verbessern, ist es notwendig Pflegesystem für Ausländer in Russland und russische Touristen im Ausland zu etablieren. Diese Erfahrung gibt es bereits in St. Petersburg, wo die Touristenpolizei arbeitet. Ihre Hauptaufgabe ist ausländische Touristen zu helfen, die notwendigen Informationen zu bekommen, und Verbrechen gegen Ausländer zu lösen. Die Erfahrung der Touristenpolizei muss man in andere Regionen Russlands zu verbreiten, da sie eine hohe Effektivität gezeigt hat.

Für eine effektive Umsetzung der touristischen Aktivität ist es erforderlich, eine integrierte Tourismussicherheit zu schaffen, Statistik und Analyse von Unfällen zu führen, um einen vollständigen Schutz der Touristen, Wirtschaft, Bevölkerung und der Umwelt zu bieten. Für die Sicherheit der Touristen müssen Reiseveranstalter und Reisebüros über alle Einzelheiten informieren, und zwar:

- Über die Gesundheit, Hygiene und epidemiologischen Regeln im Land (Ort) der Aufenthalt;

- Über die nationalen und religiösen Besonderheiten des Landes (Ort) der Aufenthalt;

- Über die diplomatischen Vertretungen und konsularischen Einrichtungen der Russischen Föderation, wohin der Tourist sich anwenden kann, wenn er in solchen Situationen ist, die sein Leben und seine Gesundheit drohen können.

Literatur:

1. Marinin MM Touristische Formalitäten und die Sicherheit im Tourismus: [Elektronische Dokument] URL http://tourlib.net/books_tourism/marinin24.htm Die Behandlung Datum (13. 12. 2015)

2. Sirchenko A. "Die Umsetzung des föderalen Zielprogramms" Entwicklung des heimischen Tourismus in der Russischen Föderation (2011-2018) [Elektronische Dokument] URL http://tourlib.net/books_tourism/sirchenko24.htm Die Behandlung Datum (13. 12. 2015).

THEME PARKS AS A KIND OF TOURIST ATTRACTION

A. Gavrilenko, L. G. Yarmolynets

Summary. The paper describes the theme parks of the US, the history of its origin and statistics. An opportunity of this trend in Russia is revealed.

Keywords: theme parks, tourism, entertainment, attendance, attractions, amusements.

A theme park or amusement park is a group of entertainment attractions, rides, and other events in a location for the enjoyment of large numbers of people. Amusement parks have a fixed location, as opposed to travelling funfairs and traveling carnivals, and are more elaborate than simple city parks or playgrounds, usually providing attractions meant to cater specifically to certain age groups, as well as some that are aimed towards all ages. Theme parks, a specific type of an amusement park, are usually much more intricately themed to a certain subject or group of subjects than normal amusement parks.

In common language, the terms theme park and amusement park are often synonymous. However, a theme park can be regarded as a distinct style of amusement park.

A theme park has landscaping, buildings, and attractions that are based on one or more specific themes or stories. The World's Columbian Exposition of 1893 in Chicago, Illinois was an early precursor to the modern amusement park.

Despite many older parks adding themed rides and areas, qualifying the park as a theme park, the first park built with the original intention of promoting a specific theme, Santa Claus Land, in Santa Claus, Indiana, did not open until 1946. Disneyland, located in Anaheim, California, is often mistakenly cited as the first themed amusement park, but is instead the park that made the idea popular. But the first one was Knott Berry Farm.

The U. S. theme park industry is by far the largest in the world. There are approximately 40 large-scale parks with annual attendance of over 1 million, and approximately 55 moderate-scale parks with attendance between 500,000 and 1 million.

Annual attendance at these attractions totals 159 million persons with revenues of \$4.5 billion. The U. S. industry dominates the world, in scale, product innovation, marketing savvy and operating knowledge.

The situation in Russia is different. All the existing theme and amusement parks are planned mainly for a one-day visit and are not intended for those who would like to spend there more than a couple of days. "Russia" Theme Park will be the first amusement, recreational and educational park capable of entertaining its visitors for several days.

"Russia" Theme Park will become a trademark of the country, as the place where promotion of healthy life-style, knowledge and learning as well as providing entertainment are closely related to modern educational and recreational infrastructure, which, moreover, will be commercially attractive. "Russia" Theme Park will not only demonstrate the unique geographical, historical and cultural resources of the Russian Federation, but will also implement the most advanced

technologies and ideas in entertainment and tourism. The park will attract visitors of various nationalities, ages and social standing, as its main aim is to fully reflect the positive developments in the Russian society in recent years.

Literature:

1. J. A. Adams. The American Amusement Park Industry: A History of Technology and Thrills. /J. A. Adams // Boston: Twayne Publishers. ISBN 0-8057-9821-8.

2. J. Jennings. Knott's Berry Farm: The Early Years /J. Jennings//San Francisco: Arcadia Publishing. p. 128. - ISBN 978-0-7385-6921-5.

FITNESS-TOURISM AS A MEANS OF POPULATION HEALTH IMPROVEMENT

V. O. Nemtsova, L. G. Yarmolinet

Summary. The importance of fitness tourism, its impact on human health is revealed in this paper. Its main objectives, types and perspectives of development are presented.

Keywords: fitness tourism, health-improvement, leisure, healthy lifestyle, travel.

Today high health potential of the natural environment has become increasingly important, in conditions of growing tensions of urban life environmental degradation, natural human immune system reduction. It allows to create an integrated system of human interaction with nature. All this make it possible to solve the problem of population health improvement, conservation, optimum combination of city life mode with active recreation.

In recent decades the interest of tourists to active recreation has significantly increased. Instead of the usual beach tours extreme, informative, adventure and the like tours have become popular. One of these vacation destinations is a fitness tour [1].

According to statistics in 2017 the world market of fitness tourism will grow 50% faster than the overall industry performance as a whole. This opens up new business opportunities: specialized hotels with a focus on a holistic approach to a healthy lifestyle will gain momentum. They are ready to provide guests with non-stop access to favorite sports and every detail thought out menu.

This kind of tourism is a sort of recreation, which includes full training with a visiting coach. In addition to lectures on a balanced diet, excursions, discos and friendly outdoors training are included into the program.

The main and basic fitness tours are as follows: recovery of the organism and weight, food correction, acquisition of a regular dietary habits, improvement of metabolism and immunity enhancement. Tours of this type make it possible to diversify their life, to relax and relieve stress, to improve athletic performance, to develop new areas (swimming, dancing, yoga, etc.), to make new friends and chat with like-minded people, to involve friends or family to a healthy lifestyle [1,2].

Typically a program of such tours is very diverse. From 6 to 10 exercises are offered to choose from. Fitness day consists of series of morning, afternoon and evening sessions. Programs include all areas of fitness and are adjusted in accordance with the wishes of the participants of the tour [1].

The level of sports conditioning for such tours is not important. On arrival at the hotel instructors are selected individually for everyone to advise the tempo of exercises, so as not to harm the health and feel well. During the tour they regularly control anthropometric indicators (% body fat, muscle mass, body volume, etc.) [2].

Thus the considered types of travel coupled with the fitness are gaining increasing popularity among all the population groups. Fitness tour is a great start to attract to healthy lifestyle and support the desire for a healthy rest of the population. Moreover fitness tours are a new improved way to the nation health improvement.

Literature:

1. Britvina V. V. Fitness Tourism and methods of conducting classes in the

fitness tour / V. V. Britvina // International tourism and sport: Materials of All-Russian scientific-practical. Conf. with international participation. - M.: VPO "RGUFGSMiT", 2013. - S. 37-39.

2. Seluyanov V. N. Biological basis of health tourism / V. N. Seluyanov, A. A. Fedyakin. – M.: SportAkadem Press, 2000. - 123 p.

RESSOURCENPOTENZIAL IN DER REPUBLIK ADYGEA

A. A. Solotaröva, O. B. Anisimova

Zusammenfassung. Dieser Artikel analysiert den gegenwärtigen Zustand der touristischen Infrastruktur und Freizeit-Ressourcen der Republik Adygeja.

Das gewählte Thema ist gerade sehr aktuell, da die Entwicklung des Tourismus zu einem der am schnellsten wachsenden Sektoren der Wirtschaft gehört, und eine wesentliche Quelle von Einkommen und Beschäftigung dieser Bevölkerung ist.

Stichwörter: Tourismus, Ressourcen, Erholung, Ressourcenpotenzial, Freizeitressourcen

Das Ziel dieser Arbeit ist die Analyse des Erholungspotentials der Republik Adygeja, die Beurteilung des Zustands von Objekten der touristischen Vorführung und der touristischen Infrastruktur

Die Republik Adygeja hat ein großes Ressourcenpotenzial für die Entwicklung des Tourismus. In erster Linie klärt er sich durch das Vorhandensein von natürlichen, historischen, kulturellen Werte. Auf dem Territorium gibt es zahlreiche Natürliche Denkmäler und einzigartige Naturgebiete, die größte Zahl von denen in der Vorgebirgszone und in den gebirgigen Teil der Republik liegt. Grundlage der Ressourcenpotenzial der Republik Adygeja sind Freizeitressourcen, die eine wichtige ästhetische und kognitive Rolle haben. Die Republik ist Reich an natürlichen Heilressourcen – Mineralwässer, Heilschlamm, die in Kombination mit der Landschaftsklimatischen Bedingungen umfangreiche Möglichkeiten zur Organisation des Tourismus in der Region bieten - all dies hat einen positiven Effekt für die

Entwicklung der aktiven Erholung und Behandlung in diesem Gebiet. Adygeja ist durch eine Vielzahl von natürlichen Bedingungen, von der Biodiversitäten, von einzigartigen Höhlen, Felsen, weißen Gipfeln, Schluchten, Canyons, Wasserfällen und anderen touristischen Objekten gekennzeichnet. [2] Im Zukunft kann Tourismus ein «Spender» der gesamten Wirtschaft der Republik Adygeja sein. Zurzeit gibt es auf dem Territorium neben Programmen für die aktive Erholung und Besichtigung der Sehenswürdigkeiten, Unterkünfte: den Gästen der Republik werden komfortable Unterkünfte in Hotels und Jugendherbergen geboten.

Die beliebtesten Plätze in Adyggische Republik sind: Lago-Naki, der Berg Fisht, die Rufabgo Wasserfälle, St. Michael - Kloster. Die Republik Adygeja ist ein zunehmend beliebtestes Territorium bei der Wahl eines Urlaubsziels bei den Touristen. Einzigartigkeit des vorgeschlagenen touristischen Produkts ist, dass die meisten Objekte sich in unmittelbarer Nähe zueinander befinden, können Sie den wunderschönen Ausblick auf die Natur, erste Bekanntschaft mit den nationalen Traditionen und Küche genießen und sofort sich, mit solchen Aktivitäten, wie Rafting, Trekking, Canyoning, Reiten oder Wandern, bekannt machen und auch Sehenswürdigkeiten der Republik bewundern.

Die näherten Pläne für die Entwicklung des Tourismus ist die wichtigsten wirtschaftlichen Projekte. z. B ein touristisches Cluster «Tor Lago-Naki» und Touristen Erholungspark«Janet». Es wird darauf hingewiesen, dass diese Projekte ein Teil des Föderativen Zielprogramms «Entwicklung des Inlandtourismus» auf 2013-2018 sind.

Liste der verwendeten Quellen:

1. Online-Ressource: <https://filin75.ru/topiki/181-tourismus.html> (behandlungsdatum 10. 11. 16)
2. Online-Ressource: <http://www.kohl.at/de/seminare-trainings/touristische-infrastruktur/87-765.html> (behandlungsdatum 10. 11. 16)
3. Online-Ressource (<http://журнал-застройщик.рф/persona/56-adygeya-respublika-bolshikh-perspektiv.html>)

PERSPECTIVE DIRECTIONS OF CYCLING TOURISM IN KRASNODAR REGION

A. S. Kireeva, E. I. Getman

Summary. The paper confirms the popularity of the cycling tourism and advantages of a cycle as one of the means of moving practically along any road. Cycling lovers use and choose this kind of sports tourism as it has its own opportunities and preferences.

Keywords: cycling, cycling tourism, active rest, advantages, opportunity.

Looking through the regional development of cycling tourism it is necessary first of all to consider the stable growth of the cycling popularity not only as a kind of sport and active relaxation, but also as the aim of different tourist trips [3].

At present cycling is becoming more and more demanded type of spending leisure time, as it is one of the most ecological and useful both for health and keeping fit sports disciplines in the sphere of tourism, and the bicycle taken separately, in its turn, is an economical and compact means of moving which allows to go practically along any road [2].

The cycling tour programme including the Azov and the Black Sea coast is an ideal variant for off- seasons, be it spring or autumn. The route of the cycling tour “Around the two Seas” suggested by sports organizations has been worked out for cycling tourism lovers. It relates to the first category of the complexity. Besides, the route passes through the Taman peninsula known with its mud volcanoes. Being the periphery of the Black Sea coast resort zone Taman attracts lovers of the wild and extreme rest while cycling tourism itself is a unique kind of the vigorous activity. The cycling tour programme is many-sided and includes also various cognitive tourism elements.

While carrying out the route tourists will have the opportunity to visit the Azov and Black Sea coasts, to become acquainted with the unique natural regional objects and to become greatly impressed with the trip. In the course of their tour tourists visit

the village of Golubitskaya, Kuchuguri, one of the volcanoes named Ahtanizovskaya Sopka, Taman, small Utrish, Abrau-Dyurso, Novorossiisk and some other places. The duration of the day cycling races usually constitutes 5-6 hours. Races are accompanied as a rule by cars with all the needed equipment.

To finish with it should be noted once more that nowadays cycling tour is one of the most popular kinds of active rest. In current 150 years cycles became more comfortable, reliable and easier. Moreover, during one and a half century advantages of a cycle itself in tourism have remained unchangeable [1].

Literature:

1. Brewers M. I. History cycling [Text] / M. I. Pivovarov. - M.: Marketing, 2008. - P. 173.
2. Ilyina E. I. Fundamentals of tourist activity [Text] / E. I. Ilyina. - M.: Prospekt, 2009. - P. 345.
3. Shapoval G. F. Tourism history [Text] / G. F. Shapoval. - Minsk Ekoperspektiva, 2001. - P. 275.

ВЛИЯНИЕ ТЕМПЕРАМЕНТА НА ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СПОРТСМЕНА

Я. В. Китова, Ф. Н. Шарикова

Аннотация. В работе раскрыты психологические характеристики основных типов темперамента, а также проанализировано влияние темперамента на спорт.

Ключевые слова: темперамент, психическая деятельность, психологические особенности человека и их влияние на спортивную деятельность.

Темперамент - это определенные свойства психики, которые влияют на психическую деятельность человека. Определенные проявления типа темперамента всегда заметны в манере человека: в познавательной

деятельности, характере интеллектуальной работы, особенностях жестов, мимики речи, сфере чувств.

Охарактеризуем основные типы темперамента. Сангвиник – это **активный** человек. По его виду можно быстро угадать его настроение, он легко находит общий язык с людьми, быстро привыкает к новому. Без усилий переключается и овладевает новыми навыками. **Холерик** отличается высокой активностью и малой чувствительностью. Он несдержан, нетерпелив и вспыльчив. **Флегматик** обладает высокой активностью и низкой эмоциональностью. Трудно повлиять на его настроение. Он может оставаться невозмутимым, даже когда вокруг всем весело. Всегда остается спокойным. Его движения, речь, и мимика замедлены. Ему трудно переключать внимание и приспосабливается к чему-то новому, очень медленно перестраивает навыки и привычки. При этом он энергичен и работоспособен. Отличается терпеливостью, самообладанием. **Меланхолик** - очень чувствительный человек, любой пустяк может вызвать у него слезы, грусть, он обидчив, чувствителен, неэнергичен, легко утомляется и мало работоспособен, никогда не привлекает внимания. У меланхоликов очень тихий голос, движения его невыразительны и крайне заметны.

Если учитывать тип темперамента спортсмена при выборе физических нагрузок, тренировки будут приносить и пользу, и удовольствие. Самыми успешными из спортсменов **являются сангвиники**. От активных действий они получают удовольствие, а их энергии хватит надолго. Сангвиникам подойдут занятия аэробикой, танцы, командные игры. **Флегматики** очень настойчивы и спокойны, они способны добиваться успеха благодаря постоянным нагрузкам. Они неспеша идут к поставленной цели. Для флегматиков хорошо подойдут беговые лыжи, а летом спринт, выносливый и настойчивый флегматик легко пробежит кросс. **Меланхоликам** непросто физически совершенствоваться, так как они не особо подвижны, ранимы и совсем не готовы демонстрировать свою ловкость. **Холерики** быстро вспыхивают, но так же быстро гаснут. Чтобы не возникло эмоциональное выгорание от тренировок, им постоянно нужен

стимул. Для холериков хорошо подходят различные игровые виды спорта.

Литература:

1.Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология // Издание 2-е, дополненное и переработанное. - СПб.: Питер, 2011. - 464 с.

2.Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий // СПб.: Питер, 2012. - 345 с.

3.Немов Р. С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: 6-е изд. - М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2013. - 688 с.

TEMPERAMENT AND ITS INFLUENCE ON YOUR FAVORITE SPORTS ACTIVITIES

Y. V. Kitova, F. N. Sharikova

Summary. The article deals with the basic psychological characteristics of temperament types, analyzed the influence of temperament on the sport.

Keywords: temperament, mental activity, psychological features of the person and their impact on sports activities.

Temperament is certain properties of the mind, which affect the human mental activity. Certain manifestations of temperament is always evident in the manner of a person: in cognitive functions, intellectual work character, especially gestures, facial expressions of speech, sphere of feelings. The predominance of one humor is said to affect one's appearance and behavior. However, most people have mixed temperaments, and judging solely by appearance may be difficult for untrained enthusiasts.

Let's characterize the basic types of temperament. Sanguine is an active person. Because of his mind, you can quickly guess his mood, it's easy for him to find common language with people, he gets quickly to everything new. Without the efforts he can switch and learn new skills. Choleric is characterized by high activity and low sensitivity. He is short-tempered and impatient. . Someone with pure choleric

temperament is usually a goal-oriented person. People with choleric personality type are very savvy, analytical, and logical. Extremely practical and straightforward, choleric people aren't necessary very good companions or particularly social. Phlegmatic has high activity and low emotionality. It's hard to laugh and grieve. He can remain calm, even when it is fun all around. They always remain calm. His speech, facial expressions and movements are slow and inexpressive. He finds it difficult to switch attention and adapts to the new environment, slowly rebuilds skills and habits. He is energetic and functional. Phlegmatic people are loyal spouses and loving parents. They preserve their relationships with friends, distant family members, and neighbors. People with phlegmatic temperament tend to avoid conflicts and always try to mediate between others to restore peace and harmony. Melancholy is a person with high sensitivity, nothing can make him tears, he is touchy, sensitive. Facial expressions and movements of his expressionless, his voice is quiet, movements are poor.

The type of sportsman's temperament is very important in the choice of physical exercise. The most successful of the athletes are sanguine. Their energy will be enough for a long time. Phlegmatic can achieve amazing results due to constant small loads. They do not hurry, do not chase the result, just go hard to the goal. Cross-country skiing is a sport for the phlegmatic, summer skiing can be replaced by a sprint - hardy phlegmatic can calmly run through any cross. It is difficult to do physical exercise for melancholic, as they are not very mobile, vulnerable and do not want to show their agility. Choleric flashes quickly, but just as quickly extinguishes. In order not to burn out after a few workouts, they constantly need an incentive. Team sports are very good for choleric.

Bibliography:

1. Ilyin E. P. Differential psychophysiology. Edition 2, supplemented and revised. SPb . : Peter, 2011. - 464 p.
2. Ilyin E. P. Psychology of individual differences. SPb . : Peter, 2012. - 345p.
3. Nemov R. S. Psychology: A Textbook. for students. Executive. ped. Proc. Edition: 6th ed. - M: humanity. ed. VLADOS Center, 2013. - 688 p.

ENTWICKLUNGSPERSPEKTIVEN IM GASTRONOMIETOURISMUS DER RUSSISCHEN FÖDERATION

A. I. Kosareva, O. B. Anisimova

Zusammenfassung. In diesem Artikel werden die wichtigsten Aspekte des Gastronomietourismus als moderne Tourismusorte in Russland.

Stichwörter: Gastronomietourismus, Reise, Gastronomietour.

Jeder Tourist, bevor sich auf eine Reise verlassen, ist gezielt. Für manche ist es ein gewöhnliches Sightseeing, für andere - ein vollständiges Eintauchen in die Kultur. Zugleich lässt die Küche und die kulinarische Kultur anderer Orte und Länder neue Eindrücke erleben.

Gastronomietourismus ist die Reise mit Geschmack genannt, weil es die kulinarischen Vergnügen, die Kultur eines Volkes am besten verstehen hilft. Die Verbraucher dieser Tour sind Touristen, die ihre Reisen, mannigfaltig machen möchten. Gourmet, Menschen, die mit Essenvorbereitung oder Essenzubereitung verbunden sind und auch Mitarbeiter von Reisebüros, die Gastronomietourismus organisieren.

Gastronomietour können in landwirtschaftliche Touren und Stadttouren aufgeteilt werden. Landwirtschaftliche Touren sind auf umweltfreundliche Produkte und auf eine Sammlung von Obst und Gemüse auf Bauernhöfen, Trauben, Waldbeeren gezielt. Im Gegensatz umarmen die Stadtgastronomietour sowie Besuch von Fabriken oder Werkstätten, die Nahrung produzieren, und als auch die Verkostung ihrer Produktionen.

Die Weinproben in der Weingüter und Getränkeindustrie werden immer beliebter. Die besondere Popularität dieser Art von Reisen ist in der Region Krasnodar, wo Trauben für lokale und europäische Sorten angebaut werden.

Lebensmittel, in der Regel, werden immer beliebter. Im Zentrum der Stadt sind es ganze Gärten gebaut. Wegen der Krisis wenden die Menschen sich an, die lokale Produktion an. Sehr verbreitet sind mobile Anwendungen mit den Rezepten. Heute

sind die Menschen besser in den betroffenen Produkten versiert und sorgen dafür dass, das Essen nützlich war. Doch ist das beliebte System der "Slow Food" zu "Fast Food" System entgegengesetzt. Es bietet gesunde Nahrung und bewährt auch die Traditionen der nationalen und regionalen Küche.

Das Konzept des Bundesprogramms für 2018 lautet es, dass Russland ein führendes Unternehmen in der Tourismusbranche wird. Es werden die Notwendigkeit über die Vergrößerung der russischen Touristen in den einheimischen Resorts, und auch ein Anziehungspunkt für Touristen aus anderen Ländern betont. Die folgenden Fragen werden gelöst: die Entwicklung von Straßen, Stromleitungen, Hotels und Restaurants. Das Hauptziel des Konzepts ist die Entwicklung des russischen Tourismusmarktes und Gastronomietouren im Besonderen.

Somit ist die Art von Gastronomietourismus in Russland noch in der Entstehungsphase. Viele Regionen haben Erfolge und Vorschläge, Routen, aber es fehlt ein gemeinsames Konzept, ein gemeinsames Informationssystem.

Literatur:

1. <http://www.gastrotur.ru/gastronomicheskij-turizm/komu-nuzhen-gastroturizm>
2. http://journal-s.org/index.php/sisp/article/view/12201416/pdf_824
3. <http://www.tourprom.ru/news/27830/>

«DER KÖNIG DER HOTELIERS UND HOTELIER DER KÖNIGE»

I. W. Oganyan, M. S. Duschko

Zusammenfassung. Dieser Artikel beschreibt die Hotelgruppe Ritz-Carlton und seinen Gründer Cesar Ritz.

Stichwörter: Hotel, Ritz, Hotelindustrie, Tourismus, Service.

In den letzten Jahren gibt es eine intensive Entwicklung des Tourismus, besonders rasch wächst die Hotelindustrie. Die Führer der Welthotelindustrie sind solche Hotelgruppen wie Hilton, Accor, Intercontinental, Choice Hotels, Carlson

Rezidor, Best Western. Im Jahre 2016 wurde sich Marriott International zur größten Hotelgruppe, kaufte dabei die Hotelgruppen Starwood Hotels und Resorts Worldwide. Zu Marriott International Hotelgruppe gehört Carlton-Ritz, der Gründer ist die Legende von der Hotelindustrie, Cesar Ritz.

Cesar Ritz, wie der Prinz von Wales von ihm sagte "König der Hoteliers und Hotelier der Könige", wurde in einer einfachen Bauernfamilie in der Schweiz geboren. Trotz seiner Herkunft, hinterließ er dauerhafte Spuren in der Geschichte der Hotelindustrie.

In Paris verwirklichte er seinen Traum und baute ein Luxushotel, das seine Philosophie verkörperte: schöne Architektur, exzellente Service und eine luxuriöse Küche. Ritz sagte: "Ritz Hotel in Paris ist ein kleines Haus, und ich bin stolz, meinen Namen mit ihm verbunden zu haben."

Es war genau Cesar Ritz, der Hauptprinzip der Service von höchster Qualität, bekannt heute für alle, formulierte: "Kunde hat immer Recht. "

Während er im Grand-Hotel arbeite und bekannte Persönlichkeiten servierte, formulierte Cesar Ritz die Anforderungen an die Hoteliers der höchsten Kategorie: "alles sehen und ein Auge bei alles zudrücken, alles hören und alles vergessen, wissen mehr als andere und den Mund halten. " Er kannte Könige, Fürsten, Minister, und sagte in seiner Karriere kein Wort über ihr Privatleben. Er besitzte Informationen, die Anlass nicht nur zu Skandalen, sondern auch zu internationalen Konflikten geben könnte.

Hier ist eine unvollständige Liste von Städten, in denen Ritzhotelgruppe vorgestellt ist: Paris, London, Monte Carlo, Rom, Frankfurt, Baden-Baden, Wiesbaden, Palermo, Lissabon, Lausanne, Kairo, Madrid, Johannesburg, New York. Für Hotelgruppe-Management gründete Ritz Hotels Ritz Development Company und trat an die Spitze.

Erbe von Ritz war die Hotelgruppe Ritz-Carlton. Ritz-Carlton ist eine internationale Hotelgruppe "Luxus" Klasse. Die Gruppe ist im Besitz von der Ritz-Carlton Hotel Company, einer Tochtergesellschaft von Marriott International, die das größte Hotel der Holdinggesellschaft in der Welt ist.

Ritz-Carlton betreibt 80 Hotels in den größten Städten und beliebtesten Ferienorten in 26 Ländern in der ganzen Welt. Gesamtzahl der Mitarbeiter ist 38 Tausend Menschen.

Literatur:

1. Лойко О. Т. Туризм и гостиничное хозяйство: учеб пособие / М. : Альфа-М, 2010. – 225с.
2. Ритц-Карлтон [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://oxus-hotel.com/>

**СФОРМИРОВАННОСТЬ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О КАЗАЧЕСТВЕ В
КГУФКСТ КАК ЧАСТЬ КУЛЬТУРНОГО НАСЛЕДИЯ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

Е. М. Манько, В. В. Суворов

Аннотация. Передача накопленного опыта из поколения в поколение - неотъемлемая часть развития любого общества, а формирование представления о казачестве как части культурного наследия Краснодарского края - основополагающая задача педагогического общества Кубани.

Ключевые слова: историческое наследие, кубанское казачество, становление личности.

Изучая большой научный пласт, связанный со становлением кубанского казачества, формируется исторический аспект развития общества своей малой родины. Это является главной опорой становления педагога как личности в социальной общности людей, проживающих на одной территории [2].

В связи с этим предпринятая попытка раскрыть аспекты сформированных в обществе представлений об основах кубанского казачества как части культурного наследия Краснодарского края, безусловно, актуальна.

Целью исследования явилось установление изменений в представлении о казачестве в процессе обучения в ФГОУ ВО КГУФКСТ. Реализацию цели данного исследования можно разделить на несколько этапов: во-первых, необходимо уточнить исходный уровень знаний о кубанском казачестве; во-вторых, выявить изменения в представлениях об этом вопросе у выпускников университета; в-третьих, установить факторы, обуславливающие изменения в представлениях о кубанском казачестве как части культурного наследия Краснодарского края.

Решив последовательно поставленные перед исследованием задачи, нам удастся определить динамику представлений о кубанском казачестве и

факторах, обеспечивающих её становление. Следовательно, при подготовке мероприятий, которые знакомят с материалами о возрождении кубанского казачества на современном этапе развития общества, будет сделан акцент на те стороны исторического опыта казачества, которые ещё не в полной мере освещены в учебно-воспитательной процессе. Здесь необходимо не забывать, что исторический опыт казачества это не только самобытная этнокультура, но исторический опыт самоуправления, опыт социальной самореализации свободной, хозяйственной личности, собственника и, в первую очередь, гражданина России, к чему стремится наше общество при формировании демократических идеалов.

Нельзя забывать и о факторе военно-патриотического аспекта возрождения казачества на Кубани [1].

Литература:

1. Емельянов Ю. Н. Особенности военно-патриотического воспитания молодежи в Кубанском казачьем войске до 1917 года [Текст] / Ю. Н. Емельянов //Историческое регионоведение Северного Кавказа – вузу и школе: Седьмая региональная научно-практическая конференция: 4. 2. – Славянск-на-Кубани, 2001. – С. 42.

2. Ерохин И. Ю. Тенденции и перспективы исторических исследований по проблеме казачества /И. Ю. Ерохин //Современные научные исследования и инновации. 2013, №11 (31). - С. 10. [Электронный ресурс]. URL: <http://web.snauka.ru/issues/2011/11/10> (дата обращения: 24. 01. 2017).

ПЕРСПЕКТИВНОСТЬ СПОРТСМЕНА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ И КРИТЕРИИ ЕЕ ОЦЕНКИ

А. А. Медведева, Л. И. Просоедова

Аннотация. Перспектива - будущее, ожидаемое, виды на будущее. Будущее развитие спортсмена и его профессиональная карьера в художественной гимнастике зависят не только от упорных тренировок, но и

определенных наследственных данных, которые необходимо выявить на начальном этапе подготовки.

Ключевые слова: художественная гимнастика, гибкость, координация, артистизм, эмоциональность, перспектива.

Определение пригодности к занятиям художественной гимнастикой зачастую начинается с оценки внешних данных, физического развития и особенностей телосложения. Предпочтение, как правило, отдается ребенку, чьи внешние данные близки к представлениям о строении тела лучших гимнасток мира. Кроме того, большое значение имеют способности, обуславливающие артистизм, эмоциональность и выразительность выполнения упражнений. Следует отметить, что в последнее время наблюдается тенденция распределения физических качеств по их значимости. Данный подход к оценке физических качеств спортсмена не представляется целесообразным, поскольку художественная гимнастика - вид спорта, многообразные упражнения которого требуют как различных физических качеств, так и разных уровней их проявления. Полагаем необходимым выделить два наиболее важных для художественной гимнастики качества – гибкость и координацию. В процессе оценки гибкости в художественной гимнастике используются в основном 6-7 контрольных упражнений: мост (подвижность в плечевых суставах, грудном и поясничном отделах); наклон вперед из седа ноги вместе (активная гибкость в нижнем отделе позвоночника и в тазобедренных суставах); удержание левой и правой ноги вперед (активная гибкость в тазобедренных суставах); три шпагата (правой, левой, поперечный (характеризуют пассивную гибкость в тазобедренных суставах). У девочек наряду с этим в процессе начального отбора проверяется выворотность. Координация определяется по временной и пространственной точности, скорости освоения и ритму выполнения определенных упражнений.

Таким образом, перспективность спортсмена в художественной гимнастике на начальном этапе его развития определяется внешними данными,

уровнем физических способностей, гибкостью и координацией движений.

Литература:

1. Береснева И. А., Ефимова К. А, Юшин А. Б. Особенности развития гибкости у художественных гимнасток 5-7 лет разных соматотипов // / Физическая культура. - № 6. – 2006.
2. Власова О. П. Развитие гибкости при обучении элементам без предмета на этапе начальной подготовки в художественной гимнастике: автореф. дис. канд. пед. наук / О. П. Власова. Омск, 2011. - 24 с.
3. Ожегов С. Толковый словарь русского языка. М.: Оникс, 201. - 736 с.

КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ МАТЕРИ И СЫНА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ

А. Н. Бабченко

Аннотация. Рассмотрена проблема взаимоотношений матери и сына в неполной семье. Представлены результаты исследования взаимосвязи возраста ребенка и его взаимоотношений с матерью.

Ключевые слова: идеализированность и симбиотизм, реализм и социальная оценка, эмоциональная привязанность, тревожность, потребность в защите.

Актуальность темы обусловлена следующим фактом.: современные матери в основной массе не домохозяйки, они работают наравне с супругами, а часто и больше их [1]. Это успешные, стремящиеся к карьере женщины, решающие большинство проблем в доме, и своей активностью они постепенно вытесняют отцов в воспитании сыновей. Исследование проводилось на базе МБДОУ «Детский сад комбинированного вида n 105» МО г. Краснодар и МБОУ СОШ n 10 МО г. Краснодар. После изучения соответствующей документации в согласии большинства испытуемых были отобраны 3 группы, по 16 человек в каждой. В исследовании принимали участие дети в возрасте 4-5, 8-9 и 13-14 лет, а также их матери. Общее количество выборки – 96 (48 – дети и 48 – их матери).

Опросник ОРО показал, что материнское отношение к сыну характеризуется высокой эмоциональной привязанностью, низкой способностью к сотрудничеству, сильной склонностью к симбиотическим отношениям, пониженными социальной требовательностью и авторитаризмом, стремлением инфантилизировать ребенка. Методика PARI подтвердила полученные результаты. Следовательно, материнское отношение не зависит от возраста ребенка и является личностно-эмоциональным.

Опросник Р. Кеттела выявил, что эмоциональное отношение сына к матери

изменяется с возрастом. Если у дошкольников большой процент эмоциональной привязанности, то к младшему и тем более старшему школьному возрасту этот процент гораздо ниже. В отношениях исчезает интимность, привязанность. Восприятие ребенком матери меняется от идеального образа к относительному, имеющему свои недостатки [2].

Рисуночный тест показал, что дошкольники воспринимают матерей в большинстве как деятельных, авторитарных, и в то же время надежных, сильных женщин, которым, тем не менее, требуется поддержка, защита. Это объясняется сильной эмоциональной связью матери и сына, на основе которой ребенок тонко подмечает все нюансы поведения матери в отношении себя и, зная, что он находится под защитой и опекой.

Младшие школьники гораздо реальней воспринимают мать, об этом говорит появившийся показатель агрессии и сниженное ощущение надежности, силы. Появляется довольно высокий показатель конфликтности, основными негативными признаками являются озабоченность, тревожность, потребность в защите. Анализ подростковых рисунков выявил, что дети в этом возрасте уже не воспринимают мать как сильное, надежное существо. Повышен уровень конфликтности, агрессии, отмечается повышенная тревожность, озабоченность в отношениях с другими, потребность в защите.

Таким образом, в неполной семье существуют особенности во взаимоотношениях между матерью и сыном, и эти особенности зависят от возраста ребенка. Проведенный эксперимент подтвердил мнение специалистов по этой проблеме. Результатом исследования стало дифференцирование особенностей детско-родительских отношений в зависимости от возраста ребенка, их процентное соотношение и графическое изображение. В целом выдвинутая гипотеза подтвердилась.

Литература:

1. Аверин В. А. Психология детей и подростков: учебное пособие. – СПб.: изд-во Михайлова В. А., - 2015.
2. Крушельницкая О. Амплуа и роли // Семья и школа. - 2015. - № 1.

РОЛЬ ИГРЫ В ПСИХИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ РЕБЁНКА

Н. В. Бережная

Аннотация. В работе излагается роль игровой деятельности, ее необходимость в этапном развитии для гармоничного становления личности ребенка.

Ключевые слова: игра, игровая деятельность, особенности влияния игры, характеристика игровой деятельности.

Игра удовлетворяет потребности ребенка, она является его ведущей деятельностью, проявляется в результате общественной потребности, которая предполагает подготовку маленьких детей к дальнейшей жизни. Многие области развиваются благодаря игре, такие как психосоциальная, физическая и когнитивная. От игровой деятельности напрямую зависит, будет в дальнейшем развиваться личность. Игра является подготовительным этапом для детей к продолжению дел предыдущего поколения, в результате чего происходит становление и развитие определенных способностей и качеств, которые необходимы для дальнейшей деятельности, чтобы успешно реализовать себя в будущем.

Вопрос об игровой деятельности вызывает интерес у психологов, родителей, а также у педагогов в связи с тем, что методы психолого-педагогического воздействия совершенствуются, а это влияет на формирование личности ребенка, то есть на развитие интеллектуальных, коммуникативных и творческие способности. Цель исследования – определить особенности влияния игры на развитие ребёнка. Характеристика игровой деятельности обуславливается тем, что в современной педагогической системе игра является ведущим видом деятельности ребенка.

В своей игре ребенок реализует свои основные потребности. И по ходу своего развития ребёнок становится более самостоятельным, расширяется его кругозор, в результате чего у него возникает внутренняя потребность, которая

ведет его к подражанию действий взрослых людей, что в обыденной жизни ему пока недоступно. В игровой деятельности ребенок примеряет на себя роль взрослого, которая сохранилась у него в памяти. В своей игре ребенок выражает свои мысли, чувства, потребности, желания и представления (Н. А. Пахомова, 2013).

В процессе исследования выявлено, что игра является основным и сильным видом активности детей, в процессе которого происходит знакомство и познание с окружающим миром. Особенность дошкольного возраста заключается в необходимости делиться в игре своими впечатлениями и переживаниями. При изучении развития игры у дошкольников выделяется ее главная особенность: игра затрагивает все грани личности ребенка, в ней ярко работает сюжет, она обогащена эмоциями, энергичными действиями, волевыми и моральными стараниями (Л. В. Ковинько, 2009).

Литература:

1. Ковинько Л. В. Воспитание младшего школьника: пособие для студентов средних и высших учебных заведений, учителей начальных классов и родителей /Л. В. Ковиньков. - М.: ИЦ «Академия», 2006. – 288 с.
2. Пахомова Н. А. Сюжетно-ролевая игра как средство всестороннего развития ребенка / Н. А. Пахомова // Обучение и воспитание: методика и практика. – 2013. - № 10. - С. 232-235.
3. Смирнова Е. О. Понятие «игра» в зарубежной и отечественной психологии / Смирнова Е. О. // Современная зарубежная психология. - 2014. - № 4. - С. 5-17.

РОЛЬ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ УМЕНИЙ В АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Т. В. Березяная

Аннотация. В работе обозначена проблема развития универсальных психологических умений в различных сферах деятельности учащихся младших

классов. Рассмотрено основное содержание универсальных учебных навыков.

Ключевые слова: универсальные учебные умения, младший школьный возраст, личностные навыки, регулятивные навыки, познавательные навыки, коммуникативные навыки.

Огромные культурные и технические достижения, «охватившие все сферы» [2, с. 19] жизни человека, объективно свидетельствуют о новом историческом состоянии цивилизации. Главной особенностью современного информационного общества выступает снятие общекультурных и психологических барьеров между разными странами и народами [2, с. 20]. Возникшая неустойчивость социально-экономической обстановки вызвала «глубинные изменения» [1, с. 45] различных психологических процессов (сознание, мышление, восприятие мотивационной и эмоциональной сферы деятельности, этических и ценностных сторон жизни). Наиболее выражено они проявляются в детском возрасте, когда формируются социальные, умственные и индивидуальные особенности.

Из этого следует необходимость развития универсальных учебных умений не только в школе, но и в спортивных секциях, начиная с младшего школьного возраста. Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту, универсальные учебные умения можно сгруппировать по четырём основным блокам:

- 1) личностные – сконцентрированы на осознании жизненных ценностей и ориентацию в нравственных нормах;
- 2) регулятивные – направляют познавательную и учебную деятельность с помощью планирования и оценки своих действий;
- 3) познавательные – ориентированы на поиск, отбор и структурирование изученной информации;
- 4) коммуникативные – обеспечивают возможность эффективного сотрудничества с педагогами и сверстниками.

В связи с тем что в начальных классах реализация развития

вышеперечисленных навыков становится невозможной из-за перегруженности учебного плана формирование указанных умений возможно в сфере спортивной деятельности младших школьников. Разработка методик совершенствования этих умений является перспективной для дальнейших наших исследований.

Литература:

1. Фельдштейн Д. И. Глубинные изменения современного детства и обусловленная ими актуализация психолого-педагогических проблем развития образования / Д. И. Фельдштейн // Вестник практической психологии образования. – 2011. – № 1. – С. 45-54.

2. Фельдштейн Д. И. Психолого-педагогическая наука как ресурс развития современного социума / Д. И. Фельдштейн // Психологическая наука и образование. – 2012. – № 1. – С. 19-32.

ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПСИХОСОЦИАЛЬНОЙ ЗРЕЛОСТИ И ПЕРФЕКЦИОНИЗМА У ВОЛЕЙБОЛИСТОВ Г. КРАСНОДАРА

Л. А. Гладилина

Аннотация. В данной работе мы затронули гендерные особенности проявления личностной зрелости и перфекционизма у девушек и юношей, занимающихся волейболом.

Ключевые слова: перфекционизм, личностная зрелость, психосоциальная зрелость, волейболисты.

Современный спорт предъявляет одинаково жесткие требования как к юношам, так и к девушкам. Но восприятие, переживание, адаптация к таким условиям будет различной в зависимости от пола. Спортсмены находятся под пристальным вниманием к их достижениям, что создает особую атмосферу для развития и становления психологических свойств личности. В нашей статье мы рассматриваем, каковы же эти особенности в рамках представленной темы. В

исследовании приняли участие 52 волейболиста, из которых 33 девушки и 19 юношей.

Анализ результатов нашего исследования показал, что для юношей характерно большее проявление такого показателя психосоциальной зрелости, как «самодетерминация», что говорит о том, что юноши больше, чем девушки внутренне мотивированы по отношению к своей деятельности, конкретнее ставят для себя цели.

Также было получено достоверное различие по показателю «перфекционизм, ориентированный на других», в котором также юноши имеют более высокие значения, что говорит о том, что они склонны предъявлять к окружающим более высокие требования. Исходя из этого, мы можем предположить, что самодетерминации у юношей влияет на восприятие и отношение к окружающим. Так как они склонны сами ответственно и основательно подходить к решению задач, то они и ожидают такого же отношения от других: раз могут они, значит, и другие на это способны.

Были получены достоверные отрицательные корреляционные взаимосвязи у девушек между показателями «социально предписанный перфекционизм» и «психологическая защита», а у юношей между «социально предписанный перфекционизм» и «самодетерминация». Полученные данные оказались весьма интересными, т. к. получается, что юношам проще выдерживать давление окружающих тогда, когда они внутренне мотивированы, знают, к какой цели идут, и их сложно сбить с пути, а девушки оказываются в такой ситуации, что им хватает сил справиться с давлением окружающих только тогда, когда у них достаточна высокая психологическая защита. Исходя из этого, нам кажется, что юноши используют более конструктивные, личностно зрелые пути преодоления негативного проявления социально предписанного перфекционизма.

Литература:

1. Нартова-Бочавер С. К. Психологическая суверенность как критерий личной зрелости // Феномен и категория зрелости в психологии. - М., 2007. -

С. 149–173.

2. Распопова А.-С. Возрастные особенности проявления перфекционизма в спорте: автореф. дис. ... канд. психол. Наук: 13.00.04 / Распопова Анна Сергеевна. - Краснодар, 2012.

3. Русалов В. М. Зрелость: эмоциональная, нравственная, личностная, интеллектуальная, социальная, биологическая. Единая или множественная характеристика / В. М. Русалов // Феномен и категория зрелости в психологии. - М., 2007. - С. 13–28.

МЕХАНИЗМЫ АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА Г. КРАСНОДАРА

Л. А. Гладилина, С. О. Пшава

Аннотация. В данной работе рассмотрены основные особенности и механизмы адаптации первокурсников к новым для них условиям обучения.

Ключевые слова: первокурсники, адаптация, условия обучения, психологический климат.

Изменения, постоянно происходящие в современном обществе, требуют от нынешней системы высшего образования нового взгляда на процесс подготовки высококвалифицированных кадров.

Начало студенческой жизни – это весьма интенсивный период адаптации к новым условиям обучения. Первокурсники должны усвоить много информации, освоить требования, предъявляемые факультетом, влиться в новый коллектив.

Смена ситуации обучения может вызвать у студентов неуверенность, дискомфорт. Поэтому успешная адаптация первокурсников к условиям обучения в вузе – залог конструктивного развития каждого студента не только как будущего специалиста, но и как успешно функционирующего члена общества.

Именно поэтому мы уделили большое внимание диагностике уровня адаптации первокурсников к условиям обучения в университете. Основную выборку составили студенты Гуманитарного колледжа КГУФКСТ. В исследовании приняли участие 169 человек, из них 89 юношей и 80 девушек.

В результате проведенной диагностики нами были выявлены следующие закономерности процесса адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе: наиболее развитыми оказались такие компоненты, как самоприятие, эмоциональный комфорт и интернальность. Стоит отметить, что все перечисленные характеристики являются личностно обусловленными особенностями адаптации. При этом особенности адаптации, связанные с социальными взаимодействиями, такие как принятие других людей и доминирование, развиты меньше всего.

Удовлетворенность психологическим микроклиматом в учебных группах выражена на среднем уровне. Кроме того, мы выяснили, что такие показатели, как принятие других, адаптивность, эмоциональный комфорт и интернальность напрямую взаимосвязаны с уровнем комфортности психологического микроклимата, а ведомость отрицательно коррелирует с показателем психологического микроклимата. Это свидетельствует о том, что индивидуальные особенности адаптации влияют на субъективное ощущение комфортности пребывания студентов первого курса в учебных группах.

Литература:

1. Голубева Н. М., Голованова А. А. Факторы адаптации студентов к образовательной среде вуза // Известия Саратовского университета. - 2014. - № 2. - С. 125–130.
2. Елгина Л.-С. Социальная адаптация студентов в вузе // Вестник Бурятского государственного университета. - 2010. - № 5. - С. 162–166.
3. Сафукова Н. Н. Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения // Вестник Бурятского государственного университета. - 2017. - № 5. - С. 89–95.

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ И ТРЕВОЖНОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

К. А. Дробышева

Аннотация. В представленном тезисе рассматриваются результаты исследования взаимосвязи характеристик образовательной среды и тревожности у подростков и юношей.

Ключевые слова: тревожность, образовательная среда, подростки, юноши.

Образовательная среда - это социальное пространство, которое специально организовано для формирования и гармоничного развития личности учащихся [1]. Находясь в стенах учебного заведения, обучающиеся нередко сталкиваются с разного рода негативными факторами, которые пагубно воздействуют на их личность и ведут к повышению тревожности, которая представляет собой переживаемое чувство эмоционального дискомфорта, неопределенности [2]. Психологически безопасная образовательная среда положительно влияет на личностное развитие учащихся.

Цель данного исследования: рассмотреть особенности взаимосвязи тревожности и характеристик образовательной среды в подростковом и юношеском возрасте. В исследовании приняли участие 80 человек в возрасте от 13 до 18 лет. Нами использовались следующие методы психодиагностики: методика диагностики самооценки уровня тревожности Ч. Д. Спилбергера, Ю. Л. Ханина, методика психологической безопасности образовательной среды школы И. А. Баевой.

Согласно полученным диагностическим данным, в обеих выборках умеренный уровень реактивной и личностной тревожности, что является оптимальным для активной деятельности, достоверных различий выявлено не было. Также в обеих группах был зафиксирован высокий уровень позитивного

отношения к компонентам образовательной среды. У подростков компонент «удовлетворённости характеристиками образовательной среды» высокий (4,04), у юношей данный компонент, средний (3,92). В среднем диапазоне у подростков находятся такие показатели как, «защищенность в образовательной среде школы от одноклассников» (2,79) и «защищенность в образовательной среде школы от учителей» (2,90), а у юношей они высокие (3,2 и 3,05). При этом «защищённость в образовательной среде от одноклассников» у юношей достоверно выше. По данным корреляционного анализа у подростков обнаружена обратная взаимосвязь между реактивной тревожностью и «уровнем защищенности в образовательной среде школы от одноклассников и учителей». У юношей реактивная и личностная тревожность имеют обратную корреляционную взаимосвязь с «уровнем удовлетворенности характеристиками образовательной среды» и «уровнем защищенности в образовательной среде от преподавателей», и реактивная тревожность имеет обратную взаимосвязь с «уровнем защищенности в образовательной среде от одноклассников».

Литература:

1. Баева И. А. Психологическая безопасность образовательной среды как ресурс психического здоровья субъектов образования // Психологическая наука и образование. - 2012. - № 4. - С. 11–17.
2. Прихожан А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. - СПб. : Питер, 2009. - 192 с.

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ФИГУРИСТОВ

А. В. Каверза, Г. Б. Горская

Аннотация. В работе проводится (исследование) тестирование эмоциональной устойчивости и особенности мотивации фигуристов из города Краснодара.

Ключевые слова: эмоциональная устойчивость, спортсмены, мотивация,

фигуристы.

Психическая устойчивость для современных спортсменов является важным фактором достижения успеха, раскрытия своих способностей. Длительное время работа над устойчивостью к стрессу осуществлялась только со спортсменами высокой квалификации, но возрастание уровня конкуренции в спорте высших достижений привело к пониманию того, что основы психической устойчивости должны закладываться с первых шагов спортсмена в спорте. Важными психологическими регуляторами устойчивости к стрессу являются «мотивация, тревожность, эмоциональная устойчивость».

Данное исследование посвящено изучению двух из этих факторов: «эмоциональной устойчивости и особенностей мотивации. В исследовании приняли участие 65 фигуристов в возрасте от 9 до 12 лет, занимающиеся в центре спортивной подготовки города Краснодар. Уровень эмоциональной устойчивости оценивался по методике «Спортсмены, насколько вы выносливы?», по тесту на эмоциональную устойчивость, мотивацию по методике «Почему я занимаюсь спортом?» разработанной на основе теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана.

Результаты исследования показали, что для спортсменов характерен высокий уровень мотивации, в целом по группе эмоциональная устойчивость у спортсменов низкая. Низкий уровень эмоциональной устойчивости был обнаружен у 54,3 %, среднего уровня - у 30,7 % и только 15 % - высокого уровня. Самым низким показателем у всех исследуемых фигуристов является моральная устойчивость – она зависит от способностей быстро оставлять неудачи позади. По тестам мотивации выявлено, что лишь 15 % спортсменов плохо мотивированы.

Результаты исследования показывают, что необходимо постоянно оптимизировать уровень эмоциональной устойчивости и уровень мотивации над формированием правильной самооценки, которая бы повышала уверенность в себе. При проведении этих мероприятий можно ожидать, что

спортсмены в полной мере продемонстрируют тот уровень подготовки, который предусматривается в условиях соревнований.

Литература:

1. Фигурное катание на коньках: учеб. для ин-тов физ. Культ; под общ. ред. А. Н. Мишина. – Москва: Физкультура и спорт, 1985. – 271 с.
2. Козлова О. Б. Методы психической подготовки спортсменов-фигуристов в процессе формирования их соревновательной готовности : автореф. дис. ... канд. пед. наук / О. Б. Козлова ; ВНИИФК. – Москва, 1988. 24 с.

МОТИВАЦИЯ В СИСТЕМЕ ПРЕОДОЛЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ИНСТРУКТОРОВ ПО ФИТНЕСУ

С. Н. Караулова

Аннотация. Работа посвящена изучению уровня мотивации и ее влияния на личностную активность инструкторов по фитнесу. Мотивация выступает как основа, побуждающая к достижению цели. В основу данного исследования положена концепция о положительной и отрицательной мотивации.

Ключевые слова: мотивация, положительная мотивация, отрицательная мотивация, инструктор по фитнесу.

Вопрос мотивации, связанный с профессиональной деятельностью и нацеленный на положительный результат, является одним из актуальных в современной психологии. Существует следующая классификация видов мотивации: внешняя и внутренняя, устойчивая и неустойчивая. Также положительная и отрицательная мотивации представлены как мотивации к достижению успеха и избеганию неудач, которые являются равноценными в побуждении к действию.

А. Н. Леонтьев, отечественный исследователь, в основу побуждения к

деятельности выносит мотивацию, а результат деятельности может иметь как положительной, так и отрицательный характер.

В зависимости от вида мотивации психологические портреты личности также имеют кардинальные различия. Мотивация к достижению успеха влияет на личностную активность и одновременно зависит от потребности в достижении положительных результатов. Тогда как мотивация избегания неудачи направлена на снижение потребности в действии с целью избежать ошибок, порицания и, как следствие, ожидания неприятных последствий.

В зарубежной психологии вопрос профессиональной мотивации был представлен в исследованиях К. Замфир, Ф. Герцберга, Д. Макклелланда Дж. Аткинсона, Х. Хекхаузена и др. Немецкий ученый Ф. Буркард утверждает, что установка на защитное поведение в работе зависит от 3-х факторов: степени предполагаемого риска, преобладающей мотивации, опыта неудач на работе.

С этой точки зрения мы рассмотрели мотивацию как один из ресурсов по преодолению эмоционального выгорания у инструкторов по фитнесу. Для нашего исследования мы использовали методику диагностики мотивации к достижению успеха и избеганию неудач Т. Элерса. Анализ данных демонстрирует следующие результаты: 35 % инструкторов по фитнесу показали низкий уровень мотивации к успеху, 45 % - средний уровень, у 20 % наблюдается высокий. Полученные результаты проанализированы с учетом показателей мотивации избегания неудач, согласно данной методике. Так, у 40 % выявлена ориентация на избегание неудач, 40 % - имеют средний уровень мотивации избегания неудач и 20 % - низкий.

С точки зрения Д. Макклелланда, условия развития мотивации к достижению успеха сохраняется и во взрослом возрасте, за счет обучения в контексте профессиональной деятельности. Главным условием является осознание преимущества успешных достижений.

Литература:

1. Леонтьев А. Н. Деятельность, сознание, личность. - М., 1982.
2. Мартин Э. П. Новая позитивная психология: Научный взгляд на

счастье и смысл жизни / пер. с англ. - М. : Издательство «София», 2006. - 368 с.

3. Олышанская С. А., Баскакова Е. Н. Особенности реакций на неудачи во взаимосвязи с уровнем субъективного контроля у спортсменов подросткового возраста // Физическая культура, спорт - наука и практика. - 2013. - № 3. - С. 60-65.

ПОТЕРЯ И ПРИОБРЕТЕНИЕ ПЕРСОНАЛЬНЫХ РЕСУРСОВ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИНСТРУКТОРОВ ПО ФИТНЕСУ

С. Н. Караулова

Аннотация. Исследование персональных ресурсов является актуальной проблемой в психологии личности, а также имеет перспективные направления в формировании ресурсного потенциала специалистов. Данное исследование направлено на выявление индекса ресурсности инструкторов по фитнесу, потерю и приобретение ресурсов в профессиональной деятельности.

Ключевые слова: персональные/личностные ресурсы, индекс ресурсности, инструктор по фитнесу, профессиональная деятельность, эмоциональное выгорание.

Профессиональная деятельность в современном мире нуждается в психологической готовности и устойчивости к постоянно меняющимся условиям. Стрессоустойчивость, высокая трудоспособность, стремление к саморазвитию и достижению поставленных задач – эти характеристики можно встретить в каждой анкете-резюме при трудоустройстве [1]. В этой связи актуальным вопросом становится: «Где взять силы для успеха?», а другими словами, речь идет о ресурсах, позволяющих быть конкурентоспособными. Данной проблеме посвящены работы многих зарубежных и отечественных исследователей, таких как Maslach С., Jacksons., Aronson E., PinesA., а также Форманюк Т. В., Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С., Мальцева Н. В., Орел

В. Е. и др.

Ресурсная концепция Хобфолла, раскрывающая значимость ресурсного потенциала, говорит о том, что предпосылкой эмоционального выгорания, снижения личностной активности является результат дисбаланса между приобретением и потерей персональных ресурсов. Таким образом, проблема выгорания затрагивает вопрос о взаимодействии стресс-факторов, провоцирующих данный синдром, и персональных ресурсов, способных предотвратить его формирование.

В теоретическом плане необходимо выявить возможный спектр персональных ресурсов и конкретизировать их в целях не допустить появления симптомов эмоционального выгорания. В практическом плане необходимо выявить взаимодействие ресурсов между собой с целью формирования ресурсного потенциала и сформировать у человека устойчивый взгляд на систему адаптации к сложным жизненным обстоятельствам, подобно иммунитету.

В своем исследовании мы использовали опросник Н. Водопьяновой и М. Штейн «Потеря и приобретение персональных ресурсов», что позволило выявить уровень ресурсного индекса у инструкторов по фитнесу. Итак, 37 % инструкторов по фитнесу имеют низкий уровень индекса ресурсности; 9 % опрошенных - высокий и соответственно 54 % - средний уровень.

С помощью полученных данных удалось выстроить программу тренинга по формированию ресурсного потенциала и борьбы с потерей необходимых персональных ресурсов, с учетом индивидуальных показателей участников.

Литература:

1. Водопьянова Н. Е. Профилактика и коррекция синдрома выгорания / Н. Е. Водопьянова. – СПб. : Изд-во СПб. ун-та, 2011. – 160 с.
2. Леонтьев Д. А., Александрова Л. А., Лебедева А. А. Специфика ресурсов и механизмов психологической устойчивости студентов с ОВЗ в условиях инклюзивного образования // Психологическая наука и образование. - 2011. - № 3. - С. 80–94.

3. Ольшанская С. А., Ольшанский А. В., Giuseppe. Позитивное влияние стресса в педагогической деятельности / В сборнике: Теоретические и практические проблемы современного образования: материалы III Международной научно-практической конференции, 2014. - С. 203-209.

РЕСУРСНЫЙ ПОДХОД В СИСТЕМЕ ПРЕОДОЛЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ИНСТРУКТОРОВ ПО ФИТНЕСУ

С. Н. Караулова

Аннотация. Работа посвящена актуальной проблеме, с которой сталкивается большинство специалистов, работающих в сфере услуг и связанных со спортивной деятельностью – с эмоциональным выгоранием. Исследование направлено на выявление личностных ресурсов и формирование ресурсного потенциала тренеров по фитнесу в целях борьбы с профессиональным стрессом.

Ключевые слова: личностные ресурсы, эмоциональное выгорание, ресурсный потенциал, инструктор по фитнесу, профессиональный стресс.

В современном мире наличие профессии и самоопределения взрослого человека как профессионала в той или иной сфере является одним из ведущих направлений социализации личности. Деятельность, в процессе которой возникают межличностные взаимодействия типа «человек - человек», неизбежно влекут за собой различные виды профессионального стресса, наиболее распространенным из которых является эмоциональное выгорание. Для таких профессий характерны неустойчивость настроения, частые перепады его без видимых причин, самоподавление отрицательных эмоций. Рассогласованность личностных и ситуационных факторов является причиной возникновения предпосылок к формированию синдрома эмоционального выгорания.

Понятие «личностные ресурсы» подробно описывается в большом количестве современных исследований, связанных с изучением психоэмоционального состояния специалистов в сфере помогающих профессий. Ключевым направлением является изучение ресурсов личности, направленное на преодоление трудных жизненных ситуаций.

В современной отечественной психологии понятие «личностные ресурсы» было представлено в исследованиях В. А. Бодрова, Н. Е. Водопьяновой, К. Муздыбаевой и др. Из зарубежных исследователей следует отметить работы Э. Формы, С. Хобфола и С. Мади, которые ввели понятие «жизнестойкость», аналогичное введенному термину Д. А. Леонтьевым - «личностный потенциал»

С помощью методики «Тест жизнестойкости» С. Мади в интерпретации Д. А. Леонтьева нам удалось определить уровень жизнестойкости. Были получены следующие результаты по трем компонентам: по шкале вовлеченности 43 % инструкторов показали средний уровень, 9 % - высокий уровень вовлеченности, у 48 % респондентов наблюдается низкий уровень вовлеченности. Шкала контроля находится в диапазоне от желания достичь желаемого результата до ощущения собственной беспомощности: у 52 % инструкторов преобладает средний уровень, у 7 % - высокий уровень контроля, у 41 % - низкий уровень контроля. В целом по выборке у 46 % инструкторов преобладает средний уровень жизнестойкости, у 12 % - высокий уровень и у 42 % студентов отмечается низкий уровень жизнестойкости. Одним из важных направлений ресурсного подхода является формирование ресурсного потенциала посредством увеличения спектра ресурсов в результате работы над собой. В этой связи у человека формируется устойчивый взгляд на систему адаптации к сложным жизненным обстоятельствам.

Литература:

1. Бабич О. И. Личностные ресурсы преодоления синдрома профессионального выгорания педагогов: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. - Хабаровск, 2007. - С. 23.

2. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса. - Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса // Психологический журнал. - 2006. - С. 115-116.

3. Ольшанская С. А. Развитие субъектности личности спортсменов подросткового возраста // Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации» (28-29 ноября 2014 г., г. Краснодар) / ред. С. М. Ахметов, Г. Д. Алексанянц, Г. Б. Горская, Г. А. Макарова. - Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2014.- С. 120-124.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ ПОДРОСТКОВ В ШКОЛЕ

О. Н. Кириченко

Аннотация. Представлены результаты исследования школьной тревожности у подростков, а также рассматривается вопрос: почему тревожность возникает у учащихся и как она влияет на учебу.

Ключевые слова: тревожность, подростки, школа, семья, сверстники.

Подростковый возраст - стадия развития между детством и взрослостью (от 11–12 до 16–17 лет), которая имеет особенные изменения, связанные с половым созреванием и вхождением во взрослую жизнь [2]. На этот период ребенок имеет повышенную возбудимость, импульсивность и тревожность. Детей в этом возрасте волнуют вопросы, связанные с их внешностью, проблемами в школе, взаимоотношениями с родителями, учителями, сверстниками. Непонимание со стороны взрослых только усиливает неприятные ощущения. Сильную обеспокоенность психологов в последние годы вызывает формирование тревожных состояний в условиях школы. Школа открывает перед ребенком мир социально-общественной жизни. Многие основные свойства и личностные качества закладываются в этот период жизни, и от того, как они будут сформированы, будет зависеть дальнейшее развитие

ребенка [1].

Нами использовалась методика диагностики уровня школьной тревожности Р. Филлипса. Было проведено исследование в пятых классах. В исследовании приняли участие 50 учеников пятых классов. Анализ уровня тревожности подростков показал, что уровень тревожности у большинства учащихся нормальный. Высокий уровень общей тревожности отмечен только у одного учащегося по шкале страх самовыражения, а также у большинства учащихся повышенная тревога по шкале М.: страх ситуации проверки знаний и страх несоответствовать ожиданиям окружающих.

Согласно проведенному анализу, можно сделать вывод, что у учащихся пятых классов хорошая включаемость в школьную жизнь, взаимоотношения между сверстниками и учителями, но дети боятся открыть себя другим во время занятий, опасаясь, по-видимому, негативных оценок со стороны одноклассников и учителей, они испытывают сильные отрицательные эмоции в ситуациях проверки знаний. Данные обстоятельства говорят о неблагополучии, т. к. это приводит к нарушению у школьников адекватной мотивации, формирует мотивацию избегания неудачи, следствием чего становятся пропуски уроков, снижение познавательного интереса и т. д.

Литература:

1. Кученко Т. О. Детская тревожность // Воспитание школьников. – № 5. - 2002. – С. 43-44 с.
2. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. - М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. - 304 с.

РОЛЬ СЕМЬИ В ПСИХИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ РЕБЕНКА

О. Н. Кириченко

Аннотация. В тезах изложено следующее: целью семьи являются

хороший микроклимат в семье, между родителями и детьми, любовь к детям, что позволяет ребенку гармонично развиваться и поддерживает его психическое развитие.

Ключевые слова: семья, развитие, родители, дети, социальная группа, воспитание.

Семья – это древнейший социальный институт, ячейка общества, состоящая из людей, которые поддерживают друг друга социально, экономически и психологически [1].

Будучи малой социальной группой, семья подвергается влиянию всех процессов, происходящих в обществе, испытывает на себе расцветы и падения государств, войны, революции, реформы. Все то, что ребенок получит в семье, он потом вернет туда же. Нужно всегда помнить, что основные черты личности и характера, манера поведения и общения - все это закладывается в процессе семейного воспитания.

Е. И. Артамонова, Е. В. Екжанова и Е. В. Зырянова приводят описанные разными исследователями стили семейного воспитания: демократический, авторитарный, гиперопека, повышенная моральная ответственность, гипопротекция, эмоциональное отвержение, жестокое обращение.

Атмосфера в семье обусловлена взаимоотношениями всех членов семьи, проживающих совместно. И в то же время просто необходимо обращать внимание на степень родительского эмоционального участия в переживаниях детей, авторитетность родителей и степень их контроля детей. Если отношение к ребенку эмоционально нейтральное, холодное, то это самым неблагоприятным образом отражается на ребенке [2].

Мы использовали опросник «Стиль воспитания» (по Р. В. Овчаровой), с помощью которого мы опреляли основной стиль воспитания и взаимодействия родителей с ребёнком. В анкетировании приняли участие 13 родителей.

В результате анализа установлено одинаковое количество ответов у родителей выбравших демократический и авторитарный стиль воспитания,

меньшая часть выбрала либеральный стиль.

Таким образом, можно сделать вывод, что наиболее приемлемый стиль воспитания - демократический. Эти родители развивают у ребенка уверенность в себе, заботятся о своих детях, они прислушиваются к запросам ребенка. Дети родителей, которые выбирают демократический стиль общения, чаще добиваются успехов в своей взрослой жизни.

Литература:

1. Азаров Ю. П. Семейная педагогика. Серия «Мастера психологии». - СПб. : Издательство «Питер», 2011. - 400 с.

2. Юдина Н. В. Влияние семейных отношений на психическое развитие детей. Психологические науки: теория и практика: материалы II междунар. науч. конф. - М.: Буки-Веди, 2014. - 80 с.

ВЛИЯНИЕ РАЗВОДОВ РОДИТЕЛЕЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ

Я. В. Китова

Аннотация. В данном тезисе раскрыт смысл понятия «развод», сформулированы последствия развода и его влияние на детей.

Ключевые слова: развод, влияние развода на детей, семейные отношения, кризис семейных отношений.

Семейные отношения появились давно, и так сложилось, что в «нормальной» во всех смыслах семье должны быть два родителя. Но, как и в любой системе, в семье имеются кризисные периоды, во время которых обостряются разные проблемы, возникают конфликтные ситуации, ссоры и серьезные переживания. К сожалению, далеко не каждая семья может справиться со всеми возникшими трудностями, пережить, преодолеть их и двигаться дальше. Любые отношения, существующие между людьми, могут неизбежно прийти к концу. Иногда развод - это единственный оптимальный

выход из сложившейся ситуации.

Для взрослых и детей семья означает совершенно разные вещи. Что касается взрослых, то они сами создают свою семью, это их собственный выбор, их принятое решение. Правильный или нет, но это их поступок, совершенный во взрослом зрелом возрасте и из определенных соображений. Взрослые начинают совместную жизнь потому, что сами к ней стремятся. Для ребенка все это является лишь предысторией его существования, то, что было давным-давно и никак не могло быть по-другому.

Развод, по мнению психологов, - стрессовая ситуация, наносящая вред душевному и психическому состоянию не только супругов, но особенно их детям. Для взрослых развод - это малоприятное, болезненное, порой драматическое переживание. Но они идут на него по своей собственной воле и, как они считают, из лучших побуждений. А для ребенка развод воспринимается как настоящая трагедия, которая в первую очередь связана с разрушением их сложившегося образа жизни. Чем на более ранний возраст приходился развод, тем негативнее оценивают собственное будущее как мальчики, так и девочки из разведенных семей. Если дети еще маленькие, не старше 2–3 лет, то, скорее всего, это событие не окажет значительного влияния. Дети в возрасте 3,5–6 лет очень травматично переносят развод родителей. Нередко в случае развода они обвиняют во всем себя. Ребенок в 6–10 - летнем возрасте обычно испытывает злость и длительное чувство обиды. Часто дети замыкаются в себе, им трудно найти контакт и общий язык с другими. В 10–11 лет у детей нередко возникает чувство ненужности, заброшенности и злобы на весь мир.

Развод исключительно отрицательно влияет на детей. Известен тот факт, что поведение детей, чьи родители жили вместе и постоянно ссорились и конфликтовали между собой, более агрессивно, чем тех детей, чьи родители развелись. Поэтому уместно сделать вывод, что из двух зол выбирают меньшее.

Литература:

1. Карцева Л. В. Психология и педагогика социальной работы с семьей: учебное пособие / Л. В. Карцева. - Дашков и К, 2012 - 224 с.

2. Осипова А. А. Общая психокоррекция: учебное пособие / А. А. Осипова. - М.: СФЕРА, 2012. - 510 с.

3. Савинов Л. И. Социальная работа с детьми в семьях разведенных родителей: учебное пособие. - 6-е издание, перераб. и доп. / Л. И. Савинов. - М., 2013. - 260 с.

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И ИНТЕЛЛЕКТА У РАБОТНИКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

А. Л. Липкина, Т. И. Зернова

Аннотация. Полученные результаты настоящего исследования свидетельствуют, с одной стороны, о наличии среднего уровня эмоционального выгорания, в меньшей степени о проявлении деперсонализации, но, с другой стороны, при диагностике эмоционального интеллекта у тренеров и учителей по физической культуре и спорту наименее сформирован компонент «управление своими эмоциями».

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, эмоциональный интеллект, физическая культура, спорт, социальные взаимоотношения, деперсонализация.

Актуальность исследования состоит в необходимости современного человека любой профессии быть компетентным в понимании и выражении эмоций, вместе с тем в обществе искусственно культивируется рациональный образ жизни и запрет на выражение эмоций, который может порождать разнообразные негативные последствия [1]. Работники сферы физической культуры и спорта в процессе своей профессиональной деятельности воздействуют на других и сами испытывают воздействия, идущие от них, переживая различные эмоции, умение управлять которыми несомненно влияет на продуктивность работы, здоровье и создание гармоничных отношений с другими людьми [2, 3]. Проблема диагностики эмоционального выгорания и интеллекта недостаточно изучена у тренеров и учителей физической культуры,

поэтому цель нашего исследования – выявить особенности эмоционального выгорания и интеллекта у работников физической культуры и спорта. В работе использовались методы психодиагностики эмоционального интеллекта и выгорания. В исследовании приняли участие 28 работников физической культуры и спорта (16 мужчин и 12 женщин).

В результате исследования нами было установлено, что в данной выборке работников физической культуры и спорта зафиксирован средний уровень эмоционального интеллекта (39,9 балла). Особенно выражен показатель – эмоциональная осведомленность (11,3 балла). Наименьшее значение выявлено по показателю – управление своими эмоциями (7,3 балла). Что касается анализа полученных данных по эмоциональному выгоранию, то значения всех параметров данного показателя находятся на среднем уровне (62,1 балла), в меньшей степени проявляется шкала деперсонализации (7,8 балла).

Все вышеизложенное позволяет сделать вывод о позитивных тенденциях в эмоциональной сфере работников физической культуры и спорта, с одной стороны, и необходимости создания для них программы по развитию эмоционального интеллекта и обучению навыкам управления собственными эмоциями, с другой.

Литература:

1. Багадирова С. К. Материалы к курсу «Психология спорта». учебное пособие. – М.: Директ-Медиа, 2014. – 247 с.
2. Горская Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 220 с.
3. Ильин Е. П. Психология спорта. - СПб. : Питер, 2012. – 352 с.

ОСОБЕННОСТИ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА, ЛОКУСА КОНТРОЛЯ И МОТИВАЦИИ У СПОРТСМЕНОВ РАЗНОГО ВОЗРАСТА

Е. С. Нечитайло, Т. И. Зернова

Аннотация. В результате исследования спортсменов разного возраста

выявлен высокий уровень перфекционизма. Для подростков характерна высокая внутренняя мотивация к занятиям спортом, мотивация к успеху и интернальность, в отличие от юношей-спортсменов, которым необходимо психологическое сопровождение их спортивной подготовки.

Ключевые слова: перфекционизм, локус контроля, мотивация, тревожность, спортсмены, подростки, юношеский возраст.

В силу жесткой конкуренции, высоких физических и психических нагрузок в спорте возрос интерес феномена перфекционизма в спортивной деятельности, где он рассматривается как многомерное явление [1]. Различные формы перфекционизма в разные возрастные периоды могут как стимулировать деятельность, направленную на достижения, так и оказывать негативное влияние [3], вызывая эмоциональное перенапряжение и деструктивные изменения в развитии личности [2]. Поэтому целью нашего исследования стала попытка провести сравнительный анализ особенностей перфекционизма, локуса контроля и мотивации у спортсменов разного возраста. Методы психодиагностики включали в себя следующие опросники: «Диагностика перфекционизма», «Уровень субъективного контроля», «Почему я занимаюсь спортом», «Мотивация к успеху», «Мотивация к избеганию неудач» и «Тревожность». В исследовании приняли участие спортсмены подросткового ($n=32$) и юношеского ($n=46$) возраста.

Сравнительный анализ средних значений компонентов перфекционизма показал, что для спортсменов характерен высокий уровень перфекционизма. У спортсменов-подростков более выражен перфекционизм, ориентированный на себя (77,75 балла), а у юношей – на других (64,89 балла) ($p \leq 0,05$). При сравнении средних значений показателей мотивации у подростков по сравнению с юношами преобладает внутренняя мотивация к занятиям спортом и зафиксирован высокий уровень мотивации к успеху (20,25 балла) ($p \leq 0,05$). Исследование локуса контроля и тревожности показало, на достоверном уровне, что спортсмены-подростки менее тревожны (39,03 балла) и более

интернальны (31,56 балла). Таким образом, полученные данные свидетельствуют о высокой степени перфекционизма, мотивации и внутреннего локуса контроля у спортсменов подросткового возраста. Результаты исследования по данным компонентам у спортсменов юношеского возраста подтверждают необходимость проведения мероприятий, направленных на снятие тревожности и формирование внутренней мотивации к занятиям спортом, и интернальности.

Литература:

1. Горская Г. Б. Психологические эффекты ранней профессионализации // Человек. Сообщество. Управление. Научно-информационный журнал. – № 4. – 2008. – С. 56-63.
2. Ильин Е. П. Работа и личность – перфекционизм, трудоголизм, лень . – СПб. : Питер, 2011. – 224 с.
3. Распопова А.-С. Возрастные особенности проявления перфекционизма в спорте: автореф. дис. ... канд. психол. наук. - Краснодар, 2012. – 25 с.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЛОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ 8-9 ЛЕТ

О. С. Пашкова, Т. И. Зернова

Аннотация. В результате проведенного исследования обнаружено, что развитие логического мышления у юных спортсменов 8-9 лет с помощью обучения их решению математических текстовых задач различными способами может являться одной из опережающих задач психологического обеспечения начального этапа подготовки и способствовать формированию навыков ведения тактической борьбы.

Ключевые слова: логическое мышление, младший школьный возраст, юные спортсмены, текстовые задачи, абстракция, логические операции.

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что одной из

важнейших опережающих задач психологического обеспечения на начальном этапе подготовки спортсменов является развитие у них логического мышления как предпосылки формирования тактических навыков. В возрасте 8-9 лет спортсмены располагают значительными резервами развития [1, 2]. Именно данный возраст является продуктивным в развитии логического мышления детей, что дает благоприятный результат, повышая в целом уровень их способностей к обучению в дальнейшем [3].

Проблема развития логического мышления у юных спортсменов недостаточно изучена, поэтому цель настоящего исследования – выявить особенности развития логического мышления у юных спортсменов 8-9 лет.

Методы исследования включали в себя опросник диагностики мотивации к занятиям спортом, диагностику показателей логического мышления и математические текстовые задачи.

Исследование проводилось на базе Детской футбольной Академии ФК г. Краснодара, в нем приняли участие спортсмены 8-9 лет (27 человек).

Со спортсменами были проведены занятия, включающие обучение спортсменов решению текстовых математических задач различными способами: алгебраическим, практическим, графическим, табличным, схематическим и комбинированным.

В результате проведенного исследования установлено, что у спортсменов достоверно увеличились значения показателей логического мышления (с 12,5 балла до 18,6 балла) ($p \leq 0,05$). Достоверно увеличились средние значения таких показателей мотивации, как «знания» (с 18,5 балла до 22,3 балла), «новые впечатления» (с 16,4 балла до 19,8 балла) ($p \leq 0,05$). Средние значения компонентов внешней мотивации и амотивации достоверно снизились ($p \leq 0,05$). Таким образом, полученные в исследовании данные свидетельствуют о положительном влиянии обучения юных спортсменов решению математических текстовых задач различными способами.

Литература:

1. Багадирова С. К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности:

учеб. пособие / С. К. Багадирова. – М.; Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 198 с.

2. Горская Г. Б. Психологические эффекты ранней профессионализации // Человек. Сообщество. Управление. Научно-информационный журнал. – № 4. – 2008. – С. 56-63.

3. Истомина Н. Б. Методика обучения математике в начальных классах . – М.: ЛИНКА–ПРЕСС, 1997. – 288 с.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ, МОТИВАЦИИ И САМОРЕГУЛЯЦИИ У ФУТБОЛИСТОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

А. А. Рыжкова, Т. И. Зернова

Аннотация. Результаты исследования выявили высокий уровень ответственности и саморегуляции у спортсменов-подростков, что является благоприятным аспектом их психологической подготовки. С другой стороны, зафиксировано преобладание у юных спортсменов внешней мотивации к занятиям спортом, что требует дальнейшей работы по психологическому сопровождению их подготовки.

Ключевые слова: ответственность, конструктивные компоненты, деструктивные компоненты, мотивация, саморегуляция, спортсмены-подростки.

Наиболее важными компонентами подготовки спортсменов являются мотивационный и регуляторный, из которых ключевым выступает осознанная саморегуляция, проявляющаяся в способности спортсмена самому определять направление своей деятельности и ставить цели. Мотивация считается основополагающим критерием выбора цели. Данные компоненты представляют собой важный ресурс соревновательной надежности спортсменов, поэтому задачей исследования явилась попытка провести сравнительный анализ компонентов ответственности, мотивации и саморегуляции у подростков,

занимающихся и не занимающихся футболом. Методы психодиагностики включали в себя опросники «Стиль саморегуляции поведения», «Ответственность» и методику «Почему я занимаюсь спортом». В исследовании приняли участие футболисты от 13 до 15 лет и их сверстники, не занимающиеся спортом (n=50).

Сравнительный анализ полученных результатов исследования показал, что для спортсменов характерен высокий уровень развития компонентов ответственности, мотивации и саморегуляции. Выявлено достоверное превосходство спортсменов по следующим шкалам саморегуляции: «планирование» (5,8 балла), «гибкость» (5,3 балла), «самостоятельность» (4,9 балла) и «общий уровень саморегуляции» (22,5 балла) ($p \leq 0,05$). Анализ полученных результатов по мотивационному аспекту показал, что у футболистов наиболее выражены компоненты внешней мотивации. При сравнительном анализе конструктивных компонентов ответственности выявлены достоверные различия по показателям «результативность предметная» (24,2 балла) и «эмоциональность стеническая» (25,1 балл), что благоприятно влияет на деятельность спортсменов ($p \leq 0,05$). Среди деструктивных компонентов ответственности у футболистов достоверно выше значения «мотивация эгоцентрическая» (23,1 балла) и «динамическая азгичность» (21,1 балл), что подтверждает необходимость развития у спортсменов компонентов, ориентированных на содержание спортивной деятельности, направленности на процесс и в целом на формирование у них устойчивой положительной внутренней мотивации к занятиям спортом.

Литература:

1. Горская Г. Б. Ранняя профессионализация в спорте: психологические проблемы [Текст]. //Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2007. – № 104 – с. 33-37.
2. Deci, E. L. The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and Self-Determination of Behavior / Psychological Inquiry, 2000, vol. 4, 17-18.
3. Ryan, R. M. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ КРЕАТИВНОСТИ В ДЕТСКОМ ВОЗРАСТЕ

М. К. Согомонян

Аннотация. В работе изложены особенности проявления креативности в детском возрасте, выделены основные цели исследования детской креативности.

Ключевые слова: креативность, творчество, детский возраст.

Детская креативность - одно из ключевых понятий в современной психологии. Возросший интерес ведущих российских ученых связан с постоянными прогрессирующими изменениями потребностей человечества в целом, и общества в частности. В связи с чем изучение и развитие человеческих способностей, творчества и креативности у детей представляет особую актуальность.

Сензитивным периодом для развития творческих способностей является дошкольный возраст. Исследование показало, что все дети с самого рождения уникальны и обладают талантом, который при положительной обстановке продуктивно развивается и дает ребенку возможность добиваться значительных высот в своем развитии. Этот возраст отличается познавательной активностью, потребностями в умственной нагрузке и особой впечатлительностью.

Креативность – способность к творчеству, образующая стабильную характеристику личности. Креативность помогает привнести нечто иное в этот мир, разнообразить его необыкновенными идеями, раскрасить яркими красками.

Исследователи детской психологии преследует две цели:

- 1) познать ребенка, изучить, как он адаптируется в различных ситуациях,

как чувствует, мыслит и осознает;

2) понять закономерности взросления ребенка.

С самого рождения ребенок активно исследует все, что движется вокруг него. Младенец не умело обследует окружающий его мир. Примерно к пяти месяцам малыш уже может хватать разные вещи и брать их в рот. Спустя пару месяцев, ребенок начинает самостоятельно искать предметы, а к концу первого года жизни изучает все, что окружает его. С первым шагом исследовательская деятельность малыша значительно расширяется [1].

Раз за разом малыш получает новые навыки и знания. Понемногу ребенок начинает реагировать не только на видимые воздействия, но и скрытое от него, взрослея, ребенок понимает, что внешний мир существует независимо от его восприятия; становится менее себялюбивым, в процессе развития улучшается адаптивное поведение. Со временем у ребенка появляются стрессоустойчивость, эмоциональная стабильность [2].

Литература:

1. Дьяченко О. М., Лаврентьева Т. В. Психическое развитие дошкольников. - М., 1984. - 128 с.
2. Пономарев Я. А. Психология творчества. - М., 1988. - С. 21-25.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Л. С. Туркова

Аннотация. Рассмотрена проблема агрессивного поведения подростков. Представлены результаты исследования взаимосвязи агрессии, интернет-зависимости и субъективного благополучия подростков.

Ключевые слова: агрессия, интернет-зависимость, субъективное благополучие.

Актуальность темы обусловлена ростом агрессии среди подростков. В

интернет-среде происходит замена реального общения на виртуальное, подростку становится сложно управлять своим поведением, что провоцирует агрессию [1]. При рассмотрении данной проблемы нельзя не обратить внимания, на такое понятие, как субъективное благополучие подростков. У интернет-зависимых подростков имеются системные психические нарушения, затрагивающие процесс становления субъектных качеств, в частности самосознания, рефлексии [2]. В результате проведенного нами исследования, в котором приняли участие 70 подростков (35 девочек и 35 мальчиков), выяснилось, что провоцирует агрессию у девочек компьютерная игра, когда она становится самоцелью, служит полигоном разрядки психоэмоционального напряжения, становится средством общения. С ухудшением настроения, появления переживаний относительно своего здоровья, недовольства своим телом у девочек также наблюдается повышение агрессии. В то же время зафиксировано, что со снижением напряженности и чувствительности у девочек растёт косвенная агрессия. Чем выше агрессивные проявления у девочек, тем им сложнее контролировать свое поведение, девочкам сложнее взять себя в руки, им очень важно, что о них скажут окружающие. Мальчики становятся более агрессивными, когда у них есть сильное желание играть в компьютерные игры, когда подростки общаются и самоутверждаются в компьютерных играх, когда общение в интернете становится предпочтительнее реального общения. Чем выше у мальчиков развита способность переключать агрессию на деятельность или неодушевленные объекты, тем мальчики менее подвержены виртуальному общению в компьютерных играх. Когда мальчики недовольны своей жизнью, пребывают в плохом настроении, скучают, они становятся более агрессивными. Важная роль в предупреждении агрессивных реакции подростков принадлежит формированию их субъектной позиции, с которой развиваются субъектные качества, повышающие уровень самосознания и ответственности. Психологически благополучный подросток ответственен за свои поступки, имеет жизненные цели и готов их реализовать, более адаптирован к жизни и менее подвержен агрессии.

Литература:

1. Каневская Ж. О. Подростковая агрессия как социально–психологическая проблема современности / Ж. О. Каневская // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. - 2015. - № 42. - С. 7-11.
2. Сорокин И.-С. Формирование субъективной позиции личности как фактор профилактики интернет-зависимости у подростков / И. С. Сорокин // Теория и практика общественного развития, 2011. - № 7. - С. 142-145.

РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТНЫХ РЕСУРСОВ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

И. С. Шостак, А. С. Распопова

Аннотация. В работе описываются значимость в спорте личностных ресурсов юных спортсменов и возможность их развития посредством разработки и реализации развивающей программы.

Ключевые слова: личностные ресурсы, мотивация, самооценка, тревожность, психологический климат.

Формирование личностных ресурсов спортсмена служит залогом успешности выполняемой деятельности и наличия стремления её продолжения, гарантией успешной адаптации в избранном виде деятельности [1, 2]. В качестве важных личностных ресурсов в спорте нами рассматриваются самооценка, уровень притязаний, тревожность и мотивация, а как важный фактор, оказывающий на них влияние, - психологический климат в коллективе.

Цель исследования – развитие личностных ресурсов юных спортсменов.

Исследование проводилось в несколько этапов. На первом этапе производилась первичная психодиагностика исследуемых и обработка результатов, разрабатывалась развивающая программа. На втором этапе реализовывалась развивающая программа, рассчитанная на 12 часов. На заключительном этапе проводилось повторное диагностирование, окончательно

обрабатывались результаты, составлялись выводы. В исследовании приняли участие спортивные гимнасты в возрасте 10–14 лет.

Проведённая первоначальная диагностика продемонстрировала следующие результаты. При исследовании тревожности было выявлено, что наиболее сильно выражены межличностная и магическая тревожность, а наименьшее волнение вызывает школьная тревожность. Самооценка и уровень притязаний у юных спортсменов оказались завышенными; наиболее значимые при занятиях спортом у юных спортсменов - мотивы новых впечатлений и компетентности.

Психологический климат в коллективе достаточно благоприятный, однако наблюдается невысокий уровень согласия.

После проведения развивающей программы и повторной диагностики были получены следующие результаты. Наблюдалось снижение уровня межличностной, магической и общей тревожности; снизился уровень притязаний и оптимизировалась самооценка; помимо мотивов «новые впечатления» и «компетентность» наиболее выраженным стал также мотив интроекции.

Наблюдалось улучшение психологического климата по всем показателям.

Анализ достоверности различий показал, что в зоне значимости занятий оказались лишь компоненты психологического климата.

Таким образом, проведённые занятия повлияли в небольшой степени на развитие личностных ресурсов юных спортсменов.

Литература:

1. Калашникова С. А. Личностные ресурсы как интегральная характеристика личности / С. А. Калашникова // Молодой ученый. – 2011. – Т. 2. - № 8. – С. 84-87.
2. Кулик А. А. Личностный потенциал как психологическое условие качества жизни (на примере спортсменов-паралимпийцев) / А. А. Кулик // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2014. – Т. 1.- № 4 (60). – С. 130-134.

**ПРОБЛЕМА СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ**

А. И. Булат, М. Б. Бойкова

Аннотация. В работе рассматривается проблема социализации детей с ограниченными возможностями.

Ключевые слова: дети с ограниченными возможностями, социализация, общество, проблемы.

Чаще всего под «детьми с ограниченными возможностями» принято понимать детей, которые имеют те или иные ограничения в повседневной жизнедеятельности, связанные с физическими, психическими или сенсорными дефектами [1].

На наш взгляд, существенными социальными проблемами детей с ограниченными возможностями является социализация. Детям с ограниченными возможностями сложно найти место в обществе, в связи с этим возникает проблема во взаимодействии «особенных» детей с обществом. Для улучшения уровня адаптации таких детей в обществе необходимо создать благоприятные условия для их общения со сверстниками. Детям необходимо быть уверенными в том, что они не дефектные и не лишние в этом мире.

Главная проблема ребёнка с ограниченными возможностями заключается в нарушении его связей с миром. Такие дети учатся в специальных школах, ездят в специальные лагеря и оздоровительные центры, общаясь там с такими же «особенными» детьми [2].

Учитывая эти факторы, можно сказать, что такие дети чувствуют себя неуверенными в себе. Основная проблема социализации — это отклонение от полноценного становления личности детей с ограниченными возможностями.

Для успешной социализации «особенных» детей необходимо подготовить их к самостоятельной жизни, оказать помощь для вступления во «взрослую

жизнь». Для этого необходимо, прежде всего, создать благоприятные условия в семье. Отношения родитель-ребенок должны строиться на доверительном уровне. Необходимо создавать среду для общения детей с ограниченными возможностями с их сверстниками [3].

Таким образом, исходя из всего вышесказанного, мы можем сделать вывод, что социализация детей с ограниченными возможностями до конца не изучена и имеет множество серьезных нюансов, которые на данном этапе недостаточно развиты и над которыми необходимо работать.

Литература:

1. Курдюков Б. Ф., Иванова Н. В., Бойкова М. Б., Городецкая Ю. Ю. // Физическая культура, спорт - наука и практика. - № 1. – 2014. – С. 46-48.
2. Гусякова Л. Г. - Словарь основных понятий по социальной реабилитации детей с ограниченными возможностями. – Барнаул: Издательство АГУ, 1997. – 63 с.
3. Панова А. И., Холостовой Е. И. – М.: Институт социальной работы \ Российская энциклопедия социальной работы, 2001. – 364 с.

ПРИБЛИЖЕНИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ИСТОКАМ КУЛЬТУРЫ КАЗАЧЕСТВ

А. С. Заброцкая, Н. П. Носенко

Аннотация. Знакомство с духовной культурой казачества положительно влияет на духовно-нравственное развитие детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: казаки, духовно-нравственное воспитание, традиции, православие.

Главной предпосылкой духовной безопасности нашего общества на Кубани являются казаки. Кубанские казаки - это один из народов с твердыми моральными устоями, правилами поведения как в семье, так и в обществе, народ, который дорожит и ценит свою культуру. Приобщение детей к культуре казачества будет способствовать духовно-нравственному воспитанию. [1, 2]

МДБОУ «Детский сад № 59» ст. Марьянской был разработан проект «Приобщение детей старшего дошкольного возраста к истокам казачества».

Цель проекта: обогатить имеющийся опыт и полученные ранее знания о своей Родине, через духовное наследие своей малой Родины, своего народа.

Задачи:

- расширить и углубить представления о своей малой Родине – Кубани;
- способствовать общему развитию ребенка, прививать любовь к своей семье, уважение к старшим;
- побуждать желание познавать и возрождать лучшие традиции казачества;
- знакомить детей с декоративно-прикладным искусством казачества.

Содержание проекта реализуется посредством тематических недель приобщения дошкольников к истокам культуры казачества.

1. «Наша Кубань». Занятия данного блока открывают детям путь к познанию окружающего мира Кубани.

2. «Семейные устои».

3. «Воспитание души ребенка». Формирование духовных человеческих ценностей будущего взрослого человека.

4. «Православные праздники». Ознакомление детей с обычаями и традициями своих предков.

5. «Народная копилка». Знакомство с декоративно-прикладным творчеством, усвоение духовных и художественных ценностей.

6. «Святые места Кубани».

7. «Кто ленится, тот не ценится». Знакомить с трудом казаков.

Участники проекта: педагоги, воспитатели, родители.

Предполагаемые результаты: повышение знаний о своей малой Родине, повышение нравственных устоев в семье.

Литература:

1. Кашкаров А. П. Казаки, традиции, обычаи, культура (краткое руководство настоящего казака) / Кашкаров А. П. – Ростов – н/Д.: изд. Феникс,

2015.

2. Кондратов Л. И. О воспитании души ребенка/ Кондратов Л. И. - М., 2015 г.

3. Трехбратов Б. А., Бодяев Ю. М. Кубановедение / под ред. профессора Трехбратова Б. А. - Краснодар, 2011.

ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

В. Р. Доренская, Н. П. Носенко

Аннотация. Важнейший показатель благополучия общества и государства, - состояние здоровья подрастающего поколения. Разработанный проект направлен на укрепление здоровья и профилактику заболеваний, а так - же активизацию и расширение знаний детей и родителей о необходимости заботиться о своем здоровье.

Ключевые слова: проект, здоровый образ жизни, укрепление здоровья.

У детей дошкольного возраста недостаточно сформированы представления о своем теле и возможностях организма, необходимости бережного отношения к своему здоровью. Формирование представления о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста является важной задачей в общей системе воспитания и образования дошкольников [2, с. 139-147]. Опираясь на требования ФГОС ДО, современную нормативно–правовую базу, научно–методические разработки, передовые оздоровительные технологии, в МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад п 6» был разработан проект «Формирование основ здорового образа жизни»

Цель проекта: создание условий для формирования у детей основ здорового образа жизни, осознанного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих.

Задачи:

- Формирование понимания необходимости заботиться о своем здоровье, организме, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни.

- Привитие любви к физическим упражнениям, закаливанию.
- Повышение грамотности и интереса родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.

Содержание:

1. Анализ состояния здоровья детей в группе.
2. «Мой организм», «Если хочешь быть здоров», «Где живут витаминки» (занятия по познавательному развитию).
3. «На книжной полке» (чтение детской художественной литературы, заучивание стихотворений, потешек на тему здоровья).
4. «В здоровом теле здоровый дух...» (физкультурно-оздоровительная работа, КГН, закаливание).
5. Сюжетно-ролевые игры («Аптека», «Больница», «Фитнес-центры»).
6. «Здоровье дошкольников» (оздоровительные досуги, просмотр видеофайлов, развлечения, дни здоровья, тематические прогулки).
7. «Для мам и пап» (информация, фотовыставки, опросы, анкетирование, родительские собрания и др.).

Участники проекта: дети, воспитатель, родители.

Реализация проекта позволила решить поставленные задачи.

Литература:

1. Ахмедзянов И. М. Охрана здоровья дошкольников: справочное пособие для ДОУ С. / И. М. Ахмедзянов. - М. : ТЦ «Сфера», 2007. - 304 с.
2. Колбанов В. В. Формирование здоровья детей в образовательных учреждениях / В. В. Колбанов // Валеология: диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. - Владивосток: Дальнаука, 2006.

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ УСЫНОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

К. А. Жданова, М. Б. Бойкова

Аннотация. В работе рассматриваются причины, по которым граждане

Российской Федерации усыновляют детей.

Ключевые слова: семья, усыновление, ребенок, мотивация, пособие.

В современном мире проблемы усыновления детей становятся все более актуальными. Ежегодно из-за ряда причин большое количество детей остаётся без попечения родителей и попадают в детские дома. Дети этой категории могут быть трудными подростками, беспокойными дошкольниками или совершенно спокойными людьми, но каждый из них мечтает о семье.

В семьях, которые хотят усыновить ребенка, существует определенный мотивационный механизм. Самой распространенной причиной усыновления ребенка является то, что семейные пары по медицинским показаниям не могут иметь собственных родных детей. У большинства женщин в определенном возрасте появляется материнский инстинкт, следствием чего становится потребность стать матерью с тем, чтобы отдавать ребенку свое тепло и материнскую любовь. Когда женщина не может иметь детей из-за собственных проблем со здоровьем или таковых у мужа, но они оба имеют желание завести ребенка, усыновление является выходом из данной ситуации.

Кроме причин, являющихся следствием медицинских показаний, существует и ряд других. Одной из них может являться смерть или потеря дееспособности родственников или других близких людей, дети которых остаются без попечения родителей. К усыновлению прибегают супруги, вступившие в брак повторно и имеющие детей от предыдущих союзов, если второй биологический родитель лишен родительских прав. К сожалению, кроме искреннего желания иметь ребенка и помочь детям без попечения обрести семью существуют и другие причины усыновления. К таким можно отнести такую причину, как усыновление ребенка ради получения материальной выгоды. Ежемесячное пособие на содержание приемных детей составляет сорок процентов от средней заработной платы усыновителя за последний год. Кроме того, существует и единовременное пособие при передаче ребенка в приемную семью. Семья, усыновившая ребенка, имеет ряд других льгот, таких как:

бесплатное санаторное лечение в муниципальных курортных учреждениях; бесплатные завтраки и обеды для ребенка в школе; у приемного ребенка появляется право сразу же встать в очередь на новую квартиру по достижении совершеннолетия; определенные привилегии при поступлении в высшее учебное заведение. [1] В случае усыновления ребенка-инвалида, ребенка в возрасте старше семи лет, а также детей, являющихся братьями и (или) сестрами, пособие выплачивается в размере 100 000 рублей на каждого такого ребенка [2].

Таким образом, в каждой приемной семье свои определенные мотивы, побуждающие усыновить ребенка. По статистике, с каждым годом становится все больше детей, взятых в семью, и все меньше детей, брошенных родителями. Это не может не радовать, ведь ребенок, выросший в семье, гораздо увереннее чувствует себя в жизни и успешнее проходит процесс социализации.

Литература:

1. Семейное право: учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности «Юриспруденция» / С. А. Муратова. – 5-е изд., перераб. и доп. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012.

2. Федеральный закон от 19. 05. 1995. № 81-ФЗ (ред. от 03. 07. 2016) «О государственных пособиях гражданам, имеющим детей», статья 12. 2.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК СРЕДСТВО, ГАРМОНИЗИРУЮЩЕЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА

А. Б. Ихлова, Л. Г. Самоходкина

Аннотация. В работе рассматриваются функции физического воспитания дошкольника, способствующие совершенствованию умственных, нравственных качеств и личностному развитию, методы, формы и средства физического воспитания.

Ключевые слова: физическое воспитание, дошкольный возраст, развитие личности, физическое развитие.

Известно, что физическое воспитание способствует всестороннему развитию дошкольника. Оно состоит из оздоровительных (закаливание, сохранение здоровья, становление правильной осанки), образовательных (знакомство ребенка со строением организма, развитие физических навыков) и воспитательных (обучение санитарно-гигиеническим правилам, воспитание смелости и честности) задач. Чтобы решить такое количество задач, необходимо использовать определенные составляющие физического воспитания – формы, методы и средства.

Главным методом являются физические упражнения. Они применяются достаточно широко. При выполнении физических упражнений детям необходимо проявлять осознанное желание, инициативность. От этого зависит эффективность выполнения упражнений.

К средствам можно отнести специальные гигиенические и социальные условия (действия на кухне, в ванной комнате, с детскими игрушками; соблюдение правильного питания и режима дня; закаливание организма; проведение свободного времени не за компьютером, а на свежем воздухе). Если родители не используют эти средства, энергия и активность ребенка будут направлены в негативную сторону, например повышение гиперактивности.

К формам относятся подвижные игры, пребывание на свежем воздухе, утренняя зарядка. К утренней зарядке или гимнастике не стоит относиться с большой серьезностью. Достаточно поднять настроение малышу и настроить его на активное бодрствование.

Развиваясь физически, ребенок проявляет настойчивость при преодолении преград; получает и закрепляет знания об окружающей среде. Физически развивающиеся дети тренируют память и мышление, расширяют свой словарный запас и т. д.

Таким образом, используя все составляющие физического воспитания детей дошкольного возраста в единстве, можно добиться реализации образовательных, оздоровительных и воспитательных задач, решение которых,

гармонизирует развитие ребенка.

Литература:

1. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студ. высш. уч. заведений / 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – С. 39-42.
2. Козлова С. А. Дошкольная педагогика: учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / Т. А. Куликова. – 5-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. Глава 7. Физическое воспитание.- С. 96-102.

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А. Б. Ихлова, И. А. Расторгуев

Аннотация. В работе приводятся основные составляющие развития физических качеств дошкольников и объясняется их значимость.

Ключевые слова: физические качества, дошкольный возраст, здоровье, физическое развитие, двигательные навыки, готовность к школе.

В настоящее время занятия спортом и физической культурой, казалось бы, достаточно распространены. Однако среди прочих стран Россия отстает в показателях систематических занятий физической культурой – всего 11 %, тогда как в других – 40-50 %.

Известно также, что лишь малая часть детей поступает в первый класс абсолютно здоровыми. Это происходит потому, что физическая культура и спорт среди детей дошкольного возраста не так популярны, как хотелось бы. Вследствие этого у детей появляется такое явление, как искривление позвоночника. По данным статистики, в школах около 85 % учащихся страдают как раз сколиозом.

Физическое развитие детей в возрасте от 3 до 6 лет состоит из упражнений, которые направлены на развитие гибкости и координации,

развитие равновесия, крупной и мелкой моторик рук, а также на правильное выполнение обыденных движений (ходьба, бег, повороты, ползание, лазание); знакомство с подвижными играми и их правилами, различными видами спорта и на формирование представления о них; осознание ценностей здорового образа жизни.

Физическое развитие дошкольников должно происходить с использованием специального оборудования, создающего условия для занятий:

1) двигательный уголок (гимнастическая лестница: деревянная или металлическая, соответствующих параметров, прикрепленная к стене); набор различных валиков для коррекции нарушений осанки; фитбола или физиорола (диаметр зависит от возраста детей); наклонная доска с крючьями (профилактор Евминова); гимнастические маты размером 1м на 1м и др.;

2) коррекционно-игровой инвентарь (20-30 и более штук): небольшие по размеру и весу предметы: теннисные шарики, мячики, мешочки с песком, обручи, эстафетные палочки, шесты, стойки, кегли, колечки, кубики, скакалки, веревки, ленточки, индивидуальные пенополиуретановые коврики, санки, лыжи, роликовые коньки, гантели, резиновые жгуты, кубы и т. д.;

3) материалы, обеспечивающие систему безопасности: маты, коврики, ограничители пространства (перегородки, ширмы и пр.).

Таким образом, можно констатировать, что физическое развитие двигательных навыков у дошкольников укрепляет здоровье, а физкультурные занятия, проводимые в различных формах, способствуют оздоровлению и полноценному физическому развитию ребенка, что влияет на его жизнерадостность, творческие способности и социализацию.

Литература:

1. Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду. 3-е изд., перераб. - М.: Просвещение, 1986. - 285 с.
2. Хухлаева Д. В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. – М., 1984. – 203 с.

ЗНАЧИМОСТЬ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А. Б. Ихлова, Л. Г. Самоходкина

Аннотация. В работе рассматривается роль инновационных технологий в физкультурном образовании детей 3-6 лет с целью усиления внимания родителей и педагогов к здоровью ребенка в течение всего развития.

Ключевые слова: дошкольный возраст, физическое воспитание, инновационные технологии, интегрированное физкультурное занятие, культурологический подход, технология круговой подготовки, здоровьесберегающие технологии.

Действующие технологии физического совершенствования дошкольников весьма разнообразны. Сегодня инновационными направлениями считаются: интегрированные физкультурные занятия, культурологический подход к физическому образованию дошкольников, технология круговой тренировки, здоровьесберегающие технологии. Все эти направления необходимы для того, чтобы повысить эффективность физического воспитания детей.

Как уже говорилось выше, одной из инноваций в сфере физического воспитания является интегрированное физкультурное занятие. Оно имеет свои преимущества: материал специфичен и включает в себя интеллектуальные упражнения (математика, загадки), которые гармонично сочетаются с другими действиями на занятии; занятие носит характер тренинга, могут проводиться в форме экскурсий, походов.

Здоровьесберегающими технологиями являются: арт-терапия, игротерапия, подвижная игра, коммуникативная игра, сказкотерапия, логоритмика, точечный массаж, музыкальное воздействие и т. д.

Технология круговой тренировки дифференцирует процесс реализации

физического воспитания, что позволяет обеспечивать оптимальный уровень нагрузки, соответствующий физическим возможностям и состоянию занимающихся ребят.

Культурологический подход предусматривает освоение ребенком знаний о физической культуре: методы и средства физического развития; формирование потребности в физическом развитии. Доказано, что дети в возрасте 3-6 лет вполне усваивают знания, понимают, что такое физкультура и здоровый образ жизни, а это говорит о необходимости включения данного подхода в систему физкультурного образования.

Таким образом, реформы в оздоровительных технологиях культивируют у детей осознанное отношение к своему физическому и духовному здоровью в целом, формируют культуру здорового образа жизни дошкольников, усиливают внимание родителей и педагогов к их физическому состоянию перед школой.

Литература:

1. Лебедева С. А. Интегрированный подход в физическом воспитании дошкольников // Дошкольное физическое воспитание: матер. II Всероссийской науч.-практич. конференции. – Липецк: ЛГПУ, 2009. – С. 65–69.
2. Чернышенко Ю. К. Инновационные направления развития системы физического воспитания детей дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 3. – С. 54–58.

РОЛЬ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ВО ВЗАИМООТНОШЕНИЯХ ТРЕНЕРА И СПОРТСМЕНА

А. Б. Ихлова, Л. Г. Самоходкина

Аннотация. Главным фактором эффективности профессиональной деятельности тренера являются его взаимоотношения со спортсменом, которые зависят от их личностных особенностей.

Ключевые слова: спортсмен, тренер, взаимоотношения, личность, индивидуальные особенности, мотивация.

На взаимоотношения тренера и спортсмена существенно влияют индивидуальные особенности тренера. Личность в психологии рассматривается с разных сторон: а) со стороны направленности личности анализируются интересы, увлечения и ценности человека. У хорошего тренера должна быть замечена глубокая увлеченность своим видом деятельности; стремление передать весь опыт спортивной карьеры спортсменам; б) личность рассматривается как опытный профессионал. Согласно этому подходу, тренеру необходимо: иметь организаторские способности (они нужны для качественного проведения тренировки); использовать спортивный опыт и навыки (они помогут правильно проводить тренировочные занятия, не перегружая спортсменов и в то же время не расслабляя); в) анализируя личность, можно рассмотреть ее проявления высших чувств. Тренер должен проявлять эмпатию, т. е. чувствовать то, что чувствуют его спортсмены, например, их эмоции. Тренеру необходимо уметь находить общий язык с командой или спортсменом, чтобы обеспечивать комфортную и бесконфликтную обстановку в коллективе; г) с биологической точки зрения в личности тренера рассматриваются особенности его нервной системы, половые и возрастные характеристики. Наблюдения выявили, что возраст и пол тренера не играют значительной роли в профессионализме.

Очень важно не допускать в команде конфликтов. Если происходит недопонимание, то спортсмена перестают волновать будущие результаты, тренировки и, тем более, долгосрочные цели. Необходимо избегать непедагогичных поступков, оказания давления и прочих неприемлемых вещей, которые раз и навсегда лишат спортсмена мотивации и веры в себя. По нашему мнению, тренер мотивирует спортсмена на достижение целей не только в спорте, но и в жизни, и принимает активное участие в воспитании посредством выстраивания гармоничных взаимоотношений. Он обеспечивает мотивацию своим азартом, искренней радостью, амбициозностью, полной отдачей спортсмену и его результатам – это все то, что дает спортсмену полную

уверенность в победе, т. к. он чувствует свою значимость. При достижении поставленной цели тренер ставит новую цель, обеспечивая как карьерный, так и личностный рост спортсмена.

Литература:

1. Самоходкина Л. Г. Содержание профессиональной подготовки с точки зрения модернизации образовательных стандартов // материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2016. - Т. 1. - С. 105-109.

2. Роль тренера в жизни спортсмена / Бахмат В. И., Амиралиева Е. А., Шлемова М. В., Чернышева И. В // Международный журнал экспериментального образования. - 2014. - № 7 (часть 2). - С. 72-73.

ЛИЧНОСТНЫЕ УСТАНОВКИ И СТИЛИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ОТНОШЕНИЯХ ТРЕНЕРА И СПОРТСМЕНА

А. Б. Ихлова, Л. Г. Самоходкина

Аннотация. В работе рассматриваются личностные установки тренера и стили его взаимодействия со спортсменами.

Ключевые слова: личностные установки, спортсмены, тренер, взаимоотношения, стиль взаимодействия.

Известно, что спорт является социальным институтом, помогающим в достижении максимального спортивного результата и формирующим личность спортсмена. В ходе реализации этих двух тенденций иногда возникает противоречие, которое является источником появления личностных установок у тренера.

Существует два типа установок тренера в отношении спортсменов: установка на достижение спортивного результата и профессионально-педагогическая установка.

1. Больше всего конфликтов происходит в тех командах, где тренер ориентирован на спортивный результат. В таких случаях у спортсмена возникают сложности во взаимоотношениях с тренером и товарищами, потому что материальные мотивы спортивной деятельности преобладают над социальными.

2. В командах, где тренер имеет профессионально-педагогическую установку, проявляются формы сотрудничества, которые влияют с положительной стороны на социализацию личности: спортсмены психологически более устойчивы.

Известно, что стили взаимодействия тренера и спортсмена бывают различны. Исходя из научной точки зрения, самым оптимальным стилем считается демократический стиль: тренер тактичен со спортсменом, предоставляет ему самостоятельность; часто использует творческое решение проблем, тренировочный процесс носит естественный характер. Пагубным для успешности спортсмена стилем взаимоотношений является попустительский стиль.

Мы считаем, что самые благоприятные отношения между тренером и спортсменом, это когда у них есть одна и та же цель. Задачи могут не совпадать, но со временем спортсмен понимает, чего хочет от него тренер и для чего, и наоборот.

Считается, что спортсмены часто подвергаются тяжелым эмоциональным переживаниям и стрессам. Им необходимо развивать самообладание. Казалось бы, вещь простая, но справиться с переживанием перед стартом и во время соревнований бывает не под силу даже сильнейшим спортсменам. Тренер призван помогать пережить эти эмоции, быть опорой в спортивном процессе.

Таким образом, выбирая личностные установки и стили взаимодействия между людьми, тренер формирует перспективы спортсмена на спортивное будущее.

Литература:

1. Санная М. В. Психологические особенности деятельности и личности

тренера: лекции для студентов / М. В. Санная. – М.: РГАФК/РГАФК. ВООК, 1997. - 27 с.

2. Самоходкина Л. Г. Содержание профессиональной подготовки с точки зрения модернизации образовательных стандартов // материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. В Краснодар, 2016. - Т. 1. - С. 105-109.

СЕМЕЙНЫЙ КОНФЛИКТ КАК МНОГОУРОВНЕВЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС

М. О. Макарский, Л. Г. Самоходкина

Аннотация. В работе рассматриваются проблемы семейных конфликтов, их причины и способы разрешения.

Ключевые слова: конфликт, семейный конфликт, способы разрешения конфликтов, причины конфликтов, семейная жизнь.

Во всех сферах жизни человек не обходится без различных конфликтов, исключением не является и семья.

Нередко мы задаемся вопросом: Конфликт - это норма или патология?

Конфликт – это столкновение противоположных взглядов, казалось бы, на совсем обыденные вещи, которые сопутствуют повсюду в семье. Бесчисленные конфликты между супругами и вечная проблема «отцов и детей».

Конечно, многие скажут, что любой конфликт – это спор, выплеск отрицательных эмоций, ухудшение настроения и это только малая часть того, к чему он приводит. Однако в конфликте есть и положительные стороны, о которых не следует забывать. Только конфликт выявляет проблемы, на которые часто закрывают глаза и не хотят замечать, вследствие решения конфликта улучшается качество принимаемых совместных решений, также не следует

забывать о навыках межличностного общения и о том, что он является неким способом разрядки враждебности или обиды.

Можно сказать, отсутствие конфликта в семейной жизни не показатель её прочности и стабильности, напротив, их избегание часто свидетельствует о скрытой напряженности, недоверии и полном разрыве отношений в семье.

Причин для семейных конфликтов достаточно много, но, на наш взгляд, к наиболее распространенным относятся резкое ухудшение материального положения, занятость одного из супругов, жилищные проблемы.

Но конфликты и их причин всегда следует решать, а не откладывать их. Способов решить конфликт не так уж много. На наш взгляд, самый оптимальным, является компромисс, ведь только совместно принятое решение решит любой спор.

Конфликты - это норма, им всегда есть место в нашей жизни. Конфликт сопровождает развитие любой системы, особенно семьи. Конфликт - это не только отрицательные эмоции, нарушение психического равновесия и ухудшение взаимоотношений. В результате конфликта возникают новые идеи, открытия, правовые, этические и эстетические ценности, организационные и экономические изменения.

Главное не то, сколько раз вы конфликтуете, главное сколько раз вы умеете находить компромиссное решение и примириться друг с другом.

Литература:

1. Емельянов С. М. Практикум по конфликтологии. - СПб., 2000. - С. 251.
2. Зритнева Е. И. Социология семьи: учебное пособие. М., Гуманитар. изд. центр «ВЛАДОС», 2006.
3. Радугин А. А., Радугин К. А. Социология: курс лекций. – 3 изд. - М.: Библионика, 2006.

СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АРМИИ НАЦИОНАЛЬНОЙ БОЛИВАРИАНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ ВЕНЕСУЭЛА

Марджорес Тайрьюма Эспиноса Тирадо, Ю. К. Чернышенко

Аннотация. В работе рассматриваются проблемы, которые возникают в физической подготовке военного офицера, учитывая «слабые места» в отношениях между областью физической подготовки военнослужащих и школ, воинских частей, ограничивая доступность практики для военной физической презентации в государстве Венесуэла.

Ключевые слова: армия, система физической подготовки, национальная армия, офицеры.

В Боливианской Республике Венесуэла наблюдается явная недостаточность физической подготовленности при исполнении военно-профессиональной деятельности в национальной армии.

Основная цель работы - разработать систему физической подготовки военнослужащих профессиональной национальной армии Боливарианской Республики Венесуэла. Постоянная оценочная шкала используется для оценки результатов за выполнение физических тестов для продвижения по службе чиновников. Обследование военнослужащих обнаружило, что существует недостаток физической подготовленности у этих должностных лиц в соответствии с результатами в физических испытаниях.

Это было подтверждено в ходе интервью с разными специалистами, что привело нас к поиску решения важной проблемы с целью помочь офицерам армии развивать физическую подготовку в ходе своей военной карьеры. Разрабатывается ряд методических указаний для физической подготовки, которые, включают в себя три блока деятельности и ориентации, которые помогут дальнейшему развитию и улучшению основ физической подготовленности офицерского состава национальной армия Боливарианской Республики Венесуэла.

Литература:

1. Конституция Республики Венесуэла Боливарианской 15. 02. 2009 ст. - № 111 органический закон боливарианских национальных вооруженных сил 05. 07. 2014 Республики Венесуэла.
2. Казарина С. Г. Типологические характеристики терминологий зимних видов спорта / С. Г. Казарина. - Монография. - Краснодар, 2013. - 204 с.
3. Общие правила, директивы и процедуры оценки и квалификации физической подготовки профессиональной военной армии 05. 07. 2004 Министерство народной власти по обороне. Разрешение № 029609 Республики Венесуэла.

ПАССИВНАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ

А. В. Нерослова, В. А. Баландин

Аннотация. В данной работе рассматривается синдром дефицита внимания с гиперактивностью у детей 5-7 лет, его негативное влияние на социальную адаптацию детей, т. к. они испытывают трудности в учебе, умеют проблемы в межличностном общении. Пассивная гимнастика рассматривается как методика для решения данной проблемы.

Ключевые слова: синдром дефицита внимания с гиперактивностью, пассивная гимнастика, дети 5-7 лет.

Ухудшение здоровья детей - одна из главных проблем современного общества. По статистическим данным, около 20 % детей в 5-7 - летнем возрасте имеют синдромом дефицита внимания с гиперактивностью.

Синдромом дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) характеризуется хроническим расстройством внимания и поведения в детском возрасте. Основными проявлениями СДВГ являются: нарушение внимания,

повышенная двигательная активность, импульсивность, ребенку трудно усидеть на одном месте, довести начатое дело до конца, также свойственна частая смена деятельности без логического завершения начатого, двигательные расстройства и другие проявления.

В сравнении со сверстниками у гиперактивных детей значительно меньший двигательный опыт: статико-локомоторная и динамическая атаксия, наблюдается двигательная расторможенность, повторяющиеся стереотипные движения в сочетании с дефицитом внимания препятствуют освоению жизненно необходимых видов моторики.

Очень часто СДВГ сочетается с поведенческими и тревожными расстройствами, задержками в формировании языковой функции, речи и различных школьных навыков. Эти отклонения приводят к затруднению в обучении и в межличностных отношениях (повышенная агрессивность, склонность к демонстративному поведению, следствием чего является общее неприятие со стороны окружающих и формирование негативной самооценки) [1].

Диагностированием и решением проблемы здоровья детей с СДВГ занимаются специалисты, предлагающие различные методики, в основе которых лежит расслабление или, наоборот, повышение физической активности. Пассивная гимнастика - это промежуточный вариант.

Пассивные гимнастические упражнения проводятся без сопротивления со стороны ребенка специалистом по детскому массажу, методистом по ЛФК, родителями (опекунами), прошедшими необходимое обучение. Закрепление и автоматизация двигательного навыка происходят за счет многочисленных сигналов: зрительного, вестибулярного, суставно-мышечного, тактильного, речевого.

Обучение родителей (опекунов) детей с СДВГ методике проведения пассивной гимнастики обеспечивает непрерывность и цикличность ее проведения. позволяет корректировать физическое и психическое состояние ребенка. Разработанная методика адаптивного физического воспитания с

использованием пассивной гимнастики способствует повышению психофизических способностей, устранению эмоциональных нарушений и имеет большое значение для социальной адаптации гиперактивных детей в современном обществе.

Литература:

1. Брызгунов И. П. Непоседливый ребенок, или все о гиперактивных детях / И. П. Брызгунов, Е. В. Касатикова. — М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. - 96 с.

ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ 13-14 ЛЕТ

А. Н. Попова, М. Б. Бойкова

Аннотация. В работе рассматриваются проблемы, с которыми сталкиваются подростки и родители в период развития личности ребенка.

Ключевые слова: родители, подростки, взаимоотношения, семья, взросление.

Проблема подросткового возраста была и остается значительной и важной на протяжении всего времени развития общества. Подростки в возрасте 13-14 лет переживают «переходный» период, который также называют «трудный» или «критический». Для данного периода характерны сложные и важные изменения в жизни, а также развитие, связанное с переходом ребенка к взрослому возрасту [2].

Подростки испытывают на себе изменения физического, интеллектуального, нравственного, социального плана. Они отличаются повышенной чувствительностью, начинают отвергать родительский авторитет. Ведущие роли в жизни занимают друзья и окружение сверстников.

Трудности «переходного» возраста касаются не только самих детей, но также значительно влияют на их родителей. В данный период важными

становятся отношения в семье. Для родителей это довольно сложное время. Они испытывают трудности, сталкиваясь с перепадами настроения подростка: повышенной раздражительностью, внезапно возникающей вспыльчивостью и неуравновешенностью. Такие неожиданные изменения побуждают родителей отстаивать свой авторитет, контроль и прежние отношения с ребенком, который уже считает себя взрослым. Им приходится искать способы наладить ускользающий контакт, сохранять доверие и уважение [1].

Большинство подростков чувствуют себя одинокими и покинутыми. Поэтому важно, чтобы атмосфера в семье была благополучной, чтобы дети знали, их всегда выслушают и поддержат.

По данным Следственного комитета России, на этот возрастной период приходится самое большое количество самоубийств среди несовершеннолетних. В Федеральном медицинском исследовательском центре психиатрии и наркологии имени Сербского говорят, что 10-14 лет — самый опасный возраст, в котором совершаются суициды [4].

Таким образом, «переходный» возраст является кризисным периодом, который переживает не только сам подросток, но и его близкие. Этой проблеме необходимо уделять особое внимание, так как ее решение позитивно скажется на становлении личности ребенка и на его дальнейшей жизни.

Литература:

1. Самыгин С. И., Колесникова Г. И. Психотерапия детей и подростков. Жанр: Профессиональная литература. Ростов-н/Д.: Феникс, 2012. - С. 43-46.
2. Чельшева И. В. Подросток и экранное насилие : проблемы семейного воспитания: научно-популярное издание. - М. : Директ-Медиа, 2013. - С. 11-18.
3. Курдюков Б. Ф., Иванова Н. В., Бойкова М. Б., Городецкая Ю. Ю. Актуальность и приоритетность социальных проблем современной студенческой молодежи. Физическая культура, спорт – наука и практика. - № 2. - 2014. - С. 48-51.
4. www.gks.ru

ПАРАДИГМАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БАКАЛАВРОВ В УСЛОВИЯХ МОДЕРНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ

Л. Г. Самоходкина

Аннотация. В данной работе описываются реализующиеся парадигмы в условиях подготовки бакалавров в высших учебных заведениях с точки зрения оценки качества профессиональной подготовки.

Ключевые слова: традиционная (знаниевая), личностно-ориентированная (гуманистическая), прагматическая (технократическая) парадигмы, модернизация образования.

Парадигмальный анализ – это размышления о постановке и решении проблем, основанных на научных достижениях, проверенных временем. В современной системе образования реализуются и традиционная, и личностно-ориентированная парадигмы. Модернизация образования предполагает адаптацию современной социокультурной ситуации к теории и практике образования с целью совершенствования учебно-воспитательного процесса и образовательной системы в целом.

На современном этапе происходит изменение знаниевой (традиционной) парадигмы в сторону усиления значимости гуманистической или субъект-субъектной (личностно-ориентированной) парадигмы. В исторической ретроспективе накоплен богатый опыт оценки и создания условий для реализации образовательных функций, методов и форм практики образования. Этот опыт способствует достижению высоких результатов качества функционирования системы образования. Например, в системе подготовки бакалавров в высших учебных заведениях традиционной остается оценочная система обеспечивающая качества профессиональной подготовки. Обеспечивает качество подготовки реализация прагматической парадигмы

(технократической), способствующей получению практических полезных профессиональных навыков. Модернизация образования подготовки бакалавров в условиях высшего учебного заведения обусловлена современными социальными изменениями, направлена на развитие личности, способностей, самореализацию и самосовершенствование. В центр системы изменений в образовании ставится человек и его субъектная сущность. Модель современного образования может быть названа «человекоцентрической». Данное направление модернизации образования раскрывается через систему сотрудничества педагога и учащихся, направленную на профессиональную подготовку. Модернизация образования решает проблему повышения качества как приоритетную задачу современности.

Литература:

1. Вахтеров В. П. Основы новой педагогики [Электронный ресурс] / В. П. Вахтеров. - Электрон. текстовые данные. - СПб.: Лань, 2013. - 580с. - 978-5-507-10333-1 – ISBN.

2. Самоходкина Л. Г. Содержание профессиональной подготовки с точки зрения модернизации образовательных стандартов / Л. Г. Самоходкина // Материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. - 2016. - Т. 1. - С. 105-109.

БЕЗРАБОТИЦА И РОЛЬ СОЦИАЛЬНОГО РАБОТНИКА В ЕЕ ПРОФИЛАКТИКЕ И ПРЕОДОЛЕНИИ

Н. Ю. Серопян, Н. П. Носенко

Аннотация. В данной работе рассматриваются экономические, политические, духовные и социальные проблемы, связанные с безработицей, а также роль социального работника в их профилактике и преодолении.

Ключевые слова: безработица, социальная работа, социальная помощь, занятость населения, роль социального работника, социальные учреждения,

компетентность социального работника.

Современная Российская Федерация - могучая, сильная, демократическая страна. Но, как и в любом другом государстве, имеет множество различных проблем. В предложенной статистике Росстата на 2016 год в России безработица составляет примерно 4 %. Это очень большая цифра для страны.

Проблема безработицы, существующая в нашей стране с давних времен, на наш взгляд, является одной из острых проблем, так как затрагивает все стороны жизни человека и влияет на его развитие и существование. Закон РФ «О занятости населения в Российской Федерации» выделяет эту проблему как действительно значимую и в нем предлагаются в себе возможные пути решения. В широком смысле, безработица – это социально-экономическое явление, при котором трудоспособное население не может найти достойную работу, для удовлетворения личных потребностей. Она затрагивает социальную, экономическую, политическую и духовную сферу жизни человека. И именно в этих сферах происходят полноценное развитие и реализация человека как личности в обществе. Но при таком социально-негативном феномене как безработица человек не может нормально существовать и развиваться в этих сферах. В узком смысле, безработица – это отсутствие возможности у человека применять собственные знания и умения в получении необходимых средств и нормального развития. Существует множество видов и подвидов безработицы. Одним из основных являются: фрикционная – связанная с переходом человека на новую работу и его временной не занятостью; структурная – не соответствие предложения труда и спроса; циклическая – связанная с условиями спада производства. К официальному относятся люди, зарегистрированные на бирже труда, ставшие на учет в социальные учреждения, получатели государственных пособий и выплат и другие. А к скрытым относятся люди, не имеющие определенных документов, мигранты, бездомные, официально не устроившиеся на работу. Это все ведет к искажению фактов о занятости населения в стране.

Социальный работник играет важную роль в профилактике и преодолении безработицы. Являясь в различных ситуациях учителем, наставником, психологом и даже другом, он должен не забывать о своей цели и использовать все установленные нормы и приемы для дезинтеграции этой проблемы. К таким нормам можно отнести: беседы; информирование о возможных рабочих местах; постановка на биржу труда; психолого-педагогическое воздействие на людей, которые не желают работать официально, и другие.

Все вышесказанное говорит о том, что необходимо искать пути преодоления безработицы для развития личности, общества и государства в целом.

Литература:

1. Закон РФ от 19. 04. 91г. (в редакции ФЗ от 20. 03. 96 г.) «О занятости населения в Российской Федерации» // Российская газета, 6 мая 1996 г.
2. Чершина Н. В. Социальные проблемы безработицы // Социо – 1996 - № 1.
3. Станковская И. К., Стрелец И. А. Экономическая теория, 2006.

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЁЖИ

А. С. Сорокина, Н. П. Носенко

Аннотация. В тезисах раскрывается понятие уязвимости молодого поколения и представлены формы социальной помощи данной категории граждан.

Ключевые слова: молодёжь, уязвимая категория, социальная помощь, общество, социальная активность.

В современном мире молодёжь считается наиболее зависимой от государства группой общества. Этот фактор, а также то что она является особо

чувствительной к изменениям в политической, экономической и социальной сфере, определяет её как уязвимую категорию населения.

Уязвимость молодёжи выражается, прежде всего, в особой доле тех (учащиеся, студенты), кого характеризуют, главным образом, соответственно социальное положение родителей. Уязвимость выражается также членством молодых людей в различных общественных структурах и тем, что молодёжь является неотъемлемой частью общественных взаимоотношений, которые характеризуются определенными противоречиями, связанными с реализацией присущих молодёжи общественных функций (воспроизводственной, трансляционной, инновационной) [1].

В условиях нестабильного развития российского общества молодые граждане сталкиваются с множеством социальных проблем, связанных с вхождением во взрослую жизнь. Сюда относятся проблемы в образовании, в выборе среды для самореализации, в доступе к духовным ценностям и объектам досуговой деятельности [2].

Основные направления и формы социальной помощи уязвимым категориям молодёжи, учитывая её специфичность, предполагают предоставление личности возможности использования индивидуальных и социальных ресурсов, которые способствуют благополучному функционированию молодых людей в социальной сфере.

Социальная поддержка предусматривает как экстренную помощь специалистов и служб, так и социально-профессиональное сопровождение. Это помогает молодежи преодолевать уязвимость и расширять свои возможности по реализации своего потенциала [3]. Внешняя помощь (интервенция) предполагает комплекс действий в отношении неординарных социальных ситуаций, при которых есть вероятность того, что клиент может навредить себе или окружающим его людям.

Наиболее эффективной формой социальной помощи считается взаимопомощь. В данном контексте она определяется как намеренное использование конкретной социальной группой социальных и психолого–

педагогических средств для активизации собственной и совместной жизнедеятельности.

Таким образом, можно сделать вывод, что молодёжь, являясь уязвимой категорией современного общества, требует особого внимания, помощи и поддержки во всех вопросах своей жизнедеятельности со стороны общества, в лице старших поколений, и государства, осуществляющим разработку и реализацию социальной и, прежде всего, молодёжной политики.

Литература:

1. Бразевич С. С., Кондратьева Я. В., Слуцкий Е. Г. и др. Проблемы социальной работы с молодёжью: учеб. пособие – СПб., 2006. – 102 с.

2. Красавина Е. В. Социальная адаптация современной российской молодёжи / Е. В. Красавина, – Москва: Изд-во Российской таможенной академии, 2013. – 111 с.

3. Социальная работа с молодёжью: учебное пособие/ под ред. д. п. н., проф. Н. Ф. Басова. – 3-е изд. – М. : Издательство «Дашков и К», 2010. – 328 с.

ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНОЙ НЕЗРЕЛОСТИ МОЛОДЁЖИ

А. С. Сорокина, Н. П. Носенко

Аннотация. В тезисах раскрывается понятие социальной зрелости, факторы, определяющие социальную незрелость молодых граждан и способы ее преодоления.

Ключевые слова: социальная адаптация, социальная зрелость, студенты, саморазвитие, самовоспитание, самоорганизация, помощь родителей.

На сегодняшний день проблема социальной незрелости молодёжи занимает одно из доминирующих мест в системе факторов социальной адаптации молодых граждан к постоянно меняющимся условиям жизни.

Эта проблема важна, так как ее решение помогает ускорить процесс избавления от других, не менее важных проблем молодёжи, с которыми она

непосредственно связана. Например, проблема профессионального самоопределения, безработица среди выпускников, проблема потребительского отношения к жизни или проблемы молодой семьи.

Социальная зрелость – это социально и психологически обусловленный этап развития личности, который традиционно характеризуется обретением человеком свойств самостоятельности и самодостаточности. Социально зрелый человек способен понимать и внутренне разделять основные социальные ценности, знать свои экономические и социальные права и обязанности, результативно осваивать групповые и общественные нормы, адекватно оценивать ситуацию [1].

Социальная незрелость связана, прежде всего, с отсутствием профессии, работы, квартиры, то есть оснований, гарантирующих быт и развитие семьи. Длительный процесс получения образования опасно отодвигает в годах время достижения этой зрелости, которая особенно ярко выражается в процессе выбора сферы основной деятельности [2].

Развитие ценностно-ориентационной сферы будущего профессионала и его ориентирование на всестороннее расширение кругозора, являются важными факторами определения социальной зрелости молодого человека. Гармоничное развитие должно охватывать разные измерения человека: интеллект, тело, дух, сферу чувств и эмоций.

Постижение и принятие себя должно произойти на начальном этапе развития личностных качеств. Затем необходимо научиться владеть собой, в том числе в сфере ожиданий, желаний и решений. Все это должно быть подчинено цели, избранной в жизни. Только в этом случае человек свободен в своих действиях и может поступать так, как считает нужным, и делать то, что принесет конкретные, удовлетворяющие его интересы, результаты [3].

Через работу над собой, личный труд и стремление к цели, человек развивается, а следовательно, становится социально зрелой личностью. Самовоспитание, саморазвитие и самоконтроль являются основными факторами для реализации себя в жизни и достижения благополучия.

Литература:

1. Гребенникова В. М., Никитина Н. И. Непрерывное образование как культурно - историческая проблема // Вопросы философии. – 2014. - № 4 – С. 79-83.
2. Руднева И. А. Развитие социальной зрелости личности в период студенчества // Психология образования в XXI веке: теория и практика – 2011.
3. Сухобская Г. С. Понятие «зрелость социально–психологического развития человека» в контексте андрагогики // Новые знания. 2008. - № 4. – С. 17-20.

ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

А. С. Сорокина, Л. Г. Самоходкина

Аннотация. В работе рассматривается проблема социальной защиты военнослужащих и членов их семей.

Ключевые слова: военнослужащие и члены их семей, социальная защита, военно-социальная работа, военная служба.

В наше время роль военно-социальной работы растет по своей значимости. Одним из важнейших факторов, влияющих на особое внимание к этой теме со стороны государства, является ориентация социальной политики на патриотическое воспитание граждан. Современная военная служба наполняет новым смыслом права и обязанности военнослужащих, в корне меняет их место и роль в обществе, а также выводит на новый уровень их правовой статус [1].

Стоит отметить, что военнослужащие имеют право на специальную социальную защиту, так как они относятся к такой категории граждан, жизнедеятельность которой подчинена не их личной активности, а внешним факторам. Примером такого ограничения может служить то, что военнослужащим запрещено законом заниматься какой–либо иной

оплачиваемой деятельностью, кроме научной, творческой или преподавательской, что ставит их в зависимость от уровня социальных выплат [2].

Кроме того, можно выделять ряд характерных особенностей социальной защиты военнослужащих, отличающих ее от социальной защиты других категорий населения. Самой важной из них является социальная защита военнослужащих и членов их семей не только во время непосредственной службы, но и после увольнения.

Не менее значимой особенностью можно считать и главную задачу социальной защиты военнослужащих, которая заключается в возмещении им общегражданских прав и свобод, ограниченных законодательством из-за специфики профессиональной деятельности. А также то, что только в отношении к военнослужащим социальная защита состоит из специфичных видов социальных выплат, пособий и компенсаций.

Еще одним отличием социальной защиты военнослужащих от социальной защиты других категорий граждан является система финансирования. Если в первом случае она основывается только на средства федерального бюджета, то во втором поддерживается еще и разнообразными внебюджетными фондами [3].

Важность социальной защиты в обеспечении национальных интересов России и военной безопасности государства отражена в проблемах нормативно-правовой базы. Это тормозит процесс оптимизации повышения качества и эффективности системы социальной защиты военнослужащих в условиях развития профессиональной армии в России.

Таким образом, проблема социальной защиты военнослужащих нуждается в особом внимании не только со стороны государства, но и со стороны наших соотечественников.

Литература:

1. Самоходкина Л. Г Содержание профессиональной подготовки с точки зрения модернизации образовательных стандартов // материалы ежегодной

отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. 2016, - Т. 1. - С. 105-109.

2. Технологии социальной работы в различных сферах жизнедеятельности / под ред. П. Д. Павленка. – М. : ИНФРА, 2012. – С. 202 - 208.

3. Харитонов С. С. Социальная защита военнослужащих // Право в Вооруженных Силах. - № 2, февраль, 2010.

ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ПОЛОРОЛЕВЫХ ОТНОШЕНИЙ У ПОДРОСТКОВ

А. С. Сорокина, Л. Г. Самоходкина

Аннотация. В работе рассматривается проблема формирования полоролевых отношений у подростков.

Ключевые слова: полоролевые отношения подростков, ценностные ориентиры, подростковый возраст, мужские и женские социальные роли.

Анализируя проблему воспитания полоролевых взаимоотношений между подростками, можно выделить несколько основных причин, из-за которых эта тема с каждым годом становится все более актуальной.

Во-первых, современное общество посредством разрушения культурных традиций формирует у подростков материальные, т. е. потребительские ценности, и, соответственно, усугубляет ситуацию духовного кризиса. Полоролевые связи подростков между собой, с родителями или с представителями других групп общества изменяются не в лучшую сторону, подражая западным моделям взаимоотношений. Кроме того, не стоит забывать, что огромное влияние на процессы социализации оказывают средства массовой информации. Одним из самых сложных в жизни подростка представляется выбор своего жизненного пути, анализ стратегии будущего. Однако

современная полоролевая идеология общества со своими размытыми ценностными ориентирами осложняет этот процесс и способствует пассивности и негативизму поведения подростков [1].

Во-вторых, именно подростковый возраст является этапом, на котором происходит осознание личностью своей половой принадлежности, накопление навыков и освоение образцов поведения ей соответствующих.

Проблема выбора различных моделей полоролевых отношений, как и проблема организации внутренней системы ценностей, является приоритетной в процессе воспитания современных подростков. Это обусловлено, прежде всего, формированием взрослости подростка [2].

Несформированность представлений о различии мужских и женских социальных ролей у подростков ведет к неправильному распределению обязанностей при построении взаимоотношений. Отсутствие дифференцированного полоролевого воспитания способствует появлению «усредненных» моделей поведения и, как следствие, возникновению трудностей в реализации конкретно мужских или женских функций. Дефицит научно обоснованных в зависимости от пола подходов к воспитанию подростков порождает конфликты, основанные на непонимании гендерных особенностей [3].

Таким образом, можно сделать вывод, что вышеперечисленные проблемы нуждаются в повышенном внимании к вопросам полоролевого воспитания не только со стороны всевозможных образовательных структур, но и в рамках семейной модели развития личности подростка.

Литература:

1. Добрович А. Б. Беседы о половом воспитании / А. Б. Добрович. - М. : Знание, 2009. - 189 с.
2. Еремеева В. Д. Мальчики и девочки: Учить по-разному, любить по-разному. - Издательство: «Учебная литература», 2008.
3. Пархоменко Е. А., Самоходкина Л. Г. Особенности педагогического влияния взрослого на формирование полоролевого воспитания ребенка в

условиях современной ДОО // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. - 2015. - № 2. - С. 185-186.

РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК У ДЕТЕЙ С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ ПОСРЕДСТВОМ БИСЕРОПЛЕТЕНИЯ

Е. А. Сторчак, Н. П. Носенко

Аннотация. Работа посвящена проблеме развития мелкой моторики у детей с общим недоразвитием речи, описан один из нетрадиционных способов ее развития – бисероплетение.

Ключевые слова: речь, бисероплетение, мелкая моторика.

Одной из важных задач, стоящих перед педагогами дошкольных учреждений для детей с общим недоразвитием речи, является развитие мелкой моторики кистей рук. Исследования показывают, что развитие мелкой моторики влияет на развитие речи. Чем чаще и тщательнее ребенок делает движения пальцами рук, тем лучше он разговаривает, проговаривает звуки, использует большее количество слов. Развитие мелкой моторики является главным условием осуществления познавательной деятельности, обеспечивающим возможность успешного обучения. Решение данной проблемы у детей с ОНР наиболее успешно осуществляется в разных видах продуктивной деятельности, среди которых особое место может занять бисероплетение — вид декоративно-прикладного искусства.

В настоящее время многие увлекаются бисероплетением. В основном это занятие носит характер увлечения. Нас заинтересовал не столько эстетический аспект, сколько возможность использования бисероплетения для развития мелкой моторики кистей рук у дошкольников. Бусинки, словно детали конструктора, ребенок может превратить в интересную игрушку, сделать подарок любимой маме, создать картину. Детские поделки из бисера можно

применять как дидактическое пособие по различным лексическим темам («Магазин», «Животные», «Обувь» и т. д.), использовать как счётный материал при формировании элементарных математических представлений, использовать в театрализованной деятельности.

Система занятий, по нашему мнению, должна предусматривать следующие моменты:

- ✓ использование перед каждым занятием пальчиковой гимнастики;
- ✓ индивидуальные формы работы;
- ✓ взаимосвязь занятий по бисероплетению с другими видами деятельности;
- ✓ обеспечение ребёнку постоянного внимания; отсутствие недоброжелательного воздействия со стороны взрослого, подтверждение его уникальности и индивидуальности, закрепление веры в собственные силы;
- ✓ тесная взаимосвязь с родителями.

Работая с бисером, дети развивают особую точность и координацию движений обеих кистей рук. Умение работать левой и правой рукой оказывает благотворный эффект на обеспечение взаимодействия полушарий мозга, что способствует развитию памяти, мышления и речи.

Литература:

1. Татьяна Т. И. Бисер. Чудо игрушки / Т. И. Татьяна. - М. : АСТ, АСТРЕЛЬ, 2011. - 80 с.
2. Ткаченко Т. Мелкая моторика. Гимнастика для пальчиков / Т. Ткаченко. - М. : ЭКСМО, 2007. - 25 с.

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ СОСТАВА БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ У ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ НА ШПАГАХ С РАЗЛИЧНЫМИ РОСТОВЫМИ ПОКАЗАТЕЛЯМИ

А. А. Тищенко

Аннотация. Проведено исследование состава действий

квалифицированных и начинающих спортсменов с различными ростовыми показателями.

Ключевые слова: фехтование, шпага, видеоанализ, ростовые показатели, прогнозирование.

В многолетней подготовке фехтовальщиков овладение средствами ведения поединков занимает центральное место. Любые хорошо задуманные тактические решения окажутся в поединке безрезультативными, если не будут реализованы с помощью соответствующих боевых действий.

Немало фехтовальщиков, имевших прекрасные данные (рост, двигательные качества, характер и др.) и показавшие в начале спортивной карьеры обнадеживающие результаты, оказались неперспективными в более зрелом возрасте из-за отсутствия в арсенале действий, соответствующих их индивидуальным возможностям [1].

Организация и методы исследования. На первом этапе исследования осуществлен видеоанализ состава боевых действий 30 квалифицированных спортсменов – кандидатов и членов сборной команды России по фехтованию на шпагах, разделенных в соответствии с критериями роста человека (высокий, средний, низкий) на три группы по 10 человек. Ростовые показатели получены в результате устной информации от спортсменов или их тренеров.

Исследовался состав и объем боевых действий – атаки простые, атаки сложные, атаки с действием на оружие, контратаки и защиты-ответы, завершавшиеся нанесением укола исследуемого (уколы, нанесенные одновременно не учитывались).

На втором этапе был исследован состав боевых действий юных шпажистов 11–14 лет в количестве 15 человек, условно разделенных на 3 группы согласно ростовым показателям, прогнозируемым к моменту их совершеннолетия, на основании ростовых данных родителей (отца).

Исследование проводилось методом педагогического наблюдения тренировочных и соревновательных боев.

Результаты исследования и их обсуждение. В результате проведенного исследования удалось установить:

1. У квалифицированных спортсменов наблюдаются различия между группами с разными антропометрическими показателями в составе успешно применяемых боевых действий.

2. У юных шпажистов нет выраженных различий между ростовыми группами спортсменов в разнообразии и количестве применяемых действий. Основным направлением тренировки является стандартизация выполнения главных разновидностей действий без учета индивидуальных особенностей спортсменов.

Вывод. Таким образом, становится очевидным, что в программе подготовки юных фехтовальщиков, наряду с иными факторами, обеспечивающими достижение высоких результатов, должны учитываться прогнозируемые антропометрические показатели.

Литература:

1. Сладков Э. Д. Основы техники фехтования. – К. : Здоровье, 1989. – 144 с.

КАФЕДРА СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО СЕРВИСА И **ТУРИЗМА**

СЕЛЬСКИЙ ТУРИЗМ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЯ СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ В РФ

А. И. Авраменко, В. Г. Минченко

Аннотация. Рассмотрен сельский туризм как перспективное направление развития сельской местности в РФ, отмечено его влияние на экономику и экологию регионов.

Ключевые слова: сельский туризм, российское село, сельская местность, сельское население.

Сельский туризм является одним из перспективных направлений туризма, его развитие оказывает положительное влияние на возрождение сельской местности и ее народных традиций и обычаев [1]. В условиях современного развития общества можно утверждать, что сельский туризм может сыграть важную роль в повышении уровня жизни сельской местности, а также повышении уровня экономики страны в целом. Поэтому эта тема является весьма актуальной на сегодняшний день.

В России данный вид туризма набирает стремительные обороты и с каждым годом становится все более популярным. Российское село становится привлекательным местом для туристов, желающих соединиться с природой, отведать национальные блюда, познакомиться с местными обычаями и традициями, природными достопримечательностями и т. д. Каждое село в России, а в частности в Краснодарском крае, богато природными ландшафтами, историко-архитектурными памятниками, лечебно-рекреационными ресурсами, обычаями и традициями.

В настоящее время становление сельского туризма в России происходит под действием различных факторов. К положительным факторам, прежде всего, относят наличие в России сельской местности с уникальными природными,

историко-этнографическими и рекреационными ресурсами. В то же время низкий уровень рекламного обеспечения является существенным препятствием для информированности потенциальных потребителей услуг сельского туризма. К негативным факторам относится неразвитая сельская инфраструктура и коммуникации.

Сельский туризм расширяет сферу занятости сельского населения, положительно влияет на экономику и экологию районов России, способствует возрождению, сохранению и развитию местных народных обычаев, промыслов, памятников историко-культурных наследия. Отметим, что сельский туризм может стать одним из важных источников получения доходов для сельских территорий и для многих сельских предпринимателей, а также будет способствовать возрождению, сохранению и развитию народных обычаев и традиций, памятников историко-культурного наследия [2].

Литература:

1. Волков С. К. Сельский туризм в РФ: тенденции и перспективы развития / С. К. Волков // Экономика, предпринимательство и право. - 2012. - № 6 (17). - С. 30-38.

2. Самсоненко Т. А. Перспективы развития агротуристического направления в Краснодарском крае / Т. А. Самсоненко, Ю. Б. Рагер, А. А. Юрченко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. - 2016. - Т. 1. - С. 120-122.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ АГРАРНОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

Р. В. Акопян, В. Г. Минченко

Аннотация. Рассматривается современное состояние аграрного (сельского) туризма, его отличительные черты и перспективы развития в

Краснодарском крае.

Ключевые слова: аграрный туризм, Краснодарский край, сельская местность, ферма, отдых.

В настоящее время спрос на путешествия в России стремительно растет, аграрный туризм является достаточно новым в туристской индустрии. Туристы стали чаще выбирать данный вид туризма, отдавая предпочтение местам для отдыха в экологически чистой зоне [1]. Спрос на аграрный туризм связан с потребностью современного человека в общении с природой. Высоко ценится отдых в сёлах и деревнях, местах, нетронутых цивилизацией. Для жителей больших городов первозданная природа, свежий воздух, тишина и натуральные продукты - конкурентное преимущество перед традиционными курортами.

На сегодняшний день Краснодарский край один из немногих регионов России, в котором развивается аграрный туризм. Сегодня основными направлениями аграрного туризма в Краснодарском крае являются: охота, рыбалка, посещение пасек, страусинные фермы, винные туры [1].

На Кубани насчитывается около 240 охотничьих и рыболовецких хозяйств, большая часть из них оказывает платные услуги. Туристам предоставляются моторные лодки, снасти, места для проживания, а также возможность приготовления пойманной рыбы. Популярными экскурсионными направлениями в крае являются экскурсии на пасеки. В аграрном туризме стали активно посещаемыми страусинные фермы, в крае насчитывается около 10 ферм, на которых туристу демонстрируется процесс выращивания страусов, а также предлагается продукция (страусинные яйца, перья, мясо, сувениры и т. д.). В рамках винных туров организуется посещение туристами винодельческих хозяйств Кубани, таких как ЗАО «Абрау-Дюрсо», ООО «Кубань-Вино», ЗАО «Московский пиво-безалкогольный комбинат «Очаково» и другие [2].

Главная цель аграрного туризма в крае - формирование нового туристического продукта, который учитывал бы природные, историко-культурные и иные ресурсы сельских местностей региона.

В заключение можно отметить, что активное развитие аграрного туризма будет способствовать подъему экономики сельской местности, возрождению и сохранению традиционной культуры кубанского казачества.

Литература:

1. Отто Г.-С. Развитие сельского туризма на примере Краснодарского края: состояние, проблемы, перспективы. - 2015. - № 20. - С. 279-282

2. Самсоненко Т. А. Перспективы развития агротуристического направления в Краснодарском крае / Т. А. Самсоненко, Ю. Б. Рагер, А. А. Юрченко // Материалы научной и научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. - 2016. - Т. 1. - С. 120-122.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ КРУИЗНОГО ТУРИЗМА НА ЧЕРНОМОРСКОМ ПОБЕРЕЖЬЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ И РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

К. О. Бабичева, Т. А. Самсоненко

Аннотация. Рассмотрены проблемы развития круизного туризма на Черноморском побережье Российской Федерации. Выделен комплекс мер, направленных на решение данной проблемы.

Ключевые слова: круизный туризм, круизы, Черноморское побережье, Республика Крым, круизное сообщение.

Мировая практика показывает, что круизный туризм – это самое динамичное и перспективное направление в туризм в настоящий момент.

Во время проведения заседания президиума Госсовета 15 сентября 2016 года по вопросам развития транспортной системы Юга России президентом Российской Федерации был поднят вопрос о создании круизного сообщения между Сочи и Ялтой [1]. Однако существует ряд обстоятельств,

препятствующих развитию круизного туризма на Черноморском побережье.

Первый фактор, который является самым значимым, - это то, что на Черноморском побережье Российской Федерации нет соответствующей инфраструктуры, которая позволила бы принимать круизные суда и обеспечивать посадку и высадку пассажиров-туристов. Вторым фактором, не менее значимым, - это отсутствие круизного морского флота у Российской Федерации. Третий фактор - отсутствие персонала, который может обслуживать круизные лайнеры и туристов, путешествующих на них. Четвёртый фактор - это отсутствие маршрутов круизного туризма. Пятый фактор - на Черноморском побережье Краснодарского края и в Республике Крым имеются проблемы с качеством оказываемых услуг в индустрии туризма.

Для решения проблем организации круизного туризма на Черноморском побережье необходимо [2]:

- во-первых, разработать проекты создания и развития инфраструктуры круизного сообщения на Черноморском побережье;
- во-вторых, разработать план по формированию инфраструктуры в городах-курортах Краснодарского края и в Республике Крым, которая создаст условия для приема круизных лайнеров;
- в-третьих, ввести в учебную программу высших учебных заведений по направлению подготовки «Туризм» направление по подготовке персонала по обслуживанию круизных лайнеров;
- в-четвертых, обеспечить через федеральные инстанции флот для обслуживания круизных маршрутов;
- в-пятых, повысить уровень сервиса и качества оказываемых услуг в туристической индустрии с учетом национального характера персонала и туристов.

Литература:

1. Заседание президиума Госсовета по вопросам развития транспортной системы Юга России 15 сентября 2016 года. [Электронный ресурс]. - URL: <http://kremlin.ru/events/president/transcripts/52898> (дата обращения: 15. 10. 2016).

2. Владимиров С. Круизы на Черном море попали в политический шторм». Справки. - 16. 04. 2014. [Электронный ресурс]. - URL: [http://www. trn-news. ru/articles/5286](http://www.trn-news.ru/articles/5286) (дата обращения:15. 10. 2016).

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ДЕТСКОГО ТУРИЗМА В РОССИИ

И. К. Баркая, Т. Н. Поддубная

Аннотация. Работа посвящена анализу решения проблем развития детского туризма в РФ. Описываются меры, предпринятые правительством РФ для восстановления и развития детского туризма.

Ключевые слова: туризм, детский туризм, детский отдых, законодательная база туризма, программы развития туризма.

Детский туризм занимает важное место в туристской индустрии России. Однако в постсоветский период сфера детского туризма вообще выпала из поля внимания российского правительства. Законодательная база долгое время была не разработана, исследования и статистика были разрозненными и фрагментарными, комплексное методическое обеспечение отсутствовало.

В ноябре 2014 г. Постановлением Правительства РФ n1163 был создан Координационный совет по развитию детского туризма, который призван готовить предложения по разработке федеральных целевых программ и мероприятий в сфере развития детского туризма [1, 2].

Кроме того, в 2016 г. Совет Федерации подготовил проект закона о детском отдыхе, который находится в Госдуме. Закон призван упорядочить организацию детского отдыха, установить ответственность за безопасность. Предполагается разработка и утверждение профессиональных стандартов и квалификационных требований, чтобы исключить работу с детьми неподготовленных людей [1].

В России лишь несколько туроператоров занимаются детским туризмом всерьез и профессионально. Поэтому должны быть стандартизированы

договоры с родителями, юридически грамотные договоры должны отражать условия размещения, питания, программу, режим дня, количество и качество персонала [1].

Мы полагаем, что усовершенствование законодательной базы и разработка федеральных и региональных программ в области детского туризма приведёт к дальнейшему повышению качества в данной сфере туриндустрии.

Литература:

1. RATA news. Ежедневная электронная газета Российского союза туриндустрии. - [Электронный документ] URL <http://ratanews.ru> // (дата обращения 13.11.2016)

2. Постановление Правительства РФ от 4 ноября 2014 г. - № 1163 «О Координационном совете по развитию детского туризма в Российской Федерации». Гарант. URL <http://ivo.garant.ru/document/70787678:0> (дата обращения 13.11.2016)

3. Поддубная Т. Н. Социальный туризм в России: проблемы и перспективы развития / Т. Н. Поддубная, В. О. Немцова // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 103-105.

4. Поддубная Т. Н. Туризм как средство социализации детей с отклонениями в развитии / Т. Н. Поддубная // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 99-102.

ТУРИСТСКО–РЕКРЕАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ АЛТАЙСКОГО КРАЯ

А. В. Барчан, А. А. Юрченко

Аннотация. В работе рассматриваются основные проблемы развития

туризма в Алтайском крае, его отличительные черты и перспективы развития в России.

Ключевые слова: туристско–рекреационный потенциал, туристско–рекреационные ресурсы Алтайского края, туризм, перспективы развития.

На сегодняшний день, несмотря на принятие достаточного количества федеральных документов, состояние туризма в регионах Сибири и Дальнего Востока не отвечает требованиям стратегических задач развития туристских территорий. В связи с этим исследование туристско-рекреационного потенциала Алтайского края, на наш взгляд, является весьма актуальным.

Алтайский край изобилует природными и культурными ресурсами. Соседство региона с наиболее популярными и развитыми регионами Западной Сибири, достаточно высокая степень транспортной доступности, экологическая чистота территории помогают динамично позиционировать его как туристический центр Сибири.

Разнообразие природно-климатических условий Алтая создает богатейшие возможности для путешественников. Алтай насчитывает огромное количество гидроминеральных ресурсов, в нескольких тысячах озер различной площади, проточности, солености содержатся большие запасы лечебных грязей [1].

Еще большим туристским потенциалом обладают Алтайские горные реки и озера. Речная лента Алтая включает 20 188 больших и малых рек, суммарной протяженностью 62 тысячи км (Обь, Бия, Катунь и др.). Алтай, со своим разнообразием рек, позволяет совершать многодневные круизные маршруты любой сложности [2].

Алтайский край имеет достаточно развитую базу специализированных средств размещения. В 2014 году количество мест в коллективных туристско-рекреационных и санаторно–оздоровительных комплексах, а также в детских оздоровительных учреждениях составило 47,1 тысячи, в том числе работающих круглый год - более шестнадцати тысяч [2].

Протяженность территории, разнообразие рельефа (Кулундинская низменность, Алтайские горы) и климатических зон, многообразие природных и историко-культурных ценностей являются идеальными условиями для развития на Алтае активного отдыха и туризма.

Таким образом, Алтайский край обладает разнообразными туристско-рекреационными ресурсами и средствами размещения. Однако при этом возникает ряд проблем, связанных с экологическим состоянием природы, решением которых должна заниматься администрация Алтайского края в целом и каждый турист в отдельности.

Литература:

1. Экологический туризм как фактор устойчивого развития территорий. [Электронный ресурс] URL: <http://www.cyberleninka.ru/article/n/ekologicheskiy-turizm-kak-faktor-ustoychivogo-razvitiya-territoriy> (дата обращения: 16. 11. 2016).

2. Состояние и перспективы развития оздоровительного туризма в Алтайском крае [Электронный ресурс] URL: <http://www.sovstrat.ru/journals/medicina-celevye-proekty/articles/st-med14-9.html> (дата обращения: 16. 11. 2016)

ОСОБЕННОСТИ РОССИЙСКОЙ МОДЕЛИ РАЗВИТИЯ АГРАРНОГО ТУРИЗМА

Б. О. Бегназаров, С. С. Третьяков, Е. Л. Заднепровская

Аннотация. Рассмотрены географические, климатические и территориально-экономические условия формирования агротуристского комплекса; анализировались особенности агротуристской специализации регионов России.

Ключевые слова: агротуристский комплекс, модель агротуризма, специфика агротуристского комплекса региона.

В Российской Федерации уже сформировался единый агротуристский комплекс, включающий материальную и социальную сферу села, а именно: жилье, транспорт, связь, культура, образование, спорт и др. Российская модель агротуризма зависит от многих географических, климатических и территориально-экономических условий. В той или иной мере составляющие этой модели рассматривались в трудах ученых Е. Л. Заднепровской, О. В. Шпырни, А. А. Юрченко, в которых анализировалась специфика агротуристской специализации регионов России, а именно:

- Южный регион: горнолыжный и горный агротуризм, винный туризм;
- Центральный регион: гостевые дома в усадьбах на реках и озерах центральных областей; деревенские усадьбы Подмосковья; поселения Золотого кольца;
- Черноземный регион: фермерские хозяйства и комплексы Белгородской области;
- Северный регион: озера и реки Карелии, Соловецкие острова, Валаам, Кижы, поселения Архангельской области;
- Поволжский регион: деревни Самарской, Саратовской областей; туристические круизы по Волге, Каме;
- Северо-Западный регион: исторические поселения Новгородской и Псковской областей, Ильменское, Ладожское, Онежское озера;
- Восточно-Сибирский регион: горный и экстремальный агротуризм в Саянах; эко-агротуризм в Забайкалье;
- Уральский регион: водноспортивные туры по Южному Уралу;
- Дальневосточный экономический регион: горный, экзотический туризм на Камчатке, Сахалине, экстремальные туристические маршруты по Уссурийской тайге;
- Западно-Сибирский регион: агротуризм на Алтае, на берегах Телецкого озера; этнические поселения на берегах рек, озер.

Необходимо повысить роль информационно-консультативных служб в сопровождении организации сельских гостевых домов на базе фермерских и

личных подсобных хозяйств (обучение фермеров разработке бизнес-плана гостевого дома, анализу возможных рисков), обеспечить учет ресурсов отдельных мест с точки зрения их ресурсности для организации аграрного туризма.

Литература:

1. Заднепровская Е. Л., Юрченко А. А. Развитие винного туризма в Краснодарском крае / Е. Л. Заднепровская, А. А. Юрченко // Экономика и предпринимательство. – Москва. 2016. - № 11(3). – С. 480-483.

2. Гопанько Н. И., Иванова И. С., Коренева М. В. Мнение молодежи о потенциале региона для развития сельского туризма // Материалы научно-методической конференции КГУФКСТ. - Краснодар, 2016. - С. 77-79.

3. Шпырня О. В. Перспективы развития агротуризма в Краснодарском крае / О. В. Шпырня, С. Ф. Евтушенко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар, 2005. – С. 135-137.

СЕЛЬСКИЙ ТУРИЗМ КАК ВАЖНЕЙШИЙ ФАКТОР РАЗВИТИЯ АГРАРНО-ПРОМЫШЛЕННЫХ РЕГИОНОВ

В. С. Белушенко, В. В. Федонова, Е. Л. Заднепровская

Аннотация. Рассмотрены аспекты мирового опыта развития аграрного туризма, причины, обусловившие его активный рост, социально-экономическое решение проблем сельской местности.

Ключевые слова: аграрный туризм, сельская инфраструктура, инвестирование туристических регионов, продвижение материально доступных туристских услуг.

Мировой опыт показывает, что развитие аграрного туризма рассматривается как деятельность, которая активно дополняет основную сельскохозяйственную деятельность и способствует укреплению экономической стабильности агрохозяйства. Именно аграрный туризм

предлагает современному туристическому рынку новый вид деятельности, экономической по форме, рекреационной, экологической по сущности, социальной по направленности. Кроме того, аграрный туризм способствует развитию сельской инфраструктуры, связи, транспорта, торговли, коммунального хозяйства. Основные причины, которые обусловили развитие аграрного туризма, следующие:

- сложная экономическая ситуация в аграрной сфере, поиск новых возможностей занятости сельских жителей;
- рост популярности активного отдыха в экологически чистой природной среде.

Проблемы развития аграрного туризма в зарубежных и российских регионах рассматривались в трудах университетских ученых Евтушенко С. Ф., Заднепровской Е. Л., Ивановой И. С., Кореновой М. В., Шпырни О. В., Юрченко А. А. Было отмечено, что реализация программ развития аграрного туризма в регионах способствует решению целого ряда актуальных социально-экономических проблем, а именно:

- создание дополнительных возможностей для улучшения финансового положения сельскохозяйственных усадеб, аккумуляции средств и их направление на реализацию социальных проектов;
- создание дополнительных рабочих мест для местного сельского населения;
- способствование развитию малого и среднего бизнеса в аграрных регионах страны;
- инвестирование туристических регионов, в том числе особо охраняемых природных территорий;
- создание и продвижение на рынке материально доступных туристических услуг для пресыщенного городского потребителя;
- расширение перечня индивидуализированных активных видов отдыха;
- приближение к истокам народной культуры;
- создание современных средств размещения туристов в сельской

местности и формирование культуры обслуживания туристов;

- актуализация краеведческо-поисковой работы, разработка туристических маршрутов в сельской местности.

Литература:

1. Заднепровская Е. Л., Юрченко А. А. Развитие винного туризма в Краснодарском крае / Е. Л. Заднепровская, А. А. Юрченко // Экономика и предпринимательство. – Москва. - 2016. - № 11(3). – С. 480-483.

2. Гопанько Н. И., Иванова И.-С. Коренева М. В. Мнение молодежи о потенциале региона для развития сельского туризма // Материалы научно-методической конференции КГУФКСТ. - Краснодар, 2016. - С. 77-79.

3. Шпырня О. В. Перспективы развития агротуризма в Краснодарском крае / О. В. Шпырня, С. Ф. Евтушенко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар, 2005. – С. 135-137.

РАЗВИТИЕ СОБЫТИЙНОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ НА ОСНОВЕ ПРОВЕДЕНИЯ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ФЕСТИВАЛЕЙ

С. А. Бекова, М. В. Коренева

Аннотация. Обозначена роль событийного туризма в развитии регионов, в том числе рассмотрен гастрономический фестиваль «О, да! Еда!» в Абрау-Дюрсо как фактор привлечения дополнительного потока не только российских, но и зарубежных туристов в Краснодарский край.

Ключевые слова: событийный туризм, Краснодарский край, гастрономические фестивали.

Событийный туризм имеет большое экономическое значение для развития российских регионов, поскольку активизация деятельности всех объектов туриндустрии происходит в период их организации и проведения. Благодаря событийным мероприятиям становится возможным возрождение и

сохранение местных обычаев, культурных традиций, происходит знакомство с народным творчеством. Одним из основных достоинств данного направления является то, что для его развития в основном не требуются богатые туристско-рекреационные ресурсы. Поэтому событийный туризм выступает в качестве альтернативного вида туризма для тех регионов, которые не обладают популярным культурно-историческим наследием или же выдающимся ресурсным потенциалом.

В настоящее время одним из самых крупных гастрономических событий России является фестиваль «О, да! Еда!», который проходит в таких городах, как Москва, Екатеринбург, Нижний - Новгород, Самара, Ростов-на-Дону, Санкт-Петербург, Казань, Абрау-Дюрсо (Краснодарский край). За лето 2016 года его посетило около 160000 гостей, в программе приняли участие около 500 ресторанов, онлайн-проектов, шеф-поваров и рестораторов. В рамках фестиваля на одной площадке собираются лучшие шеф-повара, интересные гастрономические стартапы, популярные рестораны города, опытные рестораторы, телеведущие кулинарных программ, журналисты, редакторы ведущих lifestyle-медиа и фуд-блогеры. Также проходят серии кулинарных мастер-классов, на которых можно приобрести новые знания и расширить гастрономические горизонты.

В 2016 году в Краснодарском крае фестиваль был проведен впервые при партнерском участии Русского Винного Дома «Абрау-Дюрсо» с развлекательной программой, проводимой одновременно на нескольких площадках и кулинарной сцене. В течение двух дней около 15000 человек посетило мероприятие, что почти в три раза больше ожидаемых результатов. В 2017 году фестиваль будет проходить традиционно в Абрау-Дюрсо с 09 по 10 сентября. Организаторы надеются на привлечение большего количества гостей, поэтому разработка туров на мероприятие может повысить конкурентоспособность туроператоров, расширить их ассортиментную политику и придать уникальность предлагаемых ими продуктов и услуг.

Литература:

1. Коренева М. В. Страхование и туристские формальности: учебно-методическое пособие / М. В. Коренева, И. С. Иванова. – Краснодар: ФГБОУ ВО КГУФКСТ, 2016. – 180 с.

2. Кужков Д. А. Роль олимпийского наследия в развитии туристской инфраструктуры Краснодарского края // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма / Д. А. Кужков, Н. М. Мартыненко. - Краснодар. – 2015. – № 2. – С. 54-55.

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

ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ РАЗВИТИЯ СФЕРЫ АКТИВНЫХ ФОРМ ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

А. С. Бондаренко, О. В. Шпырня

Аннотация. В данной научной работе анализируется важность развития активных форм туризма в Краснодарском крае и обосновывается необходимость данного процесса.

Ключевые слова: туристская дестинация, Краснодарский край, активные формы туризма.

В настоящее время активные формы туризма представляют собой целую индустрию, содержащую в себе разнообразные предприятия, организации, формирующие процесс создания турпродукта в сфере активных форм туризма в Краснодарском крае. К данной индустрии можно отнести гостиницы, предприятия питания, бюро путешествий и экскурсий, туристские фирмы,

автотранспортные предприятия, экскурсионные фирмы, услуги инструкторов, гидов и т. д. [1].

Эффективное развитие активных форм туризма оказывает значительное воздействие на такие важные отрасли экономики Краснодарского края, как транспорт и связь, торговля, строительство, аграрный сектор и др. Соответственно, продвижение активных форм туризма в Краснодарском крае имеет большое значение как один из базовых ориентиров диверсификации туристской индустрии региона [2].

Туристская дестинация, является одним из базовых и основополагающих моментов в развитии туристской индустрии. На уровне Краснодарского края особенно четко можно проследить все коммуникации и взаимосвязи развития активных форм туризма в Краснодарском крае с разнообразными социально-экономическими факторами. При этом необходимо изучать туристскую дестинацию с точки зрения развития активных форм туризма как структурного элемента туристского рынка Краснодарского края [3].

Содержание процесса формирования туристских мотиваций при выборе Краснодарского края как туристской дестинации в сфере активных форм туризма определяет корректную постановку целей и разработку стратегий развития туристской фирмы, увеличивая тем самым ее конкурентоспособность.

Литература:

1. Шпырня О. В. Технологии продаж в туристской индустрии: учебное пособие / О. В. Шпырня, В. Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 200 с.
2. Шпырня О. В. Маркетинг в индустрии туризма: учебное пособие / О. В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.
3. Шпырня О. В. Современные подходы в маркетинге туристских услуг / О. В. Шпырня // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. - 2015. - № 2. - С. 77-78.

ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕРНЕТ-МАРКЕТИНГА В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТУРИСТСКИХ ПРЕДПРИЯТИЙ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Е. С. Бородина, Е. В. Василенко

Аннотация. Инструменты Интернет-маркетинга активно используются в деятельности туристских предприятий Краснодарского края с целью получения обратной связи с клиентами и обеспечения их удовлетворенности качеством обслуживания.

Ключевые слова: интернет-маркетинг, интернет-технологии, продвижение посредством социальных сетей, email-рассылка.

В настоящее время использование Интернет-технологий является одним из главных критериев успешности многих туристских предприятий. Интернет-маркетинг – это совокупность методов и средств организации и осуществления деятельности предприятия на рынке по всем составляющим комплекса маркетинга в сети с целью получения обратной связи с клиентами и удовлетворения их пожеланий [2].

В ходе исследования туристского рынка Краснодарского края было выявлено, что большинство крупных компаний для продвижения своей продукции используют следующие инструменты Интернет-маркетинга: баннерная реклама, sMM-маркетинг, e-mail-рассылка, sEO-оптимизация, контекстная реклама. Основным элементом Интернет-маркетинга в туризме является технология sEO (Search Eng ine Optimization) – оптимизация сайта под поисковые системы. Она является наиболее эффективным инструментом для продвижения сайта компании в поисковых системах. Посредством данной технологии обеспечивается попадание сайта на верхние строчки результатов поиска, что гарантирует наибольшее число просмотров, а следовательно, и увеличение количества клиентов [1].

Все более популярным становится продвижение посредством социальных сетей (SMM –social Media Marketing), что позволяет облегчить поиск нужной информации для пользователей, а также является наиболее легким и менее

затратным способом представления своей продукции в сети. К основным инструментам ms MM, применяемым в туристском бизнесе, относят создание и продвижение различных тематических сообществ; интеграцию сайта фирмы с социальными сетями; создание собственных хэштегов; продвижение контента в узкотематических социальных сетях; проведение вебинаров и консалтинга vskype и т. п. [1]. Также не менее популярным инструментом Интернет-маркетинга, который активно используется в турфирмах Краснодарского края, является email-рассылка. Email-рассылка дает возможность предприятию поддерживать обратную связь с клиентами, позволяет потребителям быстрее получать информацию о новых направлениях, экскурсиях, различных акциях и предложениях в более удобной форме.

Таким образом, в современном мире без использования Интернет-маркетинга невозможно эффективно функционировать и конкурировать на туристском рынке.

Литература:

1. Костин К. К. Интернет-маркетинг как современное средство успешного развития компаний туристского бизнеса / К. К. Костин // Известия Санкт-Петербургского государственного экономического университета. - 2014. - № 3. - С. 35-42.
2. Маркетинг в отраслях и сферах деятельности: учебник / под ред. проф. В. А. Алексунина. – М.: ИТК «Дашков и К», 2010. – 714 с.

КОСМИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ КАК ИННОВАЦИОННЫЙ ВИД ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ТУРИЗМА

К. А. Брониговская, Т. А. Самсоненко

Аннотация. В работе исследована новая сфера туристского бизнеса - космический туризм и его перспективы.

Ключевые слова: экстремальный туризм, космос, космический туризм, суборбитальный полет.

В настоящее время все большую популярность приобретают экстремальные виды туризма: водные, наземные, горные, воздушные и экзотические: космический туризм, кайтсерфинг, джайло туризм, туризм на Северном и Южном полюсах. Самым дорогим и экзотическим среди них является космический туризм. Космический туризм - это полеты в космос или на околоземную орбиту в научно-исследовательских или развлекательных целях за частные средства. На данный момент единственным пунктом назначения космического туризма является Международная космическая станция. Организацией полетов туристов занимаются компании «Роскосмос» и «Space Adventures» [3]. Всего с их помощью в космосе уже побывали семь туристов. В 2001 году совершил первый полет в космос с туристическими целями американский бизнесмен, финансовый аналитик Деннис Энтони Тито. Стоимость данного тура составила 20 миллионов долларов. На сегодняшний день такие полеты совершили еще Марк Шаттлауорт, Грегори Олсен, Ануше Ансари, Чарльз Симони, Ричард Гэрриот [1].

Кроме сложности доставки туристов, международная космическая станция имеет ряд недостатков по обслуживанию туристов. Станция предназначена для проведения серьезных экспериментов, поэтому турист не окружен сервисом и его действия достаточно ограничены, также на космической станции действует жесткий распорядок дня.

Предполагается, что суборбитальный полет будет проходить по эллиптической траектории, без выхода на орбиту искусственного спутника Земли и недолго. Во время него туристы смогут увидеть космическое пространство, Луну и Солнце как полноценные космические объекты, округлости Земли и почувствовать невесомость. Среди преимуществ суборбитального полета можно выделить также более низкую стоимость билета по сравнению с полетом на МКС и отсутствие больших перегрузок [3].

Созданием частного пилотируемого суборбитального космического корабля для доставки туристов в космос занимается компания Virgin Galactic

[3]. В развитие суборбитального космического туризма вносит свой вклад Роберт Бигелоу. Он планирует строительство коммерческой космической станции из легких материалов, которой не будут страшны столкновения с микрометеоритами. Компания «Bigelow» вывела на орбиту несколько таких космических частных станций и планирует до конца 2016 года вывести на орбиту большую станцию, вместимостью до десяти человек [2]. Всемирно известная компания «Hilton» и канадская организация «Space Island group» работают над созданием проектов орбитального жилья (космических отелей) [1].

Таким образом, данная проблема зреет в недрах человеческой цивилизации и начинает приобретать массовый характер. Налицо факт заинтересованности в развитии космического туризма со стороны частных компаний, что свидетельствует о начале долгого пути в сфере развития околоземных космических путешествий.

Литература:

1. Герасименко А. А. Космический туризм: Путёвка в другой мир [Электронный ресурс]. URL: <http://www.3dnews.ru/editorial/space-ships> (дата обращения 20. 11. 2016)

2. Космический туризм - экзотический вид экстремального туризма [Электронный ресурс]. URL: http://tourlib.net/statti_tourism/space-tourism.htm (дата обращения 13. 12. 2016)

3. РИА-Новости//Космический туризм. – 28. 04. 2016 [Электронный ресурс]. URL: <https://ria.ru/spravka/20160428/1420595878.html> (дата обращения 14. 12. 2016)

РАЗВИТИЕ КУЛЬТУРНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ И ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

А. В. Гаспарян, Т. Н. Поддубная

Аннотация. В работе рассмотрены проблемы развития культурно-

познавательного туризма в Санкт-Петербурге и Ленинградской области, представлено оптимальное решение этих проблем.

Ключевые слова: туризм, экскурсия, культурно-познавательная деятельность, организация культурно-познавательного туризма, туристские ресурсы Санкт-Петербурга, туризм в Ленинградской области.

Санкт-Петербург по своим природно-климатическим и культурно - историческим предпосылкам считается безупречным городом для развития познавательного туризма. На территории Ленинградской области сосредоточено огромное количество памятников культуры.

Культурно-познавательный туризм знакомит путешественников с культурными ценностями региона и расширяет круг их интересов. Познавательный туризм плотно переплетается с другими видами туризма [1; 4].

Однако развитию туризма в Санкт-Петербурге и Ленинградской области препятствует ряд проблем. Главной причиной считается то, что в городе недостаточно гостиниц среднего класса. Помимо этого, развитию туризма препятствуют транспортные проблемы. В список слабых сторон входят нехватка объектов индустрии развлечения и отдыха и отсутствие туристско-информационных центров. Решение данных проблем позволит увеличить поток туристов в Санкт-Петербург и Ленинградскую область [2].

На период до 2020 года была выработана определенная стратегия развития туризма. Она состоит из нескольких ступеней, одна из которых посвящена культурному развитию города [4].

Санкт-Петербург и Ленинградская область имеют одну из наиболее сформированных в России систем отдыха и туризма. На территории региона развивается культурно-познавательный вид туризма. Поток туристов в городе и области регулярно растет. Рекреационный спрос связан в основном с памятниками культурно-исторического наследия Санкт-Петербурга и его ближайших пригородов. Все статистические сведения говорят о этом, что город

был и остается одной из самых привлекательных туристских зон для жителей других стран и путешествующих российских граждан.

Литература:

1. Кусков А. С. Основы туризма: учебник / А.-С. Кусков, Ю. А. Джаладян. – М.: КНОРУС, 2008. – 120 с.
2. Поддубная Т. Н. Активное развитие событийного туризма в России / Т. Н. Поддубная, Д. Б. Джураева // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 157-158.
3. Поддубная Т. Н. Разработка событийного тура спортивной направленности на примере посещения матчей чемпионата мира по футболу 2018 года / Т. Н. Поддубная, А. Г. Василиади // Теория и практика олимпийского образования: опыт российских регионов и зарубежных стран: материалы междунар. науч.-практ. конференции Олимпийской академии Юга России (Краснодар, 22-24 июня 2016 года). – Краснодар, 2016. – С. 45-47.
4. Поддубная Т. Н. Социальный туризм в России: проблемы и перспективы развития / Т. Н. Поддубная, В. О. Немцова // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 103-105.

ОРГАНИЗАЦИЯ ГАСТРОНОМИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭТНОКУЛЬТУРНЫХ РЕСУРСОВ

В. П. Голубева, Т. А. Самсоненко

Аннотация. Рассмотрена специфика гастрономического туризма, а также возможности использования этнокультурных ресурсов Краснодарского края для реализации гастрономического туризма.

Ключевые слова: гастрономический туризм, Краснодарский край, этнотуризм, национальная кухня.

Гастрономический туризм - путешествие по странам для знакомства с самобытностью местной традиционной кухни, основная задача которого - знакомство с кулинарными традициями местного населения [2].

Гастрономический туризм очень популярен во всем мире. В России данный вид туризма пока редкое явление: нет продуманных гастрономических маршрутов, очень небольшое количество граждан готовы платить деньги за подобное путешествие. Благодаря развитию этнотуризма в Краснодарском крае, всем гостям предоставляется возможность погрузиться в традиции народов Кубани и познакомиться с их национальной кухней. В Анапском селе Гай Кодзоре работает культурный армянский центр «Арин-Берд», где туристам предлагается познакомиться с историей, культурой и национальными блюдами одной из самых больших диаспор на Кубани. Этнический культурный центр «Кавказские легенды» открыт в Крымском районе, где желающие знакомятся с черкесскими обычаями, фольклором и блюдами национальной кухни. В Краснодарском крае распространено виноделие, хотя кубанские вина известны лишь среди российских туристов. Лучшие винодельни России расположены в Фанагории, Абрау-Дюрсо, Лефкадия, Семигорье и т. д. Фанагория – одно из крупнейших винодельческих предприятий России, имеющее собственные виноградники. Усадьба Семигорье, где созданы все условия для любителей экотуризма и агротуризма, славится сухими белыми и красными, а также десертными винами [1].

Таким образом, операторы при разработке маршрутов гастрономического туризма могут использовать богатейший ресурсный потенциал, продвигать и популяризировать гастрономические туристские ресурсы. Развитие национальной русской кухни на сегодняшний день является сложным вопросом, и как самостоятельный вид туризма гастрономический туризм еще очень слабо развит в России. Чтобы заинтересовать туристов

гастрономическими турами, необходимо создавать новые направления развития кулинарного туризма в регионах, в том числе и в Краснодарском крае.

Литература:

1. Самсоненко Т. А. Перспективы развития агротуристического направления в Краснодарском крае / Т. А. Самсоненко, А. А. Юрченко, Ю. Б. Рагер // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. - 2016. - Т. 1. - С. 120-122.

2. Тимофеев П. М. Взаимосвязь туристического бизнеса и сети общественного питания / П. М. Тимофеев. - М.: Лаборатория книги, 2012. - 167 с.

СОЦИАЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ НАРУШЕНИЯ ОРГАНОВ СЛУХА И РЕЧИ

А. Г. Гончарова, Т. Н. Поддубная

Аннотация. В работе представлены данные о детях с нарушением органов слуха и речи. Рассмотрены проблемы их адаптации в социуме.

Ключевые слова: социальная работа, глухонемые, социум, социальная интеграция, реализация в социуме.

Речь и слух являются необходимыми функциями человека для обеспечения полноценной жизнедеятельности. Но с каждым годом в мире рождается все больше детей с нарушением слуха и речи. Глухой ребенок, не слыша речи окружающих, не может копировать ее, он не имеет возможности самостоятельно овладеть словесной речью, а значит, ему гораздо труднее утвердиться в социуме. Это проблема как медицинская, так и социальная.

Медицина на данной стадии своего развития только в некоторых случаях способна восстановить слух и речь детям, имеющим нарушения этих функций,

в остальном лишь социальная работа с такими детьми может помочь им реализовать себя в социуме, овладеть необходимыми навыками для полноценной жизнедеятельности. Огромную роль в успешной адаптации ребенка ограниченными возможностями играют, бесспорно, его семья, а также социальные работники, учителя, педагоги и он сам.

Проблемы социальной интеграции лиц с ОВЗ - это процесс и результат включения инвалида в жизнь общества на равных правах с остальными людьми. Таким образом, работники социальной сферы при поддержке государства создают все условия для детей с ограниченными возможностями контактировать и находиться абсолютно в любом обществе. Доказательством тому является поправка к Закону «О социальной защите инвалидов в РФ» о статусе российского жестового стиля. Также важным государственным проектом является программа «Доступная среда», в рамках которого осуществился масштабный план по обеспечению скрытого субтитрования телевизионных программ на нескольких российских каналах. Таким образом информация стала доступна для данной категории людей.

Можно сделать вывод, что дети, с нарушением слуха и речи, безусловно, - отдельная категория людей, требующая особого внимания, отношения и понимания и что нельзя их отделять от социума. Необходимо помогать реализовывать себя в привычной для слышащих людей среде, создавать проекты с участием как здоровых детей, так и с ограниченными возможностями. Потому что обеспечивая с детства равноправное положение в обществе такому ребенку, ему будет проще утвердиться и реализовать себя в будущем.

Литература:

1. Поддубная Т. Н. Социальный туризм в России: проблемы и перспективы развития / Т. Н. Поддубная, В. О. Немцова // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. В рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред. - изд. совет АГУ, 2016. – С. 103-105.

2. Поддубная Т. Н. Теоретико-методологические основы социальной защиты детства в контексте гуманистической парадигмы образования: монография / Т. Н. Поддубная. - Майкоп: Изд-во «Качество», 2007. – 348 с.

3. Поддубная Т. Н. Туризм как средство социализации детей с отклонениями в развитии / Т. Н. Поддубная // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 99-102.

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СВАДЕБНОГО ТУРИЗМА В РЕСПУБЛИКЕ КРЫМ

Д. О. Губская, Л. И. Демидова

Аннотация. Проанализированы проблемы и перспективы развития свадебного туризма в Республике Крым. Изучены ресурсы региона, которые позволяют развивать данный вид туризма. Определены задачи по выявлению и решению проблем.

Ключевые слова: Республика Крым, свадебный туризм, молодожены, инфраструктура.

Изучение проблем и перспектив развития свадебного туризма в Республике Крым является актуальным по следующим причинам.

Во-первых, туризм - приоритетное направление развития в регионе, источник финансовых поступлений в бюджет Российской Федерации, а также средство повышения занятости и основа для развития социально-культурной среды.

Во-вторых, благодаря быстрому развитию инфраструктуры возникают новые возможности для воплощения свадебных идей, т. к. и все чаще встречаются люди, желающие отойти от стандартных обрядов. Пары обращаются в туристские компании с целью поиска красивых, необычных и

живописных мест для проведения свадебного или венчального обряда, а также последующего праздничного отдыха, подбирая отель, уделяют особое внимание тому, чтобы он был романтическим, небольшим и уютным.

Под свадебным туризмом понимают церемонию бракосочетания, венчания, свадебные путешествия, а также церемонии символического характера [2].

Инфраструктура Республики Крым позволяет организовывать прогулки на яхте для молодоженов, вертолетные экскурсии, путешествия на воздушном шаре, а также погружение под воду с аквалангом. К сожалению, не все молодожены делают выбор в пользу данного региона, большинство все-таки предпочитают экзотические азиатские либо романтические европейские страны [1].

В результате вхождения Республики Крым в состав Российской Федерации произошла переориентация туристского потока, возникла необходимость увеличения количества паромов и расширения Симферопольского аэропорта, начато строительство моста через Керченский пролив, что позволит увеличить туристский поток с помощью автомобильного и железнодорожного транспорта.

Крым занимает лидирующие позиции по величине рекреационного потенциала, по разнообразию туристско-рекреационных ресурсов и почти в России не имеет конкурентов. Интерес к уникальным культурно-историческим и культурно-познавательным памятникам, природному ландшафту может стать хорошим стимулом для дальнейшего развития туризма и разработки новых свадебных туров в Республику Крым [3].

Литература:

1. Баев Ю. А. Разнообразие ресурсов туристско-рекреационного потенциала Крыма / Ю. А. Баев. Культура народов Причерноморья, 2001. - Т. 2. - С. 31–32.
2. Бабкин А. В. Специальные виды туризма / А. В. Бабкин - Ростов н/Д.: Феникс, 2008. - 252 с.

3. Дышловой И. Н. Состояние, проблемы и перспективы развития санаторно-курортной и туристской отрасли Республики Крым И. Н. Дышловой. Современные проблемы сервиса и туризма, 2015. - Т. 9. – 1. - С. 51–59.

УПРАВЛЕНИЕ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬЮ ТУРИСТСКИХ ПРЕДПРИЯТИЙ

В. В. Дробышева, О. В. Шпырня

Аннотация. В данной работе рассмотрены основные параметры сравнения конкурирующих продуктов, влияющих на повышение конкурентоспособности организации.

Ключевые слова: конкурентоспособность, аналогичные продукты, параметры сравнения.

В условиях предпринимательских отношений для хозяйствующего субъекта существенным условием для выживания является обеспечение его конкурентоспособности [1].

Конкурентоспособность организации – это способность предприятия конкурировать на определенном сегменте рынка с производителем аналогичной продукции посредством обеспечения более высокого качества обслуживания, доступности цен. Конкурентоспособность определяется как комплекс потребительских свойств, отличных от других аналогичных продуктов [3].

Конкурентные преимущества туристской организации – это исключительные осязаемые и неосязаемые ресурсы, которыми обладает предприятие, а также стратегически значимые для данной организации сферы бизнеса.

Конкурентоспособность любой продукции определяется только в результате сравнения – это относительный показатель.

Степень конкурентоспособности предприятия зависит от ряда факторов, которые определяются форматом общества, уровнем научно-технического

прогресса, типом конкуренции.

Сравнение конкурирующих продуктов происходит через сравнение набора определенных параметров, которыми они обладают. Выделяют четыре параметра сравнения конкуренции продуктов:

- нормативные параметры;
 - технические параметры;
 - экономические параметры;
- организационные параметры [2].

Таким образом, обеспечение высокого уровня конкурентоспособности предприятий является одной из актуальных задач экономики. Экономическая значимость решения этой задачи возрастает как на внутреннем, так и на внешнем рынке.

Литература:

1. Заднепровская Е. Л. Сущность и преимущества туристического брендинга // Материалы международной научно-практической конференции «Туризм и рекреации: инновации и ГИС-технологии VIII». - Астрахань: АГУ, 2016. - С. 89-92.
2. Шпырня О. В. Технологии продаж в туристской индустрии: учебное пособие / О. В. Шпырня, В. Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 200 с.
3. Шпырня О. В. Маркетинг в индустрии туризма: учебное пособие / О. В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.

ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

И. С. Дубинина, Л. И. Демидова

Аннотация. Рассмотрен туристско-рекреационный потенциал Ростовской области.

Ключевые слова: рекреация, туризм, культурное наследие, культурно-

исторический потенциал, рекреационная зона.

Роль туризма на мировой арене постоянно возрастает. Туризм – как самостоятельная отрасль экономики России занимает одну из верхних ниш в решении многих проблем. Туризм, испытывающий на себе влияние многих внешних факторов, сам способен оказывать немаловажное воздействие на экономическую, политическую, экологическую, социально-культурную ситуацию тех мест, где он развивается [1].

Рынок туристско-рекреационных услуг Ростовской области представляет собой сложноструктурированную, конкурентную сферу экономики региона. Ростовская область входит в состав Европейского Юга России с уклоном на лечебно-оздоровительный и экскурсионный туризм.

В Ростовской области рекреационная зона представлена городами Азов и Таганрог, расположенными в Приазовье, Ростовом-на-Дону с его окрестностями в устье реки Дон [2]. На развитие рекреации влияют такие факторы, как теплые климатические условия, близость к Азовскому морю и насыщенной речной сети, густые степи и бескрайние поля, манящие любителей охоты со всех уголков России.

Хочется также отметить культурно-исторический потенциал региона. дома – музеи А. П. Чехова, М. А. Шолохова, большое количество красивейших святыниц – от белокаменных храмов до деревянных церквушек, различные музеи-заповедники – всё это малая часть того, что можно увидеть на Дону.

Туризм в Ростовской области можно рассматривать как одну из самых доходных и интенсивно развивающихся отраслей, он оказывает влияние на развитие рекреации и региона в целом. И это влияние может быть как положительным, так и отрицательным. Несомненно, благодаря ему в регион привлекается денежный поток, и даже валютные единицы, с его развитием появляется множество рабочих мест, улучшается и развивается транспортная сеть. Но и имеет место негативное влияние. Растет конкуренция на местные товары, экологические проблемы, вызванные туризмом (охота) и др.

Таким образом, в Ростовской области есть все предпосылки для дальнейшего развития, но необходимо привлекать не только материальные, но и физические ресурсы.

Литература:

1. Рагер Ю. Б. Экология современного туризма / Ю. Б. Рагер, А. А. Юрченко // Перспективы развития науки и образования: материалы международной научно-практической конференции (28 сентября 2012 г.). – Тамбов: ООО «Консалтинговая компания Юком», 2012. – С. 154–160.

2. Рябошапко В. П., Некрасова М. Л., Леденев О. В. Рекреационный потенциал регионов юга России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/rekreatsionnyy-potentsial-regionov-yuga-rossii> (Дата обращения: 12. 12. 2016).

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОГО ТУРИЗМА В РОССИИ

А. И. Думнов, Т. Н. Поддубная

Аннотация. В работе описаны проблемы развития социального туризма в нашей стране и возможности их решения.

Ключевые слова: социальный туризм, проблемы и перспективы развития, социальный туризм в России.

Социальный туризм в России имеет достаточное количество недоработок и недостатков, вытекающих из одной главной проблемы, - недостатка финансирования. В наиболее общем понимании, социальный туризм – это туризм, расходы на который полностью или частично компенсируются за счет государственных фондов или работодателей. Этот вид туризма помогает лицам с низким уровнем дохода или находящимся под социальной защитой удовлетворять свои потребности в отдыхе, расширении кругозора, лечении.

При рыночных отношениях система социального туризма пришла в

упадок, так как предпочтение было отдано коммерческому туризму. Основная проблема состоит в нехватке средств для того, чтобы удовлетворить потребности людей, положение которых требует этого. Для решения данной проблемы нужно привлекать спонсоров, либо перераспределять доходы государственных фондов таким образом, чтобы той суммы, которая набиралась, хватало для всех. Также нужно привлекать не только тех спонсоров, которые могут оказать финансовую помощь, но и, тех, кто владеет частными туристическими объектами, для того что бы делались хорошие скидки или некоторые группы граждан могли пользоваться этими туристскими объектами бесплатно.

Еще одна немаловажная проблема состоит в том, что многие объекты туристского интереса попросту не подготовлены к тому, чтобы принимать людей с ограниченными возможностями. Отсутствие текста Брайля и ярких полос на пути движения, аудиогидов, не говоря уже об отсутствии пандусов или их непригодном для использования состоянии показывает, что для людей с ограниченными возможностями многие туристские объекты являются недоступными. В связи с этим необходимо адаптировать объекты туристского интереса для возможности их посещения всеми категориями граждан.

Литература:

1. Перспективы развития социального туризма в России и Республике Марий Эл: [Электронный ресурс] URL <http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=701371/> (дата обращения 15. 11. 2016).

2. Состояние, проблемы и перспективы развития социального туризма в России [Электронный ресурс] URL <http://cyberleninka.ru/article/n/sostoyanie-problemy-i-perspektivy-razvitiya-sotsialnogo-turizma-v-rossii/> (дата обращения 15. 11. 2016).

3. Поддубная Т. Н. Социальный туризм в России: проблемы и перспективы развития / Т. Н. Поддубная, В. О. Немцова // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. В рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном

федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 103-105.

4. Поддубная Т. Н. Туризм как средство социализации детей с отклонениями в развитии / Т. Н. Поддубная // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 99-102.

СДЕРЖИВАЮЩИЕ ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ АГРАРНОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

С. С. Еременко, Е. В. Василенко

Аннотация. Краснодарский край – туристский регион, имеющий широкие возможности для развития аграрного туризма. Ряд сдерживающих факторов тормозит динамику развития этого перспективного вида туризма.

Ключевые слова: аграрный туризм, Краснодарский край, сдерживающие факторы развития.

Российский аграрный туризм пока не получил такого широкого распространения, как за рубежом, несмотря на то что одним из основных преимуществ этого вида отдыха является отсутствие больших финансовых затрат. По данным Министерства сельского хозяйства, Россия участвует в развитии сельского туризма только в 11 регионах из 83, при этом на долю данного сегмента индустрии туризма приходится всего 2 %.

Сельский туризм (аграрный туризм) — сектор туристской индустрии, ориентированный на использование природных, культурно-исторических и других ресурсов сельской местности и её особенностей для создания комплексного туристского продукта.

В Краснодарском крае аграрный туризм стал развиваться относительно недавно [2]. Согласно комментариям пресс-службы Министерства курортов, туризма и олимпийского наследия Краснодарского края, «... сельский туризм приобретает с каждым годом все большую популярность. Доить коров, пахать

поле, собирать яблоки - для жителей крупных городов это - экзотика. Краснодарский край, в котором соединены туристский и сельскохозяйственный центры России, как нельзя лучше подходит для развития этого направления».

К основным сдерживающим факторам развития аграрного туризма на территории Краснодарского края относятся следующие: недостаточное принятие аграрного туризма как комплексной сферы социально-экономической деятельности органами местного самоуправления, туристским бизнесом, общественными организациями и сельскими жителями; отсутствие целевой системы экономической поддержки сельских жителей, решивших заняться сельским туризмом; отсутствие на региональном и муниципальном уровне программ развития сельского туризма и поддержки исконных промыслов и ремёсел, событийных мероприятий, представляющих потенциальный интерес для туристов; недостаточное предложение услуг от сельских структур в связи с несовершенством нормативно-правовой базы и отсутствием целевой программы поддержки частных инициатив сельского населения в этой сфере; отсутствие единых требований и принципов развития объектов сельского (аграрного) туризма на территории края и др. [1].

В соответствии с Концепцией развития сельского (аграрного) туризма в Краснодарском крае на 2016-2020 гг. устранение этих сдерживающих факторов позволит обеспечить региональные экономические выгоды, интенсифицируя развитие деловой активности, а также решить важные социальные и социокультурные задачи [1].

Литература:

1. Концепция развития сельского (аграрного) туризма в Краснодарском крае на 2016-2020 годы. [Электронный документ] URL:<http://min.kurortkuban.ru/informatsiya/munitsipalnym-obrazovaniyam/item/1477-kontseptsiya-razvitiya-selskogo-agrarnogo-turizma-v-krasnodarskom-krae-na-2016-2020-gody>.

2. Савицкий О. Г. Развитие сельского туризма на примере Краснодарского края: состояние, проблемы, перспективы // Молодой ученый. - 2015. - № 20. - С. 279-282.

АГРОТУРИЗМ - УСПЕШНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

Н. Ю. Заднепровская, Н. О. Сутормин, Е. Л. Заднепровская

Аннотация. Рассмотрены итоги выставки-ярмарки «Агротур-2016», проанализированы объекты агротуризма на Кубани.

Ключевые слова: туристский продукт, объекты агротуризма, агропромышленный комплекс.

В мае 2016 года в г. Краснодар прошла выставка-ярмарка «Агротур-2016», в которой приняло участие более 60 хозяйств, ферм и частных подворий из 27 городов и районов Краснодарского края. Выставка наглядно продемонстрировала высокий интерес посетителей к объектам агротуризма. На выставке были также отмечены лучшие студенческие работы развития агротуризма в крае, призерами конкурса стали студентки КГУФКСТ - Карина Бабенко, представившая проект «Казачья усадьба в Выселковском районе», Екатерина Дмитриева и Арина Косарева с проектом «Фруктово-ягодный тур». Выставка также доказала, что многим аграриям края удастся совмещать деятельность в сфере агропромышленного комплекса с организацией сельского отдыха туристов, их проживанием и демонстрацией природных достопримечательностей.

В Краснодарском крае активно развивается Центр винного туризма «Абрау-Дюрсо», г. Новороссийск, кластер объектов винного туризма в г. Анапа, где популярностью пользуются винодельня «Кантина», «Винная деревня», «Подворье старого грека», «Винный дом Каракезиди». Музейно-туристский комплекс "Казачий остров" в Брюховецком районе постоянно вызывает интерес посетителей к казачьему укладу, в Ейском районе в этнографической деревне «Кубанский хутор» мастерами предлагается не только изучить казачий быт, но и обучиться гончарному производству. В

Туапсинском районе семейная крестьянская ферма «new Васюки» предлагает всем желающим принять участие в сборе урожая, рыбалке, покататься на лошадях и велосипедах. В рамках развития аграрного туризма в Темрюкском районе начал работу экскурсионный маршрут "Сады Рыжевских", знакомящий туристов с сельским бытом.

В прошлом году был разработан такой туристский продукт, как «Золотое кольцо юга России», включающий посещение объектов агротуризма, в рамках проекта было заключено соглашение между Краснодарским, Ставропольским краями и Республикой Крым.

Краснодарский край обладает многими природными, бальнеологическими, производственными ресурсами для успешного развития аграрного туризма в регионе.

Литература:

1. Заднепровская Е. Л., Юрченко А. А. Развитие винного туризма в Краснодарском крае / Е. Л. Заднепровская, А. А. Юрченко // Экономика и предпринимательство. – Москва. - 2016. - № 11 (3). – С. 480-483.

2. Шпырня О. В. Перспективы развития агротуризма в Краснодарском крае / О. В. Шпырня, С. Ф. Евтушенко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар, 2005. – С. 135-137.

ОРГАНИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ С ИНВАЛИДАМИ В ПЕРИОД СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

А. А. Звягинцев, М. В. Коренева

Аннотация. В работе представлены результаты, продемонстрированные на российских соревнованиях по гребле параканое, рассмотрены проблемы помощи инвалидам в связи с проведением соревнований.

Ключевые слова: социальная работа, спорт, инвалиды.

Инвалиды, как и любые люди на земле, являются частью нашего

общества, хотя в современном мире не все это признают. Они ограничены в чем-то, но не отличаются от других людей. Они стремятся жить, заниматься спортом и просто радоваться жизни. Они не раз доказывали, что способны на большее, и задача общества 21 века помочь в том, чтобы эта категория людей добивалась новых побед. как в жизни, так и в спорте, ибо каждый день для них - это борьба с самим собой. На первый взгляд инвалиды и спорт не совместимы, но не стоит забывать, что все зависит только от желания человека превзойти свои возможности. Ежегодно в России проходят десятки соревнований для инвалидов, от краевого уровня до международного (все зависит от вида спорта). В качестве примера, хотелось бы представить некоторые данные, на примере доступности водного спорта (в данном случае, гребли – параканое) [1].

В 2014 году в Москве проходили соревнования международного уровня по гребле и параканое, которые прошли успешно. Члены российской команды с поражением ОДА (опорно-двигательный аппарат) смогли занять 8 место в общем зачете. Для инвалидов были созданы специальные условия, чтобы им было максимально удобно соревноваться. За каждым 1-4 спортсменами был закреплен тренер, который помогал им при транспортировке 13-17 - килограммовых лодок до пирса; был обеспечен удобный спуск к воде, оборудованы комнаты для колясочников в гостиницах. Вся территория заасфальтирована и имела гладкие спуски и подъемы, что немаловажно для колясочников [2, 3].

Отрицательными моментами в спорте для людей с ограниченными возможностями являются следующие моменты: недостаточное финансирование (этот вид спорта требует дорогого оборудования: лодки, весла, моторы для лодок, сопровождение спортсменов на воде); отсутствие специальных эллингов, в которых можно удобно разместить лодки (приходится делить эллинг с обычными спортсменами); проблемы с транспортировкой при переезде из отеля до канала (не все автобусы имеют специальные подъемники для того, чтобы колясочник оказался в кабине автобуса); тренажеры не

подстроены под инвалидов и др.

Есть множество проблем, которые предстоит решить. Россия стала проводить соревнования и другие мероприятия для инвалидов, а это неплохой шаг вперед. Решение проблем требует времени. Главное - стремиться помочь спортсменам в достижении их цели [4].

Литература:

1. Федерация спорта лиц с ПОДА в Ивановской области: [Электронный документ] URL <http://fpodaivobl.3dn.ru/index/parakanoe/0-33> (Дата обращения 14. 11. 2016).

2. Новости федерации: [Электронный документ] URL <http://www.kayak-cano.e.ru/ru/federation/news/3959/> (Дата обращения 14. 11. 2016).

3. Всероссийская федерация гребли на байдарках и каноэ: [Электронный документ] URL <http://www.canoesport.ru> (Дата обращения 14. 11. 2016).

4. Поддубная Т. Н. Организация спортивно-событийного тура «Football Russia-2018» / Т. Н. Поддубная, Г. М. Лагзьян // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт: Материалы всероссийской науч.-практ. конф. с междунар. участием (14-15 апреля 2016 г.). – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Ч. 2. – С. 16-20.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНО-СОБЫТИЙНОГО ТУРИЗМА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

А. А. Звягинцев, М. В. Коренева

Аннотация. Раскрывается роль спортивных мероприятий в привлечении дополнительного потока туристов, а также рассматриваются существующие проблемы развития спортивно-событийного туризма в Российской Федерации.

Ключевые слова: спортивно-событийный туризм, вид спорта, зрители, зрители с ограниченными возможностями.

Спортивно-событийный туризм является одним из самых востребованных

видов туризма, что обусловлено его многогранностью. Он привлекает людей любых возрастов и профессий, поскольку в современных условиях спорт закономерно начинает составлять необходимую часть жизни человечества. Все большее количество взрослых и детей, мужчин и женщин регулярно уделяют время спорту. Все больше растет популярность туризма, целью которого является посещение спортивных зрелищ, конгрессов, спортивных соревнований, семинаров спортивной науки и другие. Поэтому спортивно-событийный туризм развивает наиболее активный и динамичный элемент производительных сил принимающего региона и тем самым способствует росту ресурсного потенциала в стране в целом.

Естественно, ежегодно, по всей России проходят различные соревнования, а наиболее популярными видами спорта стали: хоккей, футбол, баскетбол. Но в то же время люди стремятся увидеть что-то новое и приобщиться к этому. Так, например, в городе Краснодаре проходит ежегодный Кубок России по гребле на байдарках и каноэ, а также и параканоэ, который с каждым годом привлекает большое количество участников и еще большее количество зрителей. Данные соревнования являются фактором привлечения дополнительного потока туристов в регион. На кубке также часто можно увидеть людей с ограниченными возможностями (и с каждым годом их количество только растет), у которых после знакомства с данным видом спорта и глядя на людей, которые занимаются им, появляется желание приобщиться к этому виду спорта, и как знать, может, кто-нибудь из зрителей с ограниченными возможностями в следующем сезоне станет одним из участников соревнования.

Но существуют и отрицательные моменты в спортивно-событийном туризме, такие как дорогое проживание в гостиницах на момент проведения тех или иных мероприятий. Также к наиболее частым проблемам относятся загруженность транспорта или стоимость билетов, что сразу сказывается на наполняемости стадионов и залов.

Несмотря на все существующие препятствия, Российская Федерация

обладает высоким потенциалом для развития спортивно-событийного туризма, а учитывая многофункциональность данного направления, он может привлекать людей любых возрастов и интересов как отечественных, так и из числа зарубежных туристов.

Литература:

1. Коренева М. В. Страхование и туристские формальности: учебно-методическое пособие / М. В. Коренева, И.-С. Иванова. – Краснодар: ФГБОУ ВО КГУФКСТ, 2016. – 180 с.

2. Кружков Д. А. Роль олимпийского наследия в развитии туристской инфраструктуры Краснодарского края // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма / Д. А. Кружков, Н. М. Мартыненко. Краснодар. – 2015. – № 2. – С. 54-55.

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

ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ИНВАЛИДОВ

С. В. Зубенко, Т. Н. Поддубная

Аннотация. В работе представлены гендерные особенности инвалидов обоих полов, показана разница в положении мужского и женского пола, выявлена необходимость в разработке программ социальной помощи по гендерному признаку.

Ключевые слова: инвалиды, гендерные особенности, дискриминация, адресная политика.

Обычно общество не придаёт значения полу инвалида. Тем не менее, гендер является одним из важнейших факторов переживания человеком инвалидности. В ряде исследований, посвящённых проблемам инвалидов, были выявлены противоречия между гендерной самоидентификацией инвалидов и сложившейся в обществе нейтральной позиции по отношению к гендеру инвалидов. Сами инвалиды не считают себя бесполовыми существами, наоборот, многие из них ориентированы на то, чтобы создать семью и завести детей. Социум кроме инвалидности не видит других качеств личности [1].

В зависимости от принадлежности к полу перед мужчинами и женщинами открываются абсолютно разные возможности. Образ женственности, накладываясь на стереотип об инвалидной пассивности, усиливает его и делает женщину ещё более уязвлённой в глазах общественности. В современных рыночных условиях положение женщин в целом неблагоприятно, а ситуация с женщиной - инвалидом ещё более плачевная. Ещё одной важной проблемой женщин-инвалидов является реализация материнских прав. В социуме существует стереотип, что женщины-инвалиды не в состоянии создать нормальную семью и воспитывать здоровых детей [1]. Описывая характерные черты мужской инвалидности, следует отметить трудность сочетания статуса инвалидности и мужественности как элементов маскулиной модели поведения, которую одобряет общество. Несмотря на это, нередки случаи, когда статус мужчины-инвалида является более высоким по отношению к здоровым женщинам. У мужчин-инвалидов больше шансов устроится по специальности, соответствующей уровню их профессиональной подготовки.

Итак, статус у мужчины-инвалида более высокий по сравнению с женщиной-инвалидом. Таким образом, обнаруживается потребность применения гендерного подхода в социальной работе с инвалидами, который позволит обеспечить более эффективную адресную политику и рациональное решение социальных проблем.

Литература:

1. Социальная работа с различными группами населения: учеб. пособие для студ. вузов / коллектив авторов; под ред. Н. Ф. Басова. - М. : КНОРУС, 2016. - 528 с.

2. Поддубная Т. Н. Социальный туризм в России: проблемы и перспективы развития / Т. Н. Поддубная, В. О. Немцова // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 103-105.

3. Поддубная Т. Н. Туризм как средство социализации детей с отклонениями в развитии / Т. Н. Поддубная // Актуальные вопросы в сфере туризма: Материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 99-102.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА

В. О. Иванникова, Е. В. Василенко

Аннотация. Современные предприятия гостеприимства в России сталкиваются с рядом проблем, решение которых будет способствовать развитию гостиничного бизнеса в нашей стране, повышению конкурентоспособности и прибыльности гостиниц и других средств размещения.

Ключевые слова: индустрия гостеприимства, профессионализм кадров, инновации, ресурсное обеспечение.

К числу основных проблем индустрии гостеприимства исследователи относят следующие.

Е. Д. Горячева и Н. В. Костикова основной проблемой считают недостаточный уровень профессионализма кадров сферы гостеприимства.

Только квалифицированный персонал и качественное управление им могут создать высокий уровень обслуживания, комфортную атмосферу на предприятиях размещения, питания, в местах отдыха [2]. В частности, Д. Е. Эм видит проблему в недостаточном знании иностранного языка персоналом гостиничного предприятия, так как задачи формирования иноязычной компетенции у сотрудников гостиничных предприятий решаются неэффективно.

По мнению Т. Д. Бурменко и Е. О. Похомчиковой, ключевой проблемой в сфере гостеприимства в России является недостаточное понимание важности инноваций. По оценкам специалистов, только 9,2 % организаций сферы сервиса являются инновационными. С небольшими погрешностями можно применить этот показатель к предприятиям индустрии гостеприимства: инновационным является лишь одно из десяти российских предприятий, занятых в этой отрасли. Так что вопрос об инновационных технологиях в сфере гостеприимства в России является одним из самых сложных [1].

Н. Г. Шаповалова затрагивает проблему ресурсного обеспечения гостиничного предприятия и привлечения инвестиций. Нужно отметить, что инвестиции в сфере гостеприимства окупаются медленно, а в случае изменения конъюнктуры возможности инвестирования в гостиничный бизнес ограничены [3].

Индустрия гостеприимства в нашей стране динамично развивается, но возможности ее развития ограничиваются комплексом нерешенных проблем в отрасли. Решение этих проблем является стратегически важной задачей всей гостиничной индустрии и каждого предприятия в отдельности.

Литература:

1. Бурменко Т. Д. Проектирование модели инновационного процесса на предприятиях индустрии гостеприимства / Т. Д. Бурменко, О. Е. Похомчикова // Известия ИГЭА. – 2014. - № 6. – С. 85-90.

2. Горячева Е. Д. Проблем ы управления человеческими ресурсами в индустрии гостеприимства / Е. Д. Горячева, Н. В. Костикова // Сервис в России

и за рубежом. – 2016. - № 3. – С. 199-206.

3. Шаповалова Н. Г. Совершенствование экономических основ управления и развития ресурсного потенциала предприятий туристско-рекреационного комплекса региона / Н. Г. Шаповалова // Вопросы современной науки: коллект. науч. монография [под ред. Н. Р. Красовской]. – М.: Интернаука, 2016. – С. 120-140.

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ПРОДВИЖЕНИЯ КУЛЬТУРНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРА

Е. И. Казанов, Е. В. Василенко

Аннотация. Главная цель продвижения культурно познавательного тура - создание спроса на этот тур. Его продвижение включает в себя деятельность по рекламе в прессе и печати, связи с общественностью, интернет-услуги.

Ключевые слова: культурно-познавательный тур, продвижение, интернет-маркетинг.

Для того чтобы обеспечить продвижение и реализацию культурно-познавательного тура, необходимо привлечь внимание потенциальных потребителей; вызвать интерес у потребителей к туристскому продукту; вызвать желание у потребителей купить данный продукт; стимулировать покупателей к реальному действию по покупке туристского продукта.

Один из основных методов продвижения культурно-познавательного тура - это реклама. Реклама становится уникальным инструментом маркетинга, устанавливающим, поддерживающим и развивающим коммуникации среди туристских предприятия и потребителей, посредников, производителей туристских услуг, контактных аудиторий, государственных организаций [2].

Реклама – процедура донесения информации от рекламодателя до основной аудитории различными способами. Через рекламу поддерживается обратный контакт с рынком. Она служит эффективным средством донесения до

потребителей сведений о туристских услугах [2].

Для продвижения культурно-познавательного тура и взаимодействия с потребителями существует такая форма, как связи с общественностью, или Public Relations [2].

Связи с общественностью предполагают формирование доверительных отношений туристского предприятия с общественностью, получение благоприятной известности и создание положительного имиджа фирмы, а также препятствование распространению негативных слухов, историй, мнений о деятельности фирмы. «PR», или «связи с общественностью», - это, в первую очередь, метод коммуникации, направленный на организацию информационного пространства в режиме, благоприятном для объекта PR. Паблик рилейшнз строятся на усилиях не только убеждать потребителей туристского продукта, но и влиять на их поведение.

Самой современной и эффективной формой продвижения культурно-познавательного тура является интернет. Существует много способов продвижения в интернете, в частности sales Promotion, что предполагает использование следующих инструментов интернет-маркетинга: Publicity (упоминание в рассказе, репортаже, статье о туристской услуге с указанием, кто ее реализует); Advertisining (извещение, объявление о туристской фирме и ее услугах, построенное по определенной структуре) и др. [1].

Таким образом, применение вышеуказанных методов позволит осуществлять постоянное управление продвижением культурно-познавательного тура к потребителям.

Литература:

1. Родигин Л. А. Интернет-технологии в туризме и гостеприимстве: учебное пособие / Л. А. Родигин, Е. Л. Родигин. – М.: Советский спорт, 2014. – 208 с.
2. Сулейманова Г. В. Реклама в туризме: учебно-методическое пособие / Г. В. Сулейманова. – Казань: Изд-во КНИТУ, 2013. – 198 с.

ПРЕДМЕТ ИЗУЧЕНИЯ - ИСТОРИЯ ТУРИЗМА

Н. В. Костюкова, А. Г. Василяди

Аннотация. Наука, которая изучает все виды путешествий от периода античности и до наших дней, называется историей туризма. Для того чтобы определить причины возникновения данной науки, проследить процесс ее развития путем исследования становления туризма в других культурах, применяется исторический подход.

Ключевые слова: история, история туризма, туризм, путешественник, путешествие, виды путешествий, история путешествий, социальный туризм, древние культуры.

Свои истоки история туризма берет из истории путешествий, обычаев и традиций гостеприимства.

Необходимо четко видеть различие между такими понятиями, как «туризм» и «путешествие», чтобы впоследствии проанализировать перспективы их развития. Из этого следует, что необходимо отслеживать динамику развития путешествий, причинно-следственные связи между разными культурами, видеть изменения в географических маршрутах путешествий, найти причины, предшествующие становлению организованной и других форм туризма и т. д.

Так чем же отличается туризм от путешествия, и наоборот? Ведь эти понятия взаимосвязаны друг с другом.

Путешествие - свободное перемещение индивида в пространстве, носящее индивидуальный или групповой характер с целью познания окружающего нас мира.

Туризм - временный выезд людей за территорию своего места жительства с рекреационной, развлекательной, оздоровительной и/или другими целями без осуществления трудовой деятельности на другой территории.

Путешествия и туризм имеют разные системы подразделений. К примеру,

туризм может быть, в широком смысле: социальный, научный, специализированный, рекреационный и т. д.; в узком смысле: активным или пассивным. В то же время путешествия делятся на пешие туры, маршруты с передвижением на определенном транспорте, авиатуры и другие.

Кроме этих двух понятий, в истории туризма существует ряд других определений.

Путешественник - лицо, которое путешествует между двумя или более географическими пунктами. С 1800 года после выхода книги «Анекдоты английского языка» слово «Путешественник» было заменено на слово «турист».

Гостеприимство - система обслуживания людей, которые находятся за пределами своего дома. Включает в себя: предоставление места временного проживания, обеспечение питания, организацию отдыха и развлечения гостей.

Экскурсия - вид путешествия, главной целью которого является посещение достопримечательностей данной местности.

Таким образом, история туризма представляет собой науку, которая изучает многообразие культурных видов, влияние материальной и духовной составляющей на человека и раскрывает основные периоды развития туризма.

Литература:

1. Алдарова Л. М., Артемьева Н. К., Аршинник С. П., Атласова С. С., Беляев М. А., Валл К. П., Габуева О. Ш., Гакаме Р. З., Горячева А. А., Дашкевич И. С., Дворкин Л. С., Дворкина Н. И., Денисенко Н. И., Емишаева Л. А., Золотарёв А. П., Климентов М. Н., Коноплева А. Н., Лысенко В. В., Лызарь О. Г., Овчинников Ю. Д. и др. Здоровьесберегающее образование: современные факторы развития. Самара, 2016.

2. Поддубная Т. Н., Агошкова О. В., Хатит Ф. Р., Ожева С. Б. Показатели и критерии оценки сформированности компетенций у бакалавров по направлению подготовки 43. 03. 02 «Туризм» в контексте ФГОС ВО 3+ // Вестник Майкопского государственного технологического университета. 2016. № 1. С. 76-81.

3. Caldito L. A., Dimanche F., Mazina A., Fedulin A., Vetitnev A., Apukhtin A., Kruzhkov D., Kurbanov E., Pecheritsa E., Sakharchuk E., Sharafanova E., Romanova G., Alexanyanc G., Tatarskikh Iu., Belosluttseva L., Smit N., Kryukova O., Vapnyarskaya O., Ilkevich S., Kharitonova T. et al. Tourism in Russia // TEMPUS Project "NETOUR: Network for Excellence in Tourism through Organization and Universities in Russia"/Project Co-funded by the European Union. Spain, 2015.

ВЛИЯНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДОШКОЛЬНИКОВ

А. Е. Куриленко, Е. А. Еремина

Аннотация. В работе представлен материал по средствам координационной тренировки юных танцоров, специализирующихся в современных танцевальных направлениях.

Ключевые слова: дошкольный возраст, танцевальные упражнения, координационные способности.

Координация движений поддается упражнению и можно добиться значительного повышения ее уровня. Наилучший возраст человека для развития координационных способностей является именно дошкольный возраст, так как именно с детства каждый человек учится управлять собой, своим телом и своими движениями.

Проблемой развития координационных способностей у детей занимались и занимаются многие научные и практические работники (В. И. Лях, Н. А. Верштейн, В. А. Булкин и другие). На основании анализа научно-методической литературы нами было выявлено, что координационные способности у детей дошкольного возраста достаточно эффективно развиваются при помощи занятий танцевальными упражнениями. Один из крупных специалистов в области физического воспитания школьников Г. Н. Сатиров отмечал: «Не

овладев комплексом качеств и способностей, нельзя управлять собой, своим телом, своими движениями...»

Танцы помогают значительно улучшить координацию движений, развить и поддержать волевую и эмоциональную составляющую ребенка, а также влияют не только на улучшение пластичности и эластичности мышц, но и дают возможность ориентироваться в пространстве и просто укрепляют здоровье ребенка. Занимаясь танцами, дети становятся более активными, социализируются, проще адаптируются в новой среде. Даже если ребенок скромный и стеснительный, – танцы снимут все барьеры и сделают его смелым и раскрепощенным.

В работе нами определена основная задача: подобрать комплекс танцевальных движений для детей дошкольного возраста и составить план тренировочных занятий с использованием упражнений танцевальной направленности. В ходе тренировки планируется использовать прыжки, подскоки, ходьбу под музыку, фигурную маршировку, такие танцевальные упражнения, как современный танец «хип-хоп» - поочередное сгибание рук, поднятие рук вверх и опускание в исходное положение, «ножницы» руками с постепенными наклонами головы, скрестные движения согнутыми руками к коленям «крестом». При выполнении танцевальных упражнений важно учитывать правильное использование музыкального сопровождения, это современная музыка в необходимом темпе, соответствующая стилю танца.

Данный подбор упражнений согласован с мнением ведущих специалистов отрасли и может служить необходимым средством тренировки юных спортсменов.

Литература:

1. Лях В. И. Совершенствование специфических координационных способностей // Физическая культура. – 2001. - № 2. - С. 7-14.

2. Влияние танцевальных упражнений на развитие координационных способностей детей старшего дошкольного возраста // Педагогика: традиции и инновации: материалы междунар. науч. конф. (г. Челябинск, октябрь 2011 г.). -

ДЕЛОВОЙ ТУРИЗМ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ТУРИСТСКОЙ ОТРАСЛИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Ю. А. Миюская, Т. А. Самсоненко

Аннотация. В работе исследуются современное состояние и перспективы развития делового туризма в Краснодарском крае. Выделен комплекс мер по повышению деловой активности региона.

Ключевые слова: деловой туризм, Краснодарский край, деловые мероприятия, бизнес-туризм, выставочная деятельность.

Деловой туризм является перспективным направлением туристской отрасли Краснодарского края. В регионе существуют все необходимые условия для дальнейшего развития и укрупнения деловых контактов на основе осуществления новых инвестиционных проектов, что характеризуется особыми благоприятными климатическими условиями, продуктивной политикой администрации края, направленной на поддержание развития делового туризма, увеличение количества деловых мероприятий и повышение деловой активностью населения.

Основными потребителями в сфере бизнес-туризма являются финансово-устойчивые крупные корпорации, регулярно проводящие различные конгрессы, конференции и бизнес-тренинги. В структуре туристского потока г. Краснодара бизнес-туризм составляет 91 %, на транзитный туризм приходится 9 %, инсентив-туризм – 2 %, на спортивный и познавательный туризм - 3 % и 2 % соответственно [1]. Известно, что конгрессно-выставочная деятельность приносит г. Краснодару доход, исчисляющийся 250 миллионами рублей в год, а с учетом мультипликативного эффекта эта сумма может увеличиваться до 16 миллиардов рублей [2].

Основная доля бизнес-выставок в г. Краснодаре организуется

выставочной компанией «Краснодар ЭКСПО», которая является краснодарским офисом международной группы компаний ITE. Краснодар, безусловно, является деловым бизнес-центром региона, тем не менее, существует немалое количество проблем, препятствующих дальнейшему развитию деловой активности города. К проблемам развития деловой отрасли туризма в Краснодарском крае можно отнести: состояние транспортной инфраструктуры, неоправданно высокая стоимость средств размещения корпоративного назначения, поскольку тарифы строятся исходя из принципа сезонности.

Однако, несмотря на все вышеперечисленные проблемы, продвижение и развитие делового туризма на территории Краснодарского края является особенно перспективным направлением, для чего необходимо:

- тесное сотрудничество и партнерство бизнес-структур и органов власти;
- улучшение качества деловой информационной инфраструктуры;
- повышение качества обслуживания и подготовка кадров.

Все это будет способствовать повышению деловой активности и конкурентоспособности туристского региона в целом.

Литература:

1. Белицкая О. В. Перспективы развития делового туризма в Краснодарском крае / О. В. Белицкая // Вестник Академии знаний. - 2014. - № 1 (8). - С. 30-33.

2. Нагабедян В. А. Состояние и перспективы развития делового туризма в Краснодарском крае (на примере Сочи) / В. А. Нагабедян // Проблемы и перспективы развития туризма, рекреации и фитнеса: материалы межкафедральной конференции. – М., 2016. - С. 200-205.

РАЗВИТИЕ ФУТБОЛЬНОГО ТУРИЗМА В ИСПАНИИ КАК ОДНОГО ИЗ ИННОВАЦИОННЫХ НАПРАВЛЕНИЙ В ТУРИЗМЕ

А. А. Настенко, Т. А. Самсоненко

Аннотация. Рассматриваются вопросы развития футбольного туризма в

Испании. Подчеркивается его роль в повышении престижа страны.

Ключевые слова: футбольный туризм, Испания, Барселона, Футбольный клуб «Реал Мадрид», спортивно-событийный туризм.

Относительно новым и динамично развивающимся направлением туризма на Пиренейском полуострове является футбольный туризм. По мнению Ангелиной И. А. и Астахова М. И., спортивные туры в зависимости от цели путешествия подразделяются на два вида: активный и пассивный. Активный вид спортивных туров предполагает занятие каким-либо видом спорта, во втором же случае основой туристского продукта является интерес к спорту, например посещение соревнований. Поэтому футбольный туризм относится к пассивному спортивному туризму [1].

Одним из направлений футбольного туризма является организация туров по стадионам с посещением клубных музеев футбольных команд. Стадион «Сантьяго Бернабеу» ФК «Реал» (Мадрид, Испания) - третий по величине стадион в Европе, в 2007 г. УЕФА присвоила стадиону пять звезд, что позволяет считать его элитной спортивной ареной, которая вмещает 80 354 человека [2].

«Тур Сантьяго Бернабеу» включает в себя знакомство с историей команды, посещение раздевалок команд и выход на поле. Заканчивается экскурсия в клубном магазине, где каждый может найти себе по душе вещь с символикой клуба.

С целью привлечения большего количества туристов, а также популяризации клуба ежегодно проводятся мировые туры. Команды в течение трех недель посещают ряд стран от США до Китая и Австралии, проводя выставочные матчи с местными командами.

Относительно новым направлением в футбольном туризме Испании стало строительство детских школ по всему миру. Особой популярностью пользуются летние лагеря на территории ведущих клубов Испании. Для иногородних спортсменов предлагается размещение на территории лагеря,

мастер-классы и тренировки с лучшими футболистами мира, такими как Криштиану Роналду, Гарет Бейл, Серхио Рамос и др.

Таким образом, футбольный туризм позволяет увеличивать престиж страны, способствует экономическому росту доходов от туризма и сопутствующих отраслей, а также развитию футбольных клубов.

Литература:

1. Ангелина И. А., Астахова М. И. Факторы развития футбольного туризма как одного из инновационных направлений в туризме // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 33. – С. 61–65. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/95397.htm>

2. Туры в Испанию для любителей футбола [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.msk-guide.ru/football_tur.htm. Заглав. с титульного экрана. (дата обращения: 05. 11. 2016).

ЗНАЧЕНИЕ МАРКЕТИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТУРИСТСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

В. О. Немцова, О. В. Шпырня

Аннотация. В данной работе рассматривается роль маркетинговых исследований при разработке стратегии туристского предприятия. Указаны основные составляющие маркетинговых исследований, их этапы и цели.

Ключевые слова: маркетинговые исследования, анализ, цели, рынок, конкуренция, стратегия, туристское предприятие.

На сегодняшний день маркетинговые исследования занимают особое место в туристской индустрии. Для уменьшения степени риска туристское предприятие должно располагать своевременной, надёжной и объективной информацией, а также уметь грамотно и профессионально оценивать рынок, свои возможности и выбирать направления дальнейшей деятельности, которые с минимальным риском и максимальной возможностью будут способствовать

достижению поставленных предприятием целей [1, 2].

В связи с этим маркетинговые исследования являются важным элементом при разработке стратегии в условиях большой конкурентной борьбы между предприятиями туристской индустрии.

Маркетинговые исследования – это сбор, обработка, анализ и, впоследствии, предоставление данных, относящихся к конкретной рыночной ситуации, с которой пришлось столкнуться предприятию [2].

В связи с возникновением большого количества туристских предприятий, именно маркетинг способствует их успешному функционированию. Исследованиям подвергаются рынок, конкуренты, потребители, цены, внутренний потенциал предприятия. Изучение рынка предполагает выяснение его состояния, тенденций развития, что может помочь дать объективную картину сегодняшнего положения дел на рынке и подсказать возможности и пути его улучшения. Но это только часть проблем, определяющих содержание маркетинговых исследований в целом. Объектами маркетинговых исследований являются потребители товаров, непосредственно сам товар и конкуренты [1].

Цели маркетинговых исследований должны быть чёткими и ясными, детальными и направленными на решение установленной проблемы. Исследования позволяют изучить потенциал рынка, поведение конкурентов, стратегии формирования цен и развитие предприятия в целом. Результатом исследований является разработка целостной стратегии фирмы, на основании которой выбирается целевой рынок и подходящий маркетинговый комплекс.

Таким образом, маркетинговые исследования играют важную роль в деятельности туристского предприятия, а также в разработке стратегии его развития. Они способствуют постановке задач на основе анализа внутренних сильных и слабых сторон и обеспечивают эффективное достижение целей данного предприятия.

Литература:

1. Каменева Н. Г. Маркетинговые исследования: учеб. пособие по спец.

«Маркетинг» / Н. Г. Каменева, В. А. Поляков. - М. : Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2011. - 437 с.

2. Шпырня О. В. Маркетинг в туризме: учебное пособие / О. В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2010. – 368 с.

ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ КАК НАУЧНО-СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

И. О. Олейников, Т. Н. Поддубная

Аннотация. В данной работе рассматриваются научно-теоретические основы девиантного поведения.

Ключевые слова: девиантность, отклоняющееся поведение, научные подходы к девиации, дезадаптивность.

Ученые дают определение девиантности (с лат. *deviatio*) как характеристика поведения, не совпадающего с социальными нормами и ценностями, принятыми в человеческом обществе [1, 4, 5, 6]. Социальные нормы служат ориентиром поведения отдельного индивида в жизни общества, отклонение от которых считается девиацией. К девиациям относят преступность, проституцию, суицид, алкоголизм, токсикоманию и пр. Существуют разные научные подходы к девиации [2, 4, 5, 6]. Социальный подход рассматривает в числе девиаций поведение, угрожающее обществу и жизни окружающих индивидов. Медицинский подход действует с позиций поиска и обнаружения симптомов болезни и психопатологии индивида. В данном случае рассматриваются как доболлезненные особенности человека, способствующие созданию тех или иных психических расстройств и заболеваний [2]. Психологический подход рассматривает девиантное поведение в связи с внутриличностным конфликтом, саморазрушением собственной личности и буквальным запретом своему личностному росту с последующей деградацией личности. Феноменологический психологический

подход отмечает, педагоги считают девиантами учеников, отстающих в учебе [3, 7].

Таким образом, поведение личности, не отвечающее стандарту социальных и психических норм, является социально отклоняющимся, то есть девиантным. Его суть, зачастую, заключается в дезадаптивности, нарушении процесса самоактуализации, в виде уклонения от нравственного контроля над собственным поведением, неточном осознании своих действий, своего места и назначения в обществе. Однако при всех своих негативных сторонах, девиация имеет некоторое положительное влияние как на социум в целом, так и на развитие личности в некоторых своих проявлениях. Не стоит всех индивидов девиантного поведения по определению считать преступниками и злодеями, а необходимо помогать им совершенствовать свою личность и осознать возможную неправильность своих действий в рамках общества.

Список литературы:

1. Социальные отклонения / Под ред. В. Н. Кудрявцева. - М. : Юрид. лит., 1989.
2. Беличева С. А. Основы превентивной психологии. - М., 1993.
3. Рычкова Н. А. Дезадаптивное поведение детей: Диагностика, коррекция, психопрофилактика. - М. : издательство ГНОМ и Д. 2000. - С. 96.
4. Поддубная Т. Н. Асоциальное поведение молодежи: на пути поиска решений / Т. Н. Поддубная, О.-С. Обидина // Социальные науки и социальные технологии в России: Сб. материалов регион. науч.-практ. конф. – Вып. 5. – Майкоп: издатель А. А. Григоренко, 2010. – С. 133-136.
5. Поддубная Т. Н. Тенденции профилактики экстремизма среди детей и молодежи / Т. Н. Поддубная // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 29. – С. 1–9. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56541.htm>.
6. Хазова С. А. Технология психолого-педагогической деятельности по преодолению лживого поведения подростков и результаты ее реализации / С. А. Хазова, Л. Ф. Сельмидис, Т. Н. Поддубная // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». – 2015. –

Вып. 3. – С. 164-170.

7. Шебанец Е. Ю. Профилактика суицидального поведения: причины суицидов у женщин и мужчин / Е. Ю. Шебанец, Т. Н. Поддубная // Феноменология и профилактика девиантного поведения: материалы УШ Всерос. с междунар. участием науч.-практ. конф. – Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2014. – С. 295-297.

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ

Д. И. Остапец, Е. А. Еремина

Аннотация. В данной работе представлены данные об особенностях организации тренировочного процесса юных спортсменов-танцоров, особое внимание отведено нюансам физической подготовки в группах НП-1.

Ключевые слова: физическая подготовка, юные спортсмены, танцоры, Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта.

Спортивные танцы – это сложнокоординационный вид спорта, специфика которого проявляется в выполнении большого количества сложно-технических движений свободного характера, которые объединяются в композицию.

Нами проведен контент-анализ разработанных программ спортивной подготовки по виду спорта, спортивные танцы, разработанные на основании Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта, спортивные танцы в соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Определен полный комплекс основных параметров подготовки танцоров, основные этапы подготовки: начальная подготовка, тренировочный этап, совершенствование спортивного мастерства.

Тренировочный процесс осуществляется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели. Кроме тренера к работе со

спортсменами - танцорами могут привлекаться хореографы, преподаватели танцев (хореографическое образование), звукорежиссеры. В планы включены теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, тренировочные сборы, участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях, инструкторская и судейская практика, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и контроль, групповые тренировки и индивидуальная работа со спортсменами.

Основная задача нашего исследования - разработать методику физической подготовки для юных спортсменов - танцоров на основе Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спортивные танцы», в соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и опыта работы тренеров Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей специализированной детско-юношеской спортивной школы п 1.

Для занятий танцевальным спортом и проведения набора в группы на начальном этапе подготовки юным спортсменам необходимо проявлять следующие способности: скоростные качества, скоростно-силовые качества, гибкость, вестибулярную устойчивость, силу. Спортсменам необходимо выполнить контрольные упражнения по нормативам Федерального стандарта спортивной подготовки «спортивные танцы» для группы НП-1:

1. Бег на 30 м. Время выполнения бега для девушек не должно превышать 7,2 с, для юношей – 6,9 с.

2. Прыжки в длину с места. Для девушек не менее 110 м, для юношей – 115 м.

3. Упражнение: исходное положение - стойка ноги вместе, руки вверх, пальцы скрестно. Отведение рук назад для девушек 30 градусов, для юношей – не менее 15.

4. Равновесие на одной ноге, другая согнута в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны. Удержание исходного положения для девушек в течение 5 с, для юношей - 4 с.

5. Подъем туловища лежа на спине. Для девушек не менее 5 раз, для

юношей – не менее 7 раз.

Подводя итоги, можно рекомендовать при формировании программ тренировки юных танцоров особое внимание уделять упражнениям скоростно-силовой и координационной направленности.

Литература:

1. Путинцева Е. В., Пшеничникова Г. Н. Начальная подготовка в спортивных танцах: учебное пособие / Е. В. Путинцева, Г. Н. Пшеничникова. – СибКУФК, 2010 – 17-22 с.

2. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту – <http://lib.sportedu.ru/>

3. Браиловская Л. В. Самоучитель по танцаМ.: вальс, танго, самба, джайв. – Ростов н/ Д., Феникс, 2003.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ВИННОГО ТУРИЗМА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ

С. Е. Парамонова, М. В. Коренева

Аннотация. Рассмотрены основные проблемы развития винного туризма в России, а также проведен анализ современного рынка винного туризма в Краснодарском крае с его основными заводами, предлагающими для своих гостей экскурсионную программу с дегустацией продукции, деятельность которых при условии дальнейшего продвижения может положительно сказаться на развитии винного туризма в регионе.

Ключевые слова: винный туризм, Краснодарский край, современное состояние, перспективы развития.

В настоящее время продвижение винодельческой отрасли, а также винных туров в России – это одна из основных приоритетных задач государственной политики в сфере туризма. При этом винный туризм все еще достаточно слабо представлен в нашей стране, на что существует ряд причин,

основной из которых является недостаточно развитая инфраструктура. Примером могут послужить ведущие винодельческие страны, в которых обустроены, успешно и давно функционирующие тематические отели, а в некоторые даже располагают целыми комфортабельными комплексами. В нашей стране в основном все это до сих пор находится на стадии проектов.

Но дегустации вин и экскурсии по винным заводам может предложить Краснодарский край, чье побережье знаменито среди туристов не только своим морем и климатом, но и уникальной культурой, традициями, а также гастрономическими особенностями, которые бережно хранит местное население для будущих поколений. В настоящее время огромная территория прибрежной зоны отведена под виноградники, где выращиваются местные и экспортированные сорта. Хорошей перспективой для развития данного направления в регионе является наличие около 40 винных заводов, расположенных в Анапе, Геленджике, Новороссийске, Крымске, Темрюкском районе, которые предлагают экскурсионные программы для гостей региона, включая знакомство с виноделием, историей заводов, показ процесса выращивания винограда, его сбора и производства вина и заканчивая маршрут дегустацией различных сортов и продажей продукции на месте проведения туров. Особой популярностью среди них пользуются пять винных предприятий: ЗАО АФ «Мысхако» в поселке Мысхако; ОАО АПФ «Фанагория» в Темрюкском районе в поселке Сенной; ООО «Кубань-Вино» в Темрюкском районе; завод «Chateau leg rand Vostock» в Крымском районе в хуторе Садовый и ООО АФ «Саук-Дере» в Крымском районе в поселке Саук-Дере.

Таким образом, новая для Краснодарского края концепция в сфере туризма в перспективе может быть преобразована в новую местную достопримечательность, доступную и привлекательную не только для отечественных, но и для иностранных туристов.

Литература:

1. Гопанько Н. И. Мнение молодежи о потенциале региона для развития

сельского туризма / Н. И. Гопанько, И.-С. Иванова, М. В. Коренева // Материалы научно-методической конференции КГУФКСТ. - Краснодар, 2016. - С. 77-79.

2. Заднепровская Е. Л. Развитие винного туризма в Краснодарском крае / Е. Л. Заднепровская, А. А. Юрченко // Экономика и предпринимательство. – Москва. - 2016. - № 11(3). – С. 480-483.

3. Юрченко А. А. Этнографический туризм в России: проблемы и перспективы / А. А. Юрченко, Ю. Б. Рагер // Современные тенденции в науке и образовании: сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции: в 6 частях. – М.: ООО «Ар-Консалт», 2014. - С. 155-162.

К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ ТУРИЗМА ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Л. М. Петрашкевич, Т. Н. Поддубная

Аннотация. В работе освещается проблема развития туризма в России для людей с ограниченными возможностями.

Ключевые слова: туризм для инвалидов, туризм, инвалиды, социальное государство, люди с ограниченными возможностями.

Проблема реабилитации людей с инвалидностью является актуальной для многих стран мира, в том числе и для нашей. По данным Министерства труда России, в РФ проживает более 12 млн людей с инвалидностью. В соответствии с принципами международного права одним из приоритетов социальной политики РФ как социального государства является создание мало мобильным группам населения возможностей и условий для самореализации и участия в жизни общества наравне с другими гражданами, повышение качества их жизни. Туризм – один из важнейших и эффективнейших способов реабилитации, способствующий социализации и самореализации. Сегодня, благодаря

совершенствованию организации туризма, всё больше и больше инвалидов могут позволить себе этот вид отдыха. Государство занимается решением проблем в этой сфере. Федеральным законом от 03. 05. 2012 п 46-ФЗ «О ратификации Конвенции о правах инвалидов» Россия приняла обязательства по ликвидации дискриминации по признаку инвалидности, обеспечению лицам с ограниченными возможностями здоровья возможностей для полного участия в культурной, социальной и гражданской жизни общества. Одним из приоритетных направлений социальной политики государства является развитие системы социального туризма. Необходимо развивать многообразную и увлекательную туристскую инфраструктуру в качестве различных видов туризма. У нас есть большие перспективы и мы думаем, что при поддержке государства нам удастся поднять туризм на качественно новый уровень [1, 2, 3, 4.].

Литература:

1. Поддубная Т. Н. Организация спортивно-событийного тура «Football Russia-2018» / Т. Н. Поддубная, Г. М. Лагзьян // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт: материалы всероссийской науч.-практ. конф. с междунар. участием (14-15 апреля 2016 г.). – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Ч. 2. – С. 16-20.

2. Поддубная Т. Н. Разработка событийного тура спортивной направленности на примере посещения матчей чемпионата мира по футболу 2018 года / Т. Н. Поддубная, А. Г. Василиади // Теория и практика олимпийского образования: опыт российских регионов и зарубежных стран: материалы междунар. науч.-практ. конференции Олимпийской академии Юга России (Краснодар, 22-24 июня 2016 года). – Краснодар, 2016. – С. 45-47.

3. Поддубная Т. Н. Социальный туризм в России: проблемы и перспективы развития / Т. Н. Поддубная, В. О. Немцова // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 103-105.

4. Поддубная Т. Н. Туризм как средство социализации детей с отклонениями в развитии / Т. Н. Поддубная // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 99-102.

АДАПТАЦИЯ ПЕРСОНАЛА В ОРГАНИЗАЦИИ

Е. В. Ползикова

Аннотация. В данной работе рассматривается понятие термина «адаптация» не как биологического термина, а как важной основы социализации на новом рабочем месте.

Ключевые слова: адаптация, корпоративная культура, социализация.

Адаптация — взаимодействие личности со средой в соответствии с новыми условиями и целями деятельности. Адаптация облегчает процесс вовлечения новых сотрудников в работу организации. Исследования показывают, что 90 % кандидатов, написавших заявление об увольнении в течение первого года, приняли это решение уже в первый день пребывания на рабочем месте. Новичку приходится справляться с большим количеством трудностей, причиной которым служит отсутствие информации о порядке работы, достаточно незнакомые коллеги и т. д. [1]. Адаптационный процесс называется социализацией, или аккультурацией, когда речь идет об усвоении новых культурных ценностей. На предприятиях обычно действуют программы ориентации и тренинги, но они имеют существенный недостаток: представляется официальная точка зрения на корпоративную культуру. Для новых работников чем реальнее содержание, в котором передается и усваивается культурный корпоративный материал, тем более действенно они будут его воспринимать. Самая критическая стадия социализации - процесс введения новых сотрудников в работу предприятия. На этой ступени работнику

приходится играть роль образцового сотрудника. В качестве платы за членство новички приносят в жертву какую-то часть личной свободы и отказываются по мере необходимости от части своих представлений, если эти представления не соответствуют тем, которые приняты в организации. Остальные работники должны обучить новичков тому, чего от них ждет организация, как принято себя вести, что является правильным в данном коллективе. Приоритеты в каждой организации могут существенно различаться, например:

- как выглядит хорошо выполненная работа;
- уместна ли фамильярность в коллективе;
- какой стиль в одежде уместен;
- какова норма в отношении к выполняемой деятельности, коллегам, клиентам;
- принято ли проводить время с коллегами вне организации.

Овладение корпоративной культурой подобно процессу развития компетенции в иностранном языке: необходимо научиться не только тому, «как писать любовные письма, но и тому, когда и кому их посылать» [2].

Литература:

1. Базарова Т. Ю., Еремина Б. Л. Управление персоналом М.: учебник для вузов / под ред. - Т. Ю. Базарова. Б Л. Еремина. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ЮНИТИ, 2002. - 560 с.
2. Герчикова Е. З. Корпоративная культура и управление персоналом туристской организации: учеб. пособие для вузов / под ред. Е. З. Герчикова. - Саратов, 2016. – 64 с.

ПЛАНИРОВАНИЕ КАРЬЕРЫ В СФЕРЕ ТУРИЗМА

Е. В. Ползикова

Аннотация. В представленной работе рассматриваются задачи, которые стоят перед работником сферы туризма и туристическим предприятием по планированию и управлению карьерой.

Ключевые слова: карьера, планирование, управление карьерой, карьерный процесс.

Главной задачей, которую решает организация в построении карьеры своих сотрудников, - является сбережение полученного опыта и уровня квалификации. Если у сотрудника есть реальная перспектива продвижения по службе, то ему не нужно даже задумываться о переходе на другое место работы. Неизменной проблемой для многих предприятий туриндустрии становится текучесть кадров, которая имеет много причин. Повышение статуса предприятия сопряжено с открытием вакантных мест и поиском новых работников более высокой квалификации. Появление вакантной должности может сопровождаться отсутствием нужного специалиста на трудовом рынке. Перед руководством предприятия туриндустрии стоит ряд задач по формированию деловой карьеры сотрудников, а именно: объединить цели предприятия и каждого работника; планировать карьеру каждого работника с учетом его определенных потребностей; гарантировать открытость процесса управления карьерой; ликвидировать «карьерные тупики», которые тормозят развитие сотрудников; повышать качество процесса планирования карьеры; исследовать карьерный потенциал своих работников.

Сотрудник должен четко оценивать свои возможности развития на данном предприятии на кратковременный и длительный период, а также знать, что ему нужно делать, чтобы рассчитывать на продвижение по карьерной лестнице. Организация продвижения по ступеням должностного и квалификационного роста, помогающая развивать и реализовывать профессиональные знания и навыки сотрудников в интересах предприятия, представляет собой планирование карьеры. Управление карьерным процессом начинается при оформлении документов, в ходе которого кандидату должна быть предоставлена полная и надежная информация о возможностях и перспективах работы на предприятии. Отлично отработанная и организованная структура подготовки и повышения квалификации сотрудников определяет

осуществление целей организации по построению карьеры: повышение в должности, взаимозаменяемость сотрудников в разных отделах предприятия и т. п. Реализация планирования карьеры сотрудников на предприятии включает: предоставление кандидатам достоверной информации об имеющихся на предприятии возможностях карьерного роста посредством организации программ обучения и консультирования по индивидуальным планам повышения квалификации; постоянное информирование и консультирование по предоставлению возможности обучения на предприятии и вакантным местам; разработку программ поддержки и психологического консультирования, противодействующих кризисам в карьере.

Литература:

1. Сотникова С. И. Управление карьерой: учеб. пособие для вузов. - М. : ИНФРА-М, 2001 . - 408с. - (Высш. образование).

ПОНЯТИЕ И ТИПЫ ДЕЛОВОЙ КАРЬЕРЫ В СФЕРЕ ТУРИЗМА

Е. В. Ползикова

Аннотация. В представленной работе рассматриваются понятие «деловая карьера» и ее типы.

Ключевые слова: деловая карьера, типы карьеры.

Деловая карьера — поступательное продвижение человека в какой-либо сфере деятельности, изменение навыков, способностей, квалификационных возможностей и размеров вознаграждения, связанных с деятельностью; продвижение вперед по однажды выбранному пути деятельности, достижение известности, славы, обогащения [1]. Существуют различные трактовки типов деловой карьеры, наиболее полным можно считать нижеследующую:

1) **внутриорганизационная** – карьера в рамках одной организации. она может быть: вертикальная – подъем вниз или вверх по организационной лестнице (помощник менеджера по туризму→менеджер по туризму→директор

туристической фирмы); горизонтальная – перемещение в разные равнозначные сферы деятельности работника в организации (менеджер по туризму→специалист отдела маркетинга→менеджер по оформлению виз); центростремительная – движение к ядру (руководству) организации (выполнение отдельных важных поручений директора турфирмы менеджером); ступенчатая - карьера, совмещающая в себе элементы вертикальной и горизонтальной карьеры; диагональная - это и вертикальное и горизонтальное движение одновременно;

2) межорганизационная – карьера в рамках нескольких организаций;

3) профессиональная – овладение работником более глубокими знаниями в области профессиональной деятельности;

4) должностная – движение работника в рамках формальной структуры организации;

5) специализированная - последовательное прохождение стадий профессиональной деятельности в рамках одной профессии;

6) неспециализированная – последовательное прохождение стадий профессиональной деятельности в рамках нескольких профессий;

7) квалификационная – профессиональное совершенствование в рамках одной профессии;

8) статусная – повышение статуса сотрудника, которое выражается, например, в присвоении почетного звания за выдающийся вклад в развитие организации;

9) властная – формальное повышение статуса сотрудника или рост неформального авторитета работника в организации;

10) монетарная – повышение уровня заработной платы сотрудника, объема и качества, предоставляемых ему социальных льгот.

Литература:

1. Киселёва Е. В. Планирование и развитие карьеры: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Е. В. Киселёва. – Вологда: Легия, 2010.

СОЦИАЛЬНАЯ РАБОТА С ИНВАЛИДАМИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

И. А. Саква, Т. Н. Поддубная

Аннотация. В работе рассматриваются основные задачи социальной политики и социальной реабилитации инвалидов.

Ключевые слова: инвалидность, лица с ограниченными возможностями, социальная политика, социальная реабилитация, социальная адаптация.

Инвалидность представляет собой актуальную проблему не только для самого инвалида, но и для всего мира в целом. Общественная особенность инвалидности состоит в нормативных, финансовых, коммуникативных, общественных и иных преградах, которые не дают возможности людям с разными отклонениями присоединиться к жизнедеятельности окружения и полномерно принимать участие в ней. Согласно официальной статистике в России в настоящее время зарегистрировано 10 млн инвалидов, что составляет около 7 % населения [3].

Актуальность данной темы обуславливается тем, что вопрос инвалидности и социальной защиты инвалидов представляет собой одну из первостепенных общественных трудностей в Российской Федерации [1, 3].

Основной задачей социальной работы считается социальная реабилитация лиц с ограниченными возможностями. Целью реабилитации является возобновление социального статуса инвалида, приобретение им материальной самостоятельности и его социальная адаптация. [1;3]

В последние годы предприняты конкретные шаги, направленные на разработку и исполнение достойной социальной политики в отношении инвалидов. Основными задачами социальной политики в отношении лиц с ограниченными возможностями считаются предоставление им одинаковых со всеми остальными гражданами Российской Федерации прав и свобод, формирование благоприятных условий, позволяющих инвалидам вести

полноценный образ жизни [1, 2].

В Российской Федерации сформированы федеральные и региональные программы, такие как «Социальная поддержка инвалидов», «Дети России», «Дети-инвалиды» и прочие [1].

Вопросы трудовой и медико-социальной реабилитации людей с ограниченными и согласованности возможностями нельзя урегулировать при отсутствии заинтересованности и согласованности социальных работников и профессионалов в сфере социальной работы. Государство предпринимает усилия, направленные на охрану прав людей с ограниченными возможностями, приходит на помощь, помогая справиться со сложностями своего общественного положения, [1, 2, 3].

Литература:

1. Поддубная Т. Н. Проблема методологии социальной защиты детства / Т. Н. Поддубная // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. Серия «Педагогические науки». – 2009. – № 4. – С. 21-26.

2. Поддубная Т. Н. Социальный туризм в России: проблемы и перспективы развития / Т. Н. Поддубная, В. О. Немцова // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч. - практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 103-105.

3. Холостова Е. И. Социальная работа с инвалидами: учебное пособие. - М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2006. - 240 с.

СОЦИАЛЬНАЯ РАБОТА С ОДАРЕННЫМИ ДЕТЬМИ

И. В. Сурнина, Т. Н. Поддубная

Аннотация. Одним из объектов социальной работы являются одаренные дети. Они выделяются среди своих сверстников по уровню развития умственных способностей.

Ключевые слова: социальная работа, одаренность, проблема

одаренности, «нестандартные» дети, социальный работник.

Прогресс цивилизации в большей степени зависит от одаренных людей. Проблема одаренности очень часто привлекает внимание педагогов, психологов и социальных работников, считающих основной своей задачей выявление одаренного ребенка и развитие его способностей. Одаренных детей иногда называют «нестандартными», они имеют свои взгляды, позиции, отличающиеся от общественных. Уже в раннем возрасте у ребенка можно заметить способность к абстрактному мышлению, умение классифицировать информацию. Одаренные дети, несмотря на более высокий интеллектуальный уровень, имеют значительные трудности в развитии социальных коммуникаций. Именно поэтому к ним нужен особый подход, не случайно такие дети по решению ВОЗ относятся к «группе риска» вместе с умственно отсталыми и малолетними правонарушителями. Им необходимо особое индивидуальное воспитание и обучение. **Целью работы с одаренными детьми** является развитие их интеллектуального потенциала в условиях индивидуального обучения (1).

Социальная работа с одаренными детьми в нашей стране осуществляется в рамках общеобразовательных учреждений и учреждений дополнительного образования. Только приемлемое обучение и развитие, периодическая диагностика позволят наиболее эффективно реализовать одаренному человеку свой потенциал. К условиям эффективной работы с «нестандартными» детьми нужно отнести наличие у педагогов профессиональных навыков, позволяющих распознать одаренность своих учеников, помочь им наладить контакт со сверстниками. Поэтому работа с одаренными детьми требует специально подготовленных специалистов. В нашей стране на данный момент существует федеральная целевая программа «Дети России» и её подпрограмма «Одарённые дети», в рамках которой предусмотрена поддержка одаренных детей. В соответствии с этой программой проводятся Всероссийские олимпиады, осуществляется поддержка развития учреждений, работающих с одарёнными

детьми, выплата стипендий (2, 3).

Таким образом, социальная работа с одаренными детьми направлена на поддержку их талантов, создание условий для развития способностей, позволяющих им самореализовываться в жизни.

Литература:

1. Работа социального педагога с одаренными детьми [Электронный документ] URL <http://texts.news/pedagogika-lektsii-sotsialnaya/rabota-sotsialnogo-pedagoga-odarennymi-detmi-24317.htm> (дата обращения 14. 11. 2016).

2. Поддубная Т. Н. К проблеме формирования социальной компетентности подростков / Т. Н. Поддубная, Ф. Р. Хатит, Е. Ю. Шебанец // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». – 2015. – Вып. 2. – С. 70-76.

3. Поддубная Т. Н. Теоретико-методологические основы социальной защиты детства в контексте гуманистической парадигмы образования: монография / Т. Н. Поддубная. - Майкоп: Изд-во «Качество», 2007. – 348 с.

КОНКУРЕНТНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА КАК ОБЪЕКТ УПРАВЛЕНИЯ

А. А. Сычева, Е. В. Василенко

Аннотация. Чтобы выжить в конкурентной среде, туристскому предприятию необходимо развиваться, анализировать актуальное положение на рынке, принимать решения по повышению конкурентоспособности и эффективно использовать свои конкурентные преимущества.

Ключевые слова: конкурентоспособность, конкурентные преимущества, объект управления.

Для обеспечения эффективной деятельности туристского предприятия, ориентированной на производство, продвижение и реализацию туристского продукта, обладающего необходимым потребителю качеством и

конкурентоспособностью, необходимо целенаправленно изучать конкурентную среду, реализуя один из принципов маркетинга: «Кто забывает о конкурентах, того завтра забудет рынок».

На современном этапе развития российской экономики еще не сложился единый методологический подход определения конкурентоспособности. В частности, Р. А. Фатхутдинов предлагает следующее определение: "Конкурентоспособность – процесс управления субъектом своими конкурентными преимуществами для одержания победы или достижения других целей в борьбе с конкурентами за удовлетворение объективных и/или субъективных потребностей» [2].

Конкурентные преимущества можно определить как систему, обладающую какой-либо эксклюзивной ценностью, дающей ей превосходство над конкурентами в экономической, технической и организационной сфере деятельности, возможность более эффективно распоряжаться имеющимися ресурсами [1].

Конкурентные преимущества также рассматриваются как характеристики, свойства товара или марки, которые создают для фирмы определенное превосходство над своими прямыми конкурентами. Эти характеристики могут быть самыми различными и относиться как к самому товару или базовой услуге, так и к дополнительным услугам, к формам производства, сбыта или продаж, специфичным для фирмы или товара.

Условно конкурентные преимущества можно разделить на две группы: «быстро утрачивающие свою значимость» и «более надежные». К первой относят неквалифицированные кадры, дешевое сырье, развитие предприятия неоригинальными методами, которые доступны конкурентам, ко второй – наличие запатентованной, инновационной технологии, уникальных товаров и услуг, отличную тактику ценовой политики, налаженных каналов сбыта, интенсивную рекламу. Для достижения таких преимуществ необходимы интенсивные капиталовложения в производственные мощности, маркетинговые исследования, обучение работников и др. [1].

Таким образом, конкурентные преимущества являются важным объектом управления и рациональное их использование дает возможность предприятию туристской индустрии обеспечить достижение своих целей наиболее эффективным путем.

Литература:

1. Селезнева А. В. Конкурентоспособное предприятие: основные тенденции преобразования / А. В. Селезнева // Вестник ПНИПУ. – 2014. - № 2. – С. 105-109.

2. Фатхудинов Р. А. Управление конкурентоспособностью организации: учебник / Р. А. Фатхудинов. – М. : Маркет ДС Корпорейшн, 2008. – 472 с.

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНЧЕСКИХ КОМАНД НА ПРИМЕРЕ СБОРНОЙ КГУФКСТ ПО БАСКЕТБОЛУ

А. А. Татаринов, Е. А. Еремина

Аннотация. В статье отражены современные особенности организации и осуществления физической подготовки мужской сборной команды по баскетболу, выявлены проблемы и предложена методика физической подготовки игроков студенческих команд к соревновательной деятельности.

Ключевые слова: физическая подготовка, студенческая команда, спортивная тренировка, баскетбол.

Физическая подготовка баскетболистов студенческих команд направлена на всестороннее и гармоничное развитие спортсмена, увеличение работоспособности и достижение наивысших спортивных результатов. Так как баскетболист во время игры преодолевает от 5000 м до 7000 м и при этом выполняет 100-130 прыжков, 120-150 ускорений и других специальных упражнений, то физическая подготовка должна быть разноплановой и сопряженной с технико-тактическими действиями.

Тренировочный процесс студенческих команд осуществляется в тесном

взаимодействии с образовательной деятельностью в вузе. Пропорционально нагрузка распределяется между занятиями в рамках реализации образовательных программ по курсам спортивноориентированных дисциплин и тренировочных занятий сборной команды, что затрудняет контроль и планирование нагрузок тренером.

Физическая подготовка студенческой баскетбольной команды рассматривалась нами на примере мужской сборной команды КГУФКСТ по баскетболу. В состав сборной входят 18 человек, являющиеся студентами всех курсов начиная с первого курса бакалавриата по выпускной курс магистратуры, уровень спортивной подготовки колеблется от второго разряда до кандидата в мастера спорта. Как и в клубах Национальной баскетбольной ассоциации, предсезонная подготовка реализуется игроками сборной команды автономно, вне командных тренировок. Все вышеизложенное является проблемой в целенаправленной и управляемой работе по физической подготовке команды к игровому сезону.

При подготовке к сезону было проведено тестирование физической подготовленности игроков сборной команды КГУФКСТ, которое показало не - соответствие нормам Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол» для групп совершенствования спортивного мастерства в тестах «бег 20 м, с», «бег 40 с, м», «скорость бега в тесте Купера мин/км».

Физическая подготовка сборной КГУФКСТ представляет выстроенную систему, где особое внимание уделяется упражнениям на развитие силы (передача набивного мяча в парах, передвижения в защитной стойке по квадрату с диском от штанги весом 15 кг и другие), быстроты (высокие старты по зрительному или звуковому сигналу на 20 м, то же с мячом и из различных исходных положений), ловкости (прыжки на месте с поворотами на 90 и 130 градусов с ведением одного или двух мячей, «рывок» с ведением одного или двух мячей на 5-6 м, кувырок вперед с мячом в руках и вновь «рывок» и другие упражнения).

Таким образом, разработанная и апробированная программа физической

подготовки сборной команды КГУФКСТ по баскетболу позволит повысить эффективность тренировочного процесса. Современное состояние студенческого баскетбола свидетельствует о том, что ускоряющаяся профессионализация способствует повышению эффективности действий спортсменов в условиях соревновательной деятельности, что в свою очередь также подтверждает необходимость разработки актуализированной методики физической подготовки сборной команды КГУФКСТ.

Литература:

1. Физическая культура студента: учебник / под ред. В. И. Ильинича. - М.: Гардаки, 2005. - 268 с.
2. Яхонтов, Е. Р. Баскетбол для всех / Е. Р. Яхонтов - М.: Физкультура и спорт, 2003 - С. 267.

СОВРЕМЕННОЕ РАЗВИТИЕ СВАДЕБНОГО ТУРИЗМА В ЗАРУБЕЖНЫХ СТРАНАХ

В. В. Федонова, Л. И. Демидова

Аннотация. Проанализировано современное развитие свадебного туризма за рубежом, рассмотрены популярные направления данного вида туризма.

Ключевые слова: свадебный туризм, событийный туризм, тематические свадьбы, свадебная церемония.

Свадебный туризм занимает немаловажную часть в развитии туристского бизнеса и, как определяет его М. Б. Биржаков, является составной частью событийного туризма. Крупнейшие туроператоры отмечают рост интереса к выездным торжествам среди граждан России. С каждым годом возрастает количество молодых людей, которые заинтересованы в проведении свадебной церемонии за рубежом.

Как правило, официальная свадебная церемония проводится

уполномоченным лицом в местном муниципалитете или же за его пределами, если это разрешено в данной стране. Например, свадьба в Италии или на Кипре обязательно предполагает официальную свадебную церемонию в местном городском муниципалитете, а вот такое же мероприятие на Кубе или на острове Маврикий может происходить где угодно - на берегу океана, на краю обрыва или в беседке прекрасного райского сада на территории отеля и пр. [1].

Среди популярных предложений на рынке событийного туризма особо выделяются тематические свадьбы. В их основе лежит определенная задумка, тема, которая позволяет мероприятию выгодно отличаться, придать празднику особый стиль и надолго запомниться всем присутствующим.

Самыми популярными направлениями свадебного туризма являются следующие дестинации: 1) Марракеш, Марокко; 2) Остров AmbergrisCaye, Белиз; 3) Стамбул, Турция; 4) Мальдивы; 5) Будапешт, Венгрия; 6) о. Таити; 7) Мадагаскар; 8) Шри-Ланка; 9) Мачу-Пикчу, Перу; 10) Бамбуковый Лес, Япония.

Интерес к проведению свадебной церемонии за рубежом исходит не только от молодоженов, но и от профессиональных организаторов торжества. Так, 18 мая 2014 года впервые в России в компании WEDDIng ACADEMY стартовали серии семинаров и мастер-классов по данному направлению. Компания Wedding Academy – независимая организация, деятельность которой направлена на обучение и объединение специалистов свадебной индустрии в соответствии с международными тенденциями и стандартами [2]. Благодаря усилиям данной компании, на российском туристическом рынке в скором времени появятся опытные специалисты, получившие полное и системное образование в этой сфере туризма.

Проанализировав данную проблему, можно сделать вывод о том, что целесообразно продвигать на рынок туристических услуг такие продукты свадебного туризма, как тематическая свадьба, а также с использованием зарубежного опыта разрабатывать данное направление на рынке внутреннего туризма в РФ.

Литература:

1. Каменская М. А. Свадебный туризм как перспективный вид событийного туризма / М. А. Каменская // Ineternum. - 2013. - № 1 (8). - С. 57.
2. «Свадебные дни»: всё о европейских тенденциях [электронный ресурс] URL http://svadba-msk.ru/info/misc/svadebnye_dni_vse_o_evropejskih_tendencijah/ (дата обращения 12. 12. 2016 г.).

МЕТОДЫ СБОРА ПЕРВИЧНОЙ ИНФОРМАЦИИ И ИХ ХАРАКТЕРИСТИКА

Ю. В. Хакова, Т. А. Самсоненко

Аннотация. В работе рассматриваются методы сбора первичной информации.

Ключевые слова: первичная информация, количественные и качественные исследования, сбор первичной информации, опрос, наблюдение, эксперимент, имитационное моделирование.

Первичная информация - это сбор необработанных данных, полученных из первых источников для определенной проблемы [1, с. 335].

Методы сбора данных можно разделить на две группы: количественные и качественные.

Количественные исследования – это такой тип вопроса, на который респондент может ответить «да» или «нет». Помогает оценить уровень востребованности.

Качественные исследования – такой тип вопроса, ответа который требует развернутого ответа, дает более точное маркетинговое определение.

Сбор первичной информации осуществляется с помощью [2, с. 536]:

- опроса;
- наблюдения;

- эксперимента;
- имитационного моделирования.

Опрос позволяет выявить потребность потребителей на определенные товары и услуги. Это самый распространенный метод сбора данных в маркетинге.

Наблюдение можно рассматривать как сбор данных, в ходе которого выявляется мнение определённой группы людей, служит для выявления какой-либо информации [3, с. 121].

Эксперимент - сбор информации, с помощью которого можно установить взаимосвязь между событиями, предназначен для определения причинно-следственных связей.

Имитационное моделирование заключается в построение математических графиков для определения и сравнения предприятий.

Таким образом, исходя из выше сказанного, можно сделать вывод, что сбор первичной информации — это длительный трудоемкий процесс, который требует особого внимания.

Литература:

1. Беляевский И. К. Маркетинговое исследование: информация, анализ, прогноз: учебное пособие / Беляевский И. К. - М. : Финансы и статистика, 2005. - 335 с.
2. Завьялов П.-С. Маркетинг: учебное пособие / Завьялов П. С. - М. : ИНФРА-М, 2004. - 536 с.
3. Лагун А. Е. Невербальное поведение: к методике использования в социологическом исследовании / А. Е. Лагун. / Социологические исследования, 2007. - 121 с.

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОГО ТУРИЗМА В РОССИИ

А. А. Шишлаков, Т. Н. Поддубная

Аннотация. В данной работе рассмотрена система социального туризма в

РФ на современном этапе развития.

Ключевые слова: социальный туризм, внутренний туризм, законодательство.

Туризм - это высокодоходная часть экономики многих стран мира. К сожалению, в нашей стране туристический рынок создает только 1,6 % ВВП страны, в отличие от многих других стран мира, хотя туристический потенциал России велик и разнообразен. В нашей стране огромные культурные и природные ресурсы. Однако сейчас использование туристско-рекреационного потенциала России осуществляется не в полной мере. Проблемами этого являются: относительно невысокое качество сервиса, высокая стоимость билетов к месту отдыха, дороговизна продуктов. Необходимо на государственном уровне развивать все сегменты внутреннего туризма.

Одним из способов улучшения положения дел во внутреннем туризме является развитие социального туризма. Социальный туризм - часть емкого понятия современного туризма и, несомненно, его важнейший и значимый элемент. Развитие системы социального туризма можно считать одним из приоритетных направлений социальной политики государства. Основным недостатком является то, что нормативно-правовые акты не содержат конкретных подходов к разработке комплексных механизмов создания системы социального туризма на территории Российской Федерации. Необходимо создание законодательной базы, в которой будет досконально прописаны права и обязанности всех участников. Нужно четко определить категорию граждан, которые будут иметь право стать «социальными туристами». Рассмотреть льготы и поощрения от государства участникам туристической отрасли, которые будут участвовать в программе развития социального туризма [1, 2, 3, 4].

В последние несколько лет государство все больше обращает внимание на развитие внутреннего туризма в целом и социального туризма в частности. Проводятся различные встречи и конференции участников туристической

отрасли с представителями Правительства РФ и ведомственными структурами, проходят встречи членов экспертных советов, по итогам которых направляются конкретные предложения представителям Ростуризма и в профильные министерства.

С развитием социального туризма в нашей стране многие категории граждан смогут почувствовать себя в центре интересной жизни мирового туризма.

Литература:

1. Андреева Е. Б. Социальный туризм в современной России: проблемы и перспективы развития / Е. Б. Андреева. – Саратов: Вестник Саратовского государственного технического университета, 2010 – С. 120-125.

2. Сергиенко Л. В. Организационно-экономический механизм функционирования социального туризма / Л. В. Сергиенко, 2012 - С. 95.

3. Поддубная Т. Н. Социальный туризм в России: проблемы и перспективы развития / Т. Н. Поддубная, В. О. Немцова // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 103-105.

4. Поддубная Т. Н. Туризм как средство социализации детей с отклонениями в развитии / Т. Н. Поддубная // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп: ред.-изд. совет АГУ, 2016. – С. 99-102.

ПРОДВИЖЕНИЕ РЕГИОНАЛЬНОГО ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА КАК НАЦИОНАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА ОТРАСЛИ

О. В. Шпырня, Л. А. Жихарева

Аннотация. За последние два десятилетия в России активно развиваются туризм, различные его виды и способы организации, сформировавшие новые

способы продвижения туристских продуктов на различных уровнях. Туристский продукт должен быть востребован на национальном и международном рынке, путем разработок и реализации федеральных, отраслевых целевых и региональных программ развития туризма.

Ключевые слова: туризм, туристский продукт, реклама, маркетинг, Крым, продвижение.

Для организации деятельности в туристской отрасли региона, на основе постановления Правительства Российской Федерации от 11 августа 2014 года n 790 была утверждена федеральная целевая программа - «Социально-экономическое развитие Республики Крым и города Севастополя до 2020 года». Эта программа разработана с целью формирования современного международного туристского центра РФ, который будет соответствовать критериям востребованности и конкурентоспособности. Министерство курортов и туризма Республики Крым ведет активную работу в соответствии с данной программой с целью выхода туристической отрасли на новый, более высокий уровень развития. Методы и приемы специалистов в области туризма направлены на глубокое и всестороннее изучение современных методов продвижения турпродукта.

Россия возвращается к традиционной конкуренции Крыма и Черноморского побережья Северного Кавказа, идущей еще из советских времен, это становится не только «драйвером» развития для обеих территорий, но и своеобразным способом их продвижения. Популярность Крыма как «Всесоюзной здравницы» на данный момент уже не настолько актуальна, но до сих пор действенна и приносит свои плоды. Ведь многие, кто путешествовал по Крыму в советский период, возвращаются туда и сейчас. Поток туристов за минувшие 2 года увеличился в 6 раз, это совершенно уникальное явление.

С целью продвижения, обмена опытом, а также поиска потенциальных партнеров, организуется. Национальная выставка курортно-санаторных предприятий и туристических услуг «Отдых в Крыму и Краснодарском крае»,

которая пройдет в марте 2017 г. в Москве. Здесь представители объектов размещения из Крыма и Краснодарского края смогут в формате деловых встреч эффективно поработать с представителями туристических фирм, а также представить свои продукты для широкой аудитории. Но, самым эффективным способом продвижения турпродукта является, конечно же, Интернет. В сети появилось видео в поддержку патриотической акции «Крым наш!», где жители полуострова приглашают гостей к себе в Республику. Название видеообращения очень простое - «Крым Ваш!», призывающее туристов отправляться в путешествие по Крыму. Патриотизм – главная тема в продвижении региона. В прошлом году ЦБ России были выпущены юбилейные купюры с изображением главного символа Ялты – «Ласточкино гнездо», а позже Севастополь по результатам голосования стал одним из изображений на новых купюрах номиналом 2000 рублей. Одним из первых рекламных видеороликов об отдыхе на полуострове снял «Первый канал», что явилось наглядным и красочным подтверждением разнообразия видов туризма, предлагаемых Крымом. В рекламных роликах также уже представлен и обновленный логотип курорта, который на данный момент узнаваем не только в нашей стране, но и за рубежом. То есть, можно сказать, что реклама на телевидении, в Интернете, а также проведение акций и праздников являются наиболее эффективными способами продвижения продукта на разных уровнях.

Литература:

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

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РЕКРЕАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА Г. КРАСНОДАРА

О. В. Шпырня, К. А. Красовская

Аннотация. В научной работе обосновывается важность и необходимость использования рекреационного потенциала г. Краснодара, а

также предлагаются меры по развитию рекреационной деятельности.

Ключевые слова: туризм, рекреация, рекреационная деятельность.

Реализация рекреационной деятельности носит системный характер, так как в каждом рекреационном комплексе взаимодействуют группы туристов, природные экосистемы, технологическая инфраструктура, сфера сервиса, сфера материального производства, трудовые ресурсы и многое другое [3].

Разнообразные научные исследования проблем рекреационной деятельности в текущей ситуации взаимодействия различных источников информации повысили скорость процесса определения рекреации как характерного и отличительного явления и формирования на его основе значимости рекреационного оценивания туристских дестинаций [2].

Рекреационная деятельность является одной из базовых констант туристской индустрии. Текущая динамика развития рекреационной деятельности в Российской Федерации отличается наличием острых противоречий в структуре организации, ориентиров ее формирования, в тенденциях улучшения качественных и количественных характеристик.

Краснодар обладает значительным рекреационным потенциалом с точки зрения развития туризма и имеет базовую инфраструктуру, что дает возможность организовать самые разнообразные формы туристской деятельности: культурно-познавательная, экологическая, экстремальная, спортивная, этническая, лечебная [1].

Для развития рекреационной деятельности в Краснодаре следует систематически проводить комплексный анализ рекреационного потенциала города, в частности природных и культурно-исторических рекреационных ресурсов.

Литература:

1. Шпырня О. В. Перспективы развития агротуризма в Краснодарском крае / О. В. Шпырня, С. Ф. Евтушенко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. - 2005. - Т. 5. - С. 135-137.

2. Шпырня О. В. Технология организации международного туризма: учебное пособие / О. В. Шпырня, С. Ф. Евтушенко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 168 с.

3. Драчева М. А. Повышение эффективности продаж в сфере внутреннего туризма на примере Краснодарского края / М. А. Драчева, О. В. Шпырня // Курортно-рекреационный комплекс в системе регионального развития: инновационные подходы. - 2016. - № 1. - С. 452-455.

ВНЕДРЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ПРОЦЕССОВ В ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ТУРИСТСКИХ ПРЕДПРИЯТИЙ

О. В. Шпырня, В. В. Черкесова

Аннотация. В данной научной работе анализируется важность внедрения инновационных процессов в деятельность туристских предприятий.

Ключевые слова: инновация, новация, инновационный процесс, туристские предприятия.

Инновационные процессы внедряются во всех областях человеческой деятельности. Учитывая все многообразие и многовариантность потенциала инновационной деятельности, различают инновации по областям применения, масштабу распространения и по характеру.

В современных, непростых экономических условиях Российская Федерация находится в стадии интенсивного внедрения новаций в сфере туризма. На смену одним форматам и методикам менеджмента туристских предприятий приходят другие. [3]

В данной ситуации внедрением инноваций занимается большинство туристских предприятий, все субъекты менеджмента от административных органов до вновь создаваемых туристских агентств [1].

Значительное внимание за последние несколько лет стало уделяться совершенствованию инновационных процессов в индустрии туризма и

гостеприимства. Инновационные процессы в данной сфере выступают в самых разнообразных форматах, они имеют свою специфику, оказывающую воздействие на их развитие.

Для туристских предприятий коммерческий эффект от внедрения механизмов инновационной деятельности выражается в следующих показателях: рост темпов продаж турпродуктов, расширение географии туристского продукта, снижение издержек на рекламную деятельность и продвижение турпродукта, повышение его качества, сокращение времени обслуживания и оформления документов [2].

Литература:

1. Шпырня О. В. Технологии продаж в туристской индустрии: учебное пособие / О. В. Шпырня, В. Г. Минченко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 200 с.
2. Шпырня, О. В. Маркетинг в индустрии туризма: учебное пособие / О. В. Шпырня. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. – 256 с.
3. Шпырня О. В. Современные подходы в маркетинге туристских услуг / О. В. Шпырня // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. - 2015. - № 2. - С. 77-78.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ

РАЗВИТИЕ СТАТИЧЕСКИХ И ДИНАМИЧЕСКИХ РАВНОВЕСИЙ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

К. К. Голованова, В. В. Романченко, О. Ф. Барчо

Аннотация. Структура упражнений художественной гимнастики характеризуется не только высоким исполнительским мастерством, но и сформированными навыками выполнения статических и динамических равновесий, эффективность выполнения которых определяется способностью экономично и с высоким рабочим эффектом удерживать определённые позы, видоизменять их, добиваясь гармонии в движениях.

Ключевые слова: статические и динамические равновесия, балансирование, вестибулярная устойчивость.

Развитие функции равновесия у юных гимнасток разработанными специальными упражнениями проводилось четырьмя блоками:

Первый Блок включает упражнения, выполняемые в «статике»: различные вертикальные стойки на одной и двух ногах на всей стопе и на полупальцах, равновесия на одной ноге с различными положениями свободной ноги, которые выполняются при относительной неподвижности положения тела.

Второй Блок включает упражнения, выполняемые в «динамике»: упражнения, развивающие способность к динамическому равновесию юных гимнасток (различные варианты ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания и др.), основные виды движений, которые также сочетались с упражнениями других направлений;

Третий Блок включает упражнения_ направленные на формирование навыков балансирования предметами в стойке не сходя с места. Балансирование гимнастической палкой, мячом, булавой, на различных частях тела: кисти, предплечье, плече, груди, бедре, стопе и др., при выполнении

различных видов ходьбы, бега и других способах передвижения; при выполнении сложных статических положений; при выполнении динамических равновесий.

Четвертый Блок включает упражнения, выполняемые на различной опоре: на уменьшенной опоре (до 0,1-0,05 м); на увеличенной высоте опоры (до 1,0-1,5 м); с одновременным уменьшением площади опоры и увеличением её высоты; с использованием мягкой опоры: на одном или двух поролоновых матах, на полусфере и др. ; с использованием наклонной под разными углами опоры; на подвижной опоре: на набивном мяче, качающейся гимнастической скамейке и др. Анализ данных педагогического эксперимента свидетельствует о достоверном ($<0,01-0,05$) преимуществе девочек экспериментально группы над сверстницами контрольной группы в уровне развития способности к статическому и динамическому равновесию, балансированию предметами и на предметах.

Литература:

1. Карпенко Л. А. Ключевые аспекты успешной учебно-тренировочной работы по художественной гимнастике. / Л. А. Карпенко // Культура физическая и здоровье. - 2007. - № 4 (14). - С. 18-24.

2. Барчо О. Ф. Развитие координации движений рук у девочек, занимающихся художественной гимнастикой, на этапе начальной подготовки / О. Ф. Барчо, Л. В. Жигайлова, Ю. В. Дыбайло // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А. И. Погребного. - Т. 14. – Краснодар: КГУФКСТ, 2012. - С. 22-25.

ПОКАЗАТЕЛИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК СБОРНОЙ КОМАНДЫ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ ПО СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ

В. А. Ильичева, А. К. Назырова

Аннотация. В работе приведены результаты педагогического

наблюдения количественных показателей тренировочных нагрузок акробатов высшей квалификации, специализирующихся в женских групповых упражнениях, членов сборной команды Краснодарского края.

Ключевые слова: тренировочные нагрузки, предсоревновательный этап подготовки, акробатки высшей квалификации, сборная Краснодарского края.

В результате проведенного исследования были определены и структурированы основные показатели тренировочной нагрузки акробатов сборной команды Краснодарского края, определены количественные значения показателей в мезоциклах.

Предсоревновательный этап (9 недель) разделен на три мезоцикла: первый – втягивающий, сформирован из трех недель по одной тренировке в день; второй – базовый (3 недели по 2 тренировки в день); третий – соревновательный (3 недели с двухразовыми тренировками в день). Всего было отработано 90 тренировочных занятий.

Полученные результаты позволили нам установить, что длительность тренировки во втягивающем мезоцикле составила 240 минут, далее происходило увеличение до 390 минут, а в соревновательном мезоцикле составила 300 мин. Трудность тренировочного занятия во втягивающем мезоцикле возрастает с 6300 у. е. до 7560 у. е., в базовом мезоцикле доходит до 18680 у. е., а в соревновательном снижается до 11486 у. е. На наш взгляд, в базовом мезоцикле суммарная трудность увеличивается, так как ее «наращивание» является основной задачей спортсменок в этом мезоцикле, а в соревновательном трудность снижается, так как происходит оптимизация потенциалов, стабилизируется накопленный двигательный опыт спортсменок в условиях подготовки к соревнованиям.

Объем нагрузки во втягивающем мезоцикле увеличивался до 244 элементов, в базовом - до 554 элементов. Происходит подъем уровня физической и технической подготовленности за счет увеличения объема тренировочных занятий. В соревновательном мезоцикле уменьшается объем до

200 элементов потому, что при увеличенном объеме тренировочных нагрузок может накопиться утомление, могут произойти отрицательные сдвиги в состоянии систем организма акробатов.

Анализируя показатели интенсивности нагрузок, мы наблюдаем следующую динамику: во втягивающем мезоцикле она увеличивается с 478,2 у. е. до 744,4 у. е., а в базовом и соревновательном постепенно снижается до 402,2 у. е., так как в это время происходит моделирование соревновательных условий через выполнение уже «отработанных» соревновательных программ. Во втягивающем мезоцикле максимальный показатель эффективности нагрузок тренировочного процесса равен 6340,4 у. е., в базовом – 26193,8 у. е. и достигает своего максимума, а в соревновательном - 22955,5 у. е.

Таким образом, акробатки высшей квалификации по мере приближения соревнований снижают объем тренировочных занятий и увеличивают их эффективность.

Литература:

1. Еремина Е. А. Планирование и контроль соревновательных нагрузок акробатов высокой квалификации / Е. А. Еремина, Н. Н. Пилюк. – К. : 2004. – С. 60.
2. Свод правил по спортивной акробатике 2013-2016. – ФИЖ, 2008. – 41с.

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ АНКЕТИРОВАНИЯ ТРЕНЕРОВ ЖЕНСКИХ ГРУПП ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ

В. В. Колесник, Н. В. Береславская, Г. М. Свистун

Аннотация. С целью изучения направленности технической подготовленности как фактора, повышающего действенность тренировочного процесса, мы обратились к мнению 10 специалистов, проводивших подготовку в женских групповых упражнениях спортивной акробатики.

Ключевые слова: спортивная акробатика, женские группы высокой

квалификации, техническая подготовленность.

Анализируя ответы респондентов, установлено, что для определения уровня технической подготовленности женских групп высокой квалификации тренеры применяют следующие формы организации тренировочного процесса: показательные выступления, тренировочное занятие, соревнования и их моделирование. Стабильно и артистично акробатки демонстрируют мастерство в показательных выступлениях (35,4 %), на тренировках (25,3 %), в соревнованиях (25,8 %), на прикидках (13,5 %).

100 % тренеров считают, что показателем технического мастерства акробаток является соревновательный результат, складывающийся из оценок за технику исполнения, сложность упражнения и артистизм.

33,7 % тренеров считают, что важным показателем технической подготовленности в статических упражнениях является умение всех участниц группы стабильно выполнять базовые рабочие позы. 30,5 % респондентов согласились с мнением, что выполнение верхней вращений на достаточной высоте является критерием мастерства в поступательно-вращательных упражнениях. 35,8 % тренеров считают, что средние должны способствовать сохранению равновесия «тройки» при фиксации пирамид и проявлять согласованность в действиях с верхней при выполнении вольтижных композиций.

Все тренеры отметили, что должен проводиться текущий и этапный контроль технической подготовленности [1]. Причем 85,4 % тренеров высказались, что оценивать данный вид подготовленности акробаток необходимо один раз в месяц, а 14,6 % предлагают проводить тестирование в зависимости от календаря соревнований.

Таким образом, должен вестись дифференцированный контроль технической подготовленности, который будет способствовать усложнению соревновательных программ и исполнению их с профессиональным артистизмом.

Литература:

1. Пилюк Н. Н. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика): курс лекций для студентов 3-4 курса / Н. Н. Пилюк, Г. М. Свистун, Л. В. Жигайлова. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2014.

ПРИЧИНЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СБОЕВ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ПРЫЖКАХ НА АКРОБАТИЧЕСКОЙ ДОРОЖКЕ

В. А. Крыжановская, В. В. Тронеv, Г. Б. Горская, Л. В. Жигайлова

Аннотация. В современном спорте все чаще встречаются психологические сбои в тренировочном процессе. Эта тема представляет большой интерес для спортсменов и тренеров сложнокоординационных видов спорта. Причина появления сбоев и методика предотвращения или психологического восстановления спортсмена в данный момент не рассмотрена в полной мере [2, 3].

Ключевые слова: психология спорта, спортивная психология, контент-анализ, прыжки на акробатической дорожке, психологические сбои.

В данном исследовании преследуется цель: выяснить причины психологического сбоя спортсменов высокой квалификации, а именно мастеров спорта, мастеров спорта международного класса и заслуженных мастеров спорта России, специализирующихся в прыжках на акробатической дорожке. В исследовании приняли участие 17 спортсменов высокой квалификации: 4 – заслуженных МС России, 1 – МСМК, 12 – МС.

Было собрано 17 сочинений спортсменов по данной проблеме и проведен контент-анализ. Контент-анализ (content-analysis) является одним из методов изучения документов, используемых в различных социальных исследованиях, в том числе и в социально-психологических.

Его специфика по сравнению с другими методами исследования

содержания документов заключается в том, что процедура предусматривает подсчет частоты (и/или объема) упоминаний тех или иных смысловых единиц исследуемого текста и тем самым является качественным методом [1].

На данный момент можно сказать, что большое количество психологических сбоев происходят из-за полученных спортсменом травм. По окончании исследования можно составить методику предотвращения психологических сбоев и реабилитации спортсменов, а также учет этих знаний поможет тренеру наиболее безопасно и эффективно составлять тренировочное мероприятие для стабильного психологического состояния занимающегося.

Литература.

1. Методы социально-психологического исследования: учебное пособие для вузов / под ред. - Т. В. Фоломеевой. – Кемерово: Юнити, 2002. - С. 35-48.
2. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учеб. пособие / Г. Б. Горская. - Краснодар: КГУФКСТ, 2008. - 220 с.
3. Пилук Н. Н. Мотивация соревновательной деятельности акробатов и прыгунов на батуте высокой квалификации / Н. Н. Пилук, Л. В. Жигайлова / Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология, 2012. - С. 225-231.

МЕСТО И РОЛЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ

Е. А. Лузан, А. В. Лузан, Л. В. Жигайлова, Л. Ю. Аверина

Аннотация. В работе рассмотрены роль и место педагогического контроля как системы мероприятий обеспечивающих проверку физического воспитания учащихся.

Ключевые слова: педагогический контроль, предварительное выявление, текущая проверка, повторная проверка, периодическая проверка, тест.

Контроль в физическом воспитании представляет разновидность деятельности специалиста и управления его результативностью. Тест - это основной метод педагогического контроля физической подготовки [1].

Проблема тестирования физической подготовленности – одна из наиболее разработанных в теории и методике физического воспитания. За минувшее десятилетия здесь накоплен самый большой материал: такой как определение задач тестирования; исторические данные об изменении тестов; точность результатов тестирования; разработка программ тестов, характеризующих физическую подготовленность детей и подростков [2].

Номером один в системе контроля является первоначального выявления уровня подготовленности. Контроль осуществляется в начале учебного года, для определения уровня знаний. Предварительная проверка сочетается с восполняющим обучением, направленным на устранение пробелов в знаниях, умениях и навыков. Такая проверка осуществляется не только в начале года, а также и в середине, при изучении нового материала [1, 2].

Текущий контроль - это процесс усвоения изучаемой темы, осуществляется из урока в урок и проверяется усвоенный материал учебной программы. Методы и формы такой проверки могут быть различными, они зависят от таких факторов, как содержание учебного материала, его сложность, возраст и уровень подготовки учащихся, уровень и цели обучения, конкретные условия.

Повторная проверка должна быть тематической и проводится одновременно с изучением нового материала: учащиеся совершенствуют пройденный ранее материал. Данная проверка способствует закреплению знаний, но не дает возможности определить динамику освоения учебного материала.

Периодическая проверка – это оценка знаний учащихся по целому разделу или конкретной теме. Целью данной проверки является показатель качества усвоения учащимися материала межпредметных связей. Главные

функции периодической проверки – систематизация и обобщение.

Итоговый учет знаний, полученных на всех этапах педагогического процесса, проводится в конце каждой четверти и по окончании учебного года [1].

Литература:

1. Барков В. А. Физическая культура и здоровье: контроль за учебной деятельностью учащихся 5-11 классов / В. А. Барков, В.-С. Овчаров, Н. М. Косянок. - Мн.: Изд-во «Аверсэв», 2013. – 89 с.

2. Пилюк Н. Н. Системно-структурная организация соревновательной деятельности в спортивных видах гимнастики / Н. Н. Пилюк, Л. В. Жигайлова // Физическая культура, спорт – наука и практика: научно-методический журнал. – Краснодар. - 2013. - № 3.-С. 16-20.

АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ ЮНЫХ ГИМНАСТОК В ОПОРНЫХ ПРЫЖКАХ

**К. Г. Новакова, Т. В. Шашкова, А. К. Назырова, Л. В. Жигайлова,
Г. М. Свистун**

Аннотация. Работа посвящается анализу соревновательных программ одного из видов женского гимнастического многоборья – опорного прыжка. Опорный прыжок требует большой концентрации движений, хорошего ориентирования в пространстве и мышечных усилий в кратчайшее время.

Ключевые слова: гимнастическое многоборье, опорный прыжок, фазы выполнения опорного прыжка, соревновательная оценка.

Упражнения на опорном прыжке являются сложнейшим видом гимнастического многоборья, в котором ведущую роль играют ловкость и скорость. Опорный прыжок выполняется, как правило, толчком обеих ног о гимнастический мост, с обязательной промежуточной опорой руками о снаряд. Тенденция усложнения соревновательных прыжков в гимнастическом многоборье особо заметна в опорных прыжках. Правилами соревнований

прослеживается тенденция усложнения выполняемых опорных прыжков с вращениями по сальто и поворотами вокруг продольной оси (от 180^0 до 900^0) [2].

На сегодняшний день существуют два вида (типа) опорного прыжка – это прыжки типа «переворот» и типа «рондада» [3].

К прыжкам с переворота относятся такие прыжки, как:

- переворот вперед выпрямляясь с поворотом на 360^0 - 540^0 (этот прыжок выполняется через переворот и с поворотом на 360^0 во второй фазе полета);
- переворот-сальто (для такого прыжка уже необходим мощный разбег и жесткое отталкивание от опоры руками, чтобы во второй фазе полета можно было без ошибочно выполнить вращение по сальто вперед) [2].

Опорный прыжок с рондада выполняется несколько иначе. В прыжке с рондада гимнастка выполняет поворот на 180^0 в первой фазе полета (до постановки рук на опору), к ним относятся следующие прыжки:

- прыжок «Цукахара» - в этом прыжке после отталкивания руками, отхода от снаряда, во второй фазе полета, выполняется вращение по сальто назад.

Литература:

1. Аркаев Л. Я. Как готовить чемпионов. – Москва: Ф и С, 2004. – 328 с.
2. Гавердовский Ю. К. Техника гимнастических упражнений: популярное учебное пособие. - М. : Терра-Спорт, 2002. - 512 с.
3. Смолевский В. М. Спортивная гимнастика / В. М. Смолевский Ю. К. Гавердовский: – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 461 с.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКОЙ АТЛЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЖЕНЩИН ПЕРВОГО ПЕРИОДА ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

И. Н. Помещенко, А. А. Сергичева, Н. В. Береславская

Аннотация. Задача исследования заключалась в определении

позитивных изменений показателей физической подготовленности женщин первого периода зрелого возраста в результате занятий оздоровительной аэробикой силовой направленности.

Ключевые слова: оздоровительная аэробика атлетической направленности, физическая подготовленность, женщины первого периода зрелого возраста.

Женщины первого периода зрелого возраста находятся в постоянном цейтноте, что приводит их к перенапряжению, обострению имеющихся хронических заболеваний, снижению уровня физического развития и физической подготовленности. Занятия аэробикой соответствуют интересам и потребностям современных женщин, они способствуют укреплению здоровья и развитию физических качеств, гармоничности внешнего вида и развитию морфофункциональных показателей [1, 2].

Для определения степени влияния занятий оздоровительной аэробикой силовой направленности на уровень физической подготовленности женщин первого периода зрелого возраста нами проводился последовательный педагогический эксперимент длительностью 12 недель. Женщины занимались по стандартной программе оздоровительной аэробики силовой направленности, в которую были включены базовые элементы и силовые упражнения, направленные на развитие функциональной и физической подготовленности. Анализируя количественные значения показателей физической подготовленности женщин, установлено, что во всех тестах, характеризующих силовую выносливость, скоростную силу, гибкость и функциональную подготовленность произошел достоверный прирост результатов ($T_{пр} = 6,6$ до 42,1 %) на высоком и среднем уровне значимости.

Таким образом, систематическое применение комплекса упражнений оздоровительной аэробики атлетической направленности способствует повышению уровня физической подготовленности женщин первого периода зрелого возраста. Отмечено достоверное ($p < 0,05$; $p < 0,01$) увеличение

показателей основных физических качеств.

Литература:

1. Береславская Н. В. Влияние занятий фитнесом на морфофункциональные показатели женщин первого периода зрелого возраста / Н. В. Береславская, В. И. Иванасова, Л. В. Жигайлова, А. А. Сергичева // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А. И. Погребного. – Т. 18. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 22-26.
2. Донцов А. Е. Конструктор тела. Силовые и фитнес-тренировки. / А. Е. Донцов. СПб. - Издательство «Питер», 2015. – С. 94.

СРЕДСТВА ТРЕНИРОВКИ ПЕРЕБРОСОВ ПРЕДМЕТОВ В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

В. В. Романченко, К. К. Голованова, О. Ф. Барчо

Аннотация. Основными и наиболее технически сложными элементами групповых упражнений художественной гимнастики, требующими ежедневной работы над их выполнением, являются переброски предметов. При тренировке перебросок особое внимание уделяется броску предмета, которое влияет на правильное и надежное выполнение ловли.

Ключевые слова: групповые упражнения художественной гимнастики, броски и ловля предметов, надежность выполнения перебросок.

Опрос тренеров, проведенные педагогические наблюдения тренировочного процесса при подготовке групповых упражнений позволили определить и систематизировать применяемые средства и методы повышения надежности выполнения перебросок в групповых упражнениях. Выявленные средства направлены на качество их выполнения и количество удачных

попыток. К средствам тренировки, направленным на качество исполнения, относится выполнение перебросок с различными заданиями или в изменяющихся условиях. К основным средствам, направленным на увеличение количества удачных попыток, относится безошибочное выполнение перебросок наибольшее количество раз.

Все средства тренировки перебросок предметов распределены по группам выполнения: самостоятельные, по группам и командные.

Самостоятельная работа гимнасток с предметом предполагает выполнение ряда задач: отрабатываются элементы броска и ловли предмета (по высоте и дальности полета). Сначала упор делается на качество броска и ловли предмета и только потом переходят к групповой тренировке, которые могут выполняться парами, тройкой или всей командой сразу. В данном случае акцент делается на надежность и точность бросков и ловли предметов. Это выполнение перебросок на уменьшенной опоре, без зрительного анализатора, использование нестандартных предметов, ловля в различных положениях.

При самостоятельных тренировках, как и в тренировках в группах, используются различные варианты бросковых элементов, которые исключают монотонность тренировочного процесса и добавляют положительные эмоции, так необходимые гимнасткам.

На этапе совершенствования выполнения перебросок и композиции в целом, в основном, применяются командные средства, направленные на увеличение количества удачных попыток и способствующие надежности выполнения перебросок в групповых упражнениях.

Разработанные средства, направленные на повышение надежности и качества выполнения перебросок предметов, могут быть реализованы в тренировочном процессе гимнасток различного уровня подготовки и возраста при подготовке композиций групповых упражнений.

Литература:

1. Семибратова И.-С. Разнообразие перебросок в групповых упражнениях художественной гимнастики // Гимнастика: сборник научных трудов

СПбГУФК им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2006. Вып. IV. – С. 101-104.

2. Быстрова И. В. Сотрудничество в групповых упражнениях по художественной гимнастике / И. В. Быстрова // Гимнастика: сборник научных трудов. Выпуск IV; СПбГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - СПб., 2006. - С. 19-22.

ПОСЛЕДСТВИЯ НЕПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

А. М. Севикян, М. Ю. Пушкарный

Аннотация. Выявлена необходимость составления сбалансированного питания для каждого школьника.

Ключевые слова: неправильное питание, избыточный вес, рацион питания.

На сегодняшний день доказано, что неправильное питание плохо влияет на здоровье и приводит к избыточному весу, а также ухудшает самочувствие человека.

Проблема неправильного питания связана с тем, что 70 % всех болезней объясняются нежеланием людей соблюдать основы рационального питания. Такие болезни, как диабет, инсульт, рак связаны с неправильным питанием.

По статистике, более половины населения земли имеют избыточный вес. Ученые утверждают, что в недалеком будущем каждый второй школьник будет страдать от лишнего веса. Чтобы избежать этих последствий, нам уже сегодня следует задуматься о наших потомках.

Нужно ребенка с детства приучать правильно питаться, соблюдать режим дня. В детском и подростковом возрасте значении питания обусловлено основными факторами, определяющими различие зрелого и детского организма, то есть ростом и развитием. Физиологические особенности определяют потребности детей и подростков в пищевых веществах и энергии [1].

Основными принципами правильного питания детей являются:

поступление с пищей такого количества калорий, которое должно покрывать энергетические траты ребенка; сбалансированный рацион по незаменимым и заменимым нутриентам; учет индивидуальных особенностей ребенка. Количество поступающих с пищей углеводов для школьника должно быть в 4 раза больше, чем количества белков и жиров; ежедневное потребление овощей, фруктов, ягод, молочных продуктов, пищевых волокон, минеральных веществ; в малых количествах мучные изделия; 4- разовое питание: завтрак, перекус, обед, ужин [2,3].

При соблюдении этих довольно несложных правил рациона питания, наше население может нормализовать свое здоровье и избежать неблагоприятных последствий.

Список литературы:

1. Александрова В. А. Некоторые подходы к оценке питания высококвалифицированных танцоров / В. А. Александрова, И. М. Беляева // Вестн. спортив. науки. - 2014. - № 4. - С. 44-47.

2. Колеман Э. Питание для выносливости: [пер. с англ.] / Эллен Колеман. - 4-е изд. - [Мурманск]: Тулома, 2014. - 190 с.

3. Рылова Н. В. Вопросы спортивной диетологии детского возраста / Н. В. Рылова, А.-С. Самойлов, Г. Н. Хафизова // Наука и спорт. - 2014. - № 2 (Т. 3). - С. 84-91.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ЖЕНЩИН 20-25 ЛЕТ

А. А. Сергичева, Н. В. Береславская, И. Н. Помещенко

Аннотация. Физические нагрузки способствуют нормализации массы тела, предотвращают отложение избыточного жира, укрепляют мышцы и повышают их тонус.

Ключевые слова: фитнес, мышечный компонент, жировой компонент, костный компонент, индекс Ливи, женщины 20-25 лет.

Оздоровительные занятия фитнесом - это эффективное средство сохранения и укрепления здоровья, а также регулятор, обеспечивающий баланс внутренней и внешней среды в организме человека [1].

При изучении физического развития человека уделяется большое внимание определению состава массы тела, условными составляющими которой являются мышечный, костный и жировой компоненты.

Под воздействием динамических и статических нагрузок аэробного характера в процессе занятий фитнесом и поддержания правильного питания наблюдается достоверный прирост результатов показателей мышечного компонента ($T_{пр} = 5,1 \%$).

Слой подкожного жира является накопителем энергии, которая расходуется на жизнеобеспечение организма примерно с той же скоростью, что и накапливается. Иногда этот баланс нарушается, что приводит к излишнему или, напротив, недостаточному накоплению жирового компонента. Нашими исследованиями установлено, что под влиянием физических нагрузок и при правильно сбалансированном питании у женщин 20-25 лет происходит снижение значения жирового компонента с 21,45 %, при норме 18 %, до 18,68 %.

Костный компонент - основной показатель развития опорно-двигательного аппарата, который связан с величиной, продолжительностью и систематичностью физических нагрузок. Данные, полученные до эксперимента, свидетельствуют о средней величине костного компонента - 14,4 %. Под воздействием занятий фитнесом наблюдается его небольшой прирост - 15,1 %. Темп прироста составляет 4,7 % на уровне $p < 0,05$.

Для оценки физического развития женщин 20-25 лет нами использовался индекс Ливи, определяющий гармоничность развития. Полученное значение 53,2 % свидетельствует о пропорциональном сложении тела женщин, занимающихся фитнесом. Наблюдается достоверный прирост результата ($T_{пр} = 0,4 \%$).

Таким образом, систематические занятия фитнесом женщин 20-25 лет, способствуют повышению уровня показателей их физического развития.

Литература:

1. Береславская Н. В. Влияние занятий фитнесом на морфофункциональные показатели женщин первого периода зрелого возраста / Н. В. Береславская, В. И. Иванасова, Л. В. Жигайлова, А. А. Сергичева // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А. И. Погребного. - Т 18. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. - С. 22-26.

АНАЛИЗ АНКЕТИРОВАНИЯ ТРЕНЕРОВ ПО ВОПРОСУ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В МУЖСКИХ ГРУППАХ

**В. В. Тронеv, В. А. Крыжановская, П. С. Троянова, Л. В. Жигайлова,
О. Ф. Барчо**

Аннотация. Данное исследование посвящено определению мнения тренеров о необходимости составления модельных характеристик различной направленности для спортсменов высокой квалификации в спортивной акробатике.

Ключевые слова: техническая подготовленность, анкетирование, модельные характеристики, акробаты высокой квалификации.

Вопрос составления модельных характеристик технической подготовленности для определения готовности спортсмена к соревновательной деятельности не имеет должного освещения среди тренеров, работающих с составами мужских групп [1, 2, 3].

С целью рассмотрения данного вопроса и разьяснения ситуации в целом

были проведены опрос и анкетирование среди тренеров, специализирующихся в подготовке мужских групп. Были опрошены тренеры, имеющие от 1-ой до Высшей судейской категории, имеющие стаж тренерской работы от 5-ти лет. В опросе приняли участие мастера спорта СССР и РФ, мастера спорта международного класса и заслуженные тренеры РФ. Проанализировав данные анкетирования и опроса, были получены следующие результаты: 1) на вопрос: как тренер определяет техническую готовность спортсмена к выполнению технически сложных элементов, 40 % тренеров ответили, что на основе личного опыта; интуитивно – 45 %; советуясь со спортсменом – 10 %; на основе тестов – 5 %; 2) 40 % тренеров-практиков считают необходимым разрабатывать модельно-диагностические комплексы для оценки технической готовности спортсменов и не считают необходимым – 60 %; 3) в тренировочном мероприятии 60 % респондентов считают, что определение интенсивности тренировочного занятия необходимо, а 40 % считают, что этот параметр не информативен. Определять тренировочную нагрузку 70 % тренеров со спортсменами в спортивной акробатике, считают необходимым, а не анализировать эти значения – 30 %.

Коэффициент эффективности тренировочного занятия определять у спортсменов высокой квалификации необходимо, по мнению 90 % респондентов. Все тренеры считают, что результат соревновательного упражнения очень важный показатель для достижения высоких соревновательных результатов.

Литература:

1. Жигайлова Л. В. Модельные характеристики акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских группах / Л. В. Жигайлова, О. А. Заславская, Н. В. Береславская, П. Ю. Жигайлов // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А. И. Погребного. - Т 17. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. - С. 27-31.
2. Пилук Н. Н. Методика совершенствования технической

подготовленности в спортивных видах гимнастики / Н. Н. Пилюк, С. В. Шукшов // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ (20 апреля - 12 мая 2010 г.): сборник статей. - Краснодар., 2010 - С. 319-320.

3. Пилюк Н. Н. Системно-структурная организация соревновательной деятельности в спортивных видах гимнастики / Н. Н. Пилюк, Л. В. Жигайлова // Физическая культура, спорт – наука и практика: научно-методический журнал. - Краснодар, - 2013. - № 3. - С. 16-20.

МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ АКРОБАТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В МУЖСКИХ ГРУППАХ

**В. В. Тронеv, В. А. Крыжановская, П. С. Троянова, Л. В. Жигайлова,
Г. М. Свистун**

Аннотация. Исследование посвящено определению модельных значений технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в мужских группах.

Ключевые слова: техническая подготовленность, акробат-нижний, 1-ый средний, 2-ой средний, верхний, спортивная акробатика.

В основу выявления конкретных величин модельных значений положен анализ показателей, характеризующих техническую подготовленность пяти лучших мужских групп, достигших наивысших результатов на соревнованиях всероссийского уровня в исследуемой группе. Для достижения наивысших результатов технического мастерства спортсменам высокой квалификации, специализирующихся в мужских группах, необходимо иметь «высокий» уровень овладения техникой упражнений, представленных дальше: - нижний – «удержание партнеров в «драйке»; «сгибание и разгибание рук в стойке на

руках со страховкой»; «прыжок в длину с места с двух ног»; «переворот назад «фляк»-«сальто»; «удержание стойки на стоялках»; «приседания с утяжелением, удерживаемым в прямых руках»; - 1-ый средний – «удержание партнеров в «драйке» на ограниченной опоре»; «сгибание и разгибание рук в стойке на руках со страховкой»; «прыжок в длину с места с двух ног»; «переворот назад «фляк»-«сальто»; «удержание стойки на стоялках»; «приседания с утяжелением, удерживаемым в прямых руках»; - 2-ой средний – «удерживание партнера на голове»; «удерживание партнера в прямых руках»; «сгибание и разгибание рук в упоре лежа с хлопком»; «сгибание и разгибание рук в стойке на руках со страховкой»; «удержание упора углом вне на стоялках»; «удержание упора углом на стоялках»; «рондат винт»; - верхний – «сгибание и разгибание рук в стойке на руках со страховкой»; «сгибание и разгибание рук в упоре лежа с хлопком»; «удержание стойки на одной руке на стоялках»; «стойка силой из упора углом на стоялках»; «рондат винт»; «удержание упора углом на одной руке на стоялках»; «выкрут прямых рук с гимнастической палкой».

Предложенные модельные характеристики технической подготовленности акробатов высокой квалификации нельзя рассматривать как законченную модель. Однако, уже сейчас используя значения технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в мужских группах, можно оценить уровень их технической подготовленности, выявить сильные и слабые стороны и наметить пути дальнейшего совершенствования спортивного мастерства.

Литература:

1. Дубровский А. С. Критерии готовности к соревновательной деятельности акробатов-нижних высокой квалификации в мужских группах / А. С. Дубровский, А. И. Соколенко, В. А. Крыжановская, Л. В. Жигайлова // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа, КГУФКСТ (декабрь 2013 – март 2014 года), Краснодар, 2014. – С. 49-50.

2. Жигайлова Л. В. Модельные характеристики акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских группах / Л. В. Жигайлова, О. А. Заславская, Н. В. Береславская, П. Ю. Жигайлов // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А. И. Погребного. – Т. 17. – Краснодар: КГУФКСТ, 2015. - С. 27-31.

ЗНАЧЕНИЕ РАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ В ФИТНЕС-АЭРОБИКЕ

**Т. В. Шашкова, Г. М. Свистун, О. Ф. Барчо, К. Г. Новакова,
А. А. Сергичева**

Аннотация. Фитнес-аэробика – молодой, динамичный, быстро завоевывающий популярность вид спорта. Команды, представляющие Россию на чемпионатах Европы и мира, бесспорно, являясь победителями и призерами соревнований, занимают лидирующие позиции. Фитнес-аэробика - это сложнокоординационный, эстетический вид спорта, в которой успех в соревновательной деятельности во многом зависит от уровня комплексной физической подготовленности спортсменов. Соревновательная композиция длится в течение 2-х минут под темп музыки 160 уд / мин, состоит из прыжков, махов, партерных частей, построений, перестроений.

Ключевые слова: специальная выносливость, фитнес-аэробика.

При видеоанализе соревновательных композиций нами были подсчитаны ошибки, выполняемые в разных частях композиции. Большинство ошибок выявлено в 3 и 4 части, что свидетельствует об утомлении спортсменок, что является следствием недостаточного развития специальной выносливости.

С целью изучения вопроса значимости общей и специальной выносливости в фитнес-аэробике, влияния развития этого физического качества на соревновательную деятельность спортсменок высокого класса, подбора

средств, методов и упражнений, которые наиболее эффективно способствуют развитию общей и специальной выносливости, было проведено анкетирование. В нем принимали участие 30 тренеров и 45 высококвалифицированных спортсменов по фитнес-аэробике Краснодарского края.

По мнению опрошенных тренеров, наиболее важным физическим качеством является выносливость (72 %), далее - быстрота (9 %), сила (8 %). Спортсменки также считают выносливость приоритетным физическим качеством (69 %), следом идет гибкость (10 %), сила (9 %). Все респонденты считают эффективным средством развития выносливости различные виды бега и прыжков, плавание - 33 % опрошиваемых, прыжки через скакалку - 28 %, спортивные игры - 25 %. Анкетируемые пришли к мнению, что многократное повторение соревновательной композиции, отдельных ее частей, самый эффективный метод развития специальной выносливости у спортсменок, занимающихся фитнес-аэробикой.

Подытожив, можно сделать вывод, что чем выше уровень развития специальной выносливости, тем выступление на соревнованиях будет успешнее, возрастет качество и техника исполнения элементов в соревновательной композиции.

Литература:

1. Артамонова И. Е. Структура физической подготовки высококвалифицированных спортсменок в фитнес-аэробике на предсоревновательном этапе / И. Е. Артамонова, М. Л. Штода // Теория и практика физической культуры. - № 12. - 2010. - С. 74.
2. Штода М. Л. Оценка уровня функциональной и физической подготовленности спортсменок в фитнес-аэробике на предсоревновательном этапе подготовки / М. Л. Штода // Казанская наука. - № 4. - 2012. - С. 343-346.
3. Пирожкова Е. А. Подходы к развитию специальной выносливости в гимнастических дисциплинах / Е. А. Пирожкова, Л. А. Карпенко; Нац. гос. ун-т.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЗИМНИХ ВИДОВ, ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТА И СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА

СРАВНИТЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДАТЧИКОВ МОЩНОСТИ ПЕДАЛИРОВАНИЯ

В. А. Агасьян, В. А. Сучков, В. З. Яцык

Аннотация. Возможность измерения мощности педалирования кардинальным образом изменила весь процесс велосипедных тренировок. Рынок предоставляет разные измерители, мощности которых имеют примерно одинаковую степень точности, но разный уровень удобства и функциональности, а также ценовые характеристики.

Ключевые слова: велосипедный спорт, мощность педалирования, датчик мощности.

Датчики мощности подразделяются на четыре основных вида:

1) заднее колесо (POWERTAP). Датчик мощности установлен во втулке заднего колеса. Он позволяет измерять общую мощность педалирования. Этот датчик можно легко переставить с велосипеда на велосипед, но появляется проблема, если используются отдельные наборы колес для тренировок и гонок, что не всегда дает возможность применить такой датчик мощности. Однако этим датчиком нельзя отслеживать процентное соотношение прилагаемого усилия на каждую педаль отдельно;

2) шатуны (STAGES). Датчик мощности установлен на одном шатуне и таким образом измеряет мощность только одной ноги. Измеритель мощности затем удваивает мощность, чтобы получить общую мощность. Но регистрация распределения усилий на каждую ногу не входит в его функционал. К плюсам данной модели можно отнести малые габариты, лёгкий вес (25) и самую низкую стоимость на данный момент;

3) паук (SRM). Датчик мощности установлен в системе, непосредственно соединяя передние звёзды и шатун. Этот датчик мощности наиболее точный в

измерении общей мощности, а также способен отследить все четыре зоны педалирования на правой и левой ноге. К недостаткам можно отнести, что калибровка данного датчика возможна только на заводе, а это крайне неудобно, а также очень высокую цену данного прибора;

4) педали (GARMIN VECTOR, VyPro). Датчик мощности установлен внутри педали или на оси педали. Этот датчик мощности позволяет измерять отдельно мощность правой и левой ноги, а также прост в обслуживании и стоимость данного прибора в два раза ниже, чем цена датчика, встроенного в систему передних звёздочек велосипеда.

Таким образом, можно сказать, что выбор датчика мощности зависит от поставленных целей и возможностей его приобретения. Уровень точности при выборе датчика мощности не очень важен, потому что при тестировании данных приборов погрешность составляла не более 2 %. Исходя из изученной информации, при выборе датчика мощности важными факторами являются уровень удобства и функциональные характеристики датчика мощности педалирования, финансовые возможности.

Литература:

1. <http://boldarev.ru/vybor-izmeritelya-moshhnosti/>
2. <http://bike4u.ru/obzory/predvaritelnyy-obzor-pedaley-bepro-s-datchikami-moshchnosti/>

ХАРАКТЕРИСТИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО УПРАЖНЕНИЯ В БАДМИНТОНЕ

М. В. Бебенина, В. Б. Парамзин

Аннотация. В работе рассматривается соревновательное упражнение как основное средство успешной подготовки спортсменов.

Ключевые слова: бадминтон, игроки, физические качества, матч, подготовка.

Одним из обязательных условий успешной подготовки спортсменов к соревновательной деятельности является наличие полной и объективной информации о соревновательном упражнении в избранном виде спорта.

Исходя из мировой статистики, бадминтоном увлекается каждый 50 человек в мире. По данным физиологических исследований, игра в волан стоит на первом месте по нагрузке на сердечно - сосудистую систему. Это самый быстрый спортивный снаряд, его максимальная скорость полета достигает 493 км/ч. Для сравнения: максимально зарегистрированная скорость полета теннисного мяча — 251 км/ч, футбольного — 214 км/ч [3]. В процессе игры от спортсмена требуется проявление таких физических качеств, как общая и скоростная выносливость, координация, взрывная реакция, сила и гибкость. [2]. Игроки могут пробегать за один розыгрыш до 100 м. А за целый матч преодолеваемая дистанция может достигать до 9000 м по горизонтали и до 1000 м по вертикали. И это не равномерное перемещение, а огромное количество ускорений, торможений, разнообразных прыжков. Все эти действия сопровождаются ударами по волану в темпе 0,5-0,7 уд/с. Максимальное количество ударов по волану за матч достигает почти 20000. Игра ведется при ЧСС 135-200 уд/мин (табл.).

Таблица.

Доля соревновательной деятельности бадминтонистов в различных пульсовых диапазонах (%)

Квалификация	Пульсовые диапазоны (уд/мин)			
	135-148	149-165	166-180	>180
Начинающий	31	41	28	0
Квалифицированный	9	27	42	22

Исследования показали, что сердце бадминтониста в течение 20 минут игры совершает более 3500 сокращений, перекачивая до 500 л крови [1]. В течение одного дня игроки могут выходить на площадку до 8 раз. Представленная информация позволяет рационально планировать тренировочную нагрузку начинающих и квалифицированных бадминтонистов,

что позитивно отражается на качестве их подготовки.

Литература:

1. Система подготовки зарубежных спортсменов // материалы международной конференции тренеров по бадминтону (Копенгаген, 1983). - М., 1984. - С. 38.
2. Смирнов Ю. Н. Бадминтон: учебник / Ю. Н. Смирнов. - 2-е изд., с изм. и дополн. - М.: Советский спорт, 2011. - с. 248.
3. Казанцева Н. В. Методика обучения бадминтону для студентов средних специальных и высших учебных заведений : учеб. пособие / Н. В. Казанцева, Е. В. Глазова, А. А. Малёванный. – Иркутск: Изд-во БГУ, 2016. – 104 с.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ В ДИСЦИПЛИНЕ «МАРШРУТ»

Е. В. Галко, Л. П. Долгополов

Аннотация. В данной работе рассматривается понятие физической подготовки спортсменов-туристов в дисциплине «маршрут».

Ключевые слова: спортивный туризм, физическая подготовка, общая, специальная физическая подготовка.

Спортивный туризм - вид спорта, целью которого является спортивное совершенствование техники и тактики преодоления естественных препятствий. Спортивный туризм в свою очередь делится на две дисциплины: 1) дисциплина «дистанция», 2) дисциплина «маршрут». Маршруты, как и дистанции, подразделяются по видам туризма и категориям сложности.

Физическая подготовка спортсмена-туриста направлена на развитие общей и специальной физической подготовки.

Основой специальной подготовки является общая физическая подготовка. Для достижения высоких успехов в усвоении и совершенствовании техники различных видов туризма необходимо поддерживать общую физическую

подготовку (далее ОФП) на высоком уровне. В процессе ОФП важным аспектом является всестороннее развитие основных физических качеств таких как выносливость, сила, быстрота, ловкость, гибкость. Если одно из этих качеств отстает в развитии, то необходимо применять дополнительные средства, которые будут развивать отстающее качество.

Овладение техникой и специфическими навыками какого-либо определенного вида туризма обеспечивает специальная физическая подготовка (далее СФП). При помощи средств СФП осуществляется развитие навыков, необходимых спортсмену-туристу для преодоления маршрутов различных категорий сложности и по различным видам туризма. Так, например, для пешеходных и велосипедных маршрутов особенно важно тренировать силу и выносливость ног; для лыжных походов вместе с силой ног еще необходимо развивать силу рук и т. д.

Для достижения высоких результатов физическая подготовка должна быть круглогодичной и непрерывной. Вместе с ростом спортивного мастерства должен увеличиваться объем СФП, а объем ОФП, следовательно, должен уменьшаться.

Литература:

1. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта.
2. Востоков И. Е., Федотов Ю. Н. Спортивно-оздоровительный туризм. – 2013.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ

Е. А. Кирбабина, Т. А. Кирбабина, А. А. Капустин

Аннотация. Велосипедный спорт в последнее время приобретает все большую популярность. При занятиях велоспортом, наряду с физической, технической и тактической подготовкой, большое значение имеет

психологическая подготовка. При планировании психологической подготовки следует учитывать типы ВНД спортсмена, виды темперамента, свойства и типы реакции нервной системы.

Ключевые слова: велосипедный спорт, психология, подготовка, аутотренинг, цель.

В настоящее время велосипедный спорт является одним из популярных видов спорта в России. Занятия велосипедным спортом положительно влияют на развитие личности, повышают физический потенциал организма, а также способствуют формированию морально-волевой устойчивости. Большое значение имеет психологическая подготовка. Психологическое воздействие оказывают на спортсмена психолог, тренер, команда, семья, а также сам спортсмен. В последнем случае психологическое воздействие на самого себя называется аутотренинг, или самовнушение. В процессе аутотренинга спортсмен может настраивать себя на тренировку или на соревнование посредством словесного убеждения. Также методы аутогенной тренировки применяются для восстановления организма, понижения возбуждения нервных процессов после соревновательной деятельности. Чтобы добиться высоких результатов, спортсмен должен поставить перед собой цель и искать пути и способы для её достижения. Если цели нет, то у велосипедиста не будет стимула усердно тренироваться и выкладываться в гонках.

В настоящее время в методике тренировочного процесса при равных функциональных, тактических и технических аспектах подготовленности велосипедиста большое значение в борьбе за победу имеет степень их психологической подготовленности.

Основными препятствиями на пути к достижению высоких результатов становятся боязнь перед выступлением на соревновании, страх перед возможным поражением, встреча с сильным соперником. Все эти причины могут быть устранены при правильно построенной психологической подготовке. Одним из важных элементов надежности велосипедиста является

опыт, который он приобретает в процессе соревновательной деятельности. Так как в соревновании происходит разрядка нервно-психического потенциала организма (что является причиной физических и духовных травм), то психологическая подготовка должна базироваться на формировании свойств и качеств личности, а также с учетом психического состояния.

Психологическая подготовка формирует состояние, при котором спортсмен может максимально использовать свой физический и энергетический потенциал, противостоять действию негативных факторов и продолжать работать в условиях наступившего утомления, не сбавляя интенсивности работы.

Литература:

1. Бурякова А. Н., Долгополов Л. П. Влияние аутотренинга на результаты занимающихся спортивным туризмом. М.: Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (январь-март 2016 г., г. Краснодар): материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – Часть 2. – С. 38
2. Гогунев Е. Н., Мартыанов Б. И. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 288 с.

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ

Т. А. Кирбабина, Е. А. Кирбабина, А. А. Капустин

Аннотация. Велосипедный спорт на современном этапе имеет большую значимость. В последнее время произошел скачок спортивных результатов. Из этого следует, что достижение наивысших результатов требует от спортсмена не только высокой физической подготовленности, но и тактической, а вместе с тем и технической подготовки. Тактическая подготовка заслуживает

отдельного внимания в тренировочном процессе.

Ключевые слова: велосипедный спорт на шоссе, тактика, подготовка.

Тактика в велосипедном спорте – это выполнение велосипедистом действий, которые направлены на достижение определенного эффекта при выполнении упражнения, с проявлением волевых и мышечных усилий в соответствующем ритме, темпе, используя и преодолевая силы сопротивления. Другими словами тактика в велосипедном спорте – это искусство ведения спортивной борьбы.

В процессе тренировки у велосипедиста формируются двигательные навыки, и он постепенно приобретает знания по ведению спортивной борьбы. Поэтому только технической, психологической и физической подготовки не достаточно для достижения высоких результатов. Необходимо включить в тренировочный процесс такую подготовку, которая предусматривает рациональное использование энергетических ресурсов организма в ходе тренировочной и соревновательной деятельности. Таким видом подготовки является тактическая подготовка.

Основной задачей тактической подготовки является целесообразное распределение сил и энергетического потенциала на всей дистанции гонки для достижения высокого результата. Учитывая конкретные задачи на предстоящую гонку, возможности спортсмена и его соперников, разрабатывается программа тренировочного процесса, которая впоследствии будет применяться и в соревновании. Эта программа осуществляется с помощью средств и методов ведения спортивной борьбы.

Тактическая подготовленность отражается в умении спортсмена целесообразно использовать спортивную технику, а также психическую и физическую подготовленность. С помощью детального анализа всех технических приемов, которыми обладает велогонщик, а также умения применить эти тактические приемы, он может установить тот уровень

тактической подготовленности, который будет необходим ему для достижения высоких результатов на соревновании.

При подготовке к основным стартам разрабатывается такая тактика, при которой велогонщик сможет реализовать весь свой потенциал, разумно распределить силы по всей дистанции. Эта тактика базируется на изучении тактических действий предполагаемых соперников, условий проведения велогонки, особенностей трассы.

Литература:

1. Захаров А. Л., Капитонов В. А. Велосипедный спорт (гонки на шоссе): Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства / А. А. Захаров. – М.: Советский спорт, 2005. - 160 с.
2. Полищук Д. А. Велосипедный спорт. – К.: Олимпийская литература, 1997. - 344 с.
3. Тактическая подготовка велосипедистов: Реферат, 40 с. - <http://studmagaz.com/fizkultura-i-sport/takticheskaya-podgotovka-velosipedistov>

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ НА ЛЫЖАХ В РОССИИ

Т. Н. Лихолет, М. В. Бебенина, В. Б. Парамзин

Аннотация. Рассматривается развитие передвижения на лыжах как общенародное физкультурное спортивное общественное движение, пользующееся большой популярностью среди всех слоев населения.

Ключевые слова: зимние виды, физическое воспитание, спорт.

Занятия лыжами включены в десятку первых мест по количеству занимающихся. Данные учитывают большинство видов физического развития. В России учебные заведения не продвигают зимние виды спорта, сокращается

количество тренеров в ДСШ и ДЮСШ, уменьшается количество отделений в них. Занятия зимними видами спорта не помогают воспитанию подрастающего поколения в части формирования нравственности и здорового образа жизни. Необходимо создание условий для привлечения специалистов.

В процессе занятий лыжами организм человека закаливается, происходит укрепление всех физических качеств и систем, а при наличии адекватной физической нагрузки происходит адаптирование организма, что впоследствии ведет к повышению работоспособности и общетренированности.

К повышению массовости в занятиях лыжами, кроме активной пропаганды зимних видов, необходимо проводить в зимний период спартакиады, лыжные эстафеты для школьников и студентов; способствовать повышению материальной базы; заливать катки; реконструировать санную трассу, трамплины и лыжные трассы в регионах; создать концепцию перспективы и развития зимних видов спорта и туризма в каждом регионе России.

Литература:

1. Балдухаева И. И. Становление и развитие зимних видов спорта в Восточной Сибири в XX веке. – 2010. - С. 50-65.
2. Бутин И. М. Лыжный спорт: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 368 с.
3. Акимова Л. Н. Психология спорта. - Одесса: Маяк, Евстафьев Б. В. О сущности всестороннего физического развития личности, 2010. - 220 с. // Теория и практика физической культуры. - 2009. - № 2. - С. 46.

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ ЮНЫХ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В МАУНТИНБАЙКЕ

В. В. Минин, А. А. Капустин

Аннотация. Психологическая подготовка играет важную роль в

тренировочном процессе велосипедиста, специализирующегося в гонках по маунтинбайку. Одной из задач психологической подготовки является задача по совершенствованию психических процессов - специализированных восприятий, представлений, внимания, памяти, мышления.

Ключевые слова: маунтинбайк, психологическая подготовка, внимание.

Для велосипедиста необходимо хорошее развитие всех свойств внимания: устойчивости, сосредоточения, переключаемости, объема, распределения. Так, в процессе велосипедной гонки необходимо одновременно следить за дорогой, противником, следить за своим функциональным состоянием, прогнозировать вероятные тактические варианты, корректировать их. Эти свойства внимания присущи, в основном, его произвольной форме. Оно же в свою очередь, несомненно, зависит от уровня развития волевых качеств велосипедиста. Тренеры часто указывают на недостаток развития внимания у своих воспитанников. Этот недостаток проявляется в забывчивости, неорганизованности на тренировках, в неспособности юного спортсмена сосредоточиться на выполнении тренировочного задания.

Цель нашего исследования: экспериментально подтвердить факт влияния произвольного внимания на эффективность технической подготовки юных велосипедистов-маунтинбайкеров.

Результаты исследований показали, что разработанная нами методика тренировки произвольного внимания юного велосипедиста может успешно применяться в тренировочном процессе. Используемая в работе методика тестирования произвольного внимания может востребована тренерами в качестве контроля одной из сторон подготовленности юных велосипедистов.

Нами выявлена степень выраженности волевых качеств юных велосипедистов. По результатам самооценки она не превышала в экспериментальной группе $74 \pm 5,84$ %, а по экспертной оценке - $66 \pm 3,57$ %; в контрольной группе соответственно $70,5 \pm 6,17$ % и $59,3 \pm 6,49$ %. Такой уровень выраженности волевых качеств позволил испытуемым экспери-

ментальной группы проявить свойства произвольного внимания достоверно лучше, чем велосипедистам контрольной группы.

Разработанная нами методика специальной психологической подготовки юных велосипедистов включала в себя сочетание психотехнических игр и упражнений с элементами специальных игр и упражнений на велосипеде, в которых юный велосипедист может также развивать и свойства произвольного внимания. Проведенный эксперимент показал, что в подростковом возрасте тренировка свойств произвольного внимания приносит существенные результаты в освоении элементов техники велосипедиста. При этом, чем выше волевые качества учащегося, тем выше степень проявления свойств произвольного внимания и, следовательно, выше спортивный результат.

Литература:

1. Дормашев Ю. Б., Романов В. Я. Психология внимания. - М. : Тривола, 2005. - 352 с.
2. Краснов В. Н. Кросс-кантри: спортивная подготовка велосипедистов: монография / В. Н. Краснов. – М. : Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2006. – 446 с.

МЕТОДИКА ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ В ГОНКАХ КРОСС-КАНТРИ

И. С. Поповиченко, А. А. Капустин

Аннотация. Существующие методические рекомендации по обучению и совершенствованию тактики в велосипедном спорте затрагивают проблему подготовки квалифицированных велосипедистов, при этом тактической подготовке на начальном этапе внимание не уделяется.

Ключевые слова: маунтинбайк; тактика гонок кросс-кантри, тактическая подготовка.

Изучение практического опыта работы показало, что в процессе подготовки велосипедистов на начальном этапе тактической подготовке не уделяется внимание, и в большинстве случаев юные спортсмены имеют неверные представления о тактике гонки кросс - кантри.

Установлено, что успешное овладение тактикой в значительной мере зависит от уровня развития у детей способности к быстрому и правильному решению поставленных тактических задач.

Цель исследования – разработать методику тактической подготовки юных велосипедистов, выступающих в дисциплине маунтинбайка - кросс-кантри.

В доступной нам научно-методической литературе не обнаружено сведений о тактической подготовке юных велосипедистов, выступающих в соревнованиях по маунтинбайку на начальном этапе.

Результаты исследования показали, что тактическая подготовка юных велосипедистов Краснодарского края недостаточна. Тренеры зачастую обучают тактике только во время соревнований и не уделяют должного внимания этой проблеме в тренировочном процессе.

К числу основных разделов технико-тактической подготовки велосипедиста относят: [2]

- изучение и совершенствование технико-тактических действий;
- формирование «чувства дистанции» - способности с высокой точностью дифференцировать скорость передвижения по дистанции в условиях нарастающего утомления;
- формирование умения реализации различных тактических замыслов и вариантов распределения сил на дистанции в зависимости от изменяющихся условий;
- формирование и совершенствование тактического мышления.

Тактическое мышление у спортсменов необходимо воспитывать, начиная с первых лет подготовки, как в процессе проведения тренировочных занятий, так и на соревнованиях и продолжать совершенствовать его на последующих

этапах.

Результаты участников экспериментального исследования, показанные в соревнованиях, позволяют с достаточной степенью уверенности утверждать, что использование в тренировках элементов тактики на начальном этапе спортивной подготовки велосипедистов дают положительный эффект.

Литература:

1. Краснов В. Н. Кросс-кантри: спортивная подготовка велосипедистов: монография / В. Н. Краснов. – М. : Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2006. – 446 с.

2. Полищук Д. А. Велосипедный спорт. – К.: Олимпийская литература, 1997. - 344 с.

КОНТРОЛЬ ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ НА ОСНОВЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЧСС

В. А. Сучков, В. А. Агасьян, В. З. Яцык

Аннотация. Появление новых средств оперативного контроля, таких как пульсометр, лактометр, датчики мощности и т. д., дают тренеру более точную информацию о показателях ЧСС и ПАНО во время тренировки, что рождает потребность в формировании новых подходов к управлению и контролю в спортивной тренировке.

Ключевые слова: оперативный контроль, ЧСС, ПАНО, тренировочные зоны.

В современном велоспорте на шоссе результативность определяется рядом факторов, основным из которых является уровень скоростно-силовой выносливости. К показателям уровня скоростно-силовой выносливости можно отнести ПАНО и его зависимость от ЧСС [2].

Перед тем как пульсометры появились в широком пользовании, спортсмены, занимавшиеся интенсивными упражнениями (интервальными),

постоянно оценивали свое состояние по самочувствию и должны были на основании своих ощущений принимать решение о прекращении тренировки или ее продолжении. В настоящее время, при внедрении в процесс подготовки пульсометров, спортсмены склонны ориентироваться исключительно на частоту пульса и игнорировать воспринимаемое напряжение по самочувствию. Хотя контроль ЧСС в ходе тренировок и является полезным делом, которое заслуживает внимания, но сам по себе не может служить единственным параметром. На показатель ЧСС могут влиять и другие факторы – например, погодные условия, питание, потребление воды и уровень напряжения, что в свою очередь может исказить картину происходящего и ввести спортсмена в заблуждение. Для того чтобы показатель ЧСС обрел смысл, его необходимо сравнивать с другими показателями.

К примеру, когда речь заходит о результативности упражнений, то отличный способ оценки улучшения вашей формы состоит в том, чтобы сопоставлять показатель ЧСС с показателем мощности педалирования. Если показатель ЧСС находится на низком уровне, а мощность – на нормальном или более высоком, чем ранее, то уровень физической подготовки находится на достаточном уровне. Если и показатель ЧСС, и показатель мощности высоки, то работа над улучшением своего уровня физической подготовки продолжается [1].

Еще более информативным в сопоставлении с ЧСС является уровень порога анаэробного обмена, т. к. тренировочные зоны, связанные с частотой сердечных сокращений, основаны именно на пульсе при ПАНО. Это объясняется с тем, что анаэробный порог является индивидуальным для каждого спортсмена. К примеру, один велосипедист может иметь показатель пульса ПАНО, равный 85 % от максимума, а другой переходит в анаэробную зону при 90 % от максимума. Если оба велосипедиста тренируются на уровне 90 % от максимального значения, то один из них переходит анаэробный порог, а другой останавливается на уровне порога. Таким образом, результаты от тренировочного процесса получаются совершенно разные.

Литература:

1. Фрил Д. Библия велосипедиста. – М.: Манн Иванов и Фербер, 2011. - 432 с.
2. Приходько В. И. Эффективность комплексного контроля специальной подготовленности высококвалифицированных велосипедистов-шоссейников: пособие / В. И. Приходько, Е. Н. Шупикова. – Мн.: БГУФК, 2009. – 31 с.

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ДИСТАНЦИЯ-ПЕШЕХОДНАЯ» В СПОРТИВНОМ ТУРИЗМЕ

А. С. Чеснокова, Л. П. Долгополов

Аннотация. В спортивном туризме значительно возросло число мастеров спорта, исключением является 2014 год, так как в этот период отсутствовали нормативные требования. Пешеходный туризм подразделяется на дисциплину «маршрут» и дисциплину «дистанция».

Ключевые слова: тенденции, подготовка, дисциплина «дистанцияпешеходная», спортивный туризм, спортсмены-туристы.

Одним из популярных видов спортивного туризма является пешеходный, который подразделяется на дисциплину «маршрут» и «дисциплину дистанция».

Рассматривая перспективы развития дисциплины «дистанция пешеходная», в спортивном туризме можно вести речь о том, что - это достаточно «молодая» дисциплина, которая в наше время стремительно развивается, соревнования проводятся ежегодно, причем с недавнего времени не только в нашей стране.

В 2014 году Всероссийские соревнования «Гонки Четырех» приобрели статус Международных, количество участвующих групп в данном старте превысило 1000, участниками стали также группы из Украины. В 2015 году в данном старте участвовали команды из Белоруссии, а в начале мая 2016 года в Республике Марий Эл были проведены Международные соревнования,

называвшиеся «Весенний призыв».

Регламент и правила группы дисциплин «дистанция пешеходная» дают возможность организовывать и проводить соревнования любого класса сложности на высоком уровне [2].

Изучив перспективы в группе дисциплин дистанция пешеходная, было установлено следующее:

- развитие массовости и рост спортивного мастерства;
- увеличение количества тренировок в недельном цикле до 5;
- увеличение объема тренировочной работы в год до 1280 часов;
- в структуре подготовки спортсменов-туристов возрастает значение технической и специальной физической подготовки, из физических качеств – общая и скоростно-силовая выносливость [1];

- время работы на этапах улучшается и стабилизируется. Положительная динамика в росте уровня технической подготовленности достигает максимальных значений, поэтому уровень технической подготовленности нельзя считать единственным резервом улучшения результатов спортсменов;

- средняя скорость преодоления расстояния между этапами недостаточно высока, повышение уровня беговой подготовки служит резервом в улучшении результатов спортсменов-туристов.

Литература:

1. Долгополов Л. П. Структура и объемы спортивной подготовки спортсменов-туристов в группе дисциплин «дистанция» // Курорты, сервис, туризм. - № 2 (23). – 2014.-С. 136-139.

2. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму (номер кода вида спорта - 0840005411Я). - Общероссийская общественная организация Федерация спортивного туризма России. - М., 2014. - 48 с.

ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ - ТУРИСТОВ В ГРУППЕ ДИСЦИПЛИН «ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ»

А.С. Чеснокова, Л. П. Долгополов

Аннотация. Структура подготовки спортсмена может быть охарактеризована следующим: порядком взаимосвязи и соотношением различных сторон спортивной подготовки, включающей общую и специальную физическую, техническую, тактическую, психологическую и интегральную подготовку.

Ключевые слова: физическая подготовка, дисциплина «дистанция пешеходная», спортивный туризм, спортсмены-туристы.

В настоящее время нет типовой программы обучения для ДЮСШ по спортивному туризму [1].

Нами было проведено анкетирование ведущих тренеров и спортсменов высокой квалификации по спортивному туризму в группе дисциплин «Дистанция пешеходная». Результаты анкетирования по данному вопросу показали следующее соотношение сторон спортивной подготовки (общая сумма составляет 100 %, числовые значения округлялись до целого числа):

- Физическая подготовка – 66 %.
 - Общая физическая подготовка – 31 %.
 - Специальная физическая подготовка – 35 %.
- Техническая подготовка – 15 %.
- Тактическая подготовка – 12 %.
- Психологическая подготовка – 6 %.

Спортсменам – призерам чемпионатов России 2013-2015 г. в количестве 118 человек было предложено распределить качества отношения к сторонам подготовки по их значимости в структуре подготовленности. Результаты показали:

1. Наиболее значимое из физических качеств – выносливость,

составляющая 31 %, из неё 15 % общая и 16 % скоростно-силовая.

2. Из психологических качеств – целеустремленность, составляет 2 %.

3. Особо важными из качеств технической подготовки выделили: технику страховки - 8 % и технику работы с картой - 9 %.

4. Техничко-тактическое мышление выделили в тактической подготовленности.

Физическая подготовка является основой подготовленности высококвалифицированных спортсменов–туристов, это связано с большим количеством определяющих; во-первых, уровень технического мастерства достигает максимальных показателей, во-вторых, он стабилизируется следовательно, основным резервом улучшения результата можно считать развитие физической подготовленности.

Литература:

1. Долгополов Л. П. Структура и объемы спортивной подготовки спортсменов-туристов в группе дисциплин «дистанция» // Курорты, сервис, туризм - п 2 (23). - 2014.-С. 136-139.

2. Долгополов Л. П., Чеснокова А. С. Структурный компонент многолетней подготовки юных спортсменов-туристов // Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции «Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях» (11-12 ноября 2015 года, г. Липецк). - М. : Издательство «Перо», 2015. - С. 225-226.

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ СУДЕЙ-СЕКРЕТАРЕЙ «ПОЛЕВЫХ БРИГАД» В ПРОЦЕССЕ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

**А. В. Бельская, А. В. Тараненко, Е. А. Травкина, Н. Г. Шубина,
М. С. Шубин**

Аннотация. В настоящее время работа главной судейской коллегии является основополагающей в процессе проведения соревнований по лёгкой атлетике и особую роль в этом отводят организации службы секретариата. Весь процесс спортивного соревнования зависит от того, как главный секретарь организует работу секретарей полевых бригад, компьютерной группы и статистической службы.

Ключевые слова: соревнования, легкая атлетика, секретарь, обязанности судей, анкета.

Служба секретариата легкоатлетических соревнований требует высокого уровня концентрации и ответственности за произведенные действия [1, с. 31].

Перед исследователями были поставлены следующие задачи: определить степень значимости судейской должности “секретарь полевой бригады”; выявить основные ошибки, возникающие в работе судей-секретарей полевых бригад; разработать инструкцию для секретарей полевых бригад; определить влияние дополнительных мероприятий по обучению секретарей полевых бригад на качество проведения соревнований по лёгкой атлетике.

С целью определения качественной стороны работы судьи-секретаря была подготовлена анкета, содержащая ряд вопросов: анкетные данные (возраст, пол, образование); данные о судействе (категория, стаж судейства, специализация); особенности предварительной подготовки к соревнованиям; наличие современных правил соревнований; повышение квалификации судей

(участие в конференциях, семинарах); трудности, возникающие в работе.

Анкеты были розданы более 60 судьям, осуществляющим судейство соревнований различного уровня: международного, всероссийского, регионального, муниципального. Одновременно со сбором анкет на восьми соревнованиях регионального и всероссийского уровня был проведен анализ работы секретарей технических дисциплин (прыжки, метания).

Проанализировав результаты анкет и наблюдений за работой секретарей, выявлены проблемные стороны работы судей-секретарей: незнание отдельных пунктов правил соревнований; сложности в определении победителей соревнований и последовательности выполнения попыток; создание конфликтных ситуаций со спортсменами и тренерами; авторитарный стиль работы; наличие ошибок в протоколах и др.

На основании анализа анкет и соревнований разработана инструкция для секретарей различных видов полевых бригад (метания, вертикальные и горизонтальные прыжки).

В период исследования секретарям полевых бригад соревнований по легкой атлетике было предложено изучить и неукоснительно применять в практике судейства все положения инструкции.

С декабря 2015 года по ноябрь 2016 года на 22 соревнованиях был проведен анализ деятельности работы судей - секретарей, осуществляющих судейство в соответствии с требованиями инструкций.

Установлено, что наличие инструкции для секретаря полевой бригады и проведение главным секретарем инструктажа с каждым секретарем полевой бригады позволило повысить качество проведения соревнований по легкой атлетике и снизить количество ошибок в записи технического результата соревнований с 32 до 3 (более чем на 90 %), сделанных в протоколах одних соревнований.

Судьи-секретари полевых бригад стали ответственно относиться к выполнению своих обязанностей, заранее готовить документацию, изучать особенности судейства предстоящего вида, иметь необходимые канцелярские

принадлежности, что повысило качество организации соревнований в отдельной технической дисциплине легкой атлетики и позволило сократить время проведения соревнований.

Литература:

1. Судейство соревнований по легкой атлетике: справочник для судей и официальных лиц. – М. : Московский региональный центр развития ИААФ, 2013. – С. 253.

ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА ОСНОВЕ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ

Г. А. Бугаев, С. П. Аршинник

Аннотация. В публикации предложен подход, основанный на учете данных прогноза в планировании процесса физической подготовки на уроках физической культуры.

Ключевые слова: физические качества, физическая подготовленность, прогноз.

В последнее время в связи с возрождением комплекса ГТО становится популярным подход, направленный на повышение физической подготовленности населения и, прежде всего, подрастающего поколения [2]. При этом известно, что наиболее целесообразной формой занятий, с уклоном на обеспечение тренировочного процесса являются уроки физической культуры [1]. В этой связи в последние годы появились школьные программы, ориентированные на повышение уровня развития физических качеств. Однако о планировании таких уроков в научной литературе имеются лишь фрагментарные сведения.

Для того чтобы спланировать деятельность по повышению физической подготовленности школьников, необходимо учесть достаточно большое

количество факторов, в частности пол, возраст, исходный уровень развития физического качества, наличие или отсутствие сенситивных периодов, длительность процесса воспитания конкретного физического качества и др., в т. ч. сведения, касающиеся того, какого уровня развития физического качества предполагается достичь в ближайшем будущем.

В связи с вышеизложенным целесообразно разработать подход, позволяющий учитывать данные прогнозирования параметров физической подготовленности в процессе планирования уроков физической культуры учащихся общеобразовательных организаций.

В результате проведенного мониторинга физической подготовленности школьников города Краснодара выявлено, что в настоящее время наиболее отстающими физическими качествами являются выносливость, сила и гибкость. В этой связи представляется целесообразным, во-первых, спрогнозировать уровень развития именно этих физических качеств; во-вторых, уточнить время, необходимое для их развития с учетом составленного прогноза. Однако насколько необходимо увеличить время для воспитания прогностически снижаемых качеств, в научной литературе, к сожалению, сведения отсутствуют.

В этой связи нами разработана модель планирования, основанная на использовании метода множественной корреляции. Данный метод позволяет математически рассчитать наиболее целесообразное количество учебного времени, необходимого для прогностического снижения качества путём сопоставления параметров имеющегося «резерва времени», продолжительности процесса воспитания конкретного физического качества на уроке и прогнозируемого уровня снижения физического качества, выражаемого в процентах от исходного.

Литература:

1. Аршинник С. П. Структура и содержание современного здоровьесберегающего урока физической культуры / С. П. Аршинник, М. Ю. Пушкарный, В. И. Тхорев // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. -

2015. - № 9 (127). - С. 32-42.

2. Тхорев В. И. Оценка физической подготовленности школьников в соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / В. И. Тхорев, С. П. Аршинник, Г. А. Бугаев // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Т. 18. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 67-72.

К ВОПРОСУ О ГОТОВНОСТИ УЧАЩИХСЯ ВЫПУСКНЫХ КЛАССОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ АДЛЕРСКОГО РАЙОНА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ИСПЫТАНИЙ ВФСК ГТО

А. В. Васильева, Е. А. Травкина, Н. Г. Шубина, М. С. Шубин

Аннотация. В течение нескольких лет в 11 регионах страны проводилось тестирование возрожденного Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». В Краснодарском крае активная работа по внедрению комплекса началась в 2016 году, а в 2017 году уже все жители края, в том числе и школьники, на добровольной основе будут участвовать в сдаче испытаний комплекса.

Ключевые слова: школьники выпускных классов, ВФСК ГТО, контрольные испытания, золотой знак ГТО, трудности в подготовке.

В течение 2015-2016 учебного года в Адлерском районе муниципального образования город Сочи Краснодарского края были проведены мероприятия по приему испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее Комплекс). В мероприятиях приняли участие 112 школьников, в том числе 76 юношей и 36 девушек, учащиеся одиннадцатых классов из тринадцати общеобразовательных школ района. Все школьники принимали участие в испытаниях Комплекса по личному желанию с целью определить уровень физической подготовленности, а также иметь возможность

получить дополнительные баллы при поступлении в 2016 году в учебные заведения высшего образования.

Анализ результатов испытаний показал, что не все учащиеся 11-х классов готовы в полном объеме выполнить требования тестов на золотой или серебряный знак. Только 9 юношей из 69 смогли стать обладателями золотого знака ГТО, еще 26 школьников справились с испытаниями на серебряный знак. Не смогли выполнить нормативы Комплекса 8 из 69 юношей. Девушки более успешно справились с требованиями испытаний. Золотой знак сумели получить 17 из 36 заявленных на тестирование девушек. Только две школьницы не преодолели нормативы для получения хотя бы бронзового знака.

В целом результаты юношей и девушек, принявших участие в сдаче испытаний Комплекса ГТО, отвечают нормативным требованиям сегодняшней общеобразовательной школы по учебному предмету «Физкультура». Однако старшеклассники не всегда готовы выбрать необходимые тесты, представленные в Комплексе в перечне испытаний по выбору. Трудности у юношей вызывает выбор дистанции в беге на выносливость, где представлены две (на выбор сдающего) обязательные дистанции – 2 или 3 км. У девушек возникают вопросы с выбором кросса по пересеченной местности или бега на лыжах, они не всегда готовы сделать выбор между прыжком в длину с места или прыжком в длину с разбега.

В 2017 году, когда все школьники смогут принять участие в испытаниях Комплекса ГТО, необходимо разработать дополнительные меры по организации подготовки к тестированию, возможно, с внесением в рабочие программы по учебному предмету «Физкультура» дополнительных мероприятий, касающихся подготовки к сдаче испытаний ВФСК ГТО.

Литература:

1. Шубина Н. Г. Базовые виды двигательной деятельности: легкая атлетика: учебное пособие / Н. Г. Шубина, М.-С. Шубин, А. А. Ясюк. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 135–141.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОПУЛЯРНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ

В. Г. Косова, С. П. Аршинник

Аннотация. В рамках настоящего исследования был проведен опрос среди специалистов по спортивным играм и учителей физической культуры общеобразовательных организаций для выявления целесообразности применения спортивных игр на уроках физической культуры учащихся начальных классов.

Ключевые слова: спортивные игры, урок физической культуры, программа по физической культуре.

В связи с активным внедрением спортивно - ориентированного физического воспитания в последнее время становится популярным применение элементов спортивных игр на уроках физической культуры в начальных классах. В частности, в некоторых учебных программах по физической культуре [1, 2], в рамках материала по подвижным играм, начиная уже с первого класса, присутствуют элементы следующих спортивных игр: баскетбола (ловля и передача мяча), волейбола (прием мяча), футбола (остановка, ведение мяча).

В связи с тем что в младшем школьном возрасте начинают закладываться основы движений, применяемых в последующем практически во всех разделах школьной программы (в том числе и в разделе «Спортивные игры»), то представляется актуальным проведение исследования, направленного на определение возможности применения элементов спортивных игр на уроках в младших классах.

В этой связи нами проводился анкетный опрос специалистов - преподавателей кафедр теории и методики спортивных игр и теории и методики футбола и регби КГУФКСТ, а также учителей физической культуры общеобразовательных организаций города Краснодара.

Полученные в результате анкетирования данные свидетельствуют о том, что $94,1 \pm 5,71$ % специалистов считают необходимым включение в школьную программу по физической культуре элементов спортивных игр, начиная с первого класса. Кроме этого, опрос позволил определить те виды технических элементов наиболее популярных спортивных игр, которые, в силу возрастных особенностей, могут применяться на уроках физической культуры учащихся 1-4 классов. Данные технические элементы легли в основу разработанной нами вариативной части программы по физическому воспитанию учащихся 1-4 классов.

Литература:

1. Лях В. И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. – 2-е изд. – М. : Просвещение, 2012. – 64 с.

2. Матвеев А. П. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций / А. П. Матвеев. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2014. – 63 с.

ХАРАКТЕРИСТИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ МАОУ СОШ N 96 ГОРОДА КРАСНОДАРА ПО ИТОГАМ ОСЕННЕГО ЭТАПА МОНИТОРИНГА 2016 ГОДА

В. И. Курьянова, С. П. Аршинник

Аннотация. В процессе мониторинга физической подготовленности учащихся средней общеобразовательной школы n 96 г. Краснодара выявлено недостаточное развитие основных физических качеств школьников.

Ключевые слова: физическая подготовленность, физические качества, мониторинг.

В рамках осеннего этапа мониторинга физического состояния школьников было проведено обследование физической подготовленности учащихся МАОУ СОШ № 96 г. Краснодара. В исследовании были задействованы 545 учеников 2-11 классов, в том числе 266 девочек и 279 мальчиков.

В программу мониторинга были включены 6 видов испытаний, оценивающих кондиционные и координационные физические способности: ловкость, быстроту, силу, выносливость, гибкость, а также скоростно-силовые способности с учетом возрастных особенностей [3].

Полученные данные сопоставлялись с модельными значениями физической подготовленности, разработанными В. И. Тхоревым с соавт. [2], которые соответствуют бронзовому знаку отличия комплекса ГТО [1].

Результаты испытаний свидетельствуют о том, что по уровню модельных величин учащиеся, как мужского, так и женского пола, данного учебного заведения не соответствуют ни одному из видов испытаний. При этом наиболее низкие показатели мальчики данного учебного заведения продемонстрировали по таким качествам, как гибкость и сила; у девочек это относится к параметрам гибкости, силы, а также скоростно-силовым качествам.

Таким образом, процесс физического воспитания учащихся МАОУ СОШ п 96 должен осуществляться с учетом полученных данных, т. е. посредством всестороннего развития физических качеств.

Литература:

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)»: документы и методические материалы / Н. В. Паршикова, В. В. Бабкин, П. А. Виноградов, В. А. Уваров / под общей ред. В. Л. Мутко; Министерство спорта Российской Федерации. – М.: Советский спорт, 2014. – 60 с.

2. Тхорев В. И. Оценка физической подготовленности школьников в соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного

комплекса «Готов к труду и обороне» / В. И. Тхорев, С. П. Аршинник, Г. А. Бугаев // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. доктора педагогических наук, профессора А. И. Погребного. – Т. 18. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 67-72.

3. Семенов Л. А. Мониторинг кондиционной физической подготовленности в образовательных учреждениях: моногр. / Л. А. Семенов. – М.: Советский спорт, 2007. – 168 с.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ

В. И. Курьянова, С. П. Аршинник

Аннотация. В публикации представлен подход, обосновывающий возможность учета взаимосвязи показателей, характеризующих физическое здоровье и физическую подготовленность детей школьного возраста.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическая подготовленность, физические качества, физическое здоровье, школьники.

Известно, что одной из главных задач физического воспитания, осуществляемых на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, является задача сохранения и укрепления здоровья детей [1, 2]. Также известно, что между показателями физических качеств и параметрами физического здоровья имеется тесная взаимосвязь, которая свидетельствует о том, что повышение уровня физической подготовленности является важным фактором укрепления здоровья [2, 3]. Однако в обозримой научной литературе не сказано, какое физическое качество наиболее активно влияет на уровень физического здоровья детей.

В этой связи для определения наиболее значимых физических качеств,

влияющих на здоровье, нами было проведено исследование, направленное на выявление взаимосвязи параметров физического здоровья с показателями физической подготовленности детей школьного возраста с вычислением коэффициентов корреляции и детерминации.

Полученные в результате исследования данные свидетельствуют, что степень тесноты взаимосвязи от класса к классу имеет существенные различия. То есть, в начальных классах наиболее значимыми в плане влияния на здоровье школьников выступают одни физические качества, а в старших - другие. Вместе с тем наиболее часто встречаются статистически значимые корреляционные положительные взаимосвязи между показателями, характеризующими физическое здоровье с такими физическими качествами, как сила, выносливость и скоростно-силовые способности.

Таким образом, для укрепления здоровья школьников целесообразно в планировании процесса физического воспитания предусмотреть бóльший объем тех физических упражнений, которые направлены на формирование наиболее «полезных» для сохранения здоровья физических качеств.

Литература:

1. Аршинник С. П. Исследование характера изменения физической подготовленности школьников / С. П. Аршинник, Г. А. Бугаев, Г. Н. Дудка // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Т. 16. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – С. 5-13.

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. Ефимова И. В. Оценка физической подготовленности учащихся Иркутской области (по данным мониторинга) / И. В. Ефимова, И. В. Мельников, А. Г. Иванов // Фундаментальные исследования. – 2015. - № 7. – С. 675-678.

ПРИМЕНЕНИЕ «ЭЛЕКТРОННОГО ПЛАНИРОВАНИЯ» В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ

Р. Е. Полозов, С. П. Аршинник, К. В. Малашенко

Аннотация. В публикации представлен подход, обосновывающий возможность проектирования процесса спортивной подготовки посредством использования технологии «электронного планирования».

Ключевые слова: тренировочный процесс, микрокредит, программа Microsoft Excel, «электронное планирование».

В настоящее время планирование спортивной подготовки, к сожалению, не всегда отражает сущность тренировочного процесса, поскольку представлено в виде «виртуальных» часов нагрузки, которые не подкреплены необходимым арсеналом средств подготовки.

В частности, объем нагрузки (в часах), выделенной на тот или иной вид подготовки, часто не соответствует реальному составу средств в процессе реализации тренировочного процесса. В таком случае может получиться так, что в плане подготовки, допустим, на общую физическую подготовку выделяется определенное количество часов, а на самом деле реализуется значительно меньше (или больше). То есть, тренировочный процесс не соответствует планируемому.

По нашему мнению, данной проблемы можно избежать, если существенно детализировать планирование, с выделением так называемых «микрокредитов» [2].

Микрокредит – это компонент тренировочного занятия, минимальный объем тренировочной работы которого необходим для реализации учебно-тренировочной задачи (совершенствование какого-либо технического приема, воспитание физического качества и др.). На практике микрокредит получается путем деления одного часа академической нагрузки на 2-4 и более частей с учетом специфики вида спорта, этапа, вида подготовки и др. По нашему

мнению, это создаст условия для более рационального распределения времени, отводимого на тренировочный процесс.

Данный значительный объем предварительной работы невозможен без применения так называемого «электронного планирования» посредством использования стандартного пакета программ Microsoft Excel.

Достоинством программы Excel является то, что она позволяет не только обчислять большие массивы статистических данных, но и благодаря наличию логических и тестовых функций выявляет заданные определенным условиям параметры [1].

В том числе и те, которые необходимы при планировании тренировочного процесса. В частности, электронные таблицы Excel могут быть использованы как на этапе перспективного, так и на этапе текущего планирования.

Литература:

1. Аршинник С. П. Планирование уроков физической культуры посредством использования технологии «электронного» планирования / С. П. Аршинник, К. В. Малашенко // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Материалы X Международной научно-практической конференции. Уфимский гос. авиац. техн. университет. – Уфа: Уфимск. гос. авиац. техн. ун-т, 2016. - С. 592-595.

2. Аршинник С. П. Эффективные способы преодоления препятствий в легкоатлетическом кроссе / С. П. Аршинник // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2015. - № 2. – С. 8-14.

ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ МАЛЬЧИКОВ – УЧАЩИХСЯ МБОУ ГИМНАЗИИ № 54 ГОРОДА КРАСНОДАРА

Р. Е. Полозов, С. П. Аршинник

Аннотация. В процессе мониторинга физического состояния учащихся

гимназии № 54 г. Краснодара выявлены «слабые» стороны их физической подготовленности.

Ключевые слова: физическая подготовленность, модельные значения, развитие физических качеств, мониторинг.

Физическая подготовленность представляет собой результат физической подготовки, уровень развития физических качеств и способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых и др.). Показатели физической подготовленности детей и подростков имеют взаимосвязь с параметрами, характеризующими их физическое здоровье [1, 2].

В этой связи необходимо регулярно осуществлять контроль физических способностей подрастающего поколения.

С целью оценки физической подготовленности учащихся гимназии № 54 города Краснодара был проведен мониторинг. В его программу были включены следующие тесты: бег на 30 и 60 м; челночный бег 3x10 м; прыжок в длину с места; передвижение от 1000 до 2000 м; наклон вперед из положения стоя; подтягивание на высокой перекладине из виса. В результате мониторинга были получены следующие показатели физической подготовленности учащихся, представленные в таблице. Полученные результаты сопоставлялись с модельными значениями, разработанными В. И. Тхоревым с соавт. [3].

Таблица

Результаты мониторинга физической подготовленности учащихся гимназии п54

Класс	Бег 30 м, бег 60 м		Челночный бег 3x10 м		Передвижение на 1-2 км		Прыжок в длину с места		Наклон вперед, стоя		Подтягивание		Всего
	рез-т, с	% от мз*	рез-т, с	% от мз	рез-т, с	% от мз	рез-т, см	% от мз	рез-т, см	% от мз	рез-т, кол-во	% от мз	ср. %
2	6,6 0,15	98,4	9,6 0,14	100	382,3 7,73	100	140,8 2 ,49	100	1,3 0,97	100	1,4 0,29	100	99,8
3	6,2 0,09	96,7	9,1 0,10	98,9	423,8 10,70	87,3	150,8 2 ,82	100	-2,8 1,14	0	1,3 0,29	65,0	74,7

Класс	Бег 30 м, бег 60 м		Челночный бег 3x10 м		Передвижение на 1-2 км		Прыжок в длину с места		Наклон вперед, стоя		Подтягивание		Всего
	рез-т, с	% от мз*	рез-т, с	% от мз	рез-т, с	% от мз	рез-т, см	% от мз	рез-т, см	% от мз	рез-т, кол-во	% от мз	ср. %
4	5,9 0,10	100	8,5 0,11	100	360,2 6,37	100	166,5 2 ,03	104,1	-1,1 1,17	0	1,4 0,30	70,0	79,0
5	10,6 0,13	100	8,4 0,07	106,3	532 7,04	93,6	174,7 2 ,30	98,5	-1,8 1,2	0	1,7 0,36	56,7	75,6
6	10,2 0,13	100	8,8 0,08	100	549,8 9,79	92,7	169,1 2 ,81	100	-1,8 1,2	0	1,9 0,79	63,3	76,0
7	10,1 0,15	100	8,7 0,09	100	487,9 7,65	100	180,2 3 ,55	100	-1,5 1,06	0	3,3 0,59	66,0	77,7
8	9,8 0,06	100	8,0 0,09	100	487,1 4,87	100	203,5 3 ,6	101,8	1,5 1,1	79,0	4,4 0,67	87,1	94,6
9	8,8 0,14	100	7,7 0,13	100	442,4 24	100	212,7 5 ,74	101,3	-2,2 3,57	0	5,1 0,87	85,2	81,1
10	8,3 0,04	100	7,2 0,04	103,4	760,8 18,4	73,6	229,2 4 ,98	104,2	5,3 3,0	88,9	3,3 0,78	41,7	85,3
Итого:	99,5		101,0		94,1		101,1		29,8		70,8		82,7

* соответствие модельным значениям (в %)

Полученные в ходе обследования данные свидетельствуют, что у мальчиков, обучающихся в гимназии № 54, только показатели, характеризующие уровень координационных и скоростно-силовых способностей, соответствуют должным значениям. Остальные параметры, к сожалению, не достигают модельных показателей.

В связи с выше изложенным необходимо скорректировать процесс физического воспитания с учетом выявленных недостатков.

Литература:

1. Аршинник С. П. Исследование характера изменения физической подготовленности школьников / С. П. Аршинник, Г. А. Бугаев, Г. Н. Дудка // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Т. 16. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – С. 5-13.

2. Спирин В. К. Индивидуальный подход к оценке состояния здоровья /

В. К. Спирин // Теория и практика физической культуры. – 2005. - № 9. – С. 35-37.

3. Тхорев В. И. Оценка физической подготовленности школьников в соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / В. И. Тхорев, С. П. Аршинник, Г. А. Бугаев // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Т. 18. – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 67-72.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА МНОЖЕСТВЕННОЙ КОРРЕЛЯЦИИ ПРИ ОПРЕДЕЛЕНИИ ОПТИМАЛЬНОГО ОБЪЕМА УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ НА ОСВОЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

Р. А. Пятенко, С. П. Аршинник

Аннотация. Настоящее исследование посвящено неразработанной в научной литературе проблеме распределения учебного времени на изучение легкоатлетических упражнений на уроке физической культуры в зависимости от их приоритета.

Ключевые слова: приоритет программного материала, легкоатлетические упражнения, метод множественной корреляции, экспертная оценка.

Анализ научно-методической литературы свидетельствует, что в настоящее время не определены приоритеты в обучении тем или иным видам физических упражнений, реализуемых на уроках физической культуры в общеобразовательных организациях.

В связи с этим нами предложен подход, заключающийся в определении приоритета программного материала посредством использования метода множественной корреляции с учетом мнений экспертов.

Для определения приоритета программного материала по легкой атлетике

был проведен опрос преподавателей кафедры теории и методики легкой атлетики КГУФКСТ, а также учителей физической культуры города Краснодара, выступавших в роли экспертов.

Полученные в ходе обследования результаты позволили определить наиболее приоритетные для учащихся конкретного возраста и пола легкоатлетические упражнения.

Далее для определения оптимального объёма учебного времени на освоение легкоатлетических упражнений мы воспользовались методом множественной корреляции, позволяющим на основании вычисления соответствующих коэффициентов определить наиболее эффективные затраты времени на изучение упражнений.

В качестве критериев взаимосвязи была использована зависимость между тремя признаками X (общее время, отводимое на изучение упражнения), Y (оценка экспертов, свидетельствующая о приоритетности данного упражнения для учеников конкретного возраста) и Z (длительность освоения легкоатлетического упражнения). Полученные в результате расчетов коэффициенты корреляции подбирались с максимально возможного приближения к +1 (единице), свидетельствующего о наиболее выгодном учете используемых параметров [1].

Таким образом, использование данного подхода позволяет наиболее эффективно и целесообразно учитывать приоритетность вида двигательной активности при распределении учебного времени в процессе реализации раздела «Лёгкая атлетика».

Литература:

1. Аршинник С. П. Распределение учебного времени на освоение двигательных умений и навыков посредством выявления приоритетов программного материала / С. П. Аршинник, М. Ю. Пушкарный, Р. А. Пятенко, В. И. Тхорев // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2016. - № 3 (133). – С. 26-30.

ОЦЕНКА СПЕЦИАЛЬНОЙ БЕГОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ I СПОРТИВНОГО РАЗРЯДА И КМС В БЕГЕ НА 100 МЕТРОВ С НИЗКОГО СТАРТА В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ

А. Н. Стрельникова, В. П. Бондаренко

Аннотация. В педагогическом наблюдении измерялись результаты бега с низкого старта на 30, 60 метров, 30 м с ходу и 150 метров. Определялась модельная характеристика специальной беговой подготовленности и информативность данных «смежных» дистанций относительно бега на 100 метров с низкого старта.

Ключевые слова: «смежные» дистанции, моделирование, информативность.

Результаты контрольных отрезков беговой подготовленности юношей I спортивного разряда и КМС тренировочных этапов годичного цикла подготовки (табл. 1,2).

Таблица 1

	Бег на 100 м с н/старта (с)	Бег на 60 м с н/старта (с)	Бег на 30 м с н/старта (с)	Бег на 30 м с ходу (с)	Бег на 150 м с н/старта (с)
X	11,01	7,08	3,92	2,92	16,29
R	-	0,48	0,41	0,46	0,40
P >	-	>0,06	>0,05	>0,05	>0,05

Таблица 2

	Бег на 100 м с н/старта (с)	Бег на 60 м с н/старта (с)	Бег на 30 м с н/старта (с)	Бег на 30 м с ходу (с)	Бег на 150 м с н/старта (с)
X	10,96	7,08	3,94	2,93	16,42
R	-	0,64	0,51	0,60	0,45
P >	-	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05

В результате педагогических наблюдений определены наиболее информативные контрольные измерения: бег 60 метров с низкого старта и бег 30 метров с ходу.

Предложена модель беговой подготовленности для результата $10,90 \pm 0,05$ с в беге на 100 метров с низкого старта.

- 60 метров с низкого старта $6,98 \pm 0,02$ с;

- 30 метров с низкого старта $3,85 \pm 0,05$ с;

- 30 метров с ходу $2,66 \pm 0,01$ с;

150 метров с низкого старта $16,30 \pm 0,2$ с.

В этапном педагогическом контроле показатели данных беговых отрезков, в совокупности с силовой и скоростно-силовой подготовленностью, дают возможность тренеру и спортсменам планировать результат в беге на 100 метров с низкого старта.

Литература:

1. Запорожанов В. А. Основы педагогического контроля в легкой атлетике. - Киев: Здоровье, 1986. - С. 71-82.

2. Левченко А. В. Организация подготовки спринтера, годичный цикл // Легкая атлетика. - 1994. - № 3 - С. 18

3. Майский А. В. Секреты спринтерского бега // Легкая атлетика. - 2007. - № 6. - С. 14-16.

ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ В ПОДГОТОВКЕ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ К СДАЧЕ ИСПЫТАНИЙ ВФСК «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»

**А. В. Тараненко, А. В. Бельская, Е. А. Травкина, Н. Г. Шубина,
М. С. Шубин**

Аннотация. В последние годы наметилась положительная тенденция в развитии физической культуры и спорта в Российской Федерации. Реализация комплекса ГТО во многом будет способствовать активному развитию физкультурно-спортивного движения в различных слоях населения страны, позволит существенно повысить возможности использования средств

физической культуры и спорта в образовательных учреждениях.

Ключевые слова: легкоатлетические упражнения, метод круговой тренировки, школьники старших классов, комплекс ГТО, контрольные испытания.

Анализ научно-методической литературы показал, что для успешного прохождения испытаний комплекса ГТО учащимися 10-11 классов, возможно применение кругового метода тренировки [1, с. 103; 2, с. 204]. Учитывая морфофункциональные особенности школьников данной возрастной группы, была разработана программа подготовки учащихся старших классов АОУСОШ № 4 станицы Динской Краснодарского края с применением метода круговой тренировки, включающая разнообразные легкоатлетические упражнения. Применялась программа в течение одного учебного года на каждом уроке физической культуры и предусматривала занятия как на открытой площадке, так и в спортивном зале. Нами выявлены достоверные различия в уровне физической подготовленности школьников старших классов как в скоростных, так и в скоростно-силовых показателях, а также в уровне выносливости.

Скоростно-силовые способности старших школьников, выполнявших на каждом уроке физкультуры легкоатлетические упражнения с применением метода круговой тренировки, к концу учебного года имели показатели в тестах комплекса ГТО значительно превышающие результаты старшеклассников, занимающихся по стандартной программе учебной дисциплины «физическая культура»:

- показатель в беге на 100 м в экспериментальной группе юношей в среднем изменился на 1,6 с (8,64 %) ($p < 0,05$), у девушек - на 1,4 с (7,98 %) ($p < 0,05$), в контрольной группе юношей изменения составили 0,24 с (1,17 %), девушек - 0,33 с (1,43 %);

- в прыжке в длину с разбега прирост результата в группе юношей экспериментальной группы составил 16,85 %, в контрольной группе – всего 4,83 %. У девушек в экспериментальной группе прирост результатов

значительно выше, чем у юношей и составил 24,28 % ($p < 0,05$);

- в показателях теста на выносливость имеет место значительное превышение норматива бронзового знака у всех школьников экспериментальной группы, а четверо испытуемых показали результаты в беге на 2000 метров, превышающие норматив золотого знака ГТО.

Таким образом, мы можем с уверенностью говорить о возможности применения на уроках физической культуры в общеобразовательной школе метода круговой тренировки с элементами легкоатлетических упражнений с целью подготовки школьников 10-11 классов к сдаче испытаний ВФСК «Готов к труду и обороне».

Литература:

1. Шубина Н. Г. Теория и методика обучения базовыми видам спорта: легкая атлетика: учебное пособие / Н. Г. Шубина, М. С. Шубин. - Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – С. 102–105.

2. Рыбалко Е. Ф. Использование средств программы ИААФ «Детская легкая атлетика» для подготовки учащихся начальной школы к сдаче нормативов комплекса ГТО / Е. Ф. Рыбалко, Н. Г. Шубина, М. С. Шубин // Тезисы докладов XXXXII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (декабрь 2014 – март 2015 года, г. Краснодар материалы конференции. - Краснодар: КГУФКСТ, 2015. – С. 205–207.

ПРИМЕНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЙ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В ПОДГОТОВКЕ К СДАЧЕ ИСПЫТАНИЙ ВФСК «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» В УСЛОВИЯХ ПРОИЗВОДСТВЕННОГО ПРЕДПРИЯТИЯ

**Е. А. Травкина, А. В. Тараненко, М. С. Коваленко, Н. Г. Шубина,
М. С. Шубин**

Аннотация. Вовлечение в систематические занятия физической

культурой и спортом до 40 % населения в ближайшие годы является стратегической задачей развития физической культуры и спорта в Российской Федерации. Элементом решения этой задачи призван стать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО).

Ключевые слова: ВФСК ГТО, трудоспособное население, легкоатлетические упражнения, контрольные испытания.

В настоящее время недостаточно достоверно обоснованных данных по проблеме применения методики подготовки трудоспособного населения к сдаче испытаний современного комплекса ГТО.

Введенный ещё в советские времена комплекс ГТО был направлен, в основном, на подготовку молодого населения страны (школьников и студентов), и не отражал особенностей его применения, особенно процесс подготовки взрослых людей. В современном комплексе ГТО легкоатлетические испытания составляют более половины всех тестов, особенно в ступенях, представляющих трудоспособное население в возрасте старше 20 лет [1, с. 207].

Перед исследованием была поставлена задача экспериментального обоснования применения легкоатлетических упражнений в процессе занятий физическими упражнениями работниц производственного предприятия одного из муниципальных образований Краснодарского края с целью подготовки к сдаче испытаний ВФСК ГТО.

В исследовании приняли участие представительницы различных профессий в возрасте от 25 до 29 лет, как рабочих специальностей, так и административного персонала, ранее не имеющие опыта физкультурно-спортивной деятельности.

На первом этапе исследования анализ результатов тестирования по нормативам испытаний комплекса ГТО показал, что сотрудницы производственного предприятия не смогли выполнить требования испытаний

комплекса ГТО VI ступени, и показатели средних значений в тестируемых упражнениях во многом уступают нормативным требованиям ВФСК ГТО для женщин данной возрастной группы.

Из числа работниц предприятия были организованы две группы женщин: одной из групп была предложена программа подготовки к сдаче испытаний комплекса ГТО на организованных занятиях под руководством инструктора физической культуры (не менее трех раз в неделю), основанная на применении упражнений легкоатлетической направленности; женщины второй группы занимались физическими упражнениями самостоятельно или индивидуально в спортивно-оздоровительных центрах.

Результаты выполнения испытаний комплекса ГТО по окончании исследования показали, что при применении в каждом тренировочном занятии легкоатлетических упражнений значительно улучшились показатели в беге на 100 м - на 0,99 с (6,02 %); в прыжке в длину с места на 14,14 см (18,12 %); в метании спортивного снаряда весом 500 г - на 4,09 м (42,33 %); в беге на 2 км - на 15,14 %; в подтягивании на перекладине на 27,44 %; сгибании разгибании рук в упоре лежа на полу - на 35,76 %. Все изменения статистически достоверны ($p < 0,05$).

Если в начале исследования только одна женщина показала в отдельных испытаниях требуемый ВФСК ГТО норматив, то по окончании исследования каждая из участниц имела зачетные результаты, а две из них выполнили нормативы во всех девяти тестах.

Литература:

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – путь к здоровью и физическому совершенству / П. А. Виноградов, А. В. Царик, Ю В. Окуньков. – М. : Спорт, 2016. – 234 с.

ИССЛЕДОВАНИЕ КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО ПЕРИОДА ПОДГОТОВКИ СИЛЬНЕЙШИХ БЕГУНОВ НА 400 МЕТРОВ ГОРОДА КРАСНОДАРА

Т. В. Ходакова, В. П. Бондаренко

Аннотация. Контрольные упражнения бегунов на 400 метров имеют комплексную направленность, включающую в себя прыжковые и беговые отрезки 100-350 м [1].

Ключевые слова: контрольные упражнения, комплексная направленность.

Тестирование проводилось в легкоатлетическом манеже университета, в нём приняли участие 2 МС и 4 КМС. Контрольные упражнения, представленные в таблицах 1, 2, составляют основное содержание этапного педагогического контроля в беге на 400 м [2, 3].

Таблица 1

п/н	Ф. И. О.	Разряд	100 м (с)	200 м (с)	300 м (с)	350 м (с)	400 м (с)
1	В.-С. С.	КМС	11,5	23,8	37,0	44,0	51,2
2	К. А. В.	МС	11,4	23,6	36,8	43,5	50,6
3	К. И. В.	МС	11,5	23,9	36,9	43,7	51,1
4	М. К. Н.	МС	11,3	23,0	36,4	43,2	49,9
5	М. В. А.	МС	11,4	23,7	37,1	44,1	51,4
6	Я. Р. А.	КМС	11,6	23,9	37,3	43,9	51,3

Таблица 2

п/н	Ф. И. О.	Разряд	3-й прыжок с места (м)	10-й прыжок с места (м)
1	В.-С. С.	КМС	8,00	30,10
2	К. А. В.	МС	8,40	31,60
3	К. И. В.	МС	8,60	33,00
4	М. К. Н.	МС	8,50	31,70

5	М. В. А.	МС	8,35	32,40
6	Я. Р. А.	КМС	8,10	31,70

Полученная информация является одним из средств управления тренировочным процессом бегунов на 400 метров данной квалификации на этапе предсоревновательной подготовки.

Эти показатели можно считать ориентиром для спортсменов и тренеров в подготовке к зимним соревнованиям.

Литература:

1. Бондаренко В. П. Модельные характеристики в беге на короткие дистанции: учебное пособие для институтов физической культуры. - Краснодар, 1994. - С. 54-55.
2. Майский А. В. Секреты спринтерского бега // Легкая атлетика. – 2007. - № 6. - С. 14-16
3. Озолин Э. С. Проверка скоростных качеств // Легкая атлетика.- 2008. - № 9 - С. 19.

ГОТОВНОСТЬ СПОРСМЕНОВ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ «БОКС» К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ГТО

Л. В. Хорькова, С. П. Аршинник

Аннотация. В рамках настоящего исследования установлено, что наибольшие затруднения спортсмены-боксеры испытывают при выполнении таких тестов комплекса ГТО, как «наклон вперед стоя» и «прыжок в длину с места».

Ключевые слова: комплекс ГТО, испытания, боксеры, нормативы.

В настоящее время Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) все больше входит в нашу жизнь и фактически становится стандартом физической подготовленности граждан

России (С. П. Аршинник с соавт., 2016). Свидетельством этому является то обстоятельство, что во многих публикациях в том или ином виде сопоставляются с нормативами ГТО показатели физической подготовленности дошкольников, школьников, студентов, спортсменов, трудящихся и т. д. При этом в большинстве публикаций указывается, что многие категории населения прежде всего, спортсмены фактически полностью готовы выполнять испытания ГТО. К сожалению, это не всегда так. В частности, имеются данные, согласно которым даже граждане, систематически занимающиеся спортом, не всегда могут выполнить испытания ГТО на искомый знак отличия.

С целью выявления готовности к выполнению испытаний комплекса ГТО было проведено соответствующее обследование спортсменов-боксеров мужского пола, имеющих стаж спортивных занятий не менее 2-х лет. Данные спортсмены в соответствии со структурой ВФСК ГТО входили в VI возрастную ступень.

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют о том, что общее количество спортсменов-боксеров, выполнивших нормативы ГТО, составило всего 35,8 %.

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют, что наибольшие трудности у испытуемых возникли по таким испытаниям, как «наклон вперед из положения стоя» и «прыжок в длину с места», при выполнении которых не справились с испытаниями, соответственно, 64,2 % и 35,8 % тестируемых.

Результаты других испытаний показали, что боксеры с ними справились в полном объеме.

Полученные данные свидетельствуют о том, что:

- занятия спортом не гарантируют автоматического получения знака отличия ВФСК ГТО; для этого необходима разносторонняя физическая подготовка;

- при занятиях боксом в процессе подготовки к выполнению испытаний ГТО необходима, прежде всего, целенаправленная работа на развитие гибкости,

а также скоростно-силовых способностей.

Литература:

1. Аршинник С. П. Комплекс «Готов к труду и обороне» как стандарт физической подготовленности граждан Российской Федерации / С. П. Аршинник, Н. А. Амбарцумян, В. И. Тхорев // Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» и массовый спорт в системе здорового образа жизни населения : материалы междунар. науч.-практ. конф. (10-12 октября 2016 г. Владимир) [Электронный ресурс] / М-во спорта РФ; Владимирский гос. ун-т им. А. Г. и Н. Г. Столетовых. - Владимир: Изд-во ВлГУ, 2016. – С. 41-45.

ДИНАМИКА СКОРОСТИ В БЕГЕ НА 400 М С БАРЬЕРАМИ СПОРТСМЕНОВ СПОРТИВНОГО РАЗРЯДА И КМС

С. О. Шатурная, В. П. Бондаренко

Аннотация. Динамика скорости бега и уровень скоростной выносливости во многом определяют результат в беге на 400 м с/б. В педагогическом наблюдении контролировалась скорость бега на различных участках дистанции, а также влияние ее на среднюю скорость и результат.

Ключевые слова: «сход» и «атака» барьера, ритм бега.

По своим функциональным характеристикам и технической подготовленности бег на 400 м с/б является одним из сложнейших видов легкой атлетики. В подготовке высококвалифицированных бегуний важным фактором является оптимальное распределение скорости бега между барьерами [1]. В педагогическом наблюдении принимали участие спортсменки, имеющие квалификацию I-го спортивного разряда и КМС. Регистрировались время и скорость бега при сходе с 1, 3, 5, 8, 10-го барьеров. Эти показатели определяют уровень скоростной и технической выносливости [2, 3]. Результаты 2-х этапов наблюдений группы спортсменок (n=6) представлены в таблицах 1,2.

Таблица 1

	Сход с 1-го барьера (с)	Сход с 3-го барьера (с)	Сход с 5-го барьера (с)	Сход с 8-го барьера (с)	Сход с 10-го барьера (с)	Результат бега на 400м с/б
Ср. t (M+m)	7,13±0,23	17,25±0,57	29,61±1,7	47,75±2,23	58,86±2,23	65,89±2,11
V ср.	6,3 м/с	6,7 м/с	6,2 м/с	6,8 м/с	6,1 м/с	6,4 м/с (ср. 400м)

Таблица 2

Ср. t (M±m)	6,85±0,1	16,55±0,52	27,76±1,8	44,15±2,74	56,26±2,74	62,8±2,8
V ср.	6,6 м/с	6,9 м/с	6,7 м/с	7,3 м/с	6,4 м/с	6,8 м/с (ср. 400м)

Установлена следующая динамика скорости бега:

- скорость бега при сходе с 1-го барьера, недостаточная для данной квалификации спортсменок;
- при сходе с 3-го барьера скорость возрастает, она выше средней по дистанции;
- наибольший прирост скорости бега при сходе с 8-го барьера.

Литература:

1. Козловский А. В. Оценка уровня скорости и технической подготовленности барьеристов /А. В. Козловский, Е. А. Анисова // Проблемы совершенствования олимпийского движения, физ. культуры и спорта в Сибири: материалы межрегион. науч.-практич. конф. молодых ученых, аспирантов и студентов / Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск, 2003
2. Степанова М. К. Подготовка спортсменок мирового класса в беге на 400 м с барьерами : автореф. дис. ... канд. пед. наук. - СПб.: Нева, 1996. – 24 с.
3. Степанов В. В. Индивидуальное планирование физической и технической подготовки в беге на 400 м с барьерами. / материалы семинара по спринтерскому и барьерному бегу. - М., 14-17 мая 2001.

МАССО-РОСТОВЫЕ ПАРАМЕТРЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

С. О. Щербанева, С. П. Аршинник

Аннотация. В публикации представлены модельные значения массо-ростовых параметров краснодарских школьников. Данные показатели могут использоваться в процессе оценки физического здоровья по Г. Л. Апанасенко.

Ключевые слова: массо-ростовой индекс, физическое здоровье, метод перцентилей.

Известно, что для оценки физического развития детей достаточно часто используется метод индексов, позволяющий более корректно оценить уровень физического развития человека.

К наиболее широко используемым индексам относят: жизненный индекс, индекс Эрисмана, индекс Пирке, индекс Пинье, индекс Кетле и др. В частности, индекс Кетле (массо-ростовой индекс) определяет, сколько граммов массы тела должно приходиться на каждый сантиметр длины тела [2]. Для этого значение массы тела (в граммах) следует разделить на значение длины тела (в сантиметрах). Данный индекс используется для оценки соответствия массы тела длине тела в рамках экспресс-оценки уровня физического здоровья по Г. Л. Апанасенко [1]. Однако в обозримой научной литературе соответствующие таблицы отсутствуют.

В этой связи нами были проведены расчеты массо-ростового индекса с целью объективной оценки антропометрических данных краснодарских школьников, при этом были рассчитаны его нормы с учетом половых и возрастных особенностей.

Разработка указанных норм с дифференциацией по трём уровням осуществлялась посредством использования перцентильного метода (величина модельного уровня принималась в диапазоне от P_{25} до P_{75}) и была выполнена на основе измерений соответствующих показателей более 4000 школьников.

Полученные модельные значения представлены в таблице.

Таблица

Модельные значения массо-ростового индекса мальчиков и девочек

7-17 лет

Возраст	Нормативы мальчиков (юношей)	Нормативы девочек (девушек)
7 лет	193-227	178-221
8 лет	195-245	192-240
9 лет	211-278	212-268
10 лет	225-286	224-280
11 лет	242-308	233-287
12 лет	250-329	259-323
13 лет	280-351	280-339
14 лет	287-370	292-350
15 лет	320-410	298-353
16 лет	342-423	303-355
17 лет	358-411	308-360

Полученные в ходе исследования данные позволяют корректно осуществлять оценку данных показателей в процессе контроля физического здоровья по Г. Л. Апанасенко.

Литература:

1. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. – Ростов н/Д. : Феникс, 2000. – 248 с.
2. Макарова Г. А. Спортивная медицина: учеб. – М. : Советский спорт, 2002. – 480 с.

СОДЕРЖАНИЕ

<u>КАФЕДРА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ</u>	<u>3</u>
Голотин Д. В., Пастухов О. Г. Физическая реабилитация пациентов с варикозной болезнью вен нижних конечностей	3
Дубова А. В., Лавриченко С. П. Особенности питания студентов 17-21 года, занимающихся парусным спортом	4
Качанова В. Н., Липатникова М. А., Пономарева Т. В. Учет особенностей климата при реабилитации лиц с бронхиальной астмой	6
Кисленко А. С., Комлев И. О., Трембач А. Б. Динамика возбудимости первичной моторной коры при произвольной регуляции мышечного тонуса и произвольном контроле реализации и прекращения движения	8
Кошкарев С. С. Проблемы повышения массы тела у женщин среднего возраста	10
Кошкарев С. С. Анализ результатов использования комплексной физической реабилитации	11
Кошкарев С. С. Трембач А. Б. Комплексная программа физической реабилитации для снижения массы тела	13
Кузько Д. А., Липатникова М. А., Пономарева Т. В. Комплексный подход в реабилитации детей с детским церебральным параличом	14
Мальцева В. Е., Лавриченко С. П. Использование средств и методов арт-терапии в физической реабилитации	16
Мараховская В. Ю., Пастухов О. Г. Физическая реабилитация пациентов с пародонтозом на поликлиническом этапе	18
Миниханова Е. Р. Сравнительная оценка топографических карт спектра энцефалограммы при прицеливании в зависимости от точности выстрела	20
Миниханова Е. Р., Климченко С. В. Анализ электрической активности головного мозга у студентов 1 курса при тренинге координационных способностей посредством биологической обратной связи	21

Мирошниченко А. Н. Взаимосвязь нарушений речи и других заболеваний у детей	23
Николаенко Д. Н. Физическая реабилитация при травмах пояснично-крестцового отдела позвоночника	25
Олефиренко А. А., Лаптева М. Анализ позной устойчивости у студентов 1 курса при тренинге координационных способностей посредством биологической обратной связи	26
Скворцова В. А., Иващенко Е. А., Лавриченко С. П. Русский жестовый язык как одно из средств инклюзивного образования	28
Федотова Е. А., Лавриченко С. П. Физическая реабилитация больных с бронхолегочной патологией в послеоперационном периоде на этапе санаторно-курортного лечения	30
Хачатрян С. Г., Лавриченко С. П., Пономарева Т. В. Особенности двигательной активности беременных женщин в современном обществе	32
<u>КАФЕДРА АНАТОМИИ</u>	<u>34</u>
Абазов Д. У., Калинина И. Н. Профилактика спортивного травматизма у борцов	34
Ежова А. В., Маякова О. В. Морфофункциональное обоснование отбора детей первого детства в спортивные секции	35
Коновалова Ю. Б., Калинина И. Н. Причины приводящие к повышению массы тела у школьников (анализ научно-методической литературы)	37
Курнос А. А., Алексанянц Г. Д. Сравнение показателей сердечно-сосудистой и сенсомоторной систем у батутистов разной квалификации	39
Москалева А. А., Маякова О. В. Соматические типы юношей, занимающихся восточными единоборствами	41
Медведева О. А., Алексанянц Г. Д., Гребеник А. В. Оценка физического развития детей, занимающихся цирковым искусством, методом индексов	43

Ровный Д. А., Кудряшова Ю. А. Компонентный состав массы тела юных ватерполистов	45
Тарасенко А. Ю., Калинина И. Н. Физическая реабилитация детей с отдаленными последствиями перинатального поражения ЦНС (анализ научно-методической литературы)	46
<u>КАФЕДРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ</u>	<u>49</u>
Задоя А. В., Задорожная Т. Г., Матвеев В. С., Матвеева О. М. Превентивная работа по формированию аддикций у подростков средствами физической культуры в период летнего отдыха	49
Задоя А. В., Матвеева О. М., Матвеев В. С. Мониторинг знаний школьников старших классов по результатам регионального этапа олимпиады по основам безопасности жизнедеятельности	51
Задоя А. В., Михайлов Н. М., Матвеева О. М. Подготовка студентов к формированию у школьников российской гражданской идентичности на уроках основ безопасности жизнедеятельности	53
Задоя А. В., Матвеева О. М., Матвеев В. С. Формирование компетенций в условиях прохождения учебной и производственной практики студентов направления «Педагогическое образование», профиль «Безопасность жизнедеятельность (бакалавриат)»	55
Задоя А. В., Матвеева О. М. Мотивация школьников к учебной и творческой деятельности в сфере безопасности жизнедеятельности	57
Задурнева А. С., Ахромова А. Г. Педагогические аспекты профилактики курения молодежью электронных сигарет	59
Кештов Р. Л., Ахромова А. Г. Использование вертолетов для проведения аварийно-спасательных работ при дорожно-транспортных происшествиях	61
Саакова К. Р., Сидоров М. Г. Молодежный экстремизм как деструктивное явление в постиндустриальном обществе	63

Тихонова И. В., Дорошенко Д. С. Концепция обеспечения безопасности образовательного учреждения	65
Тихонова И. В., Михайлов Н. М. Военно-патриотическое воспитание детей в социальном пространстве	66
Тихонова И. В., Розевика Е. А. Определение понятия «надежность» в спортивной борьбе	68
<u>КАФЕДРА БИОХИМИИ, БИОМЕХАНИКИ И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН</u>	<u>70</u>
Ариничева Ю. Д., Костенко Е. Г., Леонова И. В. Оптимизация деятельности предприятия на основе математических методов и моделей	70
Васильченко К. А., Леонова И. В., Костенко Е. Г. Влияние новых геополитических и экономических условий развития туризма в России	71
Волкова А. В., Артемьева Н. К. Адекватное питание – основа здоровья спортсмена	73
Исмаилов С. А., Алдарова Л. М. Антропогенные экологические факторы, влияющие на жизнедеятельность человека	74
Костенко Е. Г., Костенко А. П. Формирование ориентационно-ценностного компонента индивидуального познавательного стиля студентов вуза физической культуры	76
Кутасевич Е. А., Артемьева Н. К. Коррекция образа жизни студентов в период экзаменационной сессии	78
Минасян Я. С., Яхина Е. П. Информационные технологии в спорте	80
Мисриева Д. Ш., Павельев И. Г. Проблемы развития туризма в Республике Дагестан	82
Михеева С. А., Артемьева Н. К. Витаминизация детей дошкольного возраста	83
Павельев И. Г. Возможности спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата в паралимпийском спорте	85
Попова А. А., Артемьева Н. К. Особенности питания спортсменок при	87

занятиях эстетической гимнастикой

Хачатурян Е. В., Тарасенко А. А., Артемьева Н. К. Влияние
обезвоживания на организм спортсменов, занимающихся силовыми
видами спорта 88

Хачатурян Е. В., Тарасенко А. А., Артемьева Н. К. Индивидуализация
питания спортсменов, занимающихся силовыми видами спорта 90

Хачатурян Е. В., Тарасенко А. А., Артемьева Н. К. Использование
оздоровительной системы йоги в силовой подготовке спортсменов,
занимающихся единоборствами 92

Чиж П. С., Яхина Е. П. Применение информационных технологий в
деятельности спортивного менеджера – польза и вред 94

Штанова А. А., Колесникова А. А. Анализ степени дегидратации в
разных видах спорта 96

КАФЕДРА ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ **98**

Bezbrazhny A. A., Ivanova O. L. Music therapy in health care 98

Belskikh A. A., Sivakova E. V. Foreign borrowings in the English language 99

Drobysheva V. V., Anisimova O. B. Verbesserung von Sicherheitsdiensten
für Objekte der Tourismusindustrie als Voraussetzung für die erfolgreiche
Förderung der touristischen Produkte 100

Gavrilenko A., Yarmolinets L. G. Theme parks as a kind of tourist
attraction 102

Nemtsova V. O., Yarmolinets L. G. Fitness-tourism as a means of
population health improvement 104

Solotaröva A. A., Anisimova O. B. Ressourcenpotenzial in der Republik
Adygea 106

Kireeva A.S., Getman E. I. Perspective directions of cycling tourism in
Krasnodar region 108

Китова Я. В., Шарикова Ф. Н. Влияние темперамента на деятельность
спортсмена 109

Kitova Y. V., Sharikova F. N. Temperament and its influence on your favorite sports activities	111
Kosareva A. I., Anisimova O. B. Entwicklungsperspektiven im Gastronomietourismus der Russischen Föderation	113
Oganyan I. W., Duschko M. S. «Der König der Hoteliers und Hotelier der Könige»	114
<u>КАФЕДРА ОБЩЕЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ</u>	<u>117</u>
Манько Е. М., Суворов В. В. Сформированность представлений о казачестве в КГУФКСТ как часть культурного наследия Краснодарского края	117
Медведева А. А., Просоедова Л. И. Перспективность спортсмена в художественной гимнастике и критерии ее оценки	118
<u>КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ</u>	<u>121</u>
Бабченко. А. Н. Особенности взаимоотношений матери и сына в неполной семье	121
Бережная Н. В. Роль игры в психическом развитии ребёнка	123
Березяная Т. В. Роль универсальных учебных умений в адаптации к условиям жизни младших школьников	124
Гладилина Л. А. Гендерные особенности психосоциальной зрелости и перфекционизма у волейболистов г. Краснодара	126
Гладилина Л. А., Пшава С. О. Механизмы адаптации к условиям обучения в вузе студентов первого курса г. Краснодара	128
Дробышева К. А. Особенности взаимосвязи характеристик образовательной среды и тревожности в подростковом и юношеском возрасте	130
Каверза А. В., Горская Г. Б. Особенности формирования психической устойчивости у фигуристов	131
Караулова С. Н. Мотивация в системе преодоления эмоционального	133

выгорания инструкторов по фитнесу	
Караулова С. Н. Потеря и приобретение персональных ресурсов в профессиональной деятельности инструкторов по фитнесу	135
Караулова С. Н. Ресурсный подход в системе преодоления эмоционального выгорания инструкторов по фитнесу	137
Кириченко О. Н. Особенности проявления тревожности подростков в школе	139
Кириченко О. Н. Роль семьи в психическом развитии ребенка	140
Китова Я. В. Влияние разводов родителей на формирование личности детей	142
Липкина А. Л., Зернова Т. И. Особенности эмоционального выгорания и интеллекта у работников физической культуры и спорта	144
Нечитайло Е. С., Зернова Т. И. Особенности перфекционизма, локуса контроля и мотивации у спортсменов разного возраста	145
Пашкова О. С., Зернова Т. И. Особенности развития логического мышления у юных спортсменов 8-9 лет	147
Рыжкова А. А., Зернова Т. И. Особенности проявления ответственности, мотивации и саморегуляции у футболистов подросткового возраста	149
Согомонян М. К. Особенности проявления креативности в детском возрасте	151
Туркова Л. С. Психологические предпосылки агрессивного поведения подростков	152
Шостак И. С., Распопова А. С. Развитие личностных ресурсов юных спортсменов	154
<u>КАФЕДРА СОЦИАЛЬНОЙ И ДОШКОЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ</u>	<u>156</u>
Булат А. И., Бойкова М. Б. Проблема социализации детей с ограниченными возможностями	156
Заброцкая А. С., Носенко Н. П. Приобщение детей старшего	157

дошкольного возраста к истокам культуры казачеств

Доренская В. Р., Носенко Н. П. Формирование основ здорового образа жизни	159
Жданова К. А., Бойкова М. Б. Основные причины усыновления детей в Российской Федерации	160
Ихлова А. Б., Самоходкина Л. Г. Физическое воспитание как средство, гармонизирующее развитие ребенка	162
Ихлова А. Б., Расторгуев И. А. Развитие физических качеств у детей дошкольного возраста	164
Ихлова А. Б., Самоходкина Л. Г. Значимость инновационных технологий в физкультурном воспитании детей дошкольного возраста	166
Ихлова А. Б., Самоходкина Л. Г. Роль личностных особенностей во взаимоотношениях тренера и спортсмена	167
Ихлова А. Б., Самоходкина Л. Г. Личностные установки и стили взаимодействия в отношениях тренера и спортсмена	169
Макарский М. О., Самоходкина Л. Г. Семейный конфликт как многоуровневый социальный процесс	171
Тирадо Марджорес Тайрюма Эспиноса, Чернышенко Ю. К. Система физической подготовки в профессиональной армии национальной Боливарианской Республики Венесуэла	173
Нерослова А. В., Баландин В. А. Пассивная гимнастика для детей 5-7 лет с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью	174
Попова А. Н., Бойкова М. Б. Проблемы социального развития детей в возрасте 13-14 лет	176
Самоходкина Л. Г. Парадигмальный анализ профессиональной подготовки бакалавров в условиях модернизации образования	178
Серопян Н. Ю., Носенко Н. П. Безработица и роль социального работника в ее профилактике и преодолении	179
Сорокина А. С., Носенко Н. П. Особенности социального развития современной молодёжи	181

Сорокина А. С., Носенко Н. П. Проблема социальной незрелости молодежи	183
Сорокина А. С., Самоходкина Л. Г. Проблема социальной защиты военнослужащих	185
Сорокина А. С., Самоходкина Л. Г. Проблема формирования полоролевых отношений у подростков	187
Сторчак Е. А., Носенко Н. П. Развитие мелкой моторики рук у детей с общим недоразвитием речи посредством бисероплетения	189
Тищенко А. А. Особенности формирования состава боевых действий у фехтовальщиков на шпагах с различными ростовыми показателями	190
<u>КАФЕДРА СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО СЕРВИСА И</u>	<u>193</u>
<u>ТУРИЗМА</u>	
Авраменко А. И., Минченко В. Г. Сельский туризм как перспективное направление развития сельской местности в РФ	193
Акопян Р. В., Минченко В. Г. Современное состояние аграрного туризма в Краснодарском крае	194
Бабичева К. О., Самсоненко Т. А. Проблемы развития круизного туризма на Черноморском побережье Краснодарского края и Республики Крым	196
Баркая И. К., Поддубная Т. Н. Проблемы развития детского туризма в России	198
Барчан А. В., Юрченко А. А. Туристско–рекреационный потенциал Алтайского края	199
Бегназаров Б. О., Третьяков С. С., Заднепровская Е. Л. Особенности российской модели развития аграрного туризма	201
Белушенко В. С., Федонова В. В., Заднепровская Е. Л. Сельский туризм как важнейший фактор развития аграрно-промышленных регионов	203
Бекова С. А., Коренева М. В. Развитие событийного туризма в	205

Краснодарском крае на основе проведения гастрономических фестивалей	
Бондаренко А. С., Шпырня О. В. Обоснование необходимости развития сферы активных форм туризма в Краснодарском крае	207
Бородина Е. С., Василенко Е. В. Применение интернет-маркетинга в деятельности туристских предприятий Краснодарского края	209
Брониковская К. А., Самсоненко Т. А. Космический туризм как инновационный вид экстремального туризма	210
Гаспарян А. В., Поддубная Т. Н. Развитие культурно-познавательного туризма в Санкт-Петербурге и Ленинградской области	212
Голубева В. П., Самсоненко Т. А. Организация гастрономического туризма в Краснодарском крае с использованием этнокультурных ресурсов	214
Гончарова А. Г., Поддубная Т. Н. Социальная работа с детьми, имеющими нарушения органов слуха и речи	216
Губская Д. О., Демидова Л. И. Проблемы и перспективы развития свадебного туризма в Республике Крым	218
Дробышева В. В., Шпырня О. В. Управление конкурентоспособностью туристских предприятий	220
Дубинина И. С., Демидова Л. И. Туристско-рекреационный потенциал Ростовской области	221
Думнов А. И., Поддубная Т. Н. Проблемы и перспективы развития социального туризма в России	223
Еременко С. С., Василенко Е. В. Сдерживающие факторы развития аграрного туризма в Краснодарском крае	225
Заднепровская Н. Ю., Сутормин Н. О., Заднепровская Е. Л. Агротуризм - успешное направление предпринимательской деятельности в Краснодарском крае	227
Звягинцев А. А., Коренева М. В. Организация социальной работы с инвалидами в период спортивного мероприятия	228

Звягинцев А. А., Коренева М. В. Особенности развития спортивно-событийного туризма в Российской Федерации	230
Зубенко С. В., Поддубная Т. Н. Гендерные особенности инвалидов	232
Иванникова В. О., Василенко Е. В. Актуальные проблемы современной индустрии гостеприимства	234
Казанов Е. И., Василенко Е. В. Современные методы продвижения культурно-познавательного тура	236
Костюкова Н. В., Василиади А. Г. Предмет изучения - история туризма	238
Куриленко А. Е., Еремина Е. А. Влияние танцевальных упражнений на развитие координационных способностей дошкольников	240
Миюская Ю. А., Самсоненко Т. А. Деловой туризм как перспективное направление туристской отрасли Краснодарского края	242
Настенко А. А., Самсоненко Т. А. Развитие футбольного туризма в испании как одного из инновационных направлений в туризме	243
Немцова В. О., Шпырня О. В. Значение маркетинговых исследований в деятельности туристского предприятия	245
Олейников И. О., Поддубная Т. Н. Девиантное поведение как научно-социальная проблема	247
Остапец Д. И., Еремина Е. А. Особенности физической подготовки юных спортсменов специализирующихся в танцевальном спорте	249
Парамонова С. Е., Коренева М. В. Современное состояние и перспективы развития винного туризма в Краснодарском крае	251
Петрашкевич Л. М., Поддубная Т. Н. К вопросу о развитии туризма для людей с ограниченными возможностями	253
Ползикова Е. В. Адаптация персонала в организации	255
Ползикова Е. В. Планирование карьеры в сфере туризма	256
Ползикова Е. В. Понятие и типы деловой карьеры в сфере туризма	258
Саква И. А., Поддубная Т. Н. Социальная работа с инвалидами в Российской Федерации	260
Сурнина И. В., Поддубная Т. Н. Социальная работа с одаренными	261

детьми

Сычева А. А., Василенко Е. В. Конкурентные преимущества как объект управления 263

Татаринев А. А., Еремина Е. А. Особенности физической подготовки студенческих команд на примере сборной КГУФКСТ по баскетболу 265

Федонова В. В., Демидова Л. И. Современное развитие свадебного туризма в зарубежных странах 267

Хакова Ю. В., Самсоненко Т. А. Методы сбора первичной информации и их характеристика 269

Шишлаков А. А., Поддубная Т. Н. Тенденции развития социального туризма в России 270

Шпырня О. В., Жихарева Л. А. Продвижение регионального туристского продукта как национального компонента отрасли 272

Шпырня О. В., Красовская К. А. Использование рекреационного потенциала г. Краснодар 274

Шпырня О. В., Черкасова В. В. Внедрение инновационных процессов в деятельность туристских предприятий 276

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ 278

Голованова К. К., Романченко В. В., Барчо О. Ф. Развитие статических и динамических равновесий на этапе начальной подготовки в художественной гимнастике 278

Ильичева В. А., Назырова А. К. Показатели тренировочных нагрузок сборной команды Краснодарского края по спортивной акробатике 279

Колесник В. В., Береславская Н. В., Свистун Г. М. Анализ результатов анкетирования тренеров женских групп высокой квалификации в спортивной акробатике 281

Крыжановская В. А., Тронева В. В., Горская Г. Б., Жигайлова Л. В. Причины психологических сбоев спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в прыжках на акробатической дорожке 283

Лузан Е. А., Лузан А. В., Жигайлова Л. В., Аверина Л. Ю. Место и роль педагогического контроля в процессе физического воспитания школьников младших классов	284
Новакова К. Г., Шашкова Т. В., Назырова А. К., Жигайлова Л. В., Свистун Г. М. Анализ соревновательных программ юных гимнасток в опорных прыжках	286
Помещенко И. Н., Сергичева А. А., Береславская Н. В. Влияние занятий оздоровительной аэробикой атлетической направленности на физическую подготовленность женщин первого периода зрелого возраста	287
Романченко В. В., Голованова К. К., Барчо О. Ф. Средства тренировки перебросок предметов в групповых упражнениях художественной гимнастики	289
Севилян А. М., Пушкарный М. Ю. Последствия неправильного питания школьников	291
Сергичева А. А., Береславская Н. В., Помещенко И. Н. Влияние занятий фитнесом на физическое развитие женщин 20-25 лет	292
Тронеv В. В., Крыжановская В. А., Троянова П. С., Жигайлова Л. В., Барчо О. Ф. Анализ анкетирования тренеров по вопросу определения технической готовности спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в мужских группах	294
Тронеv В. В., Крыжановская В. А., Троянова П. С., Жигайлова Л. В., Свистун Г. М. Модельные характеристики технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в мужских группах	296
Шашкова Т. В., Свистун Г. М., Барчо О. Ф., Новакова К. Г., Сергичева А. А. Значение развития специальной выносливости в фитнес-аэробике	298
<u>КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЗИМНИХ ВИДОВ, ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТА И СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА</u>	<u>300</u>

Агасьян В. А., Сучков В. А., Яцык В. З. Сравнительные характеристики датчиков мощности педалирования	300
Бебенина М. В., Парамзин В. Б. Характеристика соревновательного упражнения в бадминтоне	301
Галко Е. В., Долгополов Л. П. Физическая подготовка спортсменов-туристов в дисциплине «маршрут»	303
Кирбабина Е. А., Кирбабина Т. А., Капустин А. А. Психологическая подготовка велосипедистов-шоссейников	304
Кирбабина Е. А., Кирбабина Т. А., Капустин А. А. Тактическая подготовка велосипедистов-шоссейников	306
Лихолет Т. Н., Бебенина М. В., Парамзин В. Б. Проблемы и перспективы развития передвижения на лыжах в России	308
Минин В. В., Капустин А. А. Методика развития внимания юных велосипедистов, специализирующихся в маунтинбайке	309
Поповиченко И. С., Капустин А. А. Методика тактической подготовки юных велосипедистов в гонках кросс-кантри	311
Сучков В. А., Агасьян В. А., Яцык В. З. Контроль тренировочной нагрузки велосипедистов-шоссейников на основе показателей ЧСС	313
Чеснокова А. С., Долгополов Л. П. Перспективы развития дисциплины «дистанция-пешеходная» в спортивном туризме	315
Чеснокова А. С., Долгополов Л. П. Особенности подготовки спортсменов - туристов в группе дисциплин «дистанция пешеходная»	317
<u>КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ</u>	<u>319</u>
Бельская А. В., Тараненко А. В., Травкина Е. А., Шубина Н. Г., Шубин М. С. Особенности работы судей-секретарей «полевых бригад» в процессе проведения соревнований по легкой атлетике	319
Бугаев Г. А., Аршинник С. П. Планирование учебного материала по физической культуре на основе прогнозирования уровня развития	321

физических качеств

Васильева А. В., Травкина Е. А., Шубина Н. Г., Шубин М.С. К 323

вопросу о готовности учащихся выпускных классов

общеобразовательных школ Адлерского района Краснодарского края к

выполнению испытаний ВФСК ГТО

Косова В. Г., Аршинник С. П. Использование популярных спортивных 325

игр на уроках физической культуры в начальных классах

Курьянова В. И., Аршинник С. П. Характеристика уровня физической 326

подготовленности учащихся МАОУ СОШ № 96 города Краснодара по

итогам осеннего этапа мониторинга 2016 года

Курьянова В. И., Аршинник С. П. Взаимосвязь показателей 328

физической подготовленности и физического здоровья школьников

Полозов Р. Е., Аршинник С. П., Малашенко К. В. Применение 330

«электронного планирования» в тренировочном процессе

Полозов Р. Е., Аршинник С. П. Характеристика физической 331

подготовленности мальчиков – учащихся МБОУ гимназии № 54 города

Краснодара

Пятенко Р. А., Аршинник С. П. Использование метода множественной 334

корреляции при определении оптимального объема учебного времени на

освоение программного материала по легкой атлетике

Стрельникова А. Н., Бондаренко В. П. Оценка специальной беговой 336

подготовленности юношей спортивного разряда и КМС в беге на 100

метров с низкого старта в годичном цикле подготовки

Тараненко А. В., Бельская А. В., Травкина Е. А., Шубина Н. Г., 337

Шубин М. С. Легкоатлетические упражнения в подготовке школьников

старших классов общеобразовательной школы к сдаче испытаний ВФСК

«Готов к труду и обороне»

Травкина Е. А., Тараненко А. В., Коваленко М. С., Шубина Н. Г., 339

Шубин М. С. Применение упражнений легкоатлетической

направленности в подготовке к сдаче испытаний ВФСК «Готов к труду и

обороне» в условиях производственного предприятия	
Ходакова Т. В., Бондаренко В. П. Исследование контрольных упражнений предсоревновательного периода подготовки сильнейших бегунов на 400 метров города Краснодара	342
Хорькова Л. В., Аршинник С. П. Готовность спортсменов спортивной специализации «Бокс» к выполнению нормативов ГТО	343
Шатурная С. О., Бондаренко В. П. Динамика скорости в беге на 400 м с барьерами спортсменов спортивного разряда и КМС	345
Щербанева С. О., Аршинник С. П. Массо-ростовые параметры физического развития детей школьного возраста	347

Научное издание

**ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ
XLIV НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ
ВУЗОВ ЮЖНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО
ОКРУГА
(февраль - март 2017 г.)**

Часть 1

Материалы конференции

Ответственный редактор
Корректор
Технический редактор
Оригинал-макет подготовила

О. О. Айвазян
С. С. Деркачева
А. С. Верб
Л. И. Просоедова

Подписано в печать 20.03.2017 г.
Формат 60х90/16. Бумага для офисной техники.
Усл. печ. л. 22,9. Тираж 215 экз. Заказ № 35.
Отпечатано на множительной технике.

Редакционно-издательский отдел
Кубанского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161

