



ISSN 2782-4594 (Print)
ISSN 2782-4608 (Online)

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ

PHYSICAL EDUCATION
AND UNIVERSITY SPORT

2023

Том 2

Выпуск 4

РЕЖИМ
ОТДЕЛ
С

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Саратовский национальный исследовательский государственный университет
имени Н. Г. Чернышевского»
Общероссийская общественная организация «Российский студенческий спортивный союз»

Физическое воспитание и студенческий спорт

Научный журнал

Издается с 2022 года
Выходит 4 раза в год

2023 Том 2 Выпуск 4

Physical Education and University Sport

Journal

Published from 2022
4 issues per year

Подписку на печатные издания можно оформить
в Интернет-каталоге ГК «Урал-Пресс» (ural-press.ru)
Подписной индекс 014691
Цена свободная

Электронная версия журнала
находится в открытом доступе
(sport-journal.sgu.ru)
Журнал входит в Международную базу данных DOAJ

ISSN 2782-4594 (Print)
ISSN 2782-4608 (Online)

© Саратовский университет, 2023
© Российский студенческий спортивный союз, 2023

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Главный редактор

С. Г. Сейранов, академик РАО, доктор пед. наук, проф. (Москва, Россия)

Заместители главного редактора:

А. Н. Чумаченко, доктор геогр. наук, доц. (Саратов, Россия)
Р. М. Ольховский, кандидат социол. наук (Санкт-Петербург, Россия)
М. А. Ермакова, кандидат пед. наук, доц. (Оренбург, Россия)
Н. Б. Бриленок, кандидат филос. наук, доц. (Москва, Россия)

Ответственный секретарь

А. А. Казаков, доктор полит. наук, доц. (Саратов, Россия)

Члены редакционной коллегии:

Л. Б. Андриященко, доктор пед. наук, проф. (Москва, Россия)
Р. Т. Бурганов, доктор экон. наук, доц. (Казань, Россия)
И. Ю. Водолагина, кандидат пед. наук, доц. (Саратов, Россия)
О. Ю. Голуб, доктор социол. наук, проф. (Саратов, Россия)
А. А. Горелов, доктор пед. наук, проф. (Санкт-Петербург, Россия)
Г. С. Денисова, доктор социол. наук, проф. (Ростов-на-Дону, Россия)
С. П. Евсеев, доктор пед. наук, проф. (Санкт-Петербург, Россия)
А. А. Зайцев, доктор пед. наук, проф. (Калининград, Россия)
С. Г. Ивченков, доктор социол. наук, доц. (Саратов, Россия)
С. С. Коровин, доктор пед. наук, проф. (Оренбург, Россия)
В. А. Леднев, доктор экон. наук, проф. (Москва, Россия)
И. У. Маджидов, доктор технич. наук, проф. (Ташкент, Узбекистан)
В. Б. Мандриков, доктор пед. наук, проф. (Волгоград, Россия)
В. Г. Манолаки, доктор пед. наук, проф. (Кишинёв, Республика Молдова)
В. И. Михалев, доктор пед. наук, проф. (Омск, Россия)
И. В. Солнцев, доктор экон. наук, доц. (Москва, Россия)
В. И. Столяров, доктор филос. наук, проф. (Москва, Россия)
В. П. Сущенко, доктор пед. наук, проф. (Санкт-Петербург, Россия)
Д. С. Хитарян, кандидат пед. наук, проф. (Ереван, Армения)
В. С. Якимович, доктор пед. наук, проф. (Волгоград, Россия)

EDITORIAL BOARD

Editor-in-Chief

Sergey G. Seyranov (Moscow, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-4866-1030>

Deputies Editor-in-Chief:

Aleksei N. Chumachenko (Saratov, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-9482-1496>
Roman M. Olkhovskiy (St. Petersburg, Russia), <https://orcid.org/0000-0003-0789-9306>
Marina A. Ermakova (Orenburg, Russia), <https://orcid.org/0000-0003-0181-8368>
Nailya B. Brilyonok (Moscow, Russia), <https://orcid.org/0000-0001-6510-823X>

Executive Secretary

Alexander A. Kazakov (Saratov, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-3140-0977>

Members of the Editorial Board:

Liliya B. Andryushchenko (Moscow, Russia), <https://orcid.org/0000-0001-9216-8780>
Rafis T. Burganov (Kazan, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-8943-0781>
Irina Yu. Vodolagina (Saratov, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-2002-9850>
Ol'ga Yu. Golub (Saratov, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-6280-9011>
Alexander A. Gorelov (St. Petersburg, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-1067-1110>
Galina S. Denisova (Rostov-on-Don, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-3671-9602>
Sergej P. Evseev (St. Petersburg, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-3818-1076>
Anatolij A. Zajtsev (Kaliningrad, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-9639-6833>
Sergej G. Ivchenkov (Saratov, Russia), <https://orcid.org/0000-0003-2682-545X>
Sergej S. Korovin (Orenburg, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-3189-9064>
Vladimir A. Lednev (Moscow, Russia), <https://orcid.org/0000-0003-2286-2552>
Inom U. Madjidov (Tashkent, Uzbekistan), <https://orcid.org/0000-0002-7168-2243>
Viktor B. Mandrikov (Volgograd, Russia), <https://orcid.org/0000-0003-1970-7527>
Vyacheslav G. Manolaki (Chisinau, Republic of Moldova), <https://orcid.org/0000-0001-8744-6125>
Vladimir I. Mihalyov (Omsk, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-1452-9226>
Iliya V. Solntsev (Moscow, Russia), <https://orcid.org/0000-0001-9562-8535>
Vladislav I. Stolyarov (Moscow, Russia), <https://orcid.org/0000-0002-0113-0072>
Valerij P. Sushchenko (St. Petersburg, Russia)
Davit S. Hitaryan (Yerevan, Armenia), <https://orcid.org/0000-0002-9153-5806>
Viktor S. Yakimovich (Volgograd, Russia)

СОДЕРЖАНИЕ

Спорт и общество

- Максимова С. Ю., Мандриков В. Б., Неумоин В. В., Голубин С. А.**
Физическое воспитание студенческой молодежи в рамках инклюзивного образования 333
- Зайцев А. А., Зайцева В. Ф.**
Эволюция физического воспитания студентов в системе высшего образования России 339
- Станков И. В.**
История развития студенческого спорта в Донецком национальном техническом университете 346
- Николаев Е. А., Качаева Ю. В.**
Анализ результатов выполнения нормативов комплекса ГТО студентами Красноярского края в период 1930-х – начала 1960-х годов 356
- Романченкова П. М., Судаковская А. С.**
Развитие компьютерного спорта в студенческой среде 363

Студенческий спорт глазами руководителя

- Еремина Е. А., Филиппева Д. Д., Ольховский Р. М., Ермакова М. А.**
К вопросу о развитии научно-исследовательской деятельности в студенческом спорте: обзор научных публикаций за период с 2000 по 2022 год 370
- Бриленок Н. Б., Черепанова И. О.**
Стратегия развития адаптивного студенческого спорта НИУ «МЭИ» 383
- Колмаков В. И., Близнаевский А. Ю., Железнов Н. Н.**
История участия Сибирского федерального университета в Европейских университетских играх 389
- Ткачева Н. Д., Максимова С. Ю., Катренко В. А.**
Возможности оптимизации оздоровительной работы в университете на основе взаимодействия кафедры физической культуры и студенческого спортивного клуба 396

Территория спорта и здоровья

- Маскаева Т. Ю.**
Влияние занятий «мягким фитнесом» на психофизическое состояние студенток I курса 403
- Дубатовкин В. И., Макарова Э. В.**
Подвижные игры как компонент воспитания физических качеств студентов-борцов 409
- Рябов С. Н., Фунтиков Г. В.**
Работа с силой и силовая выносливость. Часть 1 414
- Кузнецов П. А.**
Особенности преподавания борьбы самбо в университетах 420
- Правила для авторов** 427

CONTENTS

Sports and Society

- Maksimova S. Yu., Mandrikov V. B., Neumoin V. V., Golubin S. A.**
Physical education of students in the framework of inclusive education 333
- Zaitsev A. A., Zaitseva V. F.**
The evolution of physical education of students in the system of higher education in Russia 339
- Stankov I. V.**
History of student sports development at Donetsk National Technical University 346
- Nikolaev E. A., Kachaeva Ju. V.**
Analysis of the results of the implementation of the standards of the GTO complex by students of Krasnoyarsk region in the period of the 1930s – early 1960s 356
- Romanchenkova P. M., Sudakovskaya A. S.**
Development of eSports among students 363

Student Sports Through the Eyes of a Manager

- Eremina E. A., Filipeva D. D., Olkhovskiy R. M., Ermakova M. A.**
On the issue of the research development in student sports area: A review of papers for the period from 2000 to 2022 370
- Brilenok N. B., Cherepanova I. O.**
Strategy for the development of adaptive student sports of NRU “MEI” 383
- Kolmakov V. I., Bliznevsky A. Yu., Zheleznov N. N.**
History of participation of the Siberian Federal University in the European Universities Games 389
- Tkacheva N. D., Maksimova S. Yu., Katrenko V. A.**
The possibilities of optimizing health work at the university on the basis of interaction between the departments of physical culture and the student sports club 396

Territory of Sports and Health

- Maskaeva T. Yu.**
The effects of “soft fitness” classes on the psychophysical state of the first-year students 403
- Dubatovkin V. I., Makarova E. V.**
Outdoor games as a component of cultivation students-wrestlers’ physical qualities 409
- Ryabov S. N., Funtikov G. V.**
Strength work and strength endurance. Part 1 414
- Kuznetsov P. A.**
Features of teaching sambo wrestling in universities 420
- Rules for authors** 427

Дорогие читатели!

Рад приветствовать вас на страницах журнала «Физическое воспитание и студенческий спорт», учрежденного Российским студенческим спортивным союзом и Федеральным государственным бюджетным образовательным учреждением высшего образования «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского».

Несмотря на то что журнал выходит с 2022 года, он уже стал очень важной образовательной и дискуссионной площадкой развития студенческого спорта в нашей стране. Журнал сегодня объединяет ученых и специалистов и является платформой, где публикуются инновационные, научные материалы исследований по совершенствованию физической культуры и спорта студенческой молодежи.

На страницах журнала специалисты могут найти новую необходимую информацию для совершенствования своей профессиональной деятельности, обменяться мнениями и обсудить наиболее важные профессиональные проблемы. Статус и авторитет журнала постоянно растет и нет сомнений, что уже в ближайшее время он будет входить в список научных изданий, рекомендованных ВАК РФ.

Уверен, что на страницах журнала мы увидим еще много полезной информации о развитии студенческого спортивного движения в нашей стране.

Желаю редакции журнала успехов в исполнении своей миссии создания единого научно-методического и практического пространства по вопросам совершенствования физического воспитания и студенческого спорта.

Вице-президент
Российского студенческого спортивного союза,
Президент Сибирского государственного
университета физической культуры и спорта,
доктор педагогических наук, профессор
В. И. Михалев



A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized, flowing letters that appear to be 'V. I. Mikhailov'. The signature is written on a light-colored background.

Дорогие коллеги!



От имени коллектива НИУ «МЭИ» приветствую вас в юбилейном номере научного журнала «Физическое воспитание и студенческий спорт».

Сегодня студенческому спорту отводится важная роль, включая его перспективу в области практического применения и научных исследований, а также важные аспекты развития физического и спортивно-го воспитания молодежи.

Разработка критериев обеспеченности образовательных организаций высшего образования, обеспечение методического сопровождения студенческих спортивных клубов, привлечение профессорско-преподавательского состава и сотрудников университета к занятиям физкультурой и спортом – все это перспективные направления проектов, заложенных в основу сотрудничества кафедр и подразделений университета.

На сегодняшний день в НИУ «МЭИ» существуют 66 сборных по разным видам спорта. Ежегодно университет занимает высокие позиции в Московских Студенческих Спортивных Играх. По итогам XXXV МССИ сборная команда НИУ «МЭИ» стала призером во всех номинациях. Благодаря активной спортивной деятельности университета студенты могут реализовать себя в любом виде спорта, проявить таланты и усовершенствовать спортивные навыки.

Научный журнал «Физическое воспитание и студенческий спорт» – это важная просветительская и образовательная трибуна, с высоты которой озвучиваются актуальные проблемы развития физкультурного движения и студенческого спорта, имеющие междисциплинарный характер, позволяющий рассмотреть их с разных точек зрения, необходимых для интеграции науки и практики!

Желаю редакции журнала приумножения результатов творческой деятельности, способствующей расширению образовательного и научного потенциала нашей страны.

Ректор Национального исследовательского
университета «МЭИ»
доктор технических наук, профессор Н. Д. Роголев

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'Н. Д. Роголев', written in a cursive style.

СПОРТ И ОБЩЕСТВО

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 333–338

Physical Education and University Sport, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 333–338

<https://sport-journal.sgu.ru>

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-333-338>, EDN: ZZJGGL

Научная статья
УДК [376+378]:796

Физическое воспитание студенческой молодежи в рамках инклюзивного образования

С. Ю. Максимова[✉], В. Б. Мандриков, В. В. Неумоин, С. А. Голубин

Волгоградский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения Российской Федерации, Россия, 400131, г. Волгоград, площадь Павших борцов, д. 1

Максимова Светлана Юрьевна, доктор педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физической культуры и здоровья, mal-msy@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5469-746X>

Мандриков Виктор Борисович, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры физической культуры и здоровья, vitya.mandrikov11@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0000-5505-571X>

Неумоин Валерий Владимирович, кандидат биологических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры и здоровья, valeri.neumoin@yandex.ru, <https://orcid.org/0009-0002-8613-7034>

Голубин Сергей Анатольевич, старший преподаватель кафедры физической культуры и здоровья, fokvolgomed@yandex.ru, <https://orcid.org/0009-0008-5850-315X>

Аннотация. Статья затрагивает вопросы организации физического воспитания в высшей школе в рамках инклюзивного образования. Ее целью является описание вариантов таковых организационных и содержательных форм. Используются методы обобщения и систематизации практического опыта, логического моделирования. Приводится алгоритм формирования инклюзивной культуры у студентов-медиков через волонтерскую деятельность с детьми с ограниченными возможностями здоровья. Описываются возможные формы занятий физической культурой студентов с ограниченными возможностями здоровья через рекреационные, индивидуальные, групповые формы. Авторы приводят примерный алгоритм организации коллективного инклюзивного физкультурного занятия.

Ключевые слова: студенческая молодежь, инклюзивное образование, физическое воспитание

Для цитирования: Максимова С. Ю., Мандриков В. Б., Неумоин В. В., Голубин С. А. Физическое воспитание студенческой молодежи в рамках инклюзивного образования // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 333–338. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-333-338>, EDN: ZZJGGL

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Physical education of students in the framework of inclusive education

S. Yu. Maksimova,[✉] V. B. Mandrikov, V. V. Neumoin, S. A. Golubin

Volgograd State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation, 1 Fallen Fighters Square, Volgograd 400131, Russia

Svetlana Yu. Maksimova, mal-msy@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5469-746X>

Viktor B. Mandrikov, vitya.mandrikov11@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0000-5505-571X>

Valery V. Neumoin, valeri.neumoin@yandex.ru, <https://orcid.org/0009-0002-8613-7034>

Sergey A. Golubin, fokvolgomed@yandex.ru, <https://orcid.org/0009-0008-5850-315X>

Abstract. The article touches upon the issues of physical education in higher education within the framework of inclusive education. Its purpose is to describe the options for such organizational and substantive forms. Methods of generalization and systematization of practical experience, logical modeling are used. An algorithm for formation of an inclusive culture among medical students through volunteer activities with children with disabilities is given. Possible forms of physical education classes for students with disabilities through recreational, individual, group forms are described. The authors give an approximate algorithm for organizing a collective inclusive physical education class.

Keywords: student youth, inclusive education, physical education

For citation: Maksimova S. Yu., Mandrikov V. B., Neumoin V. V., Golubin S. A. Physical education of students in the framework of inclusive education. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 333–338 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-333-338>, EDN: ZZJGGL

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CCO-BY 4.0)

Введение

Современная система образования характеризуется яркими процессами перестройки и изменений. Одной из ее инноваций является инклюзивное образование, введенное в педагогическую практику в 2012 г. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» [1]. Оно означает обеспечение равного доступа к образованию независимо от индивидуальных возможностей и способностей обучающегося. Инклюзивное образование базируется на системном подходе, где в процесс вовлекаются все участники педагогического взаимодействия – педагоги, обучающиеся (как с ограниченными возможностями здоровья, так и нормотипичные), родители, дополнительные специалисты [2–4]. В некоторой степени инклюзия не столько отражает инновационный взгляд на образование, сколько представляет собой мировоззренческую позицию общества на права и возможности человека с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) [5–9].

В равной степени эти инновации касаются и высшей школы [10–13]. Инклюзивное образование в высшей школе функционирует в соответствии с государственной программой РФ «Развитие науки и технологий» до 2030 г., актуализирующей необходимость максимального вовлечения в образовательную деятельность лиц студенческого возраста с ОВЗ [14]. А присутствие инклюзии в процессе физического воспитания обеспечивает реализацию важных направлений стратегии развития физической культуры и спорта до 2030 г., указывающей на необходимость создания условий для развития адаптивного спорта и адаптивной физической культуры для различных категорий граждан [15].

Безусловно, реализация физического воспитания студенческой молодежи в рамках инклюзивного образования требует определенной

методической разработанности. И если в большинстве общеобразовательных и профессиональных дисциплин (характеризующихся малой двигательной активностью как таковой) процесс включения студентов с ОВЗ легко организуется, то в рамках двигательной подготовки этот процесс специфичен. Здесь требуются определенные пути вовлечения молодежи в специфическую среду инклюзии, специальные методики физической подготовки студентов с ОВЗ, механизмы реализации массовых и индивидуальных занятий физической культурой и пр.

Основная часть

На базе кафедры физической культуры и здоровья Института общественного здоровья ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации началась методическая работа по разработке механизмов реализации физического воспитания студенческой молодежи в рамках инклюзивного образования.

Первое направление касается формирования культуры инклюзивного образования как таковой у обучающейся молодежи. Здесь представляется целесообразным вовлечение студентов педиатрического и лечебного факультетов в качестве волонтеров в научную деятельность кафедры, касающуюся адаптивного физического воспитания детей-инвалидов. Специалисты кафедры имеют опыт научно-практической деятельности на базе специализированных дошкольных учреждений г. Волгограда, касающейся коррекционно-оздоровительной работы с детьми с синдромом Дауна, расстройством аутистического спектра (РАС), детским церебральным параличом (ДЦП). Вовлечение будущих детских врачей в волонтерскую деятельность с ними позволит не только формировать общую культуру инклюзивного образования,

но и повышать эффективность процесса их обучения в целом. Алгоритм вовлечения студенческой молодежи волонтерскую деятельность представлен на рис. 1.

Содержание деятельности студентов-медиков предполагает:

- участие в диагностических процедурах в качестве волонтера-исследователя;
- участие в физкультурно-оздоровительных праздниках, квестах в качестве волонтеров;
- сбор фото- и видеоматериалов по инклюзивной деятельности;
- участие в конкурсе на лучшую научную статью, лучшие фото- и видеоматериалы на уровне вуза, региона, России.

Результаты этой работы позволят сформировать у обучающихся культуру принятия лиц с ОВЗ как равноправных граждан общества. Безусловно, это позволяет повысить эффективность процесса обучения будущих специалистов-медиков с позиции практической деятельности с лицами с ОВЗ. В рамках этой работы создаются условия для сбора материала для научных статей, описывающих особенности психофизического развития детей с синдромом Дауна, с ДЦП, с расстройством аутистического спектра. Также результаты этой работы позволят обучающимся принимать активное участие в различных конкурсах и фестивалях, касающихся инклюзии (через собранный банк фото- и видеоматериалов).

Вместе с тем, для педагогической практики физического воспитания в вузе актуальными являются алгоритмы вовлечения студентов с ОВЗ в общий процесс физического воспитания (рис. 2).

Анализ рисунка позволяет увидеть, что в целом для студентов с ОВЗ являются подходящими многие формы физического воспитания в вузе. Конечно, на первом месте стоят индивидуальные коррекционные занятия, содержание которых соответствует специфике имеющегося у студента заболевания. Однако наряду с этим они могут быть участниками общих занятий со студентами специальной медицинской группы, основной группы обучающихся, а также спортивных праздников и развлечений. Нам видится, что в рамках каждой формы работы является возможным подбор специального двигательного оздоровительного материала и специальных организационных моментов вовлечения их в общую деятельность студенческой группы. Примерный алгоритм проведения такого коллективного физкультурного занятия представлен на рис. 3.

В целом студенты с ОВЗ могут являться полноправными участниками коллективных физкультурных занятий. В каждой из частей занятия они могут, наряду со всеми, выполнять свою, подобранную для них физическую нагрузку.



Рис. 1. Алгоритм формирования инклюзивной культуры у студентов-медиков через волонтерскую деятельность

Fig. 1. Algorithm for the formation of an inclusive culture among medical students through volunteer activity

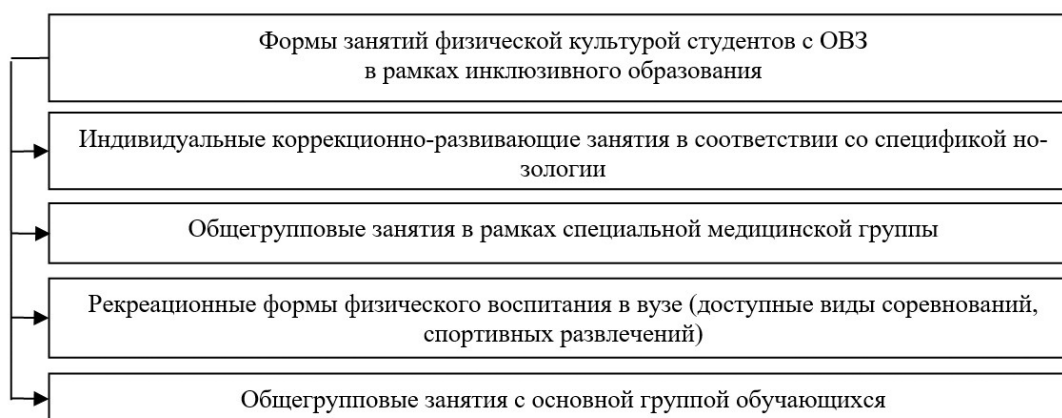


Рис. 2. Возможные формы занятий физической культурой студентов с ОВЗ в рамках инклюзивного образования

Fig. 2. Possible forms of physical education for students with disabilities in the framework of inclusive education

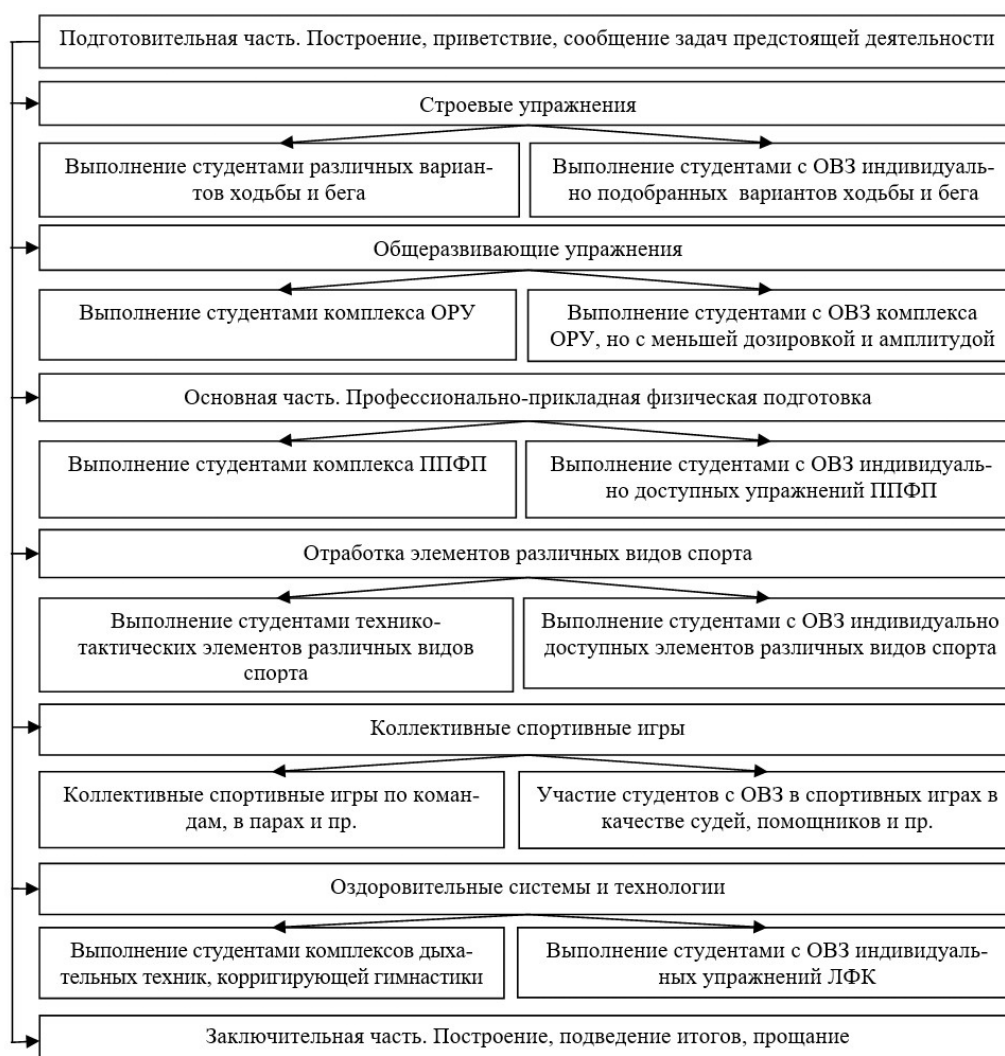


Рис. 3. Примерный алгоритм проведения коллективного физкультурного занятия для студентов с ОВЗ в рамках инклюзивного образования

Fig. 3. An approximate algorithm for conducting a collective physical education class for students with disabilities in the framework of inclusive education

Так, в рамках подготовительной части после коллективного приветствия они так же, как и все, выполняют строевые, разогревающие упражнения, дозировка и содержание которых подобраны индивидуально. Аналогичные условия имеются и во время выполнения общеразвивающих упражнений (ОРУ), заданий профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). Примером здесь могут выступать упражнения координационной мелкомоторной подготовки для специалистов медицинской инженерии. Студенты с ОВЗ могут выполнять доступные для них элементы спортивных игр, принимать в них участие в качестве судей, их помощников. Наряду со всеми они могут выполнять упражнения оздоровительных систем и технологий, сочетая их с заданиями лечебной физической культуры (ЛФК). Заключительная часть занятия также является коллективной. Безусловно, в рамках таких занятий требуется дополнительный специалист – тьютор или волонтер.

Заключение

Таким образом, в рамках физического воспитания студенческой молодежи имеются условия для реализации инклюзивного образования. Возможным является направление, позволяющее формировать инклюзивную культуру у обучающихся. Также студенты с ОВЗ могут быть участниками рекреативных мероприятий, коллективных физкультурных занятий.

Список литературы

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями). URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 09.07.2023).
2. Бабикова А. В. Профориентационная деятельность студентов-дефектологов как способ приобщения школьников к ценностям инклюзивного образования // International Conference on Business Economics, Engineering Technology, Medical and Health Sciences. Seattle, USA, December 23, 2019 : Conference Proceedings. Seattle, USA : «Professional science», Lulu Inc., 2019. P. 4–10.
3. Еременко Е. В. Инклюзивное образование как направление развития современной системы образования // Социальная политика и социальное партнерство. 2020. № 1. С. 68–73.
4. Eliseev V. K., Tafintseva L. M., Dormidontov R. A., Dolmatova V. N. Assessment of the quality of inclusive education in general education organizations of Russia // Amazonia Investiga. 2021. Vol. 10, № 45. P. 185–197. <https://doi.org/10.34069/AI/2021.45.09.19>

5. Домур-Оол Ч. Д. Комплекс дисциплин методической подготовки бакалавров образования к работе с учащимися в условиях инклюзивного образования // Вестник Тувинского государственного университета. Вып. 4. Педагогические науки. 2022. № 3 (99). С. 22–33. <https://doi.org/10.24411/2221-0458-2021-99-22-33>
6. Лыскова М. И. Актуальные вопросы реализации инклюзивного образования в системе высшего образования за рубежом // Мир науки, культуры, образования. 2022. № 6 (97). С. 289–291. <https://doi.org/10.24412/1991-5497-2022-6-97-289-291>
7. Плотникова В. В., Цыренова М. Ц. Специфика преподавания общеобразовательных дисциплин в контексте инклюзивного образования в системе среднего профессионального образования // Управление образованием: теория и практика. 2021. № 2 (42). С. 197–205. <https://doi.org/10.25726/x6304-1119-0249-q>
8. Садыкова А. А., Султанова К. А., Каракпаева С. К. Инклюзивное образование как одно из основных направлений реформы в системе образования // Научно-практические исследования. 2020. № 2-2 (25). С. 106–109.
9. Тюрина Н. Ш. Инклюзивное образование в мире (обзор выступлений первого международного симпозиума по инклюзивному образованию) // Проблемы современного педагогического образования. 2017. Вып. 55, ч. 10. С. 181–190.
10. Бараковских К. Н., Третьякова Н. В. Современные исследования состояния инклюзивного образования в среднем профессиональном и высшем образовании // Современные проблемы науки и образования. 2020. № 5. С. 20. <https://doi.org/10.17513/spno.30119>
11. Кардаш Е. Н., Перезва Ж. С. Инклюзивное образование в общей системе высшего образования // Педагогическое взаимодействие: возможности и перспективы: материалы IV международной научно-практической конференции, Саратов, 30–31 марта 2022 года. Саратов : Саратовский государственный медицинский университет имени В. И. Разумовского, 2022. С. 95–100.
12. Сабитова В. Л. Инклюзивное образование в системе среднего профессионального образования // NovaInfo.Ru. 2022. № 133. С. 62.
13. Шамакова Т. И. Инклюзивное образование в системе среднего профессионального образования // Трибуна учебного. 2022. № 3. С. 153–157.
14. Постановление правительства Российской Федерации «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Научно-технологическое развитие Российской Федерации» от 29 марта 2019 г. № 377. URL: <https://base.garant.ru/72216664/> (дата обращения: 09.07.2023).
15. Распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р. «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года». URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74866492/> (дата обращения: 09.07.2023).

References

1. Federal Law "On Education in the Russian Federation" dated December 29, 2012, No. 273 (redacted) (in Russian).

Available at: http://consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (accessed July 9, 2023).

2. Babikova A. V. Career guidance activities of students-defectologists as a way of introducing schoolchildren to the values of inclusive education. In: *International Conference on Business Economics, Engineering Technology, Medical and Health Sciences, Seattle, USA, December 23, 2019 : Conference Proceedings*. Seattle, USA, "Professional science", Lulu Inc., 2019, pp. 4–10 (in Russian).
3. Eremenko E. V. Inclusion as a direction of development of a modern education system. *Social Policy and Social Partnership*, 2020, no. 1, pp. 68–73 (in Russian).
4. Eliseev V. K., Tafintseva L. M., Dormidontov R. A., Dolmatova V. N. Assessment of the quality of inclusive education in general education organizations of Russia. *Amazonia Investiga*, 2021, vol. 10, no. 45, pp. 185–197. <https://doi.org/10.34069/AI/2021.45.09.19>
5. Domur-Ool Ch. D. The complex of disciplines of methodical preparation of bachelors of education to work with students in conditions of inclusive education. *Vestnik of Tuvan State University, iss. 4. Pedagogical Sciences*, 2022, no. 3 (99), pp. 22–33 (in Russian). <https://doi.org/10.24411/2221-0458-2021-99-22-33>
6. Lyskova M. I. Topical issues concerning the implementation of inclusive education in higher education abroad. *The World of Science, Culture, Education*, 2022, no. 6 (97), pp. 289–291 (in Russian). <https://doi.org/10.24412/1991-5497-2022-6-97-289-291>
7. Plotnikova V. V., Tsyrenova M. Ts. Peculiarities of general education disciplines teaching in the context of inclusive education in the secondary vocational education system. *Education Management Review*, 2021, no. 2 (42), pp. 197–205 (in Russian). <https://doi.org/10.25726/x6304-1119-0249-q>
8. Sadykova A. A., Sultanova K. A., Karakpaeva S. K. Inclusive education as one of the main directions of reform in the education system. *Scientific and Practical Research*, 2020, no. 2-2 (25), pp. 106–109 (in Russian).
9. Tyurina N. S. Inclusive education in the world (overview of speeches of the first international symposium on inclusive education). *Problems of Modern Pedagogical Education*, 2017, iss. 55, part 10, pp. 181–190 (in Russian).
10. Barakovskikh K. N., Tretyakova N. V. Modern research on the state of inclusive education in secondary vocational and higher education. *Modern Problems of Science and Education*, 2020, no. 5, pp. 20 (in Russian). <https://doi.org/10.17513/spno.30119>
11. Kardash E. N., Perezva Zh. S. Inclusive education in the general system of higher education. In: *Pedagogical interaction: Opportunities and prospects: Materials of the IV International Scientific and Practical Conference, Saratov, March 30–31, 2022*. Saratov, Saratov State Medical University named after V. I. Razumovsky Publ., 2022, pp. 95–100 (in Russian).
12. Sabitova V. L. Inclusive education in the system of secondary vocational education. *NovaInfo.Ru*, 2022, no. 133, pp. 62 (in Russian).
13. Shamakova T. I. Inclusive education in the system of secondary vocational education. *Tribune of the Scientist*, 2022, no. 3, pp. 153–157 (in Russian).
14. *Resolution of the Government of the Russian Federation «On the approval of the State Program of the Russian Federation "Scientific and Technological development of the Russian Federation", No. 377 dated March 29, 2019* (in Russian). Available at: <https://base.garant.ru/72216664/> (accessed July 9, 2023).
15. *Order of the Government of the Russian Federation, No. 3081-r. dated November 24, 2020 "On approval of the Strategy for the development of physical culture and sports in the Russian Federation for the period until 2030"* (in Russian). Available at: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74866492/> (accessed July 9, 2023).

Поступила в редакцию 11.07.2023; одобрена после рецензирования 24.07.2023; принята к публикации 20.08.2023
The article was submitted 11.07.2023; approved after reviewing 24.07.2023; accepted for publication 20.08.2023

Научная статья
УДК [378.016:796](470+571)|1930/2000|

Эволюция физического воспитания студентов в системе высшего образования России

А. А. Зайцев[✉], В. Ф. Зайцева

Калининградский государственный технический университет, Россия, 236022, г. Калининград, Советский проспект, д. 1

Зайцев Анатолий Александрович, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой физической культуры, aaz039@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-9639-6833>

Зайцева Виктория Федоровна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры, vfzkgtu@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3741-726X>

Аннотация. На основе ретроспективного анализа дано описание этапов становления физического воспитания студентов высших учебных заведений. Выявлено, что уже в девятнадцатом веке начинает формироваться система физического воспитания студентов высших учебных заведений. Показано, что изначально его содержание имело военно-физическую направленность. Установлен период централизованного регулирования физического воспитания в высших учебных заведениях. Он начался с введения первой программы в 1930 г. и завершился с окончанием действия программы 2000 г. Всего в стране были реализованы десять программ. Каждая программа соотносилась с программами социального развития общества и целевыми установками в сфере физической культуры и спорта. С введением Федеральных государственных образовательных стандартов право отбора содержания и форм физического воспитания студентов с целью формирования у них сначала общекультурных, а в настоящее время универсальных компетенций, предоставлено образовательным организациям, реализующим стандарты подготовки бакалавров и специалистов по программам высшего образования. В результате появились многочисленные модели физического воспитания студентов.

Ключевые слова: физическое воспитание, студенты вузов, программы, история физической культуры, комплекс ГТО

Для цитирования: Зайцев А. А., Зайцева В. Ф. Эволюция физического воспитания студентов в системе высшего образования России // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 339–345. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-339-345>, EDN: RXNNIM

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

The evolution of physical education of students in the system of higher education in Russia

A. A. Zaitsev[✉], V. F. Zaitseva

Kaliningrad State Technical University, 1 Sovetsky prospect, Kaliningrad 236022, Russia

Anatoly A. Zaitsev, aaz039@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-9639-6833>

Victoria F. Zaitseva, vfzkgtu@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3741-726X>

Abstract. On the basis of a retrospective analysis, the description of formation stages of physical education of students of higher educational institutions is given. It is shown that the system of physical education of students of higher educational institutions began to form in the nineteenth century. It is pointed out that initially its content was of a military-physical orientation. The period of centralized regulation of physical education in higher educational institutions has been established. It began with the introduction of the first program in 1930 and ended with the end of the program in 2000. A total of ten programs have been implemented in the country. Each program was correlated with the programs of social development of the society and the targets in the field of physical culture and sport. With the introduction of the Federal State Educational Standards, the right to choose the content and forms of physical education of students in order to form

their first general cultural, and now universal competencies, was granted to educational organizations that implement the standards of training of bachelors and specialists in higher education programs. As a result, numerous models of physical education of students have appeared.

Keywords: physical education, university students, programs, history of physical culture, GTO complex

For citation: Zaitsev A. A., Zaitseva V. F. The evolution of physical education of students in the system of higher education in Russia. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 339–345 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-339-345>, EDN: RXNNIM

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC0-BY 4.0)

Введение

Любая социально-педагогическая система имеет историческое основание, понимание которого позволяет прогнозировать ее изменение в новых социально-экономических условиях. Одной из таких систем является система физического воспитания студенческой молодежи в России.

Целью исследования является изучение становления и развития физического воспитания в высших учебных заведениях России.

Методы исследования

Методами исследования были теоретический анализ и обобщение данных научной и учебной литературы, программного и методического обеспечения процесса физического воспитания студентов высших учебных заведений в различные исторические периоды.

Результаты и их обсуждение

Прогрессивные реформы и преобразования в России в начале XVIII в. стали важнейшим условием для становления системы физической культуры в стране. Одним из компонентов этой системы стало введение физического воспитания в военные и гражданские учебные заведения (рис. 1). Основными средствами физической подготовки в них стали занятия военно-прикладными упражнениями (фехтование, гребля, верховая езда и т. п.). Например, в школе математических и навигационных наук (1701 г.) наряду с другими предметами изучались управление парусами, гребля, «рапирная наука» (фехтование) [1].

В 1703 г. по указанию Петра I в Москве открывается частная гимназия немецкого пастора Эрнста Глюка, где наряду с другими учебными предметами проводились занятия по физическому воспитанию (верховая езда,

вольтижировка, фехтование). В Морской академии средствами физического воспитания были фехтование, приемы рукопашного боя [1].

Физическое воспитание вводится и в духовных учебных заведениях, которые готовили не только служителей культа, но и чиновников для государственных учреждений. В духовной семинарии отводилось ежедневно два часа внеучебного времени для подвижных игр и прогулок [2].

В середине XVIII в. для подготовки дворянской молодежи к военной службе открываются специальные дворянские учебные заведения. В программу этих заведений входило физическое воспитание. Будущие офицеры упражнялись в верховой езде, фехтовании, изучали греблю и парусное дело, осваивали танцы и игры в мяч. Два раза в год кадеты сдавали публичные экзамены. Объем часов, отводимых для занятий физическими упражнениями, был достаточно большой. Например, в гимназии при Московском университете (1775 г.) на фехтование отводилось четыре часа в неделю и четыре часа на танцы.

Накопление опыта в физическом воспитании молодых людей связано, прежде всего, с организацией и проведением физической подготовки в военно-учебных заведениях России второй половины XIX в. и начала XX в. Правовой основой этого раздела обучения стало узаконивание в 1956 г. физической подготовки в армии и утверждением в 1959 г. правил для обучения гимнастике в войсках. Согласно документу, физические упражнения были разделены на три группы (рис. 2):

- подготовительные упражнения для развития мускулатуры тела;
- бег;
- военно-прикладные упражнения и упражнения на снарядах: шестах, канатах, лестнице, перекладине, брусках, коне, прыжки в высоту, в длину, упражнения в равновесии на бревне, лазание.

Ближайший помощник военного министра Д. С. Милютина генерал М. И. Драгомиров



Рис. 1. Содержание физического воспитания и физической подготовки в учебных заведениях России в XVIII в.

Fig. 1. The content of physical education and physical training in educational institutions in the XVIII century in Russia

отстаивал необходимость такой физической подготовки, которая обеспечивает привитие военно-прикладных навыков, воспитывает выносливость, ловкость и подвижность бойцов. В содержание гимнастики он включал ходьбу, бег, лазание, преодоление препятствий, упражнения в равновесии и штыковой бой. М. И. Драгомирову принадлежит инициатива введения в армии занятий по преодолению штурмовой полосы.

Значительный вклад в развитие теории физической подготовки войск внес П. Ф. Лесгафт, который в 1875–1876 гг. был отправлен военным министерством в командировку в ряд западноевропейских стран, где изучал постановку физического воспитания и подготовку

учителей гимнастики. Вернувшись в Россию в 1877 г., он разрабатывает программу физического воспитания для военных гимназий и наблюдает за ее реализацией в 12 военных учебных заведениях. Лесгафт принимал активное участие в организации курсов подготовки преподавателей гимнастики для военных гимназий [2].

Большое значение для развития теории и практики физической подготовки в армии и военных учебных заведениях имела деятельность генерала А. Д. Бутовского. В 1888 г. генерал Бутовский, являясь членом комиссии по организации физического воспитания в кадетских корпусах, написал «Наставление для внеклассных занятий», в котором рекомендовал

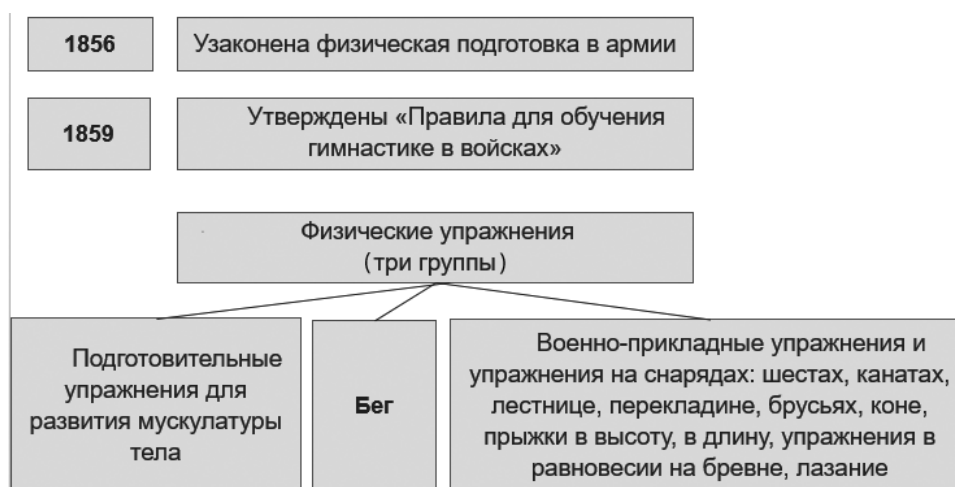


Рис. 2. Физическая подготовка в военно-учебных заведениях России во второй половине XIX в.

Fig. 2. Physical training in military educational institutions of Russia (second half of the XIX century)

заполнять досуг воспитанников различными играми и физическими упражнениями. В целях обеспечения кадетских корпусов квалифицированными специалистами по физическому воспитанию А. Д. Бутовский в 1890 г. организовал специальные курсы и руководил ими на протяжении 16 лет [1].

Таким образом, краткий обзор документальных источников, регламентирующих физическое воспитание в учебных заведениях России, свидетельствует о его военно-прикладной направленности. В то же время следует отметить, что в конце XIX в. делаются попытки внедрения гимнастики и игр в систему физического воспитания учащейся молодежи.

События, происходившие в стране в начале XX в., отодвинули на второй план вопросы, связанные с разработкой программного, нормативного и методического обеспечения физического воспитания населения. Лишь в 1923 г. было обращено внимание на необходимость введения уроков физической культуры в школьные программы. При этом идеологической основой программ становится идея всестороннего коммунистического воспитания (Письмо Высшего совета физкультуры). Однако, несмотря на понимание важности физического воспитания школьников, результаты внедрения специальных уроков оказались отрицательными. Причинами назывались устаревшие методики и отсутствие кадров. Улучшение произошло только тогда, когда в 1927 г. физическое воспитание в школе стало самостоятельным предметом, появились новые программы и учебные планы, предусматривавшие проведение двух обязательных уроков в неделю.

Становление новой системы физического воспитания студентов вузов проходило трудно, но, несмотря на все сложности, уже в январе 1921 г. Петроградский высший педагогический институт вводит в учебные планы подготовки педагогов дисциплину «Физическое воспитание». И только через шесть лет – в 1927/28 учебном году – соответствующая дисциплина вводится в учебные планы всех педагогических и медицинских вузов.

С осени 1929 г., согласно Декрету Совета Народных Комиссаров РСФСР, физическое воспитание становится обязательной дисциплиной во всех высших учебных заведениях. С этого времени процесс физического воспитания студентов становится централизованным. Для этого разрабатываются государственные программы, в которых определяются цели на каждом этапе развития страны. Нормативной основой для их составления на долгие годы

становится комплекс ГТО («Готов к труду и обороне»).

Эволюция централизованно утвержденного программного обеспечения физического воспитания студентов высших учебных заведений представлена в таблице.

С введением Федеральных государственных образовательных стандартов право отбора содержания и форм физического воспитания студентов с целью формирования у них сначала общекультурных, а в настоящее время универсальных компетенций, предоставлено образовательным организациям, реализующим стандарты подготовки бакалавров и специалистов по программам высшего образования. В результате появились многочисленные модели физического воспитания студентов.

Рассмотрим основные особенности каждой из существовавших программ.

В 1931 г. Учебно-методическим сектором Народного комиссариата просвещения РСФСР утверждена «Типовая программа и материалы по физической культуре для ВТУЗов, ВУЗов, КОМВУЗов, техникумов и рабфаков» (кроме медицинских и педагогических). Программой предусматривались переходные нормативы с курса на курс. Обязательным условием перехода на третий курс была сдача норм комплекса ГТО [3].

В 1937 г. Всесоюзный комитет по делам высшей школы и Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта при СНК СССР утверждают новую «Программу по физической культуре для ВУЗов». Согласно требованиям программы, все выпускники (начиная с 1941 г.) должны сдать все нормы комплекса ГТО (кроме 3-й и 4-й медицинских групп).

В конце 1948 г. принято Постановление ЦК ВКП(б) «О ходе выполнения Комитетом по делам физической культуры и спорта директивных указаний Партии и Правительства о развитии массового физкультурного движения в стране и повышении мастерства советских спортсменов». В соответствии с этим документом, проводится корректировка существующей программы, а в 1951 г. утверждается государственная Программа по физическому воспитанию в высших учебных заведениях. Акцент в ней делается на усиление спортивной составляющей, так как перед советскими спортсменами, в том числе и студентами-спортсменами, была поставлена задача завоевания мирового первенства по важнейшим видам спорта. Следует отметить, что задача сдачи норм комплекса ГТО продолжала быть основной при реализации программы. Студент,

Эволюция программного обеспечения физического воспитания студентов высших учебных заведений

Evolution of physical education software for university students

Год	Название	Основания для составления программ
1931	«Типовая программа и материалы по физической культуре для ВТУЗов, ВУЗов, КОМВУЗов, техникумов и рабфаков» [3]	Точный учет знаний и практических навыков
1937	«Программа по физической культуре для ВУЗов» [4]	Выполнение норм комплекса ГТО
1951	Государственная «Программа по физическому воспитанию в высших учебных заведениях» [5]	Преемственность программ в школах и вузах. Увязка курса ОФП с курсом спортивного совершенствования
1955/56	«Программа по физическому воспитанию» (Обязательный курс физической подготовки по комплексу ГТО») [6]	Выполнение норм комплекса ГТО Замена курса ОФП спортивной специализацией
1963	Государственная «Программа по физическому воспитанию в высших учебных заведениях» [7]	Воспитание нового человека. Выполнение норм второй ступени ГТО
1975	Программа «Физическое воспитание для ВУЗов» [8]	Воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств
1987	Комплексная программа для ВУЗов «Физическое воспитание» [9]	Обеспечение преемственности учебного материала
1990	Общесоюзная базисная программа для высших учебных заведений «Физическая культура» [10]	Формирование физической культуры студента и способности реализовать ее. Воспитание потребности в физическом самосовершенствовании
1994	Всероссийская базисная учебная программа «Физическая культура» [11]	Формирование физической культуры личности. Приоритет создания устойчивой мотивации и потребности к здоровому и продуктивному стилю жизни
2000	Примерная учебная программа по физической культуре [12]	Формирование физической культуры личности

заканчивающий второй курс, должен был сдать нормы ГТО II ступени [1].

В 1956 г. Министерством образования утверждена новая программа «Обязательный курс физической подготовки по комплексу “Готов к труду и обороне СССР”». Министерство разрешило учебным заведениям заменить курс общей физической подготовки (ОФП) спортивной специализацией. Для освоения были определены следующие виды спорта: легкая атлетика, гимнастика, плавание, спортивные игры. Программой предполагался учет особенностей учебного заведения и разрешалось освоение других видов спорта после соответствующего обоснования.

В феврале 1959 г. Министерство высшего образования СССР издает приказ № 177 «О физическом воспитании студентов высших учебных заведений»: физическое воспитание в высших учебных заведениях стало рассматриваться «как непрерывный учебно-воспитательный процесс, составляющий комплекс мероприятий и решающий задачи оздоровления, всестороннего физического развития, образования, спортивного совершенствования и подго-

товки студентов к высокопроизводительному труду и защите Родины».

После приема на XXII съезде третьей программы КПСС в стране начинается пересмотр направлений развития различных направлений в социальной сфере. В 1963 г. утверждается новая Государственная программа по физическому воспитанию в высших учебных заведениях. Основная направленность программы – решить задачу воспитания нового человека, гармонично сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство; повысить роль физической культуры и спорта в борьбе за укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие и повышение работоспособности будущих специалистов. Основными средствами программой определялись гимнастика, игровые виды спорта, легкая атлетика, плавание, велоспорт, лыжный и конькобежный спорт.

Программа просуществовала фактически три полных олимпийских цикла и только в 1975 г. Министерством высшего и среднего специального образования СССР утверждается новая программа «Физическое воспитание для ВУЗов». Несмотря на необходимость осво-

ения студентом одного или нескольких видов спорта, сдачи им нормативов комплекса ГТО, первоочередной задачей становится воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств.

Совершенствование физического воспитания студентов в дальнейшем связано с комплексной программой «Физическое воспитание» (1987) и базисной программой «Физическая культура» (1990), утвержденными Приказами Госкомитета СССР по народному образованию [2]. Содержание физического воспитания регламентировалось нормами и требованиями единого Всесоюзного комплекса ГТО. Основной целью программы стало воспитание физической культуры студента.

В 1994 г. вводится Всероссийская базисная учебная программа «Физическая культура» для высших учебных заведений (приказ № 777 от 26.07.94 г.). В цикле общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин из 1802 часов 408 отводились на дисциплину «Физическая культура». На основе настоящей Программы кафедры физического воспитания разрабатывали рабочие программы с учетом условий работы вуза, климатогеографических характеристик региона и материальной спортивной базы.

В соответствии с приказом № 1025 от 01.12.1999 г. Министерства образования Российской Федерации 26 июля 2000 г. рекомендована примерная учебная программа по физической культуре, подготовленная научно-методическим советом по физической культуре вузов Российской Федерации. Это была последняя, централизованно утвержденная программа для высших учебных заведений.

Данная программа основана на требованиях государственного образовательного стандарта с учетом выполнения обязательного минимума по дисциплине «Физическая культура», на которую выделено 408 обязательных базовых часов на весь период обучения. Содержание практического раздела в рабочих программах кафедр физического воспитания каждому вузу предлагалось определять самостоятельно.

Выводы

Процесс эволюции физического воспитания студентов высших учебных заведений можно представить в несколько этапов:

- этап апробации отдельных средств физического воспитания и физической подготовки в учебном и внеучебном процессах;

- этап апробации программ физического воспитания студентов вузов в учебных заведениях определенной направленности (военных, педагогических, медицинских);
- этап централизованного управления физическим воспитанием студентов вузов на конкретном историческом этапе развития страны»;
- этап самостоятельного определения содержания и форм организации физического воспитания студентов для формирования общекультурных и универсальных компетенций.

С введением Федеральных государственных образовательных стандартов отбор содержания и форм физического воспитания студентов с целью формирования у них сначала общекультурных, а в настоящее время универсальных компетенций, осуществляется образовательными организациями, реализующими стандарты подготовки бакалавров и специалистов по программам высшего образования. В результате появились многочисленные модели физического воспитания студентов. Осмысление их эффективности требует дополнительных исследований.

Список литературы

1. Столбов В. В. История физической культуры. М. : Просвещение, 1989. 288 с.
2. Столбов В. В., Финогенова Л. А., Мельникова Н. Ю. История физической культуры и спорта / под ред. В. В. Столбова. М. : Физкультура и спорт, 2001. 423 с.
3. Типовая программа и материалы по физической культуре для втузов, вузов, комвузов, техникумов и рабфаков (кроме медицинских и педагогических) / Методический сектор Наркомпроса РСФСР. Л. : Учпедгиз, 1931. 80 с.
4. Программа по физической культуре для высших учебных заведений / Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта при Совете народных комиссаров СССР. М. : ОГИЗ Физкультура и туризм, 1937. 108 с.
5. Программа по физическому воспитанию студентов высших учебных заведений (кроме педагогических) / Министерство высшего образования СССР. М. : Советская наука, 1951. 38 с.
6. Программа по физическому воспитанию студентов высших учебных заведений: (Обязательный курс физической подготовки по комплексу «Готов к труду и обороне СССР»). Утверждена 23/XI 1955 г. М. : Советская наука, 1956. 15 с.
7. Физическое воспитание студентов высших учебных заведений (программа). М. : Высшая школа, 1963. 71 с.
8. Физическое воспитание. Программа для высших учебных заведений. М. : Издательство Московского университета, 1975. 84 с.

9. Физическое воспитание. Комплексная программа для высших учебных заведений. М. : Издательство Московского университета, 1987. 47 с.
10. Физическая культура. Общесоюзная базисная учебная программа для высших учебных заведений. М. : Гособразование СССР, 1990. 28 с.
11. Физическая культура. Примерная программа для высших учебных заведений. М. : Изд-во Госкомитета РФ по высшему образованию, 1994. 54 с.
12. Примерная программа дисциплины «Физическая культура» федерального компонента цикла общегуманитарных и социально-экономических дисциплин в государственном образовательном стандарте высшего профессионального образования второго поколения / сост. В. И. Ильинич, Ю. И. Евсеев. М. : Московский психолого-социальный институт, 2000. 34 с.

References

1. Stolbov V. V. *Istorija fizicheskoj kul'tury* [History of physical culture]. Moscow, Prosveshchenie, 1989. 288 p. (in Russian).
2. Stolbov V. V., Finogenova L. A., Melnikova N. Yu. *Istorija fizicheskoj kul'tury i sporta. Pod. red. V. V. Stolbova* [Stolbov V. V., ed. History of physical culture and sports]. Moscow, Fizkul'tura i sport, 2001. 423 p. (in Russian).
3. *Tipovaja programma i materialy po fizicheskoj kul'ture dlja vtuzov, vuzov, komvuzov, tekhnikumov i rabfakov (krome meditsinskih i pedagogicheskikh)* [Typical program and materials on physical culture for technical colleges, universities, colleges, technical schools and labor faculties (except for medical and pedagogical)]. Methodological sector of the People's Commissariat for Education of the RSFSR. Leningrad, Uchpedgiz, 1931. 80 p. (in Russian).
4. *Programma po fizicheskoj kul'ture dlja vysshikh uchebnykh zavedenij* [The program of physical culture lessons in higher educational institutions. All-Union physical culture and sports Committee under the Council of People's Commissars of the USSR]. Moscow, OGIz Fizkul'tura i turizm, 1937. 108 p. (in Russian).
5. *Programma po fizicheskomu vospitaniju studentov vysshikh uchebnykh zavedenij (krome pedagogicheskikh)* [The program of physical education of students of higher educational institutions (except pedagogical)]. Ministry of higher education of the USSR]. Moscow, Sovetskaya nauka, 1951. 38 p. (in Russian).
6. *Programma po fizicheskomu vospitaniju studentov vysshikh uchebnykh zavedenij: (Objazatel'nyj kurs fizicheskoj podgotovki po kompleksu "Gotov k trudu i oborone SSSR")* [The program for physical education of students of higher educational institutions: (Compulsory course of physical training for the complex "Ready for work and defense of the USSR"). Approved on 23/XI 1955]. Moscow, Sovetskaya nauka, 1956. 15 p. (in Russian).
7. *Fizicheskoe vospitanie studentov vysshikh uchebnykh zavedenij (programma)* [Physical education of students of higher educational institutions (program)]. Moscow, Vysshaya shkola, 1963. 71 p. (in Russian).
8. *Fizicheskoe vospitanie. Programma dlja vysshikh uchebnykh zavedenij* [Physical education. Program for higher educational institutions]. Moscow, Moscow University Press, 1975. 84 p. (in Russian).
9. *Fizicheskoe vospitanie. Kompleksnaja programma dlja vysshikh uchebnykh zavedenij* [Physical education. Comprehensive program for higher educational institutions]. Moscow, Moscow University Press, 1987. 47 p. (in Russian).
10. *Fizicheskaja kul'tura. Obshhesojuznaja bazisnaja uchebnaja programma dlja vysshikh uchebnykh zavedenij* [Physical culture. All-Union basic curriculum for higher educational institutions]. Moscow, Gosobrazovanie SSSR, 1990. 28 p. (in Russian).
11. *Fizicheskaja kul'tura. Primernaja programma dlja vysshikh uchebnykh zavedenij* [Physical culture. Exemplary program for higher educational institutions]. Moscow, Izd-vo Goskomiteta RF po vysshemu obrazovaniju, 1994. 54 p. (in Russian).
12. *Primernaja programma distsipliny «Fizicheskaja kul'tura» federal'nogo komponenta tsikla obshchegumanitarnykh i social'no-jekonomicheskikh distsiplin v gosudarstvennom obrazovatel'nom standarte vysshego professional'nogo obrazovanija vtorogo pokolenija. Sost. V. I. Il'inich, Ju. I. Evseev* [Ilyinich V. I., Evseev Ju. I., comp. Exemplary program of the discipline "Physical culture" of the federal component of the cycle of general humanitarian and socio-economic disciplines in the state educational standard of higher professional education of the second generation]. Moscow, Moscow Psychological and Social Institute Publ., 2000. 34 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 05.08.2023; одобрена после рецензирования 15.08.2023; принята к публикации 20.08.2023
The article was submitted 05.08.2023; approved after reviewing 15.08.2023; accepted for publication 20.08.2023

Научная статья

УДК 796-057.87:378(477.62-25)|1921/2023|

История развития студенческого спорта в Донецком национальном техническом университете

И. В. Станков

Донецкий национальный технический университет, Россия, 283001, г. Донецк, ул. Артема, д. 58

Станков Игорь Валентинович, старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта, председатель Спортивного клуба, stan.cof@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5908-7380>

Аннотация. Статья посвящена истории возникновения и развития студенческого спорта в Донецком национальном техническом университете. Работа основана на архивных материалах спортивного клуба Донецкого национального технического университета и отражает события 1921–2023 гг.

Ключевые слова: история, университет, физвоспитание, студенты, спорт, спортивный клуб, студенческое спортивное движение

Для цитирования: Станков И. В. История развития студенческого спорта в Донецком национальном техническом университете // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 346–355. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-346-355>, EDN: RZNWEC

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

History of student sports development at Donetsk National Technical University

I. V. Stankov

Donetsk National Technical University, 58 Artyoma St., Donetsk 283001, Russia

Igor V. Stankov, stan.cof@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5908-7380>

Abstract. The article is devoted to the history of the emergence and development of student sports at Donetsk National Technical University. The work is based on archival materials of the sports club of Donetsk National Technical University and reflects the events of 1921–2023.

Keywords: history, university, physical education, students, sports, sports club, student sports movement

For citation: Stankov I. V. History of student sports development at Donetsk National Technical University. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 346–355 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-346-355>, EDN: RZNWEC

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC0-BY 4.0)

Донецкий национальный технический университет является одним из старейших учебных заведений Донбасса, имеет более чем столетнюю историю и берет свое начало со дня основания Донецкого горного техникума им. Артёма (Федор Андреевич Сергеев, российский революционер, известный как «товарищ Артём») в мае 1921 г. За время своего существо-

вания университет претерпел определенные структурные преобразования:

- 1921–1926 гг. – Донецкий горный техникум (ДГТ);
- 1926–1935 гг. – Донецкий горный институт (ДГИ);
- 1935–1960 гг. – Донецкий индустриальный институт (ДИИ);

- 1960–1993 гг. – Донецкий политехнический институт (ДПИ);
- 1993–2001 гг. – Донецкий государственный технический университет (ДонГТУ);
- с 2001 г. по настоящее время – Донецкий национальный технический университет (ДонНТУ).

С самого начала работы учебного заведения занятия по физвоспитанию в той или иной организационной форме всегда присутствовали в учебном плане, а физкультурный коллектив принимал самое активное участие во всех спортивно-массовых мероприятиях, проводившихся в городе и области.

В 1921 г. основной состав учащихся Донецкого горного техникума был представлен участниками Гражданской войны, шахтерами и металлургами в возрасте от 25 до 35 лет. В то время наблюдалась большая нехватка специалистов в области физического воспитания и спорта, поэтому занятия по физвоспитанию и тренировки проводили непосредственно сами студенты.

В 1925 г. были введены обязательные академические занятия по физической подготовке, которые при отсутствии специалистов по-прежнему проводили сами студенты. Одним из первых организаторов спортивных секций (спортивного клуба) в Донецком горном техникуме был студент И. М. Петрушкин, который с 1923 по 1925 гг. проводил занятия по гимнастике и тяжелой атлетике. Газета «Диктатура труда» за 15.05.1923 г. писала о лучших спортивных руководителях г. Юзовки (первое название г. Донецка до 1924 г.): «И. М. Петрушкин – молодой спортсмен, корреспондент, организатор спортивного отдела газеты. Награжден серебряным жетоном. Как студент Донтехникума им. Артёма он организовал спортивные кружки. Около 200 человек занимается гантельной гимнастикой и тяжелой атлетикой в клубе им. Энгельса» [1].

В 1928 г. в Донецком горном институте была организована военная кафедра, которая осуществляла военно-физкультурную работу.

Военную кафедру упразднили в 1931 г., был сформирован студенческий батальон ОСО-АВИАХИМа (Общество содействия обороне авиации и химическому строительству), куда входили: стрелковая рота, артиллерийская батарея, санитарная рота и рота противоздушной обороны.

Одновременно развивалась самостоятельная и кафедра физвоспитания. Все студенты проходили физическую подготовку, а занятия

проводили инструкторы физкультуры, входящие в состав военной кафедры. Это были старшие преподаватели А. А. Филин (борьба и тяжелая атлетика, в 1956 г. стал первым в Донбассе заслуженным тренером СССР), Н. Т. Никитенко (фехтование), И. И. Патлаховский (гимнастика).

В 1931 г. в СССР впервые в мире была разработана и внедрена в области физического воспитания методика начальной военно-физической подготовки развития физических качеств у юношей и взрослых – Всесоюзный комплекс «Готов к труду и обороне СССР». С введением комплекса ГТО физкультурная работа была пересмотрена согласно задачам комплекса – студенты 1–5-х курсов были охвачены сдачей норм комплекса ГТО. К 1 января 1935 г. в институте уже насчитывалось 280 значкистов ГТО 1-й ступени, значкистов 2-й ступени среди студентов не было. Надо сказать, что для рядового студента-физкультурника сдать нормы ГТО 2-й ступени было довольно трудно. В комплексе было 15 норм и требований, среди них наиболее трудными считались нормы по плаванию, нырянию, прыжки в воду, прыжки с парашютом с самолета, очень сложная военизированная полоса, велокросс и лыжный кросс, прыжок с трамплина и др. На торжественном вечере 7 ноября 1935 г. 28 студентов и преподавателей института были награждены значками ГТО 2-й ступени – это были первые значкисты ГТО Донбасса 2-й ступени.

В 1934 г. институт принимал участие в спортивных соревнованиях вузов Наркомата (народные комиссариаты) тяжелой промышленности СССР в Москве. Эти соревнования явились первой пробой сил команды, в которую были включены лучшие спортсмены института. Однако они показали недостаточно высокие спортивные результаты, поэтому были приняты меры к дальнейшему стимулированию роста спортивно-физкультурной работы. В программу было включено обязательное прохождение студентами общей физической подготовки, которая состояла из занятий по гимнастике, лыжной подготовке и легкой атлетике.

В 1935 г. кафедра физвоспитания вылилась в самостоятельное структурное подразделение института. Первым заведующим кафедрой стал выпускник Ленинградского института физической культуры, детдомовец Александр Ильич Беспрозванный. В 1940 г. он погиб в Финской войне.

Начиная с 1935 г. ежегодно во время зимних каникул студенты в количестве 250–300 человек выезжали на две недели в Центральный

дом отдыха г. Святогорска, туда же приезжали основные соперники в студенческом спорте, студенты Днепропетровского горного института. За время каникул проводились встречи по волейболу, лыжам и конькам, также сдавались зимние нормы ГТО 1-й – 2-й ступеней: лыжный кросс 10–20 километров, прыжок с трамплина на лыжах, норматив по конькам. Для сдачи летних нормативов 1-й – 2-й ступеней студенты выезжали на Зуевское водохранилище, где в течение трех дней готовились сдавать нормы по плаванию, нырянию и прыжок с вышки в воду. Сдающие нормы обратно возвращались на дистанцию 35 километров с полной выкладкой, винтовкой и грузом. Нормы по парашютному спорту сдавали после курса обучения при Сталинском аэроклубе, после 3 месяцев теоретических занятий, студенты приступали к практической сдаче этой трудной нормы. Первый раз самолет поднимался на высоту 800 метров, второй подъем заканчивался прыжком непосредственно с крыла самолета.

В 1937 г. команда Донецкого индустриального института успешно выступила на Всесоюзных спортивных соревнованиях вузов Наркомата тяжелой промышленности СССР в Москве и вошла в десятку лучших вузов Наркомата.

В 1938 г. студенты и преподаватели института успешно приняли участие во Всесоюзной студенческой спартакиаде в Москве.

В течение 4 лет – с 1937 по 1941 гг. – коллектив Донецкого индустриального института в количестве 700–900 человек принимал участие в ежегодных праздниках, посвященных Дню физкультурника. За хорошие выступления, высокую организованность и массовость коллектив ДИИ на протяжении ряда лет завоевывал переходящее Красное Знамя Сталинского городского совета депутатов и трудящихся.

Помимо академических занятий на кафедре физвоспитания, было создано Добровольное спортивное общество «Стахановец», где для студентов были организованы спортивные секции по следующим видам спорта:

- 1) спортивная гимнастика,
- 2) акробатика,
- 3) легкая атлетика,
- 4) фехтование,
- 5) конькобежный спорт,
- 6) волейбол,
- 7) теннис,
- 8) шахматы,
- 9) мотоспорт,
- 10) альпинизм,
- 11) туризм,

- 12) велоспорт,
- 13) футбол,
- 14) хоккей,
- 15) баскетбол,
- 16) тяжелая атлетика,
- 17) бокс,
- 18) борьба.

Лучшим доказательством активного участия Донецкого индустриального института в физкультурно-спортивной работе является статистика о количестве студентов, которые занимались в спортивных секциях:

- 1936–1937 учебный год – 450 человек;
- 1937–1938 учебный год – 815 человек;
- 1938–1939 учебный год – 825 человек;
- 1939–1940 учебный год – 1264 человек.

Также секционные занятия в то время проводились и среди преподавателей в клубе «Наука», который был расположен во дворе 1-го учебного корпуса. Здесь работала секция баскетбола.

В 1940 г. институт за успешные выступления в соревнованиях и конкурсах был награжден ЦК ВЛКСМ, Комитетом по делам Высшей школы при Совете Народных Комиссаров СССР, Комитетом по делам физкультуры и спорта, Центральным Советом ОСОАВИА-ХИМ (в итоге 24 грамоты, 5 дипломов, 6 ценных призов).

Донецкий индустриальный институт успешно развивался, совершенствовалась спортивная база, работал каток, функционировала конькобежная и лыжная база, были созданы две оздоровительные базы для отдыха преподавателей и их семей.

В 1941 г. в связи с двадцатилетием образования Донецкого индустриального института и весомым вкладом в развитие тяжелой промышленности вуз был награжден орденом Трудового Красного Знамени.

22 июня 1941 г. началась Великая Отечественная война и многие студенты и преподаватели ушли на фронт. Институт начал подготовку к эвакуации, однако не все успели вывезти. Началась новая жизнь, весь город был в руинах. Это были страшные годы, жизнь людей подверглась испытаниям – голод, холод и страх преследовали каждый день.

В ночь с 7 на 8 сентября 1943 г. в г. Сталино (название Донецка до 1961 г.) вошли передовые части Советской Армии, предстояла огромная работа по восстановлению промышленности, инфраструктуры, учебных и культурных заведений.

Через 3 месяца после освобождения города от гитлеровских захватчиков Донецкий индустриальный институт начал работу.

стриальный институт вернулся из эвакуации (г. Прокопьевск, Кузбасс) и 5 декабря 1943 г. вновь начал свою работу в родном городе. Материально-техническая база была разрушена: сожжены учебные корпуса № 1, 2 и 3, сожжены студенческие общежития, уничтожены литейные цеха, механические мастерские, библиотека, лаборатории, оборудование и др. Не избежали этой участи и спортивные сооружения, были уничтожены лыжная база, велобаза, разрушены и разграблены все спортивные залы, стадион, корт, игровые площадки. Студенты обучались и одновременно осваивали профессии каменщиков, столяров, плотников, маляров, грузчиков. Своими силами они восстанавливали учебные корпуса, общежития, лаборатории, стадион, спортивные залы, игровые площадки.

Возрождались и кафедра физического воспитания. У всех сотрудников не было ничего, кроме огромного желания вернуться к мирной жизни и снова заняться развитием спорта. Институт постепенно восстанавливался, а с ним восстанавливалась и его спортивная работа. Помимо учебных занятий начали свою работу и спортивные секции: мужская и женская секции гимнастики, легкой атлетики, лыж, партерной акробатики, стрельбы.

В предвоенные годы занятия по физвоспитанию проводились в объеме двух часов в неделю на 1-м и 2-м курсах, кроме того работали секции по 18 видам спорта, в которых студенты занимались от 3 до 6 раз в неделю. После освобождения города от немецких захватчиков учебные занятия проводились 1 раз в неделю, работали секции по 7 видам спорта, в которых проводились тренировки 3 раза в неделю.

Начиная с 1946 г. занятия стали проводиться в объеме двух обязательных и двух факультативных часов в неделю. Занятия в секциях проводились по 16 видам спорта. Наибольшие успехи были в борьбе, боксе, тяжелой атлетике, баскетболе [1].

В 1957 г. введен в эксплуатацию зал акробатики и спортивных игр, в 1967 г. – 25-метровый плавательный бассейн, в 1971 г. – первый в Украине спортивный манеж с 200-метровой легкоатлетической беговой дорожкой. В 1964 г. в п. Ялта на берегу Азовского моря построен спортивно-оздоровительный лагерь «Буревестник», где ежегодно отдыхало свыше тысячи студентов, преподавателей, сотрудников и их семей.

В 70–80-х гг. учебные занятия по физвоспитанию проводились в объеме четырех часов

в неделю на четырех курсах. Занятия в секциях спортивного совершенствования проводились от 6 до 24 часов в неделю (в зависимости от квалификации спортсмена) по 28 видам спорта. Сборные команды ДПИ (Донецкого политехнического института) становились победителями и призерами на спартакиадах и кубках Украины среди студенческих команд по боксу, футболу, легкой атлетике, тяжелой атлетике, спортивной акробатике, шахматам.

1974 г. – студенческая команда ДПИ по шахматам стала чемпионом Украины и заняла четвертое место среди вузов СССР.

1975 г. – команда тяжелоатлетов ДПИ заняла второе место в чемпионате спортивных клубов Украины по тяжелой атлетике.

1976 г. – команда акробатов ДПИ заняла первое место в соревнованиях среди вузов Украины.

1977 г. – команда ДПИ стала победителем соревнований среди вузов Донецкой области.

1978 г. – команда ДПИ вновь победила на соревнованиях среди вузов Донецкой области.

1979 г. – сборная команда ДПИ по акробатике заняла первое место в Спартакиаде вузов Украины.

1982 г. – команда ДПИ по футболу заняла первое место в соревнованиях на Кубок Украины среди студенческих команд.

Хорошие результаты показывали наши студенты-спортсмены и в индивидуальных видах спорта. Так, в 1977 г. студент ДПИ Василий Архипенко установил рекорд СССР в беге на 400 метров с барьерами, а в 1980 г. в этой же дисциплине стал серебряным призером Олимпийских игр в Москве. В 1987 г. студент ДПИ Дмитрий Елисеев стал чемпионом мира по боксу среди юниоров (г. Гавана, Куба), а в 1989 г. стал победителем Кубка СССР по боксу (г. Подольск) и в том же году стал победителем на Всесоюзных молодежных играх (г. Донецк).

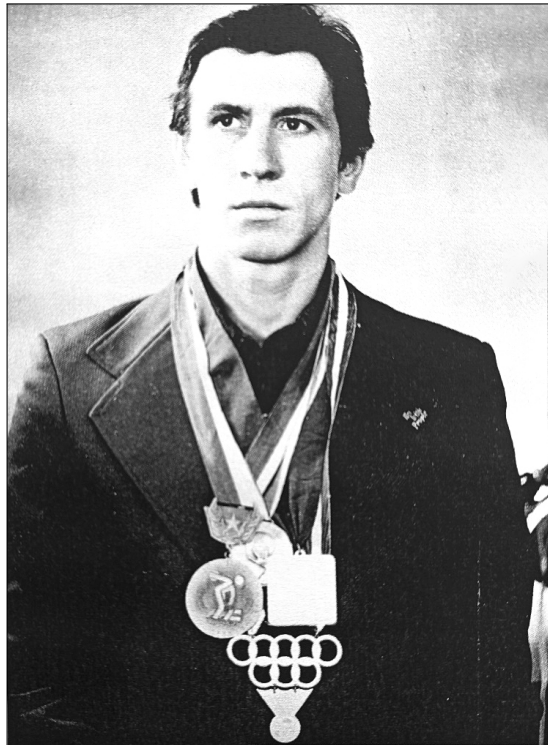
В 1980 г. на спортивной базе ДПИ была создана лаборатория «Физиология спорта», где велись научные исследования и разрабатывались способы определения потенциала физических и психологических возможностей человека в большом спорте.

Профессор В. Д. Атаманов, доцент А. В. Столяренко и преподаватель М. А. Шостак являются авторами и соавторами разработки технологии проведения XXII Олимпийских игр, Игр доброй воли и кубка Европы по легкой атлетике.



Студент 2-го курса Д. Елисеев – чемпион мира по боксу среди юниоров (в центре). Председатель студенческого спортклуба Л. А. Мартиросов (слева)

2nd year student D. Eliseev is a world boxing champion among juniors (in center). Chairman of the student sports club L. A. Martirosov (in left)



Василий Архипенко – серебряный призер XXII Олимпийских игр в Москве, 1980 г.

Vasily Archipenko – silver medalist XXII Olympic Games in Moscow, 1980

В эти года физкультурно-спортивная работа института была неоднократно отмечена различными государственными наградами:

- 1971 г. – Грамота Министерства высшего и среднего образования СССР;
- 1980 г. – Почетная грамота Международного Олимпийского комитета;
- 1981 г. – Красное Знамя Минвуза СССР;
- 1984 г. – Красное Знамя Центрального Совета «Буревестник» [2].

ДПИ одним из первых в СССР организовал спортивные занятия с учетом спортивной специализации. Студент выбирал себе вид спорта, которым мог заниматься в течение всего обучения. Это способствовало повышению заинтересованности у студентов в занятиях по физвоспитанию, повышению квалификации преподавателей, рациональному использованию спортивной базы, комплектованию команд по видам спорта, наилучшей подготовке студентов-спортсменов по видам спорта.

Наличие спортивной базы, в особенности спортивного манежа с легкоатлетической беговой дорожкой, способствовало проведению большого количества соревнований, начиная от областных универсиад до региональных и международных соревнований. Большую по-

пулярность имели соревнования, посвященные памяти студентов университета, погибших в годы Великой Отечественной войны, соревнования по боксу на призы Героев Советского Союза и Героев Социалистического труда, турнир по дзюдо в честь заслуженного тренера Ю. М. Зусера, соревнования по акробатике на призы выпускника университета, чемпиона СССР В. Г. Ильюшенко.

С 1993 по 2013 гг. в спортивном манеже ДонНТУ проходили игры «Суперлиги» чемпионата Украины по гандболу, с участием команды ДонНТУ «Политехник».

В 90-х гг. стал набирать большую популярность командный, силовой, динамичный вид спорта – американский футбол, а в 1991 г. была создана команда «Донецкие Зубры». В дальнейшем, начиная с 1996 г., команда была переименована в «Скифы-ДонНТУ» и тренировалась на базе спортивного манежа ДонНТУ. «Скифы-ДонНТУ» являются 12-кратными чемпионами Украины, финалистами Лиги европейских чемпионов.

В 2000 г. на базе спортивного манежа состоялась Универсиада Донецкой области, в которой сборная команда ДонНТУ заняла первое место.

В 2000-х гг. отличные результаты в ДонНТУ показывали сборные команды по гандболу, футболу, американскому футболу, стрельбе из лука. В индивидуальных видах спорта победителями кубка мира становились выходцы из дзюдо, кикбоксинга, акробатики [3].

В 2012 г. на спортивной базе университета был создан спортивный клуб единоборств (СКЕ) «Македон-ДонНТУ». Основной целью клуба было привлечение молодежи к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни, а также популяризация спортивных видов единоборств. Тренировки проводили профессиональные спортсмены, имеющие большой опыт в своем виде единоборства. Как показало время, данное направление привлекло большое количество молодежи. СКЕ «Македон-ДонНТУ» начиная с 2012 г. принял участие в организации порядка 50 соревнований, от региональных до международных. За время работы были подготовлены чемпионы кубков мира, Украины и ДНР по различным видам единоборств. Сборная команда СКЕ «Македон-ДонНТУ» неоднократно становилась победителем кубков ДНР по видам единоборств (тайский бокс, кикбоксинг, боевое самбо, рукопашный бой, тактическая борьба грэпплинг, смешанное боевое единоборство ММА). СКЕ «Македон-ДонНТУ»

принимал непосредственное участие в регистрации и становлении таких региональных спортивных федераций, как:

- Федерация тайландского бокса Украины в городе Донецке;
- Федерация грэпплинга ADCC в Донецкой области;
- Федерация смешанного боевого единоборства (ММА) ДНР.

2014 г. принес в Донбасс гражданскую войну, стали проявляться негативные последствия во всех сферах жизни, в том числе и образовании. ДонНТУ вновь, как и много лет назад, оказался в зоне боевых действий, была частично разрушена материально-техническая база, происходил отток профессиональных кадров. Но, как известно: спорт – это жизнь! И жизнь в нашем университете не останавливалась ни на одну минуту.

В 2015 г. СКЕ «Македон-ДонНТУ» стал организатором первого открытого чемпионата ДНР по боевому самбо и смешанному боевому единоборству ММА. В соревнованиях приняли участие команды из России, ДНР, ЛНР, Абхазии, Южной Осетии и Сербии. Можно сказать, что это был первый международный турнир Донецкой Народной Республики. СК «Македон-ДонНТУ» занял на нем первое командное место.

В 2015 г. СКЕ «Македон-ДонНТУ» совместно с кафедрой физвоспитания организовали «Праздник спорта в ДонНТУ», который показал огромный интерес студенческой общественности к спорту в то непростое время.

В том же 2015 г. было принято решение объединить усилия всех неравнодушных к спорту сотрудников университета и создать Спортивный клуб ДонНТУ, который, помимо единоборств, объединит в себе развитие всех направлений студенческого спорта. Это было значимое для спортивной истории университета событие. Студенческое спортивное движение, как и во все непростые для Донбасса времена, вновь возродилось в стенах Донецкого национального технического университета. В результате объединения усилий в состав спортивного клуба ДонНТУ вошли: спортивный клуб единоборств «Македон-ДонНТУ», клуб американского футбола «Скифы-ДонНТУ», регбийный клуб «Тигры Донбасса», шахматный клуб «Ход конем», альпинистский клуб «Донбасс-Д», плавательный клуб «Морские котики», футбольный клуб «Технари», клуб тяжелой атлетики «Медведь», клуб стрельбы из лука «Золотые стрелы»,



Команда спортивного клуба единоборств «Македон-ДонНТУ» – чемпион
The team of the sports club of martial arts “Macedon-DonNTU” is the champion

фехтовальный клуб «Золотая сабля», баскетбольный клуб «ДПИ» [4].

Для студентов были организованы секции по таким видам спорта, как:

- 1) акробатика,
- 2) альпинизм,
- 3) американский футбол,
- 4) бадминтон,
- 5) баскетбол,
- 6) бокс,
- 7) волейбол,
- 8) гандбол,
- 9) дзюдо,
- 10) самбо,
- 11) кикбоксинг,
- 12) легкая атлетика,
- 13) ММА,
- 14) плавание,
- 15) регби,
- 16) рукопашный бой,
- 17) скалолазание,
- 18) стрельба из лука,
- 19) тяжелая атлетика,
- 20) фехтование,
- 21) футбол,
- 22) шахматы.

Начиная с 2015 г. Спортивный клуб ДонНТУ организовал и оказал поддержку в проведении более 150 соревнований различного уровня от внутривузовских до межре-

гиональных. Студенческая молодежь со всех университетов Донецкой Народной Республики стала посещать спортивно-массовые мероприятия, активно записываться в спортивные секции и принимать участие в соревнованиях различного уровня, реализовывать себя в проектах Спортклуба ДонНТУ. Со временем многие наши студенты стали призерами и победителями республиканских соревнований, членами сборных команд Республики, получили спортивные разряды и звания. С целью патриотического воспитания молодежи Спортивный клуб ДонНТУ организует и проводит ежегодные турниры:

- Кубок Победы по тактической борьбе грэпплинг, посвященный Победе в Великой Отечественной Войне;
- Кубок мастера спорта Василия Тимашова по кикбоксингу – турнир памяти павшим защитникам Донбасса.

В 2021 г. на базе спортивного манежа ДонНТУ совместно с городским управлением по физической культуре и спорту администрации города Донецка было проведено городское спортивно-массовое мероприятие по приему нормативов государственного физкультурно-спортивного комплекса «ГТО ДНР». В данном спортивном мероприятии приняли участие студенты образовательных организаций города Донецка, а также все же-



Команда «Скифы-ДонНТУ» на Празднике спорта ДонНТУ (2015 г.)
Team "Scythians-DonNTU" at the Sports Festival of DonNTU (2015)

лающие в возрасте от 6 до 60 лет. Отмечено, что тестирование было проведено на высоком профессиональном уровне, и в дальнейшем возможно проведение уже республиканского мероприятия по сдаче норм ГФСК «ГТО ДНР».

Таким образом, Спортклуб ДонНТУ стал центром притяжения для молодежи, которая хочет заниматься спортом и вести здоровый образ жизни, знает и уважает историю своей страны, чтит память наших предков, воинов-победителей и, конечно, готова созидать и развиваться на благо своей страны.

В 2019 г. Президент Российской Федерации Владимир Путин дал поручение создать спортклубы в высших и профессиональных образовательных организациях к 2024 г. В 2021 г. Спортклуб ДонНТУ получил официальный статус и стал структурным подразделением Донецкого национально-технического университета.

В 2022 г. с началом СВО активная спортивная работа СК ДонНТУ временно приостановилась, многие тренеры и спортсмены ушли защищать свою Родину. Все образова-

тельные и тренировочные процессы в ДНР были переведены в дистанционный формат.

В 2023 г. Спортивный клуб ДонНТУ выступил инициатором и одним из организаторов проведения республиканского турнира по шахматам среди студентов «Кубок Победы», посвященного 78-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне. Соревнования проводились в онлайн-формате на специализированной шахматной онлайн-платформе. Это был первый опыт проведения подобных онлайн-соревнований, который собрал 70 студентов-шахматистов из 8 вузов ДНР.

Студенческое спортивное движение старается идти в ногу со временем, и поэтому намечено развитие таких новых видов спорта, как фиджиталспорт, киберспорт и спортивное программирование. Стоит отметить, что данные спортивные направления интересуют современную студенческую молодежь. Например, в мае 2023 г. в г. Грозный состоялся первый Международный фестиваль по программированию «КОД МИРА», в котором приняли участие студенты ДонНТУ в составе сборной команды ДНР. Уровень полученных знаний в нашем университете позволил

ребятам пройти в финал в дисциплине «Продуктовое программирование». Считаем это большим успехом, так как в соревнованиях принимали участие команды практически из всех регионов России. Благодаря этому результату при содействии Федерации спортивного программирования РФ на базе нашего университета в кратчайшие сроки был создан специализированный компьютерный кабинет. И теперь с новыми возможностями планируем и дальше показывать хорошие результаты.

30 сентября 2022 г. Донецкая Народная Республика совместно с другими новыми регионами (ЛНР, Запорожская область, Херсонская область) вступила в состав Российской Федерации – это было долгожданное событие для нашей Республики. В то же время существенно обострилась горячая фаза противостояния, многие корпуса и спортивные объекты университета попали под артиллерийские обстрелы, вследствие чего были частично разрушены. Несмотря на имеющиеся в настоящее время трудности, студенческое спортивное сообщество верит в их преодоление, дальнейшее восстановление материально-технической базы и развитие студенческого спорта Донбасса в составе единой России.

В 2023 г. Спортивный клуб ДонНТУ начал налаживать рабочие связи с общероссийскими общественными организациями «Российский студенческий спортивный союз» (РССС) и «Ассоциация спортивных студенческих клубов России» (АССК) с целью улучшения/ускорения процессов интеграции студенческого спорта ДНР в спортивное пространство Российской Федерации, а также с целью физического и нравственного воспитания здорового поколения нашей молодежи. ДонНТУ уже является участником программ этих общероссийских организаций, сотрудничество с которыми дает неограниченные возможности для гармоничного развития наших студентов, а также развития студенческого спорта и спорта Донбасса в целом.

И, конечно, вся эта история развития студенческого спорта в стенах нашего университета, весь столетний путь был бы невозможен без самого главного – людей, которые неустанно трудились и отдавали часть себя на благо общего. Это студенты и тренеры, ассистенты и преподаватели, заведующие кафедрами и деканы, проректоры и ректоры, все те, кто был неравнодушен к спорту, развитию и процветанию здорового молодого поколения нашей

страны. Благодаря труду этих людей, сегодня у нас есть богатая история и достижения, прекрасная спортивная база, знания, методические наработки и многое-многое другое. Для того чтобы рассказать о каждом, нужна отдельная статья. Мы всех помним, гордимся и выражаем огромную признательность и благодарность. С этой целью, а также для того чтобы студенты знали историю развития спорта университета, в планах Спортклуба ДонНТУ реализация проекта «Спортивная история ДонНТУ».

Спорт для ДонНТУ – это энергия жизни университета, важнейшая его составляющая, без которой невозможно развитие и движение вперед, к новым достижениям в любых сферах деятельности. Пройденный более чем столетний путь, показывает, что, несмотря ни на какие трудности, университет всегда сохранял негасимый дух и оптимизм, занятия физической культурой и спортом проводились на постоянной основе, а наши студенческие команды показывали отличные спортивные результаты. А это значит, что студенческое спортивное движение в ДонНТУ было, есть и будет всегда!

Список литературы

1. Атаманов В. Д. Физическая культура и спорт в ДонНТУ. Донецк : ДонНТУ, 2013. 100 с.
2. Знаменательные и памятные даты ДонНТУ. URL: <http://znam-daty-donntu.ru> (дата обращения: 28.07.2023).
3. Кафедра физического воспитания и спорта ДонНТУ. URL: <http://kfvs.fkita.donntu.ru> (дата обращения: 28.07.2023).
4. Станков И. В., Наврос В. В., Дюдин И. А. Спортивный клуб ДонНТУ как фактор привлечения молодежи к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни // Инновационные процессы в современном образовании : от идеи до практики : материалы III Международной научно-практической конференции с использованием дистанционных технологий. Ярославль: Издательство «Цифровая типография», 2023. С. 186–189.

References

1. Atamanov V. D. *Phizicheskaya kultura i sport v DonNTU* [Physical Culture and Sports in DonNTU]. Donetsk, DonNTU Publ., 2013. 100 p. (in Russian).
2. *Significant and memorable dates of DonNTU*. Available at: <http://znam-daty-donntu.ru> (accessed July 28, 2023) (in Russian).
3. *Department of Physical Education and Sports of DonNTU*. Available at: <http://kfvs.fkita.donntu.ru> (accessed July 28, 2023) (in Russian).
4. Stankov I. V., Navros V. V., Dyudin I. A. DonNTU sports club as a mean of attracting young people to sports

and healthy lifestyle. In: *Innovatsionnie protsessi v sovremennom obrazovanii: ot idei do praktiki : materiali III Mejdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii s ispolzovaniem distantsionnih tekhnologii* [Innovative processes

in modern education : From idea to practice : Materials of the III International scientific and practical conference using remote technologies]. Yaroslavl, Publishing house "Digital Typography", 2023, pp. 186–189 (in Russian).

Поступила в редакцию 30.07.2023; одобрена после рецензирования 12.08.2023; принята к публикации 20.08.2023
The article was submitted 30.07.2023; approved after reviewing 12.08.2023; accepted for publication 20.08.2023

Научная статья
УДК 796.015.132

Анализ результатов выполнения нормативов комплекса ГТО студентами Красноярского края в период 1930-х – начала 1960-х годов

Е. А. Николаев[✉], Ю. В. Качаева

Сибирский федеральный университет, Россия, 660041, г. Красноярск, пр. Свободный, д. 79

Николаев Евгений Анатольевич, кандидат исторических наук, старший преподаватель кафедры физической культуры, enikolaev@sfu-kras.ru, <https://orcid.org/0000-0003-2967-3463>

Качаева Юлия Владимировна, старший преподаватель кафедры физической культуры, kachaewa@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0008-7621-9742>

Аннотация. Рассматриваются вопросы истории развития физической культуры студенческой молодежи Красноярского края. В частности, анализируются результаты выполнения нормативов ГТО на разных этапах существования комплекса в период 1930–1950-х гг. Приводятся основные хронологические даты изменения в программах по физическому воспитанию студентов. Архивные источники делопроизводственной направленности представлены материалами Государственного архива Красноярского края, которые впервые вводятся в научный оборот. Использованные источники позволили рассмотреть данные статистических отчетов по численному составу студентов в вузах Красноярского края и выполнению студентами нормативов комплекса ГТО. В заключение делаются выводы об основных причинах низкой результативности выполнения нормативов ГТО студентами Красноярского края.

Ключевые слова: история физической культуры, Красноярский край, студенты, физическое воспитание, добровольно-спортивные общества, ДСО Буревестник

Для цитирования: Николаев Е. А., Качаева Ю. В. Анализ результатов выполнения нормативов комплекса ГТО студентами Красноярского края в период 1930-х – начала 1960-х годов // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 356–362. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-356-362>, EDN: UVHQNQ

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Analysis of the results of the implementation of the standards of the GTO complex by students of Krasnoyarsk region in the period of the 1930s – early 1960s

E. A. Nikolaev, Ju. V. Kachaeva

Siberian Federal University, 79 Svobodny Ave., Krasnoyarsk 660041, Russia

Evgeniy A. Nikolaev, enikolaev@sfu-kras.ru, <https://orcid.org/0000-0003-2967-3463>

Juliya V. Kachaeva, kachaewa@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0008-7621-9742>

Abstract. The article deals with the history of the development of physical culture of student youth of the Krasnoyarsk region. In particular, the results of the implementation of the GTO standards at different stages of the complex's existence during the 1930s–1950s are analyzed. The main chronological dates of changes in the programs of physical education of students are given. Archival sources are represented by the materials of the State Archive of the Krasnoyarsk region, which are being introduced into scientific circulation for the first time. The sources used made it possible to consider the data of statistical reports on the numerical composition of students in the universities of the Krasnoyarsk region and the fulfillment by students of the standards of the GTO complex. In conclusion, inferences are made about the main reasons for the low effectiveness of the implementation of GTO standards by students of the Krasnoyarsk region.

Keywords: history of physical culture, Krasnoyarsk region, students, physical education, voluntary sports societies, DSO Burevestnik

For citation: Nikolaev E. A., Kachaeva Ju. V. Analysis of the results of the implementation of the standards of the GTO complex by students of Krasnoyarsk region in the period of the 1930s – early 1960s. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 356–362 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-356-362>, EDN: UVHQNQ

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CCO-BY 4.0)

Введение

В связи с возрождением в 2014 г. Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» актуальным становится опыт работы его советского предшественника. В Союзе Советских Социалистических Республик (СССР) Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне» (комплекс ГТО) был программной и нормативной основой физического воспитания населения. В связи с этим накоплен большой исторический опыт работы, который возможно применить на современном этапе развития российского общества.

В отечественной историографии вопросам истории развития физической культуры и спорта в Красноярском крае посвящено не так много публикаций. Среди известных исследователей можно отметить профессора В. И. Усакова, который систематизировал основные исторические этапы развития Красноярского спорта, достаточно подробно представил красноярских спортсменов, спортивных организаторов, тренеров и педагогов [1]. Изучением региональной истории развития системы управления сферой физической культуры и спорта занимался профессор А. Ю. Близневский [2]. В последние годы активизировались изыскания по истории развития комплекса ГТО, в том числе на территории Красноярского края [3–5]. Изучению истории студенческого спорта в настоящее время исследователи уделяют не так много внимания [6]. В 2014 г. вышла в свет книга под общей редакцией О. В. Матыцина «На крыльях “Буревестника”: история студенческого спорта» [7], в которой изложены основные факты развития физической культуры и студенческого спорта в России. И вместе с этим недостаточно публикаций по истории развития физической культуры среди студентов Красноярского края [8, 9]. Авторы ставят целью исследования проанализировать результаты выполнения нормативов комплекса ГТО студентами Красноярских вузов в период 1930-х – начала 1960-х гг.

Материалы и методы

Использованные в исследовании материалы преимущественно получены из архивных источников делопроизводственной направленности и представлены данными Государственного архива Красноярского края, которые впервые вводятся в научный оборот. В исследовании применялись общеисторические методы, среди которых стоит отметить сравнительно-исторический, описательный, хронологический.

Результаты исследования

В ходе территориального районирования, происходившего в Сибири в начале 1930-х гг., 7 декабря 1934 г. был образован Красноярский край, имевший большие экономические перспективы для страны. В состав края вошла также Хакасская автономная область [10, с. 16]. К тому времени в крае работало 3 вуза: Красноярский лесотехнический институт (1930), Красноярский педагогический институт (1932) и Ачинский педагогический институт (1928) [8, с. 163]. Впоследствии был открыт педагогический институт в Абакане (1939). Численный состав этих вузов был небольшим. В 1937/38 учебном году он составлял 1 200 студентов [11, с. 35].

Комплекс ГТО был введен в действие в 1931 г. Полное формирование его структуры закончилось введением в 1934 г. ступени для подростков «Будь готов к труду и обороне» (БГТО). Основными причинами введения комплекса ГТО стала военизация сферы физической культуры и спорта в конце 1920-х – начале 1930-х гг. Индустриализация и коллективизация способствовали модернизации советской экономики. В связи с этим были созданы предпосылки для построения новой системы физического воспитания трудящихся СССР [3, с. 115]. Стране нужны были физически сильные люди, готовые к труду и обороне Отечества. Инструментом подготовки таких людей стал комплекс ГТО. Практически сразу стало понятно, что комплекс ГТО необходимо связать с процессом физического воспитания населения. В 1937 г. была принята единая

программа по физической культуре в вузах. Основу программы составляла подготовка и сдача нормативов ГТО [12, с. 30]. Вместе с этим следует отметить, что звучала критика принятой программы, поскольку, по мнению некоторых специалистов, она не вносила четкости в систему физической подготовки студентов и требовала переработки. В программе существовали противоречия между приказом Всесоюзного комитета по физической культуре, который устанавливал основные требования по физической культуре, предъявляемые к студенчеству, и определяющий физическую культуру как обязательную для всех студентов дисциплину [13, с. 173]. Все это говорит о том, что создание единых основ физического воспитания населения проходило достаточно сложно.

Военно-политическая обстановка в мире и начавшаяся мировая война вблизи границ СССР способствовали пересмотру комплекса ГТО. В 1939 г. комплекс подвергся серьезной модернизации. При общем снижении количества нормативов они стали носить более военизированный характер. Нормативы были разделены на две группы – обязательные и по выбору. Нормативы по выбору состояли из нескольких групп, преимущественно развивающих то или иное физическое качество. Все это способствовало некоторому увеличению численности значкистов ГТО. О высокой значимости комплекса ГТО говорит тот факт, что изменения, внесенные в его содержание, были утверждены на самом высоком уровне – Постановлением Совета Народных Комиссаров (СНК) СССР.

Из докладной записки о состоянии оборонно-физкультурной работы в крае в 1939 г. Красноярского краевого комитета Всесоюзного ленинского коммунистического союза молодежи (крайком ВЛКСМ) следовало, что в Красноярском педагогическом институте из 482 студентов имели оборонные значки:

Противовоздушной и химической обороны I ступени – 450 человек;

Противовоздушной и химической обороны II ступени – 43 человек;

Ворошиловский стрелок I ступени – 265 человек;

Ворошиловский стрелок II ступени – 19 человек;

ГТО I ступени – 120 человек, или 25% от общего числа студентов.

Многие студенты имели от 3 до 6 оборонных значков. Некоторые студенты являлись инструкторами стрелкового, парашютного спорта [14, л. 2].

Зимой 1941 г. в Красноярске выполнили нормы ГТО по лыжам 224 студента Красноярского педагогического института при плане 190 человек, что являлось некоторым перевыполнением плана [15, л. 119 об.]. В 1940/41 учебном году в крае было уже 5 вузов. К уже существовавшим добавился Енисейский учительский институт (1940). Общая численность студентов составляла 2 200 человек [11, с. 35]. Во время Великой Отечественной войны в Красноярск были эвакуированы Воронежский стоматологический институт и несколько ленинградских медицинских институтов, которые путем слияния в 1942 г. образовали Красноярский медицинский институт.

Следует сказать, что до конца 1940-гг. комплекс ГТО в вузах не получил широкого распространения и большой популярности ввиду отсутствия квалифицированных преподавателей по физическому воспитанию, способных подготовить студентов для выполнения нормативов ГТО. Из имеющихся в крае на конец 1940-х гг. двенадцати преподавателей физического воспитания только один имел высшее образование, 9 имели среднее образование и 3 человека закончили высшую школу тренеров [16, л. 54 об., 55].

Материально-техническое обеспечение оставалось недостаточным и не соответствовало задачам, поставленным перед физкультурно-спортивным движением края. Например, в 1947–1948 гг. Сибирский лесотехнический институт не имел собственного спортивного зала. Занятия проводились в коридорах вуза. Спортивный зал был занят заводом [16, л. 56]. Отмечалось, что дирекция института совершенно не уделяет внимания физическому воспитанию студентов. В течение нескольких месяцев 1948 г. не было преподавателя по физической культуре. Внеклассная массовая учебно-спортивная работа отсутствовала, не было спортивной базы, инвентаря и оборудования [16, л. 58 об.].

В 1946 г. структура комплекса ГТО была пересмотрена. Из нее исключили практически все нормативы военно-прикладного назначения. Страна переходила к мирному строительству. Это требовало подготовки квалифицированных кадров всех отраслей промышленности. С этим связан рост количества вузов и численности студентов в период послевоенного строительства.

По данным Краевого комитета по физической культуре и спорту (Крайспорткомитет), в 1947 г. в Красноярском крае числилось

7 вузов, из них в Красноярске – 4: Педагогический, Учительский, Медицинский и Сибирский лесотехнический институты. В Абакане – 2: Педагогический и Учительский институты. В Енисейске – Учительский институт. Общая численность студентов – 3 115 человек [17, л. 49]. По организации физкультурной работы с положительной стороны выделялись Педагогический и Лесотехнический институты города Красноярска. В педагогическом институте 371 человек занимался в секциях по гимнастике, волейболу, общей физической подготовке, шахматам, шашкам, легкой атлетике, футболу и др. По комплексу ГТО было подготовлено 285 человек. В лесотехническом институте в спортивных секциях по футболу, баскетболу, волейболу, гимнастике, конькобежному спорту, лыжам, шахматам и др. видам занимались 506 человек. За год было подготовлено 14 значкистов ГТО [17, л. 50–51].

В 1947 г. даже на федеральном уровне отмечалось, что неудовлетворительно была поставлена работа по комплексу ГТО среди студенческой молодежи. Отмечалось, что кафедры физического воспитания и спорта многих вузов совершенно не занимаются подготовкой значкистов ГТО. На страницах журнала «Теория и практика физической культуры» писали: «Подобное отношение к работе по комплексу ГТО, являющемуся основой советской системы физического воспитания, не может быть терпимо. Отказ от планирования подготовки значкистов на местах фактически равносителен самоустранению комитетов от руководства этим важнейшим участком физкультурной работы» [18, с. 242].

На основании отчета Крайсportкомитета о проделанной работе за 1948 г., в Добровольно-спортивном обществе (ДСО) «Буревестник» организационная и учебно-спортивная работа находились в «разваленном» состоянии, что было связано со слабым руководством со стороны председателя Полякова, который руководил обществом до октября 1948 г. После смены руководителя работа постепенно начала налаживаться [16, л. 16 об., 17]. По итогам социалистического соревнования на лучшую постановку работы по физической культуре и спорту в 1948 г. в Красноярске среди ДСО края, ДСО «Буревестник» заняло 9-е место из 13 [16, л. 106].

Знаковым событием в сфере развития массовой физической культуры и спорта стало постановление Центрального комитета Всесоюзной коммунистической партии большевиков

(ЦК ВКП (б)) от 27 декабря 1948 г. по вопросам физической культуры и спорта [19, с. 33]. В нем говорилось о неудовлетворительном выполнении Всесоюзным комитетом по делам физической культуры и спорта директивных указаний партии и правительства по вопросам физической культуры и спорта, а также о том, что комитет неудовлетворительно осуществляет руководство физкультурной и спортивной работой, особенно в деревне. ЦК ВЛКСМ, многие обкомы, крайкомы и ЦК комсомола союзных республик не приняли необходимых мер к вовлечению широких слоев молодежи в занятия физической культурой и спортом и выполнению норм на значок ГТО [19, с. 34].

ЦК ВКП (б) обязал Министерство высшего образования СССР, Министерство трудовых резервов СССР, Министерство путей сообщения СССР и другие министерства и ведомства, имеющие учебные заведения, улучшить постановку физического воспитания учащейся молодежи вузов, техникумов, ремесленных училищ и школ фабрично-заводского обучения, обратив особое внимание на массовую физкультурную работу и подготовку значкистов ГТО [19, с. 37]. В связи с этим в 1948 г. программа по физической культуре в вузе, принятая в 1937 г., была усовершенствована. Всестороннее физическое развитие студентов по-прежнему строилось на основе комплекса ГТО [7, с. 46].

В 1952 г. план подготовки значкистов ГТО по вузам края составлял 380 чел. Было подготовлено 355 человек. Здесь нужно отметить, что вузы Красноярска не входили в эту статистику, поскольку города республиканского подчинения отчитывались отдельно [20, л. 6]. К середине 1950-х гг. в крае насчитывалось 8 вузов, из них 5 в Красноярске. Общее количество студентов очной формы обучения составляло 4 100 человек [11, с. 35]. Впоследствии к уже имеющимся вузам добавились Красноярский сельскохозяйственный институт (1953), Красноярский государственный политехнический институт (1956) [8, с. 163]. По-прежнему не хватало спортивного инвентаря. Качество изготавливаемого инвентаря оставалось низким. Особенно не хватало лыж. За 1951–1952 гг. в крае было изготовлено порядка 45 тыс. пар лыж, но этого было недостаточно для края [20, л. 108]. К серьезным недостаткам физкультурных организаций относили отсутствие надлежащей работы с физкультурными кадрами и особенно с общественными, которых готовилось немало. Они плохо использовались на практической работе [20, л. 118].

Физкультурно-спортивная работа в ДСО «Буревестник» в 1954 г. оставалась на низком уровне. Из 13 организованных в крае крупных ДСО «Буревестник» занял 10-е место по выполнению плана подготовки спортсменов-разрядников и значкистов ГТО. План по ГТО I ступени был выполнен на 47%, по ГТО II ступени – на 20% [21, л. 100].

В 1955 г. произошли незначительные изменения в структуре комплекса ГТО, которые не привели к существенным сдвигам в работе комплекса. Это не привело к серьезным изменениям количества подготавливаемых значкистов. Все это говорило о том, что комплекс ГТО необходимо серьезно пересмотреть, для того чтобы он соответствовал достигнутому уровню физического развития населения и задачам, поставленным перед физкультурно-спортивной отраслью страны. В 1959 г. структура комплекса ГТО была существенно пересмотрена, были отменены все испытания по выбору. Система подведения итогов выполнения нормативов стала «очковой». Теперь выполнение нормативов комплекса было сопряжено со спортивными соревнованиями и праздниками. Это дало определенный импульс в дальнейшем развитии физической культуры и спорта в стране. Это было необходимым решением с связи с выходом советских спортсменов на международную арену, участием в Олимпийских играх 1952 г. в Хельсинки. Стране требовался резерв для спорта высших достижений, и комплекс ГТО как нельзя кстати подходил для этих целей. Многие знаменитые спортсмены начинали свой спортивный путь с выполнения нормативов ГТО. В 1959 г. из Москвы в Красноярск перевели Институт цветных металлов им. Калинина [11, с. 29].

На Красноярской краевой конференции Союза спортивных обществ и организаций (Крайспортсоюз), прошедшей 18 апреля 1961 г., подводились итоги проведенной за год работы. Всего в крае числилось 8 вузов с количеством 11 700 студентов, из них членами спортивных клубов являлись 8 449 человек. На кафедрах вузов работало 53 штатных специалиста физической культуры, из них 48 человек с высшим физкультурным образованием и 5 человек – со средним. За 1959–1960 гг. вузы подготовили: значкистов ГТО I ступени – 863; II ступени – 1550; одного мастера спорта СССР при плане 4 человека [22, л. 45].

Отмечалось также, что Красноярский педагогический институт, факультет физического воспитания, готовит для края кадры, но сам не имеет спортивной базы [22, л. 46]. ДСО

«Буревестник» подверглось серьезной критике. Факт недостаточной подготовки квалифицированных спортсменов был особенно отмечен на конференции. За время своего существования общество подготовило всего 4 мастера спорта СССР. Также Президиум Крайспортсоюза признал работу ДСО «Буревестник» неудовлетворительной [22, л. 46].

Выводы

В результате проведенного исследования можно заключить следующее. Студенческая молодежь в 1930-е–1950-е гг. представляла определенный резерв в системе ГТО, поскольку сам комплекс являлся программной и нормативной основой советской системы физического воспитания населения. Но, на наш взгляд, этот резерв в Красноярском крае не играл значимой роли из-за большого количества проблем. Проведенное исследование показало, что в исследуемый период времени количество студентов было небольшим. Кроме того, результаты подготовки значкистов ГТО среди студентов Красноярского края оставались на низком уровне. В первую очередь из-за недостаточного количества квалифицированных педагогических кадров, осуществлявших физическое воспитание в вузах. Комплекс ГТО был достаточно сложен по своей структуре. Было большое количество испытаний, требующих основательной подготовки, особенно во второй ступени (лыжи, плавание, метания, стрельба, прыжки на лыжах с трамплина, с парашютом и др.).

Материально-техническое оснащение отрасли и, в частности, вузов не соответствовало запросам государства перед физкультурно-спортивным движением страны. В Красноярском крае не хватало спортивных залов. Отсутствовали крытые плавательные бассейны. Не хватало спортивного инвентаря, особенно лыж. Производимый силами краевых промышленных предприятий инвентарь был низкого качества. В связи с этим в период 1930–1950 гг. в вузах Красноярского края планы подготовки значкистов ГТО, спортсменов-разрядников, систематически не выполнялись. Эта тенденция наблюдалась во многих физкультурных организациях Красноярского края.

Список литературы

1. Усаков В. И. Красноярский спорт от А до Я: люди, события, факты. Красноярск: Красноярское книжное издательство, 2001. 384 с.

2. Близнаевский А. Ю. Становление нормативно-правовой управленческой структуры физической культуры в Российской Федерации и Красноярском крае: монография. Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2012. 255 с.
3. Николаев Е. А. Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне» как феномен развития массовой физической культуры и спорта в СССР // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Исторические науки. 2022. Т. 8, № 1. С. 107–120.
4. Шмольская Л. С., Лобанова О. Б., Грошев В. А., Брюховских Т. В. Историография ГТО в первое десятилетие его существования // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2022. № 6. С. 62–69. <https://doi.org/10.24412/2305-8404-2022-6-62-69>
5. Лобанова О. Б., Шмольская Л. С., Шубин Д. А., Кончакова С. М. Комплекс ГТО в историографии физической культуры и спорта 1950–1960-х гг. // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2022. № 9. С. 3–9. <https://doi.org/10.24412/2305-8404-2022-9-3-9>
6. Петрик В. В. Некоторые вопросы развития физической культуры и спорта в высшей школе Сибири (конец 50-х – начало 90-х гг. XX в.) // Известия Томского политехнического университета. 2005. Т. 308, № 6. С. 229–235.
7. Линдер В. И., Андрианов П. И. На крыльях «Буревестника»: история студенческого спорта / под ред. О. В. Матыцина. М. : Советский спорт, 2014. 244 с.
8. Вдовин М. С., Чижев А. Ю. Развитие студенческого спорта в Красноярском крае в середине XX века // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В. П. Астафьева (Вестник КГПУ). 2018. № 4 (46). С. 162–168.
9. Колмаков В. И. Краткая история развития студенческого спорта в Красноярском крае // Всемирные студенческие игры: история, современность и тенденции развития : материалы I Международной научно-практической конференции по физической культуре, спорту и туризму. Красноярск, 2022 г. : в 2 ч. Ч. 1 / отв. ред. М. А. Ермакова. Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2022. С. 213–219.
10. Близнаевский А. Ю. Развитие системы управления физической культурой и спортом на территории Красноярского края // Теория и практика физической культуры. 2014. № 12. С. 15–17.
11. Красноярскому краю – 85. Статистический очерк / Красноярскстат. Красноярск, 2019. 128 с.
12. Дорошенко С. А. Становление и развитие учебных программ по физическому воспитанию в высших учебных заведениях // Физическая культура и спорт в системе образования: сборник материалов X Всероссийской научно-практической конференции. Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2007. С. 34–42.
13. Граменицкий Б., Романов А. Программа по физической культуре для вузов // Теория и практика физической культуры. 1937. Т. 1, № 2. С. 171–174.
14. Государственный архив Красноярского края (ГАКК). Докладная записка Крайкома ВЛКСМ о состоянии оборонно-физкультурной работы в крае от 5 августа 1939 г. // ГАКК. Ф. П-1474. Оп. 3. Д. 33.
15. Отчет о выполнении контрольных цифр Горкома ФК ДСО «Учитель» в 1941 г. по г. Красноярску // ГАКК. Ф. Р-1298. Оп. 2 Д. 13.
16. Отчет о работе комитета по делам физической культуры и спорта Красноярского края за 1948 г. // ГАКК. Ф. Р-2242. Оп. 1. Д. 18.
17. Отчет о работе комитета по делам физической культуры и спорта Красноярского края за 1947 г. // ГАКК. Ф. П-26. Оп. 20. Д. 518.
18. Больше внимания работе по комплексу ГТО // Теория и практика физической культуры. 1947. Т. 10, вып. 6. С. 242.
19. Основные постановления, приказы и инструкции по вопросам Советской физической культуры и спорта 1917–1957 гг. / сост. И. Г. Чудинов. М. : Физкультура и спорт, 1959. 390 с.
20. Отчет о работе физкультурных организаций Красноярского края за 1952 г. // ГАКК. Ф. П-26. Оп. 24. Д. 519.
21. Сводка о выполнении плана ГТО, спортсменов разрядников по ДСО Красноярского края 1954 г. // ГАКК. Ф. П-26. Оп. 27. Д. 451.
22. Материалы Красноярской краевой конференции Союза спортивных обществ и организаций 18 апреля 1961 г. // ГАКК. Ф. Р-2242. Оп. 1. Д. 88.

References

1. Usakov V. I. *Krasnoïarskii sport ot A do Ia: Liudi, sobytiia, fakty* [Krasnoyarsk sports from A to Z: People, events, facts]. Krasnoïarsk, Krasnoyarskoe knizhnoe izdatel'stvo, 2001. 384 p. (in Russian).
2. Bliznevskii A. Yu. *Stanovlenie normativno-pravovoi upravlencheskoi struktury fizicheskoi kul'tury v Rossiiskoi Federatsii i Krasnoïarskom krae: monografija* [Formation is standard-legal administrative structure of physical culture in the Russian Federation and the Krasnoyarsk region]. Krasnoïarsk, Siberian Federal University Publ., 2012. 255 p. (in Russian).
3. Nikolaev E. A. All-Union physical culture complex “Ready for labor and defense” as a phenomenon of mass physical culture and sports development in the USSR. *Scientific Notes of the V. I. Vernadsky Crimean Federal University. Historical Sciences*, 2022, vol. 8, no. 1, pp. 107–120 (in Russian).
4. Shmul'skaia L. S., Lobanova O. B., Groshev V. A., Briukhovskikh T. V. Historiography of the “Ready for Work and Defence” complex in the first decade of its existence. *Bulletin of TulsU. Physical Culture. Sport*, 2022, no. 6, pp. 62–69 (in Russian). <https://doi.org/10.24412/2305-8404-2022-6-62-69>
5. Lobanova O. B., Shmul'skaia L. S., Shubin D. A., Konchakova S. M. The RWD complex in the historiography of physical culture and sports of the 1950s and 1960s. *Bulletin of TulsU. Physical Culture. Sport*, 2022, no. 9, pp. 3–9 (in Russian). <https://doi.org/10.24412/2305-8404-2022-9-3-9>
6. Petrik V. V. Some issues of the development of physical culture and sports in the higher school of Siberia (late

- 50s – early 90s of the twentieth century). *Bulletine of Tomsk Polytechnic University*, 2005, vol. 308, no. 6, pp. 229–235 (in Russian).
7. Linder V. I., Andrianov P. I. *Na kryl'iax "Burevestnika": istoriia studencheskogo sporta*. Pod. red. O. V. Matytsin [Matytsin O. V., ed. On the wings of the "Burevestnik": The history of student sports]. Moscow, Sovetskii sport, 2014. 244 p. (in Russian).
8. Vdovin M. S., Chizhov A. Yu. History of student sports development in the Krasnoyarsk Territory in the middle of XX century. *Bulletin of Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V. P. Astafiev (Bulletin KSPU)*, 2018, no. 4 (46), pp. 162–168 (in Russian).
9. Kolmakov V. I. The brief history of the development of student sport in the Krasnoyarsk Region. In: *Vsemirnye studencheskie igry: istoriia, sovremennost' i tendentsii razvitiia: materialy I Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoi konferentsii po fizicheskoi kul'ture, sportu i turizmu*. Krasnoyarsk, 2022 : v 2 ch. Ch. 1. Otv. red. M. A. Ermakova [Ermakova M. A., ed. Student Games: History, modernity and development trends: Materials and International scientific and Practical conference on physical culture, sports and tourism : in 2 parts. Part 1]. Krasnoyarsk, Siberian Federal University Publ., 2022, p. 213–219 (in Russian).
10. Bliznevskii A. Yu. Development of system of management of physical culture and sport across Krasnoyarsk Territory. *Theory and Practice of Physical Culture*, 2014, no. 12, pp. 15–17 (in Russian).
11. *Krasnoiarskomu kraiu – 85. Statisticheskii ocherk* [Krasnoyarsk region – 85 years old. Statistical essay. Krasnoyarskstat]. Krasnoyarsk, 2019. 128 p. (in Russian).
12. Doroshenko S. A. Formation and development of curricula for physical education in higher educational institutions. *Fizicheskaiia kul'tura i sport v sisteme obrazovaniia: sbornik materialov X Vserossijskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii* [Physical culture and sport in the education system: Collection of materials of X All-Russian scientific and practical conference]. Krasnoyarsk, Siberian Federal University Publ., 2007, pp. 35–42 (in Russian).
13. Gramenitskii B., Romanov A. Program on physical culture for universities. *Theory and Practice of Physical Culture*, 1937, vol. 1, no. 2, pp. 171–174 (in Russian).
14. Gosudarstvennyi arkhiv Krasnoiarskogo kraia (GAKK). Dokladnaia zapiska Kraikoma VLKSM o sostoianii oboronno-fizkul'turnoi raboty v krae ot 5 avgusta 1939 [The State Archive of the Krasnoyarsk Territory (GAKK). Memorandum of the Komsomol Regional Committee on the state of defense and physical culture work in the region dated August 5, 1939]. GAKK, f. P-1474, op. 3, d. 33 (in Russian).
15. Otchet o vypolnenii kontrol'nykh tsifr Gorkoma FK DSO "Uchitel'" v 1941. po g. Krasnoiarsku [Report on the implementation of control figures of the City Committee of FC DSO "Teacher" in 1941 in Krasnoyarsk]. GAKK, f. R-1298, op. 2, d. 13 (in Russian).
16. Otchet o rabote komiteta po delam fizicheskoi kul'tury i sporta Krasnoiarskogo kraia za 1948 [Report on the work of the Committee for Physical Culture and Sports of the Krasnoyarsk Territory for 1948]. GAKK, f. R-2242, op. 1, d. 18 (in Russian).
17. Otchet o rabote komiteta po delam fizicheskoi kul'tury i sporta Krasnoiarskogo kraia za 1947 [Report on the work of the Committee for Physical Culture and Sports of the Krasnoyarsk Territory for 1947]. GAKK, f. P-26, op. 20, d. 518 (in Russian).
18. More attention to the work on the TRP complex. *Theory and Practice of Physical Culture*, 1947, vol. 10, iss. 6, pp. 242 (in Russian).
19. *Osnovnye postanovleniia, prikazy i instruktsii po voprosam Sovetskoi fizicheskoi kul'tury i sporta 1917–1957*. Sost. I. G. Chudinov [Chudinov I. G., comp. Basic resolutions, orders and instructions on the issues of Soviet physical culture and sports 1917–1957]. Moscow, Fizkul'tura i sport, 1959. 390 p. (in Russian).
20. Otchet o rabote fizkul'turnykh organizatsii Krasnoiarskogo kraia za 1952 [Report on the work of the physical culture organizations of the Krasnoyarsk Territory for 1952]. GAKK, f. P-26, op. 24, d. 519 (in Russian).
21. Svodka o vypolnenii plana GTO, sportsmenov razriadnikov po DSO Krasnoiarskogo kraia 1954 [Summary of the implementation of the plan of the TRP, sportsmen dischargers for the DSO of the Krasnoyarsk Territory 1954]. GAKK, f. P-26, op. 27, d. 451 (in Russian).
22. Materialy Krasnoiarskoi kraevoi konferentsii Soiuz sportivnykh obshchestv i organizatsii 18 apreliia 1961 [Materials of the Krasnoyarsk regional conference of the Union of Sports Societies and organizations on April 18, 1961]. GAKK, f. R-2242, op. 1, d. 88 (in Russian).

Поступила в редакцию 03.09.2023; одобрена после рецензирования 16.09.2023; принята к публикации 20.09.2023
The article was submitted 03.09.2023; approved after reviewing 16.09.2023; accepted for publication 20.09.2023

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 363–369

Physical Education and University Sport, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 363–369

<https://sport-journal.sgu.ru>

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-363-369>, EDN: NCPWMH

Научная статья
УДК [316.74:004]+796.015

Развитие компьютерного спорта в студенческой среде

П. М. Романченкова, А. С. Судаковская✉

Общероссийская общественная организация «Федерация компьютерного спорта России», Россия, 127550, г. Москва, Дмитровское шоссе, д. 27, корпус 1

Романченкова Полина Максимовна, менеджер по работе с образовательными организациями,
p.romanchenkova@resf.ru, <https://doi.org/0009-0001-1037-6111>

Судаковская Анна Сергеевна, секретарь научного департамента, a.sudakovskaya@resf.ru, <https://doi.org/0009-0003-8574-7380>

Аннотация. Статья раскрывает историю развития компьютерного спорта в России. Рассматривается его интеграция в студенческую среду, основные мероприятия, направленные на развитие компьютерного спорта. Авторы выделяют причины и перспективы сокращения региональных различий в киберспорте. Формулируется вывод о том, что популяризация рассматриваемого вида спорта возможна путем сотрудничества со студентами, а также развития специальностей из смежных областей.

Ключевые слова: спорт, развитие, компьютерный спорт, студенческая среда, студенты

Для цитирования: Романченкова П. М., Судаковская А. С. Развитие компьютерного спорта в студенческой среде // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 363–369. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-363-369>, EDN: NCPWMH

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Development of eSports among students

P. M. Romanchenkova, A. S. Sudakovskaya✉

All-Russian public organization “Russian eSports Federation”, building 1, 27 Dmitrovskoye Shosse, Moscow 127550, Russia

Polina M. Romanchenkova, p.romanchenkova@resf.ru, <https://doi.org/0009-0001-1037-6111>

Anna S. Sudakovskaya, a.sudakovskaya@resf.ru, <https://doi.org/0009-0003-8574-7380>

Abstract. The article reveals the history of the development of eSports in Russia. Its integration into the student environment, the main measures aimed at the development of computer sports are considered. The authors highlight the reasons and prospects for reducing regional differences in cyber sports. The conclusion about the possibility of popularization of eSports through cooperation with students, as well as the development of specialties from related fields is made.

Keywords: sport, development, eSports, student environment, students

For citation: Romanchenkova P. M., Sudakovskaya A. S. Development of eSports among students. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 363–369 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-363-369>, EDN: NCPWMH

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC-BY 4.0)

Введение

Эра взаимодействия компьютера и человека началась в 50-х гг. прошлого века, когда ученый в области компьютеров Александр Шафто Дуглас прорабатывал тезис о взаимодействиях между людьми и компьютерами и предложил сделать игру «крестики-нолики» компьютерной [1]. Многопользовательская игра была впервые представлена в 1958 г. и была похожа на виртуальный теннис – ее суть заключалась в управлении теннисным мячом при помощи джойстика. Многие считают этот момент точкой отсчета в индустрии компьютерного спорта.

В 1962 г. была написана полноценная компьютерная игра «Spacewar», где 2 игрока сражались друг против друга. Спустя 10 лет после выхода игры молодые студенты Стэнфордского университета самостоятельно провели на своей территории первый турнир по компьютерному спорту – «Intergalactic Spacewar Olympics», где 24 игрока встретились, чтобы сразиться в игре «Spacewar». В том соревновании победитель получил годовую подписку на журнал «Rolling Stones», а круг игроков был строго ограничен по принадлежности к университетам, так как техническая составляющая не позволяла допустить большее количество участников. Как говорили студенты-организаторы турнира, они надеялись, что это поможет большему количеству людей осознать ценность видеоигр. Ведь без них не было бы такого современного прогресса в области искусственного интеллекта [2]. Следующее заметное соревнование в киберспорте произошло лишь восемь лет спустя в виде крупного турнира по Space Invaders под названием «National Space Invaders», который устроила компания Atari. В этот раз в соревнованиях приняли участие не просто два десятка студентов, а несколько тысяч игроков со всей страны.

Постепенно в соревнованиях появились правила, регламенты и судьи, а люди стали относиться к этому более серьезно. Да и разнообразие компьютерных игр стало больше. Но не каждая игра считается киберспортивной, к ним относятся игры, которые придерживаются определенных критериев: короткая продолжительность одной сессии; равенство начальных условий сторон; отсутствие сюжета; игра по правилам. В современных реалиях *компьютерный спорт* (киберспорт, е-спорт, электронный спорт (англ. *cybersport, e-Sport, esport, esports, electronic sport*) – это

вид соревновательной деятельности и специальной практики подготовки к соревнованиям на основе компьютерных и/или видеоигр, где игра предоставляет среду взаимодействия объектов управления, обеспечивая равные условия состязаний человека с человеком или команды с командой [3].

Как мы видим из определения, компьютерный спорт подразумевает соревновательный элемент и специальную подготовку к мероприятиям соревновательного характера. В 70-е гг. прошлого века люди лишь косвенно могли приравнять свою деятельность к киберспорту, потому как соревнования проходили не напрямую друг с другом, а путем выявления лидера через набор наибольшего количества очков, и систематизированная подготовка к соревновательным мероприятиям также отсутствовала. Отсчет развития киберспорта в том виде, в котором мы знаем его сейчас, ведется с 90-х гг., когда появились такие игры, как «Doom» и «Quake», а люди стали инвестировать деньги в эту индустрию.

Основная часть

В начале 90-х гг. в нашей стране, так же как и во всем мире, популярность обрел шутер DOOM. Главной особенностью этой игры стало то, что появился соревновательный элемент. Даже несмотря на слабые возможности Интернета, игроки не упускали возможность проявить себя на LAN-турнирах, где киберспортсмены собираются на одной арене и играют по локальной сети.

Несмотря на такую большую историю, киберспорт все так же молод, так как он непосредственно зависит от технологического прогресса. Как минимум необходимо было написать код для игры, иметь выход в Интернет, возможность подключить пользователей не только локальной сети, но и общедоступной, и т. д. Более того, киберспорт можно считать спортом активистов. Образование команд, продвижение данного вида спорта в массы в нашей стране изначально стало возможным благодаря инициативе, которую проявили заинтересованные игроки еще в студенческие годы.

В России большой шаг в сторону зарождения киберспортивного движения произошел в 2001 г., когда вышел приказ Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту от 25.07.2001 № 449 «О введении видов спорта в государственные программы физического воспитания», –

именно тогда компьютерный спорт стал официальным видом спорта. Это влекло за собой обязательную процедуру регистрации турниров с присвоением официального статуса спортивного мероприятия. Признание компьютерного спорта государством способствовало тому, что игрокам также присваивались разряды не только в играх, но и в жизни. Однако в 2006 г. компьютерный спорт пропал из реестра видов спорта в России, так как необходимо было осуществить ряд изменений, за которые мало кто был готов браться. Несмотря на то что несколько лет компьютерный спорт не признавался официально, это не мешало индустрии развиваться. Появление новых игр и непрекращающиеся тренировки спортсменов помогли киберспорту России расти и крепнуть. На данный момент это активный источник инвестирования. Проводятся масштабные соревнования с крупными призовыми. К примеру, на чемпионате мира по Dota 2 «The International» призовые составляют 40 миллионов долларов, что ненамного уступает призовым в соревнованиях самых дорогих видах спорта – «Tour Championship» (гольф), Турниры «Большого шлема» (теннис). 29 апреля 2016 г. Министерство спорта Российской Федерации окончательно признало компьютерный спорт, издав приказ № 470 «О признании и включении во Всероссийский реестр видов спорта спортивных дисциплин, видов спорта и внесении изменений во Всероссийский реестр видов спорта», что позволило вернуться в реестр официальных видов спорта [4].

На данный момент активно развивается еще один вид спорта, тесно связанный с компьютерным, – фиджитал спорт. Он объединяет киберспорт, классический спорт и технологии виртуальной реальности. Скоро в России пройдет первый крупный международный турнир по фиджитал спорту – «Игры будущего». Фиджитал спорт – это отличный компромисс для тех, кто одинаково склонен и к компьютерным играм, и играм по другим видам спорта.

В киберспорте большое значение имеет образование, так как он активно вовлекает людей разных профессий. На данный момент в этом виде спорта актуальны такие профессии, как менеджер, аналитик, тренер, организатор мероприятий, судья. Так как большая часть целевой аудитории данного вида спорта относится к категории «молодежь» (люди в возрасте 16–35 лет), в основном им занимаются студенты первых – третьих курсов

средне-специальных и высших учебных заведений. Многие высшие учебные заведения, а также образовательные платформы реализуют программы по подготовке специалистов в области киберспорта.

Стоит ввести понятие студенческого спорта, а затем и киберспорта, так как последующая часть статьи будет посвящена ему. Руководствуясь Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», можно увидеть, что студенческий спорт – часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в образовательных учреждениях среднего профессионального и высшего профессионального образования, их подготовку к участию и участие в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, в том числе в официальных физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях [5]. Из этого можно сформулировать термин «студенческий киберспорт» – это активность, направленная на физическое воспитание и подготовку в области киберспорта, в рамках учреждений высшего или среднего специального образования между студентами, в том числе между киберспортивными организациями и объединениями, созданными студентами.

В Российском университете спорта «ГЦОЛИФК» существуют программы бакалавриата и магистратуры в области компьютерного спорта. Не только в образовательных организациях столицы молодые люди могут изучать сферу компьютерного спорта, но и в регионах специалисты стараются развивать это направление. Донской государственный технический университет (ДГТУ) совместно с Федерацией компьютерного спорта (ФКС) России проводят образовательные программы, к примеру, «Менеджмент и управление в киберспорте», «Тренер-преподаватель в компьютерном спорте», одна из которых полностью проводилась для представителей новых территорий (Донецкая Народная Республика, Луганская Народная Республика, Запорожская и Херсонская области) и собрала на своей площадке 200 человек. Национальный государственный университет физической культуры спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта (НГУ им. П. Ф. Лесгафта) проводит курсы повышения квалификации в сфере киберспорта, реализуя программу «Основы тренировочного процесса в компьютерном процессе». Кроме того, абитуриенты могут выбрать направления подготовки

по программам бакалавриата и магистратуры, подразумевающие упор на компьютерный спорт. А к концу 2024 г. планируется подготовить первые образовательные программы на основе проводимых исследований и разработок, которые реализуют ПАО «Ростелеком» и Санкт-Петербургский государственный университет телекоммуникаций им. проф. М. А. Бонч-Бруевича (СПбГУТ).

Во многих вузах уже созданы и продолжают создаваться и развиваться киберспортивные клубы, привлекающие студентов, которые могут не только найти новую компанию, объединенную общими увлечениями, но также участвовать в соревнованиях. ФКС России на регулярной основе проводит различные турниры и мероприятия для студентов, а начиная с 2016 г. реализуется самое главное соревнование для студентов, которые увлечены киберспортом, – Всероссийская киберспортивная студенческая лига, которая проводится при поддержке Фонда президентских грантов.

Как и турнир Стэнфордского университета по игре «Sраsewar», инициатива студентов России имеет большое значение для развития компьютерного спорта. Благодаря активистам из разных уголков страны организовываются студенческие клубы, проводятся турниры, выигрываются гранты на мероприятия и проекты. В вопросе развития киберспорта среди студентов стоит учитывать, что первостепенная задача – это получение образования. Поэтому студенты учатся рассчитывать силы и время, чтобы занятия киберспортом не препятствовали учебе [6]. При этом они развивают свои навыки и выводят данный вид спорта на новый уровень.

Стоит отметить форумы и различные мероприятия в рамках высших учебных заведений, направленные на объединенную работу и образовательную программу в области киберспорта. Одним из недавних мероприятий стал «Молодежный форум по киберспорту», прошедший в июне 2023 г. на базе Российского государственного университета имени Г. В. Плеханова (РЭУ им. Г. В. Плеханова) в Москве в коллаборации с Федерацией компьютерного спорта России, где была организована образовательная часть с лекциями и мастер-классами в сфере компьютерного спорта. Также в научно-технологическом университете «Сириус» проводилась конференция «Киберспорт – 2030», которая была совместно организована с ФКС России. На данном мероприятии обсуждали стратегию развития компьютерного спорта и большой

упор сделали на важность его образовательных функций.

Постепенно в нашей стране реализуются проекты, выводящие киберспорт в студенческой среде на новый уровень, в которых задействуются различные сферы – образование, исследования, игры. Примером может послужить совместный проект Н.А.У.К.А. (Национальная Ассоциация Университетского Киберспорта) Томского государственного университета, Университетского Консорциума исследователей больших данных, сеть киберспортивных клубов компании Colizeum и экспертно-аналитического центра «Научно-образовательная политика», в рамках которого проводятся как соревнования, так и образовательные программы и исследования [5].

Также с 2021 г. развивается совместный проект Российского студенческого спортивного союза и ФКС России «Национальная студенческая лига по компьютерному порту», в рамках которого реализуется программа развития компьютерного спорта среди студентов, а также проводятся такие соревнования, как «Всероссийская киберспортивная студенческая лига», «Открытые киберспортивные студенческие игры», «Студенческий турнир StandOff 2» [6].

Помимо данных соревнований, среди студентов уже более 10 лет проводится Московская студенческая киберспортивная лига, которая является первой в России лигой среди студентов, организованной ФКС Москвы [7]. Ребята соревнуются не только в отдельных играх, но и в командных дисциплинах. Такой турнир позволяет развиваться не только игрокам и менеджерам команд, но и ребятам, которые освещают турниры. И после такого опыта освещения турниров нередки случаи, когда студенты попадают на эфиры и входят в составы комментаторов профессиональных лиг и континентальных трансляций [8].

Не только акторы, полностью посвященные в киберспорт, развивают это направление на государственном уровне, но и прочие учреждения совместными усилиями делают шаги по продвижению компьютерного спорта на новый уровень. В рамках Российской национальной премии «Студент года», главными организаторами которой являются ключевые структуры и в сфере образования, и в сфере просвещения в стране, существует отдельная номинация «Киберспортивный клуб года». Данные проекты показывают возрастающую заинтересованность общества в компьютерном спорте.

Большую роль в студенческом спорте играет уровень поддержки киберспортивного направления образовательной организацией. Взаимодействие между учебным заведением и студентами может происходить по разным вопросам: создание клуба, организация мероприятий, финансирование, административная и техническая помощь. Нередко выдающимся киберспортсменам, которые играют за сборную учебного заведения, может быть предоставлена повышенная стипендия, скидка на обучение, закрытие зачета по физической культуре.

Стоит отметить, что развитие киберспорта и возрастающая популярность среди студентов подразумевают новый подход к повышению компетенций государственных управленцев, работников учебных заведений. Стоит наладить коммуникацию между педагогами и студентами, так как киберспорт может оказывать влияние на имидж университета, к примеру, когда команда набирает рейтинг в межвузовских соревнованиях. Стоит отметить, что есть образовательные организации высшего образования, которые видят в киберспорте потенциал и ставят его на один уровень с классическими видами спорта, расширяя свои границы. Например, в Томском государственном университете реализуется проект «Социо-гуманитарный инжиниринг: исследование и проектирование человека и общества», поддержанный программой стратегического академического лидерства «Приоритет 2030» [9], в рамках которого был проведен турнир по Dota 2 и CS:GO. Выпускники школ могли получить дополнительные баллы при поступлении, одержав в нем победу [10].

Отдельное внимание стоит уделить созданию полноценных киберзон в университетах, так как это пример того, как студенческая инициатива поддерживается на уровне ректората. Киберзоны помогают не только развивать спортсменов, но также являются площадкой для создания сообщества заинтересованной в компьютерном спорте молодежи. Кроме того, такие площадки способствуют дальнейшему развитию университета на государственном уровне. Один из самых известных центров компьютерного спорта на площадке университета – это «Киберзона» в МИРЭА – Российском технологическом университете (РТУ МИРЭА) [11]. На площадке имеются несколько зон, где происходят тренировки, проводятся киберспортивные мероприятия и встречи по интересам, а также

есть зона отдыха. Продуманная инфраструктура помогла данному проекту обрести звание «Киберспортивный клуб года» в рамках Российской национальной премии «Студент года». Также в июле 2023 г. площадку дополнили VR-парком, который доступен для всех студентов [12]. Но РТУ МИРЭА – не единственный вуз с впечатляющими результатами; в июне 2023 г. по инициативе студентов открылась киберзона в стенах Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ (РАНХиГС). В рамках данного пространства студенты вуза могут воспользоваться компьютерами, а также игровыми приставками [13]. Тренировки сборных команд и академические турниры начнутся с сентября. Остальные студенты смогут посещать компьютерный клуб в свободное от тренировок и мероприятий время.

Заключение

Киберспорт в студенческой среде очень многосторонен в своей деятельности. Он помогает студентам заводить знакомства, основанные на общих интересах, положительно влияет на репутацию вуза и повышает его рейтинг и привлекательность для потенциальных абитуриентов. Также посредством киберспорта можно наладить контакты с общественными организациями, НКО, государственными учреждениями для дальнейшего взаимодействия. Навыки, необходимые для построения будущей карьеры, а также для личностного развития, так называемые *soft* и *hard skills*, можно приобрести, занимаясь компьютерным спортом [14]. Важно уделять внимание развитию смежных профессий – таких, как дизайнер, продюсер, event-менеджер, так как киберспортсменам и команде нужно комплексное развитие и продвижение, в том числе с целью популяризации киберспорта. Особое внимание уделяют возможности последующей интеграции киберспорта в военные структуры, используя современные технологии для подготовки кадров.

За два десятилетия киберспорт в России преодолел множество препятствий и пришел к тому, что сейчас мы считаем полноценным видом спорта. Популяризация компьютерного спорта является важной задачей для многих акторов, а главным исполнителем этой задачи может выступать студенческое сообщество. От государства и руководства вузов зависит, как реагировать на вызовы, с которыми те сталкиваются, а вызовов до сих пор

много: низкая компетенция государственных служащих и работников вузов в сфере компьютерного спорта, отсутствие комплексной стратегии развития киберспорта в учебных заведениях, недостаточно развитая медийная составляющая. Киберспорт продолжит развиваться, грамотно преодолевая препятствия на пути.

Список литературы

1. Первые видеоигры. URL: <https://www.overclockers.ua/games/first-games> (дата обращения: 14.07.2023).
2. AI Lab celebrates 50th anniversary of Intergalactic «Spacewar!» Olympics. URL: <https://stanforddaily.com/2022/10/21/ai-lab-celebrates-50th-anniversary-of-intergalactic-spacewar-olympics/> (дата обращения: 14.07.2023).
3. Правила вида спорта «компьютерный спорт» (от 08.12.2022). URL: <https://resf.ru/about/documentation/> (дата обращения: 14.07.2023).
4. Гураль О. Н., Космина Е. А. Оценка актуальности федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «компьютерный спорт» // Итоговая научно-практическая конференция профессорско-преподавательского состава Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, за 2021 г., посвященная Дню российской науки, Санкт-Петербург, 18–29 апреля 2022 года. Ч. 2. Санкт-Петербург : Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, 2022. С. 300–303.
5. Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и статью 16 Федерального закона «О высшем и послевузовском профессиональном образовании» от 3 декабря 2011 № 384-ФЗ (последняя редакция). URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_122560/?ysclid=lkx0yk1e2l579723126 (дата обращения: 14.07.2023).
6. Космина Е. А., Макаров Ю. М. Содержание различных видов спортивной подготовки в компьютерном спорте. СПб. : ООО «Издательство «ЛЕМА», 2022. 185 с.
7. Официальный сайт Национальной Ассоциации Университетского Киберспорта. URL: <https://cybersport.university/#rec396605013> (дата обращения: 16.07.2023).
8. Московский киберспорт. URL: <https://cybermos.ru/news/cybersport/kommentatory-moskovskogo-kibersportavoshli-v-efirmuyu-komandu-lcl/> (дата обращения: 16.07.2023).
9. Национальная студенческая лига по компьютерному спорту. URL: <https://student.itmo.ru/files/3126> (дата обращения: 16.07.2023).
10. Московский киберспорт: проекты. URL: <http://fcs.msk.ru/projects> (дата обращения: 17.07.2023).
11. Программа «Приоритет-2030». URL: <https://minobrnauki.gov.ru/action/priority2030/> (дата обращения: 16.07.2023).

12. Новости Томского государственного университета. URL: <https://news.tsu.ru/news/shkolniki-poluchili-dopbally-dlya-postupleniya-v-tgu-vyigrav-v-cs-go-i-dota2/> (дата обращения: 17.07.2023).

13. Киберзона РАНХиГС. URL: https://www.ranepa.ru/news/novoe-prostranstvo-dlya-geymerov-v-prezidentskoj-akademii-otkrylas-kibersportivnaya-zona/?utm_source=google.com&utm_medium=organic&utm_campaign=google.com&utm_referrer=google.com (дата обращения: 18.07.2023)

14. Космина Е. А., Макаров Ю. М., Гураль О. Н. Проблемные вопросы различных видов подготовки в компьютерном спорте // Студенческий спорт в современном мире : сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Санкт-Петербург, 26–27 мая 2023 года. СПб. : Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, 2023. С. 307–311.

References

1. *First Videogames*. Available at: <https://www.overclockers.ua/games/first-games> (accessed July 14, 2023) (in Russian).
2. *AI Lab celebrates 50th anniversary of Intergalactic “Spacewar!” Olympics*. Available at: <https://stanforddaily.com/2022/10/21/ai-lab-celebrates-50th-anniversary-of-intergalactic-spacewar-olympics/> (accessed July 14, 2023).
3. *Rules of the sport “eSports” (from 8.12.2022)*. Available at: <https://resf.ru/about/documentation/> (accessed July 14, 2023) (in Russian).
4. Gural O. N., Kos'mina E. A. Assessment of the relevance of the federal standard of sports training in the sport “computer sport”. In: *Itogovaja nauchno-prakticheskaja konferentsija professorsko-prepodavatel'skogo sostava Natsional'nogo gosudarstvennogo Universiteta fizicheskoj kul'tury, sporta i zdorov'ja im. P. F. Lesgafta, Sankt-Peterburg, za 2021 g., posvjashhennaja Dnju rossijskoj nauki, Sankt-Peterburg, 18–29 aprel'ja 2022 goda. Chast' 2* [Final scientific and practical conference of the teaching staff of the National State University of Physical Culture, Sport and Health named after P. F. Lesgaft, St. Petersburg, for 2021, dedicated to the Day of Russian science, St. Petersburg, April 18–29, 2022. Part 2]. Saint Petersburg, National State University of Physical Culture, Sport and Health named after P. F. Lesgaft Publ., 2022, pp. 300–303 (in Russian).
5. *Federal Law “On Amendments to the Federal Law “On Physical Culture and Sports in the Russian Federation” and Article 16 of the Federal Law «On Higher and Postgraduate Professional Education”, No. 384-FZ dated December 3, 2011 (latest edition)* (in Russian). Available at: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_122560/?ysclid=lkx0yk1e2l579723126 (accessed July 14, 2023) (in Russian).
6. Kosmina E. A., Makarov Yu. M. *Soderzhaniye razlichnykh vidov sportivnoj podgotovki v kompiuternom sporte* [Content of different types of sports training in esports]. St. Petersburg, LLC “LEMA Publishing House”, 2022. 185 p. (in Russian).

7. *Official website of the National Association of University Esports*. Available at: <https://cybersport.university/#rec396605013> (accessed July 16, 2023) (in Russian).
8. *Moscow Esports*. Available at: <https://cybermos.ru/news/cybersport/kommentary-moskovskogo-kibersporta-voshli-v-efirnuyu-komandu-lcl/> (accessed July 16, 2023) (in Russian).
9. *National Student League on Esports*. Available at: <https://student.itmo.ru/files/3126> (accessed July 16, 2023) (in Russian).
10. *Moscow esports: projects*. Available at: <http://fcs.msk.ru/projects> (accessed July 17, 2023) (in Russian).
11. *Program "Priority-2030"* (in Russian). Available at: <https://minobrnauki.gov.ru/action/priority2030/> (accessed July 16, 2023) (in Russian).
12. *News of Tomsk State University*. Available at: <https://news.tsu.ru/news/shkolniki-poluchili-dop-bally-dlya-postupleniya-v-tgu-vyigrav-v-cs-go-i-dota2/> (accessed July 17, 2023) (in Russian).
13. *Cyberzone of Ranepa*. Available at: https://www.ranepa.ru/news/novoe-prostranstvo-dlya-geymerov-v-prezidentskoy-akademii-otkrylas-kibersportivnaya-zona/?utm_source=google.com&utm_medium=organic&utm_campaign=google.com&utm_referrer=google.com (accessed July 18, 2023) (in Russian).
14. Kosmina E. A., Makarov Yu. M., Gural' O. N. Problematic issues of different types of training in esports. In: *Studencheskij sport v sovremennom mire: sbornik materialov Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem, Sankt-Peterburg, 26–27 maja 2023 goda* [Student Sport in the modern world: Proceedings of the All-Russian scientific and practical conference with international participation, St. Petersburg, May 26–27, 2023]. St. Petersburg, Peter the Great Saint Petersburg Polytechnic University Publ., 2023, pp. 307–311 (in Russian).

Поступила в редакцию 05.08.2023; одобрена после рецензирования 23.08.2023; принята к публикации 30.08.2023
The article was submitted 05.08.2023; approved after reviewing 23.08.2023; accepted for publication 30.08.2023

СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ ГЛАЗАМИ РУКОВОДИТЕЛЯ

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 370–382

Physical Education and University Sport, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 370–382

<https://sport-journal.sgu.ru>

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-370-382>, EDN: QPOWKY

Обзорная статья

УДК [796-057.87:001]2000/2022|

К вопросу о развитии научно-исследовательской деятельности в студенческом спорте: обзор научных публикаций за период с 2000 по 2022 год

Е. А. Еремина¹✉, Д. Д. Филиппева¹, Р. М. Ольховский^{2,3}, М. А. Ермакова⁴

¹ Университет ИТМО, Санкт-Петербург, Россия, 197101, г. Санкт-Петербург, Кронверкский пр., д. 49, лит. А

² Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, Россия, 195251, г. Санкт-Петербург, ул. Политехническая, д. 29

³ Московский педагогический государственный университет, Россия, 119991, г. Москва, ул. Малая Пироговская, д. 1, стр. 1

⁴ Оренбургский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения Российской Федерации, Россия, 460000, г. Оренбург, ул. Советская, д. 6

Еремина Екатерина Александровна, аналитик аналитического центра физической культуры и спортивных технологий, eremeaa@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-4503-1447>

Филиппева Диана Дмитриевна, менеджер аналитического центра физической культуры и спортивных технологий, diana13@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0486-3546>

Ольховский Роман Михайлович, кандидат социологических наук, ²доцент Высшей школы спортивной педагогики, ³старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта, russia-sport@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-0789-9306>

Ермакова Марина Аркадьевна, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физической культуры, ermakova-m@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-0181-8368>

Аннотация. В соответствии с Концепцией развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 г., одним из приоритетных направлений является совершенствование научно-методического обеспечения субъектов системы студенческого спорта. В контексте научно-методического обеспечения студенческого спорта представляет интерес не только вопрос активизации научно-исследовательской деятельности в этой области, но и соответствие направлений исследований ключевым задачам по развитию студенческого спорта. В целях формирования подходов к совершенствованию научно-исследовательской деятельности с учетом приоритетных направлений развития студенческого спорта авторами проведен поиск и систематизация 8083 научных статей по вопросам студенческого спорта и физического воспитания обучающихся, опубликованных в научных журналах и сборниках материалов научных конференций за период с 2000 по 2022 г. и размещенных в Научной электронной библиотеке. По результатам исследования авторами выявлены ключевые тенденции развития научно-исследовательской деятельности в области студенческого спорта и сформирована модель взаимодействия кафедры физического воспитания с иными структурными подразделениями и организациями для расширения направлений научных исследований.

Ключевые слова: студенческий спорт, наука, научно-исследовательская деятельность, кафедры физического воспитания

Для цитирования: Еремина Е. А., Филиппева Д. Д., Ольховский Р. М., Ермакова М. А. К вопросу о развитии научно-исследовательской деятельности в студенческом спорте: обзор научных публикаций за период с 2000 по 2022 год // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 370–382. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-370-382>, EDN: QPOWKY

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Review

On the issue of the research development in student sports area: A review of papers for the period from 2000 to 2022

E. A. Eremina¹✉, D. D. Filipeva¹, R. M. Olkhovskiy^{2,3}, M. A. Ermakova⁴

¹ITMO University, Saint-Petersburg, 49 lit. A Kronverksky Pr., St. Petersburg 197101, Russia

²Peter the Great Saint Petersburg Polytechnic University, 29 Politekhnicheskaya St., St. Petersburg 195251, Russia

³Moscow Pedagogical State University, building 1, 1 Malaya Pirogovskaya St., Moscow 119991, Russia

⁴Orenburg State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation, 6 Sovietskaya St., Orenburg 460000, Russia

Ekaterina A. Eremina, eremeaa@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-4503-1447>

Diana D. Filipeva, dianais13@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0486-3546>

Roman M. Olkhovskiy, russia-sport@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-0789-9306>

Marina A. Ermakova, m.a.ermakova@orgma.ru, <https://orcid.org/0000-0003-0181-8368>

Abstract. In accordance with the Concept of Student Sport Development in the Russian Federation until 2025, one of the priority directions is the improvement of scientific and methodological support of the subjects of the student sports system. In the context of scientific and methodological support of student sport it is significant not only to intensify research in this area, but also to match the direction of the research with the key tasks of student sport development. In order to form approaches for the development of the research studies taking into account priority directions of student sports development, the authors have carried out and systematized 8083 papers on student sport and physical education of students. The papers were published in scientific journals and materials of research conferences for the period from 2000 to 2022 and placed in scientific electronic library. Based on the results of the study, the authors identified key trends in the development of scientific research activities in the field of student sports. The authors formed a model of interaction between the department of physical education and other structural units and organizations to expand the directions of scientific research.

Keywords: student sport, research, research studies, physical education departments of universities

For citation: Eremina E. A., Filipeva D. D., Olkhovskiy R. M., Ermakova M. A. On the issue of the research development in student sports area: A review of papers for the period from 2000 to 2022. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 370–382 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-370-382>, EDN: QPOWKY

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC-BY 4.0)

Введение

В настоящее время одним из приоритетных направлений развития студенческого спорта является научно-методическое обеспечение его деятельности, что отражено в основных стратегических и программных документах, регулирующих сферу физической культуры и спорта. Так, в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 г. в качестве приоритетного направления зафиксировано развитие научного обеспечения физической культуры, спорта и спортивной медицины [1]. В Концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации до 2025 г. отмечена важность совершенствования научно-методического обеспечения субъектов системы студенческого спорта [2].

В то же время научные исследования по вопросам студенческого спорта находятся

в плоскости деятельности кафедр физического воспитания образовательных организаций высшего образования [3–6] или научно-исследовательской работы обучающихся [7–9]. Имеется ряд публикаций, посвященных анализу научных трудов в области студенческого спорта, большая часть из которых опубликована до 2018 г. и ограничена анализом отдельных научных журналов или сборников материалов конференций [10–12].

В этой связи видится важным проведение комплексного анализа динамики научных публикаций по вопросам студенческого спорта в различных источниках. При этом, учитывая, что научно-исследовательская деятельность является важной для поиска научно-обоснованных решений по развитию студенческого спорта, представляется важным также систематизировать публикации в соответствии с основными направлениями его развития.

Целью настоящего исследования является формирование единых подходов к совершен-

ствованию научно-исследовательской деятельности в области студенческого спорта с учетом приоритетных направлений его развития.

Материалы и методы

Для реализации поставленной цели проведен поиск и систематизация научных статей по вопросам студенческого спорта и физического воспитания обучающихся, опубликованных в научных журналах и сборниках материалов научных конференций за период с 2000 по 2022 г. и размещенных в Научной электронной библиотеке [13]. Поиск научных статей осуществлялся с применением инструмента расширенного поиска по наличию ключевого слова «студенческий спорт» (с учетом морфологии) в полном тексте публикаций.

Научные статьи были систематизированы на основе соответствия их тематик приоритетным направлениям развития студенческого спорта, отраженным в Концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации.

Дополнительно к данным направлениям были добавлены направления «физическое воспитание обучающихся» и «учебно-тренировочный процесс» для учета научных статей, не связанных напрямую с процессами развития студенческого спорта, но охватывающих содержательные аспекты физического воспитания обучающихся. Также в каждом направлении были дополнительно сгруппированы статьи, посвященные схожим тематикам.

Результаты и их обсуждение

Всего за период с 2000 по 2022 г. было найдено и обработано 8083 научные статьи, из них 3132 опубликованных в научных журналах и 4951 опубликованных в сборниках материалов научных конференций.

Необходимо отметить, что 95% общего количества научных статей в области студенческого спорта приходится на последние 10 лет, и наблюдается ежегодный рост количества публикуемых научных статей за исключением периода пандемии COVID-19 (рис. 1).

При этом активизация научных исследований по вопросам физического воспитания обучающихся и студенческого спорта начинается с момента объявления в 2008 г. о проведении XXVII Всемирной летней универсиады 2013 г. в г. Казани – за этот год количество публикуемых научных статей увеличилось в 4,4 раза. Также увеличение ежегодного количества научных статей стало более заметным после закрепления понятия «студенческий спорт» в законодательстве о физической культуре и спорте в 2011 г., после утверждения Основ государственной молодежной политики в Российской Федерации в 2014 г. и разработанной на ее основе Концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации в 2018 г., а также в период подготовки к проведению XXIX Всемирной универсиады в г. Красноярске [14].

Если говорить про группы научных специальностей, то тематика большинства статей посвящена педагогике, также относительно распространены «социология» и «экономика»



Рис. 1. Динамика количества статей в области студенческого спорта за период с 2000 по 2022 г.

Fig. 1. The increase of the number of papers on student sports for the period from 2000 to 2022

(рис. 2). При этом статьи, посвященные управленческим и социальным вопросам в студенческом спорте, отнесены к группам научных специальностей «экономика» и «социология» соответственно, в целях их отделения от вопросов исключительно педагогической направленности. Однако, в соответствии с паспортами научных специальностей 5.8.4. «Физическая

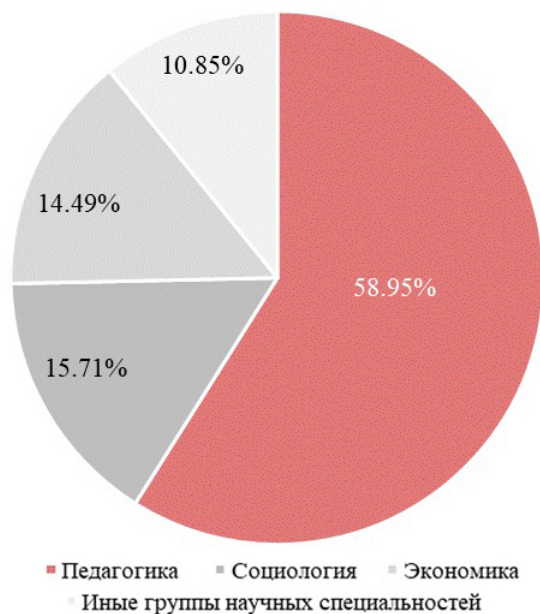


Рис. 2. Доли статей в области студенческого спорта по группам научных специальностей

Fig. 2. Shares of papers on student sports in terms of subject areas

культура и профессиональная физическая подготовка» и 5.8.5. «Теория и методика спорта», вопросы управления, менеджмента и маркетинга, а также социокультурная деятельность в сфере физической культуры и спорта могут быть отнесены к педагогике.

Менее 11% научных статей соответствуют иным научным направлениям – психология (4,55%), медико-биологические науки (2,52%), исторические науки (1,95%), право (1,08%), а также филология, политические науки, компьютерные науки и информатика (менее 1%).

Что касается соответствия тематик научных статей направлениям развития студенческого спорта, то статьи по содержательным аспектам совершенствования физического воспитания и учебно-тренировочного процесса обучающихся составили 46,51% от общего количества (рис. 3).

В отношении направлений, отраженных в Концепции развития студенческого спорта, больше всего статей выявлены по таким направлениям, как:

- совершенствование спортивно-массовой работы и системы спортивных соревнований (15,20%);
- повышение качества государственного и негосударственного управления системой студенческого спорта (11,79%);
- усиление роли физической культуры в системе студенческого спорта (10,24%).

Доли научных статей по остальным направлениям реализации Концепции развития



Рис. 3. Количество статей в разрезе направлений развития студенческого спорта

Fig. 3. The number of papers concerning key priorities of student sports development

студенческого спорта не превышают 5%. При этом наименее распространены (менее 1%) статьи, касающиеся кадрового потенциала, финансирования, материально-технического обеспечения, инклюзивного образования, нормативно-правового регулирования.

1. Физическое воспитание обучающихся

Всего было выделено 3089 статей по направлению физического воспитания обучающихся (рис. 4).

Более половины статей по данному направлению посвящены вопросам значимости физического воспитания обучающихся (1595 статей), от этого количества 50,16% затрагивают вопросы физического воспитания как составляющей здорового образа жизни обучающихся. Помимо этого, в статьях значимость физического воспитания рассматривается с точки зрения его роли в воспитании и формировании личности обучающихся (10,22%).

Стоит отметить, что в вопросах значимости относительно слабо распространены исследования влияния роли физического воспитания на умственные способности и работоспособность обучающихся, а также на их психоэмоциональное состояние (менее 2% в совокупности).

Помимо этого, по направлению физического воспитания рассматривается вопрос вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом (1014 статей). В вопросах вовлечения обучающихся более половины статей исследуют мотивацию, интересы и ценностное отношение обучающихся к физической культуре и спорту (69,82%), также ряд статей посвящен текущему уровню и способам повышения двигательной активности обучающихся (16,86%).

Менее распространены в данном направлении оказались статьи по вопросам совершенствования подходов к физическому воспитанию обучающихся (291 статья), из которых 13,4% рассматривают спортизацию физического воспитания, 9,62% – формирование личностно ориентированных подходов к физическому воспитанию.

2. Совершенствование спортивно-массовой работы и системы спортивных соревнований

Всего по направлению спортивно-массовой работы в образовательных организациях высшего образования (ООВО) и профессиональных образовательных организациях (ПОО) было выделено 1230 статей (рис. 5). Из них 34,39% статей затрагивают вопросы развития видов спорта в студенческой среде. Также выделяются статьи, посвященные опыту организации спортивно-массовой работы в образовательных организациях высшего образования и профессиональных образовательных организациях (16,75%), совершенствованию организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий (15,12%) и роли студенческих спортивных клубов (ССК) в организации спортивно-массовой работы (13,17%). Менее распространены вопросы развития отдельных спортивных секций и студенческих сборных команд, в том числе анализа участия сборных команд в спортивных соревнованиях (4,88% в совокупности).

3. Повышение качества государственного и негосударственного управления системой студенческого спорта

Всего было выделено 955 статей по вопросам повышения качества государственного и негосударственного управления системой



Рис. 4. Количество статей, посвященных вопросам физического воспитания обучающихся, в разрезе различных тематик

Fig. 4. The number of papers concerning physical education of students in terms of various topics



Рис. 5. Количество статей, посвященных вопросам совершенствования спортивно-массовой работы с обучающимися, в разрезе различных тематик

Fig. 5. The number of papers concerning sports work with students in terms of various topics

студенческого спорта (рис. 6), из которых 44,71% посвящены проблемам и перспективам развития студенческого спорта (427 статей).

Вопросам управления развитием системы студенческого спорта посвящена 201 статья. Из них более трети исследуют вопросы стратегического обеспечения и государствен-

ной политики в сфере студенческого спорта (23,26%), развития студенческих спортивных лиг (19,31%) и негосударственных организаций – Российского студенческого спортивного союза и Ассоциации студенческих спортивных клубов России (9,9%). Также по данной тематике исследуется региональное развитие студен-



Рис. 6. Количество статей по вопросам повышения качества управления системой студенческого спорта в разрезе различных тематик

Fig. 6. The number of papers concerning the improvement of student sports management in terms of various topics

ческого спорта (16,42%). Вместе с тем, в вопросах управления системой студенческого спорта незначительно исследуется межведомственное взаимодействие (5,94%) и международное сотрудничество (2,48%).

Помимо этого, вопросы управления развитием студенческого спорта рассматриваются в разрезе образовательных организаций (143 статьи), в рамках которых исследуется модель управления студенческим спортом (41,96%), стратегические аспекты (18,18%), а также организационно-управленческие аспекты деятельности кафедр физического воспитания (13,99%) и студенческих спортивных клубов (25,87%).

Также по управленческому направлению исследуется зарубежный опыт управления системой студенческого спорта (57 статей) и вопросы проведения Всемирных универсиад (113 статей), из них 51,33% посвящены социально-экономическим эффектам и наследию универсиад, 48,67% – организационно-экономическим аспектам проведения универсиад.

Вместе с тем, в рамках повышения качества государственного и негосударственного управления крайне мало распространены статьи, касающиеся цифровой трансформации студенческого спорта и социально-экономических эффектов развития студенческого спорта (13 статей, 1,36% от общего количества по направлению).

4. Усиление роли физической культуры в системе студенческого спорта

В отношении физической культуры и спорта было выделено 827 статей, в рамках которых 81,26% рассматривают вопросы организации учебного процесса (672 статьи), 12,58% – общие вопросы совершенствования учебного процесса по физической культуре и спорту в системе профессионального образования (104 статьи), менее 6 % – мотивации обучающихся к учебным занятиям (49 статей).

В числе статей, исследующих организацию учебного процесса по физической культуре и спорту, затрагиваются аспекты профессионально-прикладной физической подготовки (14,58%), реализации элективных дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту (8,63%), организации самостоятельных занятий (6,10%) и дистанционного обучения по физической культуре и спорту (5,36%).

5. Учебно-тренировочный процесс обучающихся

Всего было выделено 678 статей по вопросам учебно-тренировочного процесса обучающихся, из них 43,95% посвящены вопросам планирования и организации учебно-тренировочного процесса (298 статей), 32,74% – особенностям учебно-тренировочного процесса (222 статьи), 20,51% – медико-биологическим вопросам (138 статей). Крайне небольшой процент статей (2,08%) исследуют подходы к отбору обучающихся в сборные команды образовательных организаций высшего образования и профессиональных образовательных организаций (14 статей).

В числе статей, посвященных планированию и организации учебно-тренировочного процесса обучающихся, исследуются различные виды подготовки: психологическая (23,49%), технико-тактическая (21,14%) специальная физическая (29,19%) и общая физическая подготовка (3,69%).

6. Повышение значимости ВФСК ГТО в физическом воспитании и развитии студенческого спорта

Всего по направлению было выделено 328 статей, из них 30,18% рассматривают вопросы роли всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО), его организации и продвижения в студенческой среде (99 статей), 30,18% – организационные вопросы развития ВФСК ГТО в образовательных организациях (99 статей). Остальные статьи исследуют ВФСК ГТО в разрезе обучающихся – мотивации обучающихся к сдаче испытаний (14,33%), оценки уровня физической подготовленности обучающихся к сдаче испытаний (9,76%) и особенностям их подготовки к сдаче испытаний (14,33%).

7. Совершенствование механизмов социализации обучающихся в обществе

Всего было выделено 269 статей (рис. 7), среди которых наиболее распространены тематики социальной адаптации и адаптации обучающихся к образовательной среде (25,65%), социализации и повышения социальной активности обучающихся средствами физической культуры и спорта (21,19%), а также развития студенческого спортивного волонтерства (19,33%).



Рис. 7. Количество статей по вопросам социализации обучающихся в обществе по различным тематикам

Рис. 7. The number of papers concerning students' socialization through sports in terms of various topics

Помимо этого, в статьях исследуются вопросы профилактики асоциального и девиантного поведения обучающихся средствами физической культуры и спорта (14,87%) и самореализации обучающихся, в том числе в рамках студенческого самоуправления (18,21%). Примечательно, что фактически не исследована проблематика развития движения болельщиков в студенческой среде, которой посвящено менее 1% статей.

8. Усиление роли духовно-нравственного и патриотического воспитания в системе студенческого спорта

Всего было выделено 150 статей, из них непосредственно духовно-нравственному воспитанию посвящено 19,33% (29 статей), а гражданско-патриотическому воспитанию – 48,67% (73 статьи). Также в данном направлении:

- 14% исследуют вопросы продвижения ценностей олимпизма и олимпийское образование в студенческой среде;
- 8,72% затрагивают вопросы формирования толерантности у студенческой молодежи средствами физической культуры и спорта;
- 9,33% посвящены формированию антидопинговой культуры в студенческой среде, воспитанию обучающихся на исторических спортивных традициях и иным темам.

9. Совершенствование научно-методического обеспечения студенческого спорта

Всего научно-методическому обеспечению посвящено 114 статей. При этом поскольку, согласно Концепции развития студенческого спорта, научно-методическое обеспечение включает в том числе внедрение инновационных разработок в деятельность образовательных организаций, тема развития инноваций в студенческом спорте отнесена к данному направлению и ей посвящено 53,51% статей (рис. 8). Помимо этого, 35,96% статей затрагивают вопросы развития научно-исследовательской работы профессорско-преподавательского состава и обучающихся. Менее распространены статьи, касающиеся общих вопросов научно-методического обеспечения физического воспитания и студенческого спорта (5,26%), а также обзоров научных исследований в данной области (4,39%).

10. Укрепление роли системы студенческого спорта в системе подготовки спортивного резерва

Всего по данному направлению выделено 116 статей, из которых 34,48% исследуют результаты участия обучающихся в международных спортивных соревнованиях (40 статей). Также 27,59% рассматривают проблемы и перспективы подготовки спортивного резерва в студенческом спорте (32 статьи), а 19,83% касаются общих вопросов взаимосвязи студенческого спорта и спорта высших достижений



Рис. 8. Количество статей, посвященных научно-методическому обеспечению студенческого спорта, в разрезе различных тематик

Fig. 8. The number of papers concerning the development of research on student sports in terms of various topics

(23 статьи). Еще одной тематикой, исследуемой в 16,38% статей, является совмещение обучающимися образовательного и тренировочного процессов (19 статей).

11. Совершенствование информационного обеспечения студенческого спорта

Всего вопросы информационного обеспечения затрагиваются в 101 статье, из них 43,56% посвящены маркетингу студенческих спортивных клубов, команд, спортивных соревнований, в том числе Всемирных универсиад (44 статьи). Еще 27,72% исследуют вопросы вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом средствами маркетинга и PR (28 статей). Также 14,85% посвящены непосредственно информационному освещению студенческого спорта, в том числе в СМИ (15 статей), 9,90% – формированию спортивного имиджа образовательных организаций (10 статей).

12. Иные направления

Наименее распространенные в научном поле направления развития студенческого спорта характеризуются не только малым количеством статей (2,7% от общего количества), но и относительно слабым разнообразием тематик (таблица).

Результаты исследования показывают, что основной прирост научных статей, опубликованных за последние 10 лет, приходится на «традиционные» направления, затрагива-

ющие содержательные и организационные аспекты физкультурной и спортивной работы с обучающимися (учебной и внеучебной), прежде всего с педагогической точки зрения. Также набирают популярность вопросы управления в студенческом спорте, однако в данном направлении основная динамика сосредоточена в тематике проблем и перспектив развития студенческого спорта.

При этом другие направления, отраженные в Концепции развития студенческого спорта, также представлены в научном поле. Однако в настоящий момент их доля составляет всего 11,26% от общего количества опубликованных статей.

В этой связи и с учетом формирования системных подходов к развитию студенческого спорта [14] дальнейшее развитие научно-исследовательской деятельности требует активизации междисциплинарных исследований, выходящих за рамки педагогической парадигмы.

С целью расширения тематик научных исследований авторами разработана модель взаимодействия кафедры физического воспитания в рамках научно-исследовательской работы (рис. 9). Кафедра физического воспитания может осуществлять взаимодействие с иными учебно-научными структурными подразделениями образовательной организации высшего образования и специалистами в области физической культуры и спорта по вышеуказанным профилям, а также иными образовательными организациями высшего образования,

Количество статей по вопросам повышения качества управления системой студенческого спорта, в разрезе различных тематик

Table. The number of papers concerning the least common areas of research on student sports and the key topics of each area

Направление	Количество статей	Наиболее распространенные тематики
Совершенствование технологий инклюзивного образования обучающихся	69 статей	– общие вопросы адаптивной физической культуры в студенческой среде – организация физкультурной и спортивной работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью – адаптивная физическая культура как средство реабилитации и социальной адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью
Совершенствование нормативно-правового регулирования	62 статьи	– история развития нормативно-правового регулирования – общие вопросы нормативно-правового регулирования – вопросы нормативно-правового регулирования отдельных аспектов развития студенческого спорта
Развитие кадрового потенциала	37 статей	– общие вопросы кадрового обеспечения студенческого спорта – подготовка кадрового резерва из числа обучающихся – формирование профессиональных компетенций тренеров-преподавателей в студенческом спорте – личностные и психологические качества специалистов – формирование корпоративной культуры в студенческом спорте – образование в системе студенческого спорта
Совершенствование механизмов финансирования	36 статей	– совершенствование финансового обеспечения студенческого спорта, в том числе в образовательных организациях – развитие внебюджетного финансирования в студенческом спорте – финансовое обеспечения проведения Всемирных универсиад
Совершенствование материально-технического обеспечения	20 статей	– общие вопросы развития спортивной инфраструктуры – анализ состояния и развитие спортивной инфраструктуры в отдельных регионах, образовательных организациях – управление и эксплуатация объектов крупных спортивных мероприятий для студенческого спорта.

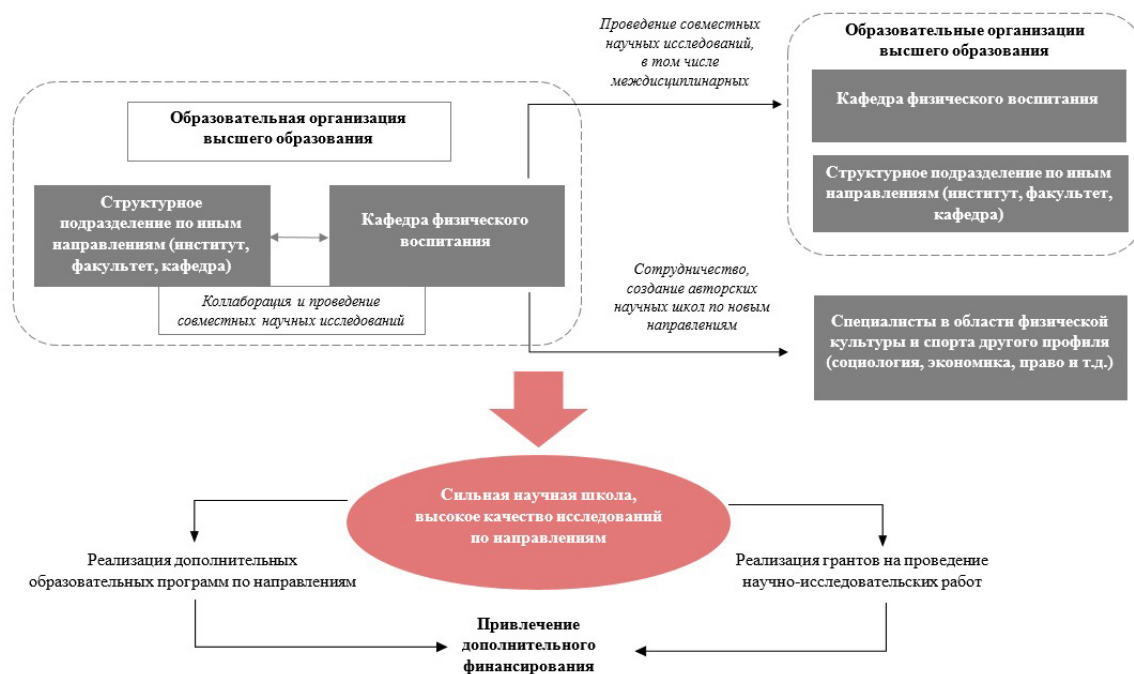


Рис. 9. Модель взаимодействия кафедры физического воспитания с иными структурными подразделениями и организациями

Fig. 9. The model of interaction between the physical education departments with other structural divisions of universities or other organizations

заинтересованными организациями. Взаимодействие может осуществляться посредством проведения совместных научных исследований, а также организации научных конгрессов и конференций по отдельным приоритетным направлениям развития студенческого спорта.

Преимуществами активного взаимодействия в рамках осуществления научно-исследовательской деятельности являются:

- открытие новых перспективных тематик для научных статей, касающихся приоритетных задач развития студенческого спорта;
- повышение количества и качества научных исследований по различным направлениям исследований;
- возможность создания авторских научных школ по направлениям исследований.

В свою очередь, повышение качества научно-исследовательской работы и наличие авторских научных школ открывает возможность для последующего привлечения дополнительного финансирования за счет реализации дополнительных профессиональных программ по различным направлениям на основе накопленного научно-методического опыта, а также возможности получения грантов на проведение научно-исследовательских работ.

Заключение

Проведенное исследование является первым этапом формирования новых подходов к совершенствованию научно-исследовательской деятельности в области студенческого спорта.

Систематизация и обобщение статей, опубликованных в научных журналах и сборниках материалов конференций, позволили выявить следующие тенденции развития научно-исследовательской деятельности в студенческом спорте:

- активные темпы прироста количества научных статей в области студенческого спорта за последние 10 лет, что вызвано прежде всего усилением внимания к развитию студенческого спорта на государственном уровне;
- соответствие большинства научных статей педагогической специальности при относительно слабой распространенности статей по иным социальным и гуманитарным, естественным и техническим наукам;
- приоритетность научных статей, посвященных содержательным и организационным аспектам физкультурной и спортив-

ной работы в образовательных организациях;

- низкая доля статей по иным направлениям, отраженным в Концепции развития студенческого спорта, при значительном разнообразии представленных тематик научных статей.

Выявленное распределение научных статей по направлениям развития студенческого спорта и отдельным тематикам по каждому из направлений может стать основой для выбора перспективных направлений исследований в области студенческого спорта.

Помимо этого, представляет интерес последующий анализ содержания систематизированных научных статей на предмет наличия теоретической и практической значимости для развития системы студенческого спорта. Не менее важным может стать и обобщение ключевых проблем развития студенческого спорта на основании мнений авторов, поскольку мониторинг научных исследований является одним из способов определения интересов и ожиданий заинтересованных сторон [15].

Дальнейшее обобщение результатов научно-исследовательской деятельности может быть проведено посредством:

- анализа диссертационных исследований по вопросам физического воспитания молодежи и студенческого спорта;
- систематизации научных конгрессов и конференций, посвященных студенческому спорту, а также отдельных секций и направлений на конгрессах и конференциях в области физической культуры и спорта в целом.

Список литературы

1. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утв. Распоряжением Правительства РФ 24 ноября 2020 г. № 3081-р. URL: <https://docs.cntd.ru/document/566430492> (дата обращения: 11.08.2023).
2. Концепция развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года, утв. Приказом Минспорта России 21 ноября 2017 г. № 1007. URL: <https://docs.cntd.ru/document/555766975> (дата обращения: 11.08.2023).
3. Елохова Ю. А. Научно-исследовательская работа на кафедре физической культуры и спорта // Организация повседневной деятельности в соединениях, воинских частях и организациях Министерства обороны Российской Федерации. Проблемные вопросы и пути их решения : материалы II Всероссийской научно-практической конференции. Омск, 9 апреля 2021 г. Омск : Издательство

Омского автобронетанкового инженерного института, 2021. С. 136–141.

4. Крамской С. И., Амельченко И. А., Егоров Д. Е. Научно-исследовательская деятельность кафедры физического воспитания и спорта в условиях модернизации образования // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: сборник статей XVII Международной научной конференции. Белгород, 14–15 апреля 2021 г. : в 2 ч. Ч. 1. Белгород : Издательство Белгородского государственного технологического университета им. В. Г. Шухова, 2021. С. 6–12.

5. Уваров В. А., Бudyка Е. В., Булавина Т. А. Анализ основных направлений деятельности Координационно-научно-методического Центра кафедр физического воспитания Евразийской ассоциации университетов в организации научных исследований (1990–2022 гг.) // Всемирные студенческие игры: история, современность и тенденции развития: материалы I Международной научно-практической конференции по физической культуре, спорту и туризму. Красноярск, 16–17 сентября 2022 г. : в 2 ч. Ч. 2. Красноярск : Издательство Сибирского федерального университета, 2022. С. 184–196.

6. Машарская Н. М., Дворянинова Е. В. Состояние и перспективы научно-исследовательской работы факультета оздоровительной физической культуры // Мир спорта. 2020. № 4 (81). С. 59–62.

7. Гетман Е. П., Воеводина С. С., Гремينا Л. А. Студенческий научный кружок кафедры управления в спорте и образовании как основа научной активности обучающихся // Физическая культура и спорт в высших учебных заведениях: актуальные вопросы теории и практики: сборник статей по материалам национальной научно-практической конференции, посвященной 70-летию образования кафедры физического воспитания Кубанского ГАУ. Краснодар, 28–29 октября 2020 г. Краснодар : Кубанский государственный аграрный университет имени И. Т. Трубилина, 2020. С. 824–830.

8. Пономарев Н. Л. Организация исследовательской деятельности студентов Политехнического университета в области физической культуры // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2019. № 2 (168). С. 281–286.

9. Шаганов С. Ю., Кинишов Е. О. Организация студенческой научной работы на кафедре физической культуры и спорта // Современные проблемы гуманитарных и общественных наук. 2019. № 2(24). С. 143–148.

10. Имнаев Ш. А. Динамика публикаций, посвященных студенческой молодежи в журнале «Теория и практика физической культуры» за период 2001–2015 гг. // Проблемы и перспективы развития туризма, рекреации и фитнеса : материалы межкафедральной конференции. Москва, 28–29 марта 2016 г. М. : Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), 2016. С. 157–160.

11. Пасмуров А. Г., Кузнецова З. М. Тенденции развития студенческого спорта на основе критического обзора научных публикаций // Теория и практика физической культуры. 2011. № 1. С. 87–94.

12. Крючек С. С., Напреенков А. А. Аналитический обзор материалов Санкт-Петербургских научно-практических конференций «Физическая культура обучающихся»

(с 2004 по 2013 г.) // Теория и практика физической культуры. 2015. № 11. С. 62–65.

13. Научная электронная библиотека. URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 11.08.2023).

14. Ольховский Р. М., Еремина Е. А. Хронология развития студенческого спорта: от решения отдельных вопросов до системного подхода // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 2. С. 115–128. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-2-115-128>

15. From Words to Action. The Stakeholder Engagement Manual. AccountAbility, 2005. 156 p.

References

1. *Strategy of the Development of Physical Culture and Sport in the Russian Federation until 2030, No. 3081-p dated November 24, 2020* (in Russian). Available at: <https://docs.cntd.ru/document/555766975> (accessed August 11, 2023).

2. *Concept of Student Sports Development in the Russian Federation until 2025, No. 1007 dated November 21, 2017* (in Russian). Available at: <https://docs.cntd.ru/document/555766975> (accessed August 11, 2023).

3. Elohova Yu. A. Research work at the department of physical culture and sports. *Organizatsiya povsednevnoj deyatel'nosti v soedineniyakh, voinskikh chastyakh i organizatsiyakh Ministerstva oborony Rossijskoj Federatsii. Problemye voprosy i puti ih resheniya : materialy II Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii. Omsk, 9 aprelja 2021 g.* [Activities of the organizations of the Ministry of Defense of the Russian Federation: Problematic issues and solutions: Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference. Omsk, April 9, 2021]. Omsk, Publishing house of the Omsk Automotive and Armored Engineering Institute, 2021, pp. 136–141 (in Russian).

4. Kramskoj S. I., Amel'chenko I. A., Egorov D. E. Research activity of physical education departments of universities in the context of education modernization. In: *Fizicheskoe vospitanie i sport v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh: sbornik statej XVII Mezhdunarodnoj nauchnoj konferentsii. Belgorod, 14–15 aprelja 2021 g. Ch. 1* [Physical educations of universities: Proceedings of the International Scientific and Practical Conference. Belgorod, April 14–15, 2021. Part 1]. Belgorod, Publishing house of Belgorod State Technological University named after V. G. Shukhova, 2021, pp. 6–12 (in Russian).

5. Uvarov V. A., Budyka E. V., Bulavina T. A. Analysis of the main activities of the Coordinating Scientific and Methodological Center of the Departments of Physical Education of the Eurasian Association of universities in the organization of research studies (1990–2022). *Vsemirnye studencheskie igry: istoriya, sovremennost' i tendentsii razvitiya : materialy I Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferentsii po fizicheskoy kul'ture, sportu i turizmu. Krasnojarsk, 16–17 sentjabrja 2022 g. Ch. 2* [World Student Games: History, Modernity and Development Trends: Proceedings of the International Scientific and Practical Conference. Krasnojarsk, September 16–17, 2022. Part 2]. Krasnojarsk, Siberian Federal University Publishing House, 2022, pp. 184–196 (in Russian).

6. Masharskaya N. M., Dvoryaninova E. V. The state and prospects of the research activities of the faculty of health

improving physical culture. *The World of Sports*, 2020, no. 4 (81), pp. 59–62 (in Russian).

7. Getman E. P., Voevodina S. S., Gremina L. A. Student research classes on the sport and education management department as a base of students' research activities. *Fizicheskaya kul'tura i sport v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh: aktual'nye voprosy teorii i praktiki : sbornik statej po materialam natsional'noj nauchno-prakticheskoy konferentsii, posvyashchenoj 70-letiyu obrazovaniya kafedry fizicheskogo vospitaniya KGAU. Krasnodar, 28–29 oktjabrja 2020 g.* [Physical culture and sport in higher education institutions : Key issues of theory and practice : Proceedings of the National Scientific and Practical Conference. Krasnodar, October 28–29, 2020]. Krasnodar, Kuban State Agrarian University named after I. T. Trubilina, 2020, pp. 824–830 (in Russian).

8. Ponomarev N. L. Organization of research activity of students of the aerospace faculty of perm national research polytechnic university in the area of physical culture. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific Notes of the University named after. P. F. Lesgafta], 2019, no. 2 (168), pp. 281–286 (in Russian).

9. Shaganov S. Y., Kinishov E. O. Organization of student scientific work on the department of physical culture and sport. *Contemporary Problems in the Humanities and Social Sciences*, 2019, no. 2(24), pp. 143–148 (in Russian).

10. Imnaev Sh. A. The dynamics of number of papers concerning student sports in the journal "Theory and Practice

of Physical Culture" for the period from 2001–2015. In: *Problemy i perspektivy razvitiya turizma, rekreatsii i fitnesa : materialy mezhkafedral'noj konferentsii. Moskva, 28–29 marta 2016 g.* [Problems and perspectives of tourism, recreation and fitness : Proceedings of the International Conference. Moscow, March 28–29, 2016]. Moscow, Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism (GTSOLIFK), 2016, pp. 157–160 (in Russian).

11. Pasmurov A. G., Kuznetsova Z. M. Trends of student sports development based on the overview of research studies. *Theory and Practice of Physical Culture*, 2011, no. 1, pp. 87–94 (in Russian).

12. Kryuchek S. S., Napreenkov A. A. Analytical overview of the proceedings of Saint-Petersburg Scientific and Practical Conference "Physical culture of Students" (from 2004 to 2013). *Theory and Practice of Physical Culture*, 2015, no. 11, pp. 62–65 (in Russian).

13. *Research electronic library*. Available at: <https://elibrary.ru> (accessed August 11, 2023).

14. Olkhovskiy R. M., Eremina E. A. Chronology of the student sports development: From individual issues to system approach. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 2, pp. 115–128 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-2-115-128>

15. *From Words to Action. The Stakeholder Engagement Manual*. AccountAbility, 2005. 156 p.

Поступила в редакцию 01.09.2023; одобрена после рецензирования 10.09.2023; принята к публикации 15.09.2023
The article was submitted 01.09.2023; approved after reviewing 10.09.2023; accepted for publication 15.09.2023

Научная статья

УДК 796-057.87+796.035(470-25)

Стратегия развития адаптивного студенческого спорта НИУ «МЭИ»

Н. Б. Бриленок[✉], И. О. Черепанова

Национальный исследовательский университет «МЭИ», Россия, 111250, г. Москва, ул. Красноказарменная, д. 14, стр. 1

Бриленок Наиль Булатовна, кандидат философских наук, доцент, и.о. заведующего кафедрой физкультуры и спорта, brilenoknb@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6510-823X>

Черепанова Ирина Олеговна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физкультуры и спорта, a89853602875@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4310-5673>

Аннотация. Освещается инновационный путь развития адаптивного студенческого спорта в НИУ «МЭИ» в целом и двигательной реабилитации студентов специальной медицинской группы в частности. Предлагаемая стратегия является уникальным реализуемым проектом, интегрально сочетающим в себе технологичный научно обоснованный подход к исследуемой проблематике и практическую результативную реализацию многокомпонентной двигательно-реабилитационной модели, оперирующей в своей базисной основе инструментарным компонентом студенческого спорта.

Ключевые слова: студенческий спорт, двигательная реабилитация, инклюзивное образование, профессиональные компетенции, кадровый потенциал

Благодарности. Д. И. Воронину и его коллегам (Высшая школа физической культуры и спорта Балтийского федерального университета им. И. Канта, Калининград), Р. М. Ольховскому (Аналитический центр физической культуры и спортивных технологий Университета ИТМО, Санкт-Петербург) за проявленные инициативы при разработке и реализации сетевой образовательной программы «Нейротехнологии для физической культуры и спорта».

Для цитирования: Бриленок Н. Б., Черепанова И. О. Стратегия развития адаптивного студенческого спорта НИУ «МЭИ» // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 383–388. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-383-388>, EDN: QTKNUM

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Strategy for the development of adaptive student sports of NRU “MEI”

N. B. Brilenok[✉], I. O. Cherepanova

National Research University “Moscow Power Engineering Institute”, building 1, 14 Krasnokazarmennaya St., Moscow 111250, Russia

Naila B. Brilenok, brilenoknb@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6510-823X>

Irina O. Cherepanova, a89853602875@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4310-5673>

Abstract. The article highlights the innovative way of development of adaptive student sports at the NRU “MEI” in general, and motor rehabilitation of students of a special medical group, in particular. The proposed strategy is a unique realisable project being implemented, integrally combining a technological scientifically grounded approach to the problem under study, and the practical effective implementation of a multi-component motor rehabilitation model operating in its basic basis with an instrumental component of student sports.

Keywords: student sports, motor rehabilitation, inclusive education, professional competencies, human resources potential

Acknowledgments. Denis I. Voronin and his colleagues (Higher School of Physical Culture and Sports of the I. Kant Baltic Federal University, Kaliningrad), Roman M. Olkhovskiy (Analytical Center of Physical Culture and Sports Technologies of

ITMO University, Saint Petersburg) for their initiatives in the development and implementation of the network educational program "Neurotechnologies for Physical Culture and Sports".

For citation: Brilenok N. B., Cherepanova I. O. Formation of active knowledge on the application of innovation in student sports. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 383–388 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-383-388>, EDN: QTKHUM

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC0-BY 4.0)

Введение

Сохранение устойчивого развития в контексте возрастающей конкуренции среди ведущих вузов, одним из которых заслуженно является НИУ «МЭИ», определяется целевой направленностью на увеличение конкурентоспособности вуза в контексте актуализации становления и развития исключительно инклюзивных вузов [1–3]. Концентрация фокуса внимания абитуриентов инклюзивных групп молодежи на консолидацию социальных потребностей в русле студенческого спорта возможна посредством образования «Студенческого спортивного адаптивного объединения МЭИ», стремящегося к расширению спектра охватываемых направлений деятельности. Выделение на первом этапе развития трех приоритетных секций по адаптивным направлениям как основных позволит упрочить, а в дальнейшем развить лидирующие позиции.

Согласно Межотраслевой программе развития студенческого спорта, деятельность объединения предполагает векторную направленность на развитие студенческого спорта, подготовку спортивного резерва и популяризацию физкультурно-спортивной деятельности среди молодежи посредством проведения физкультурно-массовых мероприятий с возможностью учреждения впоследствии «Кубка Студенческой Спортивной Энергии» (далее – Кубок). Кубок будет олицетворять собой неиссякаемую жизненную энергию инклюзивной молодежи, реализуемую и продуцируемую посредством разноплановой физкультурно-спортивной деятельности, претворения в жизнь коренных устоев здорового образа жизни, стремления к победе, веры в себя, соблюдения принципов «Fair play», как символ патриотизма и реализации основных идеологических установок современной молодежи [4–7].

Вместе с тем, «Студенческое спортивное адаптивное объединение МЭИ» может предоставить обширное поле для проведения научно-исследовательской работы в плане выявления влияния проводимой физкультурно-спортивной деятельности, физиологической составляю-

щей реализуемых видов спорта и внедряемых инновационных методик, разработок с ориентацией на ИПРА, на двигательную реабилитацию студентов в рамках проектной деятельности [8].

В рамках реализации Концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 г., в качестве одной из составляющих стратегии как плацдарма для усиления позиций на российской образовательной платформе и реализации научно-исследовательских инициатив, кафедра физкультуры и спорта может выступить Центром осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам (повышения квалификации / профессиональной переподготовки), в том числе по специальностям «Инструктор по адаптивной физической культуре» и «Тренер по адаптивному спорту». Согласно Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, в этой связи также возможна работа по выполнению государственного задания при участии в федеральном проекте «Спорт – норма жизни» национального проекта «Демография» [9, 10].

Образование базы для подготовки кадрового потенциала субъектов сферы адаптивной физической культуры, системы адаптивного студенческого спорта, реализации инклюзивных образовательных траекторий, адаптации имеющихся образовательных модулей, разработки новых адаптационных дисциплин и формируемых ими компетенций, а также реализации грантовых инициатив научно-исследовательского характера, в том числе может выступить как продуктивный концепт, предполагающий наличие многообразных органичных для коллаборации в синергетическом синтезе с другими технологическими звеньями образовательной системы функциональных элементов [9, 11].

Материалы и методы

Приводимые положения базируются на обстоятельном анализе концепций, гипотез и подходов к развитию системы студенческого спорта, представленных в классических и современ-

ных работах российских и зарубежных ученых, базирующемся на системном, структурном, экспертном, ретроспективном, факторном, статистическом и корреляционном анализе [12–15].

Информационно-эмпирическая основа исследования представлена данными, содержащимися в трудах ведущих ученых, сборниках публикаций конференций и конгрессов в данной исследовательской области, нормативно-правовой базе федерального и регионального уровней по данному направлению [16–19].

В рамках исследования среди абитуриентов и студентов был проведен социологический опрос с целью выявления целеполагающих в данном контексте интересов и потребностей. Было предложено сделать выбор предпочтительного вида спорта из предоставленного перечня.

Результаты и их обсуждение

На рис. 1 отображены приоритетные виды спорта для опрашиваемой аудитории.

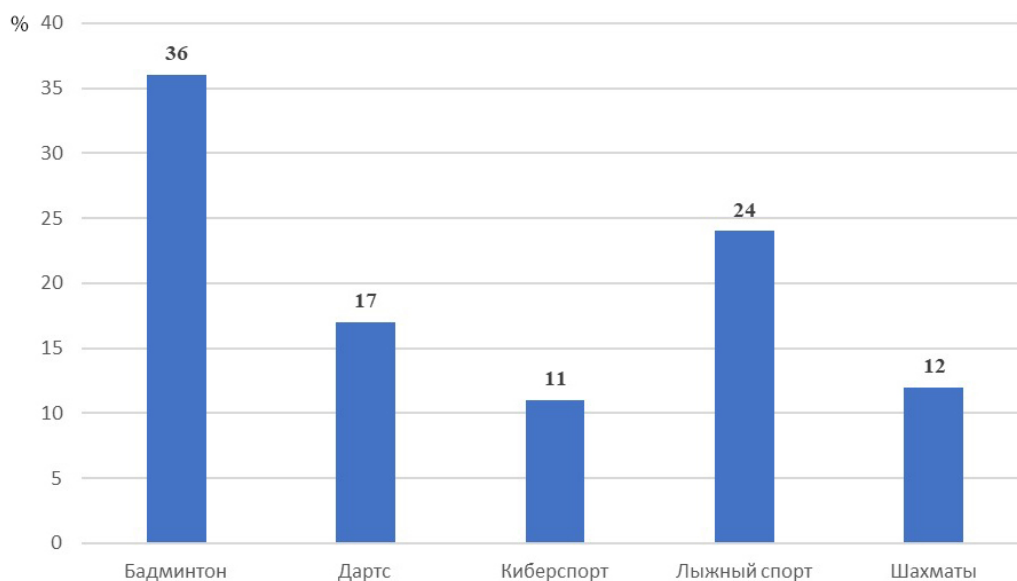


Рис. 1. Статистические данные социологического исследования

Fig. 1. Statistical data of sociological research

Анализ статистических данных проведенного социологического исследования опрашиваемой аудитории позволил выявить следующее. Среди 15 предлагаемых на выбор видов спорта интерес респондентов распределился между пятью видами, представленными на гистограмме. Таким образом, в качестве наиболее приоритетных для занятий были отмечены «бадминтон» (36% всех опрошенных), «лыжный спорт» (24% респондентов), «дартс» (17%), «шахматы» (12%) и «киберспорт» (11%).

На рис. 2 представлена информация о заинтересованности в функционировании и вхождении в состав членов «Студенческого спортивного адаптивного объединения МЭИ».

По результатам проведенного социологического исследования удалось выявить заинтере-

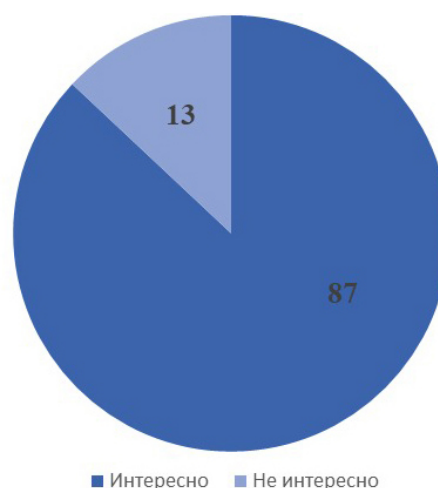


Рис. 2. Заинтересованность респондентов в функционировании и вхождении в состав членов «Студенческого спортивного адаптивного объединения МЭИ», %

Fig. 2. Respondents' interest in functioning and membership in the "Student Sports Adaptive Association", %

ресованность 87% опрошенных респондентов в учреждении «Студенческого спортивного адаптивного объединения МЭИ» и желание стать активными его членами.

Выводы

Проведенное социологическое исследование позволило выявить значимые потребности опрошенного контингента, отвечающие поставленным стратегическим задачам в контексте развития адаптивного студенческого спорта НИУ «МЭИ» и частной проектной задаче, касающейся двигательной реабилитации и социальной интеграции студентов специальной медицинской группы через студенческий спорт в рамках научно-исследовательского проекта. Планируемые к выявлению и разработке в результате обширного круга разноаспектных исследований инновационные технологии по формированию, накоплению и использованию методического реабилитационного потенциала актуализируют стратегическую перспективу реализации обозначенных содержательных характеристик.

Возможность подготовки научно-педагогических кадров инклюзивной направленности в рамках дополнительного профессионального образования, реализуемого на базе кафедры физкультуры и спорта как структурной единицы дидактической системы образования в высшей школе, представляет собой перспективу ассимиляции кадрового потенциала и несет в себе большие резервы неординарного и продуктивного развития профессионально-педагогических компетенций и проектировочно-прогностических способностей будущих специалистов сферы адаптивной физической культуры и спорта.

Список литературы

1. Приказ Минобрнауки России «О развитии системы высшего и среднего профессионального образования в России» от 8 августа 1995 г. № 444. URL: <https://docs.cntd.ru/document/901852411> (дата обращения: 29.06.2023).
2. Указ Президента РФ «О первоочередных мерах в области государственной молодежной политики» от 16 сентября 1992 г. № 1075. URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/2028> (дата обращения: 30.06.2023).
3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ. URL: http://consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 30.06.2023).
4. Конституция РФ. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/?ysclid=ljzmzblpr2f937407981 (дата обращения: 01.07.2023).
5. Межотраслевая программа развития студенческого спорта до 2024 года, утв. Приказом Минспорта России, Минобрнауки России, Минпросвещения России от 9 марта 2021 г. № 141/167/90. URL: https://studsport.ru/10.03.2021_megotraslevaya_programma_razvitiya_studencheskogo_sporta_do_2024_goda (дата обращения: 01.07.2023).
6. Основы государственной молодежной политики в РФ на период до 2025 г., утв. Распоряжением Правительства РФ от 29 ноября 2014 г. № 2403-р. URL: <https://rg.ru/documents/2014/12/08/molodej-site-dok.html> (дата обращения: 30.06.2023).
7. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 № 329-ФЗ, с изм. на 05.04.2021 г. URL: <https://base.garant.ru/12157560/> (дата обращения: 02.07.2023).
8. Приказ Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении Методических рекомендаций “Реабилитация и абилитация инвалидов средствами адаптивной физической культуры и спорта, в том числе детей-инвалидов”» от 9 января 2023 г. № 3. URL: <https://legalacts.ru/doc/prikaz-minsporta-rossii-ot-09012023-n-3obutverzhdenii/?ysclid=ljzmz8ydcor452025364> (дата обращения: 01.07.2023).
9. Приказ Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации на период по 2025 года» от 21 ноября 2017 г. № 1007. URL: https://minsport.gov.ru/2017/doc/order1017_211117KoncepStudentSport_2025.pdf (дата обращения: 01.07.2023).
10. Распоряжение Правительства РФ «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года» от 24 ноября 2020 г. № 3081-р (ред. от 29.04.2023). URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_369118/ (дата обращения: 29.06.2023).
11. Черепанова И. О., Дунаев К. С. Особенности управления государственными и муниципальными образовательными учреждениями, осуществляющими деятельность в области физической культуры и спорта // Материалы 43-й научно-методической конференции профессорско-преподавательского и научного составов, аспирантов, прикрепленных лиц ФГБОУ ВО МГАФК по итогам НИР за 2021 год / Министерство спорта Российской Федерации. Московская государственная академия физической культуры. Московская областная олимпийская академия. М. : Издательство Московской государственной академии физической культуры, 2022. С. 244–250.
12. Блауберг И. В., Юдин Э. Г. Системный подход и принципы деятельности. М. : Наука, 1978. 242 с.
13. Российская книжная палата [сайт]. URL: <http://bookchamber.ru/isbn.html> (дата обращения: 28.06.2020).
14. Сейранов С. Г. Развитие студенческого спорта в России на современном этапе // Современные аспекты подготовки и Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. М. : Издательство Московской государственной академии физической культуры, 2018. С. 10–14.
15. Сейранов С. Г. Студенческий спорт как фактор социокультурного развития страны // Материалы I круглого стола научного совета по физической культуре и спорту

отделения образования и культуры РАО. М. : Б. и., 2018. С. 150–155.

16. Евсеев С. П., Евсеева О. Э., Шелехов А. А. Адаптивный спорт. Санкт-Петербург: Политех-Пресс, 2023. 273 с.

17. Бриленок Н. Б. Педагогическое сопровождение становления здорового образа жизни у обучающихся : учебное пособие для студентов Института физической культуры и спорта СГУ. Саратов : Издательство Саратовского университета, 2019. 32 с.

18. Бриленок Н. Б. Педагогические условия формирования компетентности будущих педагогов физической культуры // Актуальные проблемы здоровья, физической культуры и спорта на современном этапе : сборник научных трудов, посвященный 110-летию СГУ имени Н. Г. Чернышевского / отв. ред. Н. Б. Бриленок, И. Ю. Водолагина, С. С. Павленкович. Саратов : Саратовский источник, 2019. С. 10–13.

19. Евсеева О. Э., Шелехов А. А., Евсеев С. П. Совершенствование процессов физической подготовки, образования, воспитания и социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, средствами и методами адаптивного спорта. Санкт-Петербург: Издательство Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого, 2023. 292 с.

References

1. Order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation “On the development of the system of higher and secondary vocational education in Russia”, No. 444 dated August 8, 1995 (in Russian). Available at: <https://docs.cntd.ru/document/901852411> (accessed June 29, 2023).
2. Decree of the President of the Russian Federation “On priority measures in the field of state youth policy”, No. 1075 dated September 16, 1992 (in Russian). Available at: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/2028> (accessed June 30, 2023).
3. Federal Law “On Education in the Russian Federation”, No. 273-FZ dated December 29, 2012 (in Russian). Available at: http://consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (accessed June 30, 2023).
4. Constitution of the Russian Federation (in Russian). Available at: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/?ysclid=ljzmzblpr2f937407981 (accessed July 1, 2023).
5. Intersectoral program for the development of student sports until 2024, approved by the Order of the Ministry of Sports of Russia, the Ministry of Education of Russia, the Ministry of Education of Russia, No. 141/167/90 dated March 9, 2021 (in Russian). Available at: https://studsport.ru/10.03.2021_megotraslevaya_programma_razvitiya_studencheskogo_sporta_do_2024_goda (accessed July 1, 2023).
6. Fundamentals of state youth policy in the Russian Federation for the period up to 2025, approved by the Order of the Government of the Russian Federation, No. 2403-R dated November 29, 2014 (in Russian). Available at: <https://rg.ru/documents/2014/12/08/molodej-site-dok.html> (accessed June 30, 2023).
7. Federal Law “On Physical Culture and Sports in the Russian Federation”, No. 329-FZ dated December 4, 2007 (as amended on 05.04.2021) (in Russian). Available at: <https://base.garant.ru/12157560/> (accessed July 2, 2023).
8. Order of the Ministry of Sports of the Russian Federation “On approval of Methodological recommendations “Rehabilitation and habilitation of disabled people by means of adaptive physical culture and sports, including disabled children”, No. 3 dated January 9, 2023 (in Russian). Available at: <https://legalacts.ru/doc/prikaz-minsporta-rossii-ot-09012023-n-3obutverzhdennii/?ysclid=ljzmz8ydcor452025364> (accessed July 1, 2023).
9. Order of the Ministry of Sports of the Russian Federation “On approval of the concept of development of student sports in the Russian Federation for the period up to 2025”, No. 1007 dated November 21, 2017 (in Russian). Available at: https://minsport.gov.ru/2017/doc/order1017_211117KoncepStudentSport_2025.pdf (accessed July 1, 2023).
10. Decree of the Government of the Russian Federation “On approval of the Strategy for the Development of Physical Culture and Sports in the Russian Federation for the period up to 2030”, No. 3081-r dated 24.11.2020 (ed. dated 29.04.2023) (in Russian). Available at: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_369118/ (accessed June 29, 2023).
11. Cherepanova I. O., Dunaev K. S. Features of management of state and municipal educational institutions engaged in activities in the field of physical culture and sports. *Materialy 43-j nauchno-metodicheskoy konferentsii professorsko-prepodavatel'skogo i nauchnogo sostavov, aspirantov, prikreplennykh lits FGBOU VO MGAFK po itogam NIR za 2021 god. Ministerstvo sporta Rossijskoj Federatsii. Moskovskaja gosudarstvennaja akademija fizicheskoy kul'tury. Moskovskaja oblastnaja olimpijskaja akademija* [Materials of the 43rd scientific and methodological conference of teaching and scientific staff, graduate students, attached persons of FSBEI IN MGAFK according to the results of research for 2021. Ministry of Sports of the Russian Federation. Moscow State Academy of Physical Culture. Moscow Regional Olympic Academy]. Moscow, Moscow State Academy of Physical Culture Publ., 2022, pp. 244–250 (in Russian).
12. Blauberg I. V., Yudin E. G. *Sistemnyi podkhod i printsipy deyatel'nosti* [System approach and principles of activity]. Moscow, Nauka, 1978. 242 p. (in Russian)
13. Russian Book Chamber: [website]. Available at: <http://bookchamber.ru/isbn.html> (accessed June 28, 2020) (in Russian).
14. Seiranov S. G. The development of student sports in Russia at the present stage. In: *Sovremennyye aspekty podgotovki i Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem* [Modern aspects of preparation and the All-Russian scientific and practical conference with international participation]. Moscow, Moscow State Academy of Physical Culture Publ., 2018, pp. 10–14 (in Russian).
15. Seiranov S. G. Student sport as a factor of sociocultural development of the country. In: *Materialy I kruglogo stola nauchnogo soveta po fizicheskoy kul'ture i sportu otdeleniya obrazovaniya i kul'tury RAO*. [Materials of the 1st round table of the Scientific Council on Physical Culture and Sports of the

Department of Education and Culture of the RAO]. Moscow, 2018, pp. 150–155 (in Russian).

16. Evseev S. P., Evseeva O. E., Shelekhov A. A. *Adaptivnyj sport* [Adaptive sport]. St. Petersburg, Polytech-Press, 2023. 273 p. (in Russian).

17. Brilenok N. B. *Pedagogicheskoe soprovozhdenie stanovlenija zdorovogo obraza zhizni u obuchajushhihsja. Uchebnoe posobie dlja studentov Instituta fizicheskoj kul'tury i sporta* [Pedagogical support for the formation of a healthy lifestyle among students. Textbook for students of the Institute of Physical Culture and Sports]. Saratov, Saratov State University Publ., 2019. 32 p. (in Russian).

18. Brilenok N. B. Pedagogical conditions for the formation of competence of future teachers of physical culture. In: *Aktual'nye problemy zdorov'ya, fizicheskoj kul'tury i sporta na sovremennom etape : sbornik nauchnykh trudov,*

posvyashchennyi 110-letiyu SGU imeni N. G. Chernyshevskogo [Brilenok N. B., Vodolagina I. Yu., Pavlenkovich S. S., eds. Actual problems of health, physical culture and sports at the present stage: Collection of scientific papers dedicated to the 110th anniversary of N. G. Chernyshevsky SSU]. Saratov, Saratovskii istochnik, 2019, pp. 10–13 (in Russian).

19. Evseeva O. E., Shelekhov A. A., Evseev S. P. *Sovershenstvovanie protsessov fizicheskoj podgotovki, obrazovanija, vospitaniya i sotsializacii lits s ogranichennymi vozmozhnostjami zdorov'ja, vkljuchaja invalidov, sredstvami i metodami adaptivnogo sporta* [Improving the processes of physical training, education, upbringing and socialization of persons with disabilities, including the disabled, by means and methods of adaptive sports]. St. Petersburg, Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University Publ., 2023. 292 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 06.07.2023; одобрена после рецензирования 12.07.2023; принята к публикации 20.08.2023
The article was submitted 06.07.2023; approved after reviewing 12.07.2023; accepted for publication 20.08.2023

Научная статья

УДК 796:378.4

История участия Сибирского федерального университета в Европейских университетских играх

В. И. Колмаков[✉], А. Ю. Блиневский, Н. Н. Железнов

Сибирский федеральный университет, Россия, 660041, г. Красноярск, проспект Свободный, д. 79

Колмаков Владимир Иннокентьевич, доктор биологических наук, профессор, заведующий кафедрой медико-биологических основ физической культуры и оздоровительных технологий, vkolmakov@sfu-kras.ru, <https://orcid.org/0000-0002-9643-609X>

Блиневский Александр Юрьевич, доктор педагогических наук, профессор, директор Института физической культуры, спорта и туризма, ABliznevsky@sfu-kras.ru, <https://orcid.org/0000-0002-2373-0407>

Железнов Николай Николаевич, доцент, руководитель Спортивного клуба, NZheleznov@sfu-kras.ru, <https://orcid.org/0009-0005-7964-9041>

Аннотация. Приводится историко-теоретический анализ выступлений студентов Сибирского федерального университета в спортивной программе Европейских университетских игр с 2012 по 2018 гг. Дан анализ спортивных и социальных итогов участия команд Сибирского федерального университета в Европейских университетских играх. Показан совокупный положительный эффект от участия студенческих команд в соревнованиях международного уровня для отдельных университетов.

Ключевые слова: Европейские университетские игры, Сибирский федеральный университет, университетский спорт, мини-футбол, регби-7, скалолазание

Для цитирования: Колмаков В. И., Блиневский А. Ю., Железнов Н. Н. История участия Сибирского федерального университета в Европейских университетских играх // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 389–395. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-389-395>, EDN: MSVDOJ

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

History of participation of the Siberian Federal University in the European Universities Games

V. I. Kolmakov[✉], A. Yu. Bliznevsky, N. N. Zheleznov

Siberian Federal University, 79 Svobodny Pr., Krasnoyarsk 660041, Russia

Vladimir I. Kolmakov, vkolmakov@sfu-kras.ru, <https://orcid.org/0000-0002-9643-609X>

Alexander Yu. Bliznevsky, ABliznevsky@sfu-kras.ru, <https://orcid.org/0000-0002-2373-0407>

Nikolay N. Zheleznov, NZheleznov@sfu-kras.ru, <https://orcid.org/0009-0005-7964-9041>

Abstract. The article is devoted to the historical and theoretical analysis of the participation of students of the Siberian Federal University (SFU) in the sports program of the European University Games (EUG) from 2012 to 2018. The sports, social results of the performance of the SFU teams at the EUG are given. The positive cumulative effect of the participation of student teams in international competitions for individual universities is shown.

Keywords: European Universities Games, Siberian Federal University, university sport, futsal, rugby-7, climbing

For citation: Kolmakov V. I., Bliznevsky A. Yu., Zheleznov N. N. History of participation of the Siberian Federal University in the European Universities Games. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 389–395 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-389-395>, EDN: MSVDOJ

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC-BY 4.0)

Введение

Сибирский федеральный университет (СФУ) – первый федеральный университет в России, созданный распоряжением Правительства РФ № 1518-р от 4 ноября 2006 г. В утвержденной Правительством РФ Программе развития СФУ на 2011–2021 гг. для университета была поставлена цель стать лидером в области международного и российского университетского спорта [1]. Выбор спорта как приоритетного направления деятельности СФУ определялся двумя причинами. Первая из них – это тот факт, что объединенные в состав СФУ пять красноярских университетов имели хорошие традиции и достижения в спорте [2]. Вторая – Красноярск подал заявку на проведение XXIX Всемирной зимней Универсиады – 2019, а территория кампуса СФУ планировалась как место для проживания участников студенческих игр [3]. В этих условиях стало очевидным, что сделать за короткий исторический промежуток узнаваемым на международном уровне недавно созданный российский университет можно только через спортивные победы его студентов. В этой связи цель настоящей работы – проанализировать историю участия студентов СФУ на Европейских университетских играх с 2012 по 2018 гг., проводимых под эгидой Европейской ассоциации студенческого спорта (EUSA).

Европейские университетские игры (ЕУИ) – крупнейшие комплексные международные соревнования среди университетов. Для участия в ЕУИ приглашаются команды и студенты, прошедшие квалификационный отбор и ставшие победителями студенческих национальных чемпионатов по отдельным видам спорта. Хотя история ЕУИ насчитывает всего одиннадцать лет, данные соревнования получили широкую известность и высокую репутацию. Принять участие в ЕУИ – мечта многих европейских студентов, а спортивная готовность и достижения участников ЕУИ становятся основой для проведения научных исследований в области студенческого спорта [4–6].

Результаты и их обсуждение

ЕУИ проводятся в летнее «каникулярное» время с периодичностью раз в два года начиная с 2012 г. (табл. 1). На сегодняшний день состоялось пять ЕУИ из шести запланированных. Из-за пандемии COVID-19 в 2020 г. V Европейские университетские игры в Белграде сначала

были перенесены на 2021 г., а затем окончательно отменены. В спортивную программу ЕУИ обязательно включают популярные среди студентов виды спорта: бадминтон, баскетбол, волейбол, гандбол, настольный теннис, теннис, футбол, мини-футбол. После согласования с EUSA организационный комитет по проведению ЕУИ может дополнительно включать в программу соревнований другие летние виды спорта. Как принято в международном университетском спорте, соревнования по всем включенным в программу видам спорта должны проводиться как для мужчин, так и для женщин [7]. Формат проведения ЕУИ ориентирован на традиции, принятые в университетском спорте: торжественное Открытие и Закрытие соревнований, исполнение студенческого гимна «Гаудеамус» в честь победителей, эмблема и девиз соревнований и др.

В общем медальном зачете студенты из российских университетов только на первых играх в испанской Кордобе заняли первое место. На других ЕУИ в общем зачете результаты россиян были скромнее: Роттердам – 5-е место, Загреб – Риека – 7-е место, Коимбра – 9-е место. Наиболее успешно команды российских университетов выступали в настольном теннисе, бадминтоне, скалолазании, мини-футболе и футболе. Студенты СФУ принимали участие во всех ЕУИ за исключением игр в польском Лодзи в 2022 г., когда российские университеты не были допущены до соревнований по политическим мотивам. Итоги выступления студентов СФУ на ЕУИ представлены в табл. 2.

В целом в условиях высокой конкуренции на ЕУИ выступление сибирских студентов следует признать успешным. С 2012 по 2018 г. студенты СФУ завоевали 8 медалей (4 золотых, 2 серебряных, 2 бронзовых) в мини-футболе, регби-7, скалолазании и футболе. Например, в Загребе – Риеке и Коимбре каждая седьмая медаль российских университетов была завоевана студентами СФУ. Всего с 2012 по 2018 гг. на ЕУИ за команды СФУ выступали 98 студентов, представляющих 15 институтов университета. Наибольшее представительство в сборных СФУ (более 50%) приходилось на студентов, обучающихся в Политехническом институте и Институте физической культуры, спорта и туризма.

В истории участия команд СФУ в ЕУИ можно условно выделить два периода: дебютного становления (2012 г.) и основных достижений (2014–2018 гг.). Дебют команд СФУ на ЕУИ состоялся в испанской Кордобе

Таблица 1/Table 1

Статистические данные по Европейским университетским играм
Statistics for the European University Games

Название соревнований	Сроки проведения	Место проведения	Число видов спорта	Количество участников, человек	Количество университетов
I Европейские университетские игры	13.07–23.07.2012	Кордоба (Испания)	10	2583	151
II Европейские университетские игры	24.07–08.08.2014	Роттердам (Голландия)	10	2830	174
III Европейские университетские игры	12.07–25.07.2016	Загреб – Риека (Хорватия)	21	4786	409
IV Европейские университетские игры	15.07–28.07.2018	Коимбра (Португалия)	13	3293	291
VI Европейские университетские игры	17.07–30.07.2022	Лодзь (Польша)	20	4459	422

Таблица 2/Table 2

Результаты выступления студентов Сибирского федерального университета на Европейских студенческих играх

The results of the performance of the students of the Siberian Federal University at the European Student Games

Название соревнования, год проведения	Место проведения	Вид спорта, дисциплина	Занятое место
I Европейские университетские игры, 2012 г.	Кордоба (Испания)	Мини-футбол, мужчины	Первое
		Футбол, женщины	Четвертое
II Европейские университетские игры, 2014 г.	Роттердам (Голландия)	Регби-7, мужчины	Второе
		Мини-футбол, мужчины	Четвертое
		Мини-футбол, женщины	Пятое
III Европейские университетские игры, 2016 г.	Загреб – Риека (Хорватия)	Регби-7, мужчины	Третье
		Баскетбол 3×3, женщины	Четвертое
		Мини-футбол, мужчины	Второе
		Скалолазание, женщины, скорость	Первое
		Скалолазание, командные соревнования, женщины	Первое
		Скалолазание, командные соревнования	Третье
IV Европейские университетские игры, 2018 г.	Коимбра (Португалия)	Футбол, женщины	Первое

в 2012 г. Женская команда по футболу и мужская команда по мини-футболу получили право участвовать в Кордобе после побед в чемпионатах Российского студенческого спортивного союза (РССС). Большой сложностью для сибирских студентов стала высокая температура воздуха в дни соревнований в Кордобе (днем около +45°C). Женская команда СФУ имела игровое преимущество над соперницами на протяжении всего футбольного турнира, но отсутствие адаптации к игре при высокой температуре воздуха негативно сказывалось

на физическом состоянии сибирячек в концовках матчей. Например, в игре за бронзу команда СФУ продемонстрировала атакующий футбол, имела большое игровое преимущество над командой из университета Валенсии, но в конце второго тайма пропустила два гола и проиграла матч со счетом 2:3.

Матчи по мини-футболу проходили в современных спортивных комплексах, но системы вентиляции не справились с аномальной жарой и вышли из строя. Однако даже в этих сложнейших условиях мужская коман-

да СФУ по мини-футболу продемонстрировала комбинационную игру и высокую технико-тактическую подготовку, что вызвало особую симпатию среди испанских болельщиков. В соответствии с местной традицией, в знак уважения за проявленное мастерство испанские болельщики дали команде сибирских парней доброе прозвище «Тундра» (по-испански и по-русски слово «тундра» произносится одинаково). С поддержкой зрителей на трибунах команда СФУ победила во всех шести матчах. В том числе были одержаны волевые победы в полуфинале над командой университета из Грузии со счетом 3:2 (после первого тайма 0:2) и в финале со счетом 3:1 над студентами из португальского университета Миньо.

По сравнению с Кордобой, в Роттердаме в 2014 г. представительство СФУ на ЕУИ увеличилось. Наряду с мужской и женской мини-футбольными командами в Роттердаме выступила мужская команда СФУ по регби-7. Право представлять российский студенческий спорт по регби-7 на европейском уровне команда СФУ получила после победы на Всероссийских студенческих соревнованиях в Екатеринбурге. В Роттердаме регбисты СФУ победили во всех матчах группового турнира, затем в полуфинале одолели сильную команду португальского университета Коимбры, однако в финале уступили регбистам из Национального университета Грузии.

Женская и мужская мини-футбольные команды СФУ с большим преимуществом победили в групповых турнирах. Однако призовых мест никому из них завоевать не удалось. Женская команда сыграла вничью в основное время в четвертьфинале, но уступила в серии послематчевых пенальти. Мужская команда уверенно прошла 1/8 и 1/4 финала, но в полуфинале и матче за третье место уступила команде хорватского университета Верн и университета Роттердама соответственно.

Приобретенный опыт в соревнованиях с лучшими европейскими университетскими командами был критически проанализирован тренерами и руководителями Спортклуба СФУ. По итогам обсуждения был сделан вывод, что наряду с технико-тактической и физической подготовкой следует уделять больше внимания воспитанию морально-волевой и психологической готовности к матчам на европейском уровне. Были определены и другие причины, влияющие на результативность выступления СФУ на ЕУИ. Например, для улучшения спортивных результатов тренерам команд было

рекомендовано: 1) перед выездом на соревнования проводить учебно-тренировочный сбор; 2) осуществлять мониторинг и учитывать в соревновательной практике индивидуальные особенности организма студента при акклиматизации в европейских городах, так как разница во времени между Красноярском и местом проведения соревнований составляла 5 или 6 часов.

На церемонии Закрытия III ЕУИ президент EUSA Адам Розжек сказал, что по уровню организации и гостеприимства соревнования в хорватских городах Загребе и Риеке стали лучшими за всю историю проведения ЕУИ [8]. Такое положительное мнение разделяли и красноярские студенты, делегация которых была одной из самых многочисленных среди 409 европейских университетов, принявших участие в соревнованиях. В общем зачете студенты СФУ на данных соревнованиях получили самое большое число медалей за всю историю участия на ЕУИ (см. табл. 2).

Успешно выступила в Загребе мужская команда СФУ по регби-7, занявшая третье место после победы в матче за бронзу над командой Экологического университета Бухареста. Высокую репутацию подтвердила и мужская сборная по мини-футболу, выигравшая пять матчей подряд у команд университетов Армении, Израиля, Боснии и Герцоговины, Испании, Турции и дошедшая до финала турнира. К сожалению, в финале по мини-футболу сибирские студенты уступили хозяевам, команде университета Загреба. Возможно, на результат финального матча негативно повлияло большое количество травм у студентов СФУ. Победным получился дебют на ЕУИ команды СФУ по скалолазанию, завоевавшей три медали (две золотые, одну бронзовую). Особенно отличилась студентка Института архитектуры и дизайна СФУ Анна Цыганова, которая в индивидуальном зачете на скорость и в составе команды стала двукратным победителем ЕУИ.

На соревнования в португальский город Коимбра удалось отобраться только женской команде СФУ по футболу. Сибирские футболистки не участвовали на ЕУИ в Роттердаме и Загребе, поэтому команду СФУ не рассматривали среди фаворитов турнира. Однако женская команда СФУ успешно преодолела групповой этап и вышла в финал, победив в четвертьфинале команду университета Вены со счетом 5:2 и полуфинале команду университета Франкфурта со счетом 2:1. В финале против СФУ играла команда французского университета Монпелье, которая уже была

победителем ЕУИ в Загребе и в Коимбре защищала этот титул. Финальный матч носил упорный характер, в основное время закончился вничью 1:1, и только серия послематчевых пенальти принесла победу женской команде СФУ. По итогам футбольного турнира голкипер команды СФУ Марина Волкова получила приз лучшего вратаря.

Финансовые средства для участия студентов СФУ в ЕУИ (переезд до места соревнований из Красноярска, проживание, питание, экипировка, взнос за участие) выделялись университетом, спонсорами и меценатами. В среднем затраты на участие одного студента в соревнованиях составили от 47 тыс. руб. в 2012 г. до 71 тыс. руб. в 2018 г. Высокий статус ЕУИ позволил привлечь внимание и пригласить в университетский спортивный проект партнеров, спонсоров и меценатов, заинтересованных в развитии студенческого спорта и способных внести весомый вклад в успешное выступление СФУ на европейском уровне. Как правило, спонсоры предоставляли финансовые средства на командирование студентов, обучающихся в университете на внебюджетной основе. Также спонсоры выделяли спортивные стипендии наиболее одаренным студентам и призы для победителей и призеров ЕУИ. Партнерское содействие через совместные тренировки, товарищеские матчи, консультирование игроков и тренеров университетских команд оказывали красноярские профессиональные клубы: футбольный клуб «Енисей», баскетбольный клуб «Енисей», регбийный клуб «Красный Яр» и «Енисей-СТМ» [9].

Важным итогом выступлений студентов СФУ на ЕУИ можно считать следующее. Во-первых, участие сибирских студентов в ЕУИ не только способствовало повышению их спортивного мастерства, но и позволило ознакомиться с европейскими городами, а также пообщаться со студентами из разных стран. Во-вторых, талантливые абитуриенты, добившиеся спортивных успехов на школьном уровне и проинформированные о достижениях СФУ на ЕУИ, стали чаще выбирать Сибирский федеральный университет для получения высшего образования, т. е. абитуриенты узнали, что в Красноярске есть университет, где можно успешно реализовать так называемую «двойную карьеру», совмещая учебу и занятие спортом на международном уровне [10]. В-третьих, спортивно одаренные студенты СФУ, проявившие лидерские качества на ЕУИ, были приглашены в профессиональные клубы. Впоследствии многие из них сделали успешную

карьеру в профессиональном спорте. Например, в настоящее время в основных составах российских регбийных клубов играет девять игроков, ставших призерами ЕУИ в Роттердаме и Загребе. В профессиональных клубах мини-футбольной Суперлиги и Высшей лиги выступали или продолжают карьеру восемь выпускников СФУ – победителей и призеров ЕУИ в Кордобе и Загребе. С учетом достижений СФУ по мини-футболу на европейском университетском уровне, из студентов университета был создан дублирующий состав МФК «Норильский никель-Д» [11]. В настоящее время данная команда участвует в российской Высшей лиге (конференция Восток) по мини-футболу, а домашние матчи и тренировочный процесс проводит в университетском многофункциональном спорткомплексе «Сопка».

Успехи и достижения студентов СФУ на ЕУИ вызывали поток позитивной информации о СФУ в российских и международных интернет-изданиях и средствах массовой информации. Число положительных упоминаний СФУ в дни проведения ЕУИ, по сравнению со среднестатистическим упоминанием в летнее время, возрастало в несколько раз. Важным источником информации в дни проведения ЕУИ были социальные сети, с помощью которых студенты делились позитивными впечатлениями о соревнованиях и выступлении команд СФУ. Стало хорошей традицией провожать и встречать команды СФУ на ЕУИ, а капитанам команд и лучшим игрокам давать интервью краевым средствам массовой информации перед выездом и после проведения ЕУИ. Студенты университета, ставшие победителями и призерами ЕУИ, приглашались на торжественную встречу с ректором СФУ и министром спорта Красноярского края [12]. Мужская команда СФУ по мини-футболу, особо отличившаяся на ЕУИ, была удостоена чести быть приглашенной на чествование к губернатору Красноярского края. В целом, участие университета в ЕУИ – это одна из самых успешных технологий продвижения положительного имиджа СФУ. Закономерным итогом реализации проекта участия университета в ЕУИ стала инициатива губернатора Красноярского края об открытии в СФУ федерального Центра развития студенческого спорта [13].

Заключение

В настоящее время реализованы две основные модели участия студентов в международных соревнованиях. Первая модель предпола-

гает участие студентов в составе национальной студенческой сборной страны. В соответствии с первой моделью, под эгидой Международной федерации студенческого спорта (FISU) проводятся Всемирные зимние и летние Универсиады, а также чемпионаты мира среди студентов. Вторая модель дает возможность студентам выступать на международных соревнованиях независимо от национальности в составе команды отдельного университета. В соответствии со второй моделью, проводятся Европейские университетские игры, чемпионаты мира и Европы среди университетов. Не вызывает сомнений, что любые международные спортивные победы и достижения студентов способствуют продвижению позитивного имиджа университета. Однако соревнования по второй модели вносят наибольший вклад в становление узнаваемости университета на национальном и международном уровнях. В качестве положительного примера укрепления спортивной репутации университета за счет достижений в международном спорте стала история участия студенческих команд СФУ в ЕУИ. Более того, историю участия Сибирского федерального университета в Европейских университетских играх следует рассматривать в широком аспекте как важный вклад в формирование общей уникальной культуры университетского спорта, резерва спорта высших достижений, патриотического воспитания и здорового образа жизни российских студентов.

Список литературы

1. Программа развития федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Сибирский федеральный университет» на 2011–2021 годы утв. распоряжением Правительства Российской Федерации № 1009-р от 10 июня 2011 года (Собрание законодательства Российской Федерации 2011, № 26, ст.3825), в редакции Распоряжения Правительства Российской Федерации от 25 июля 2015 года № 1455-р. URL: <https://about.sfu-kras.ru/docs/8232/pdf/202851> (дата обращения: 19.07.2023).
2. Колмаков В. И. Краткая история развития студенческого спорта в Красноярском крае // Всемирные студенческие игры: История, современность и тенденции развития: материалы I Международной научно-практической конференции по физической культуре, спорту и туризму, Красноярск, 16–17 сентября 2022 г. : в 2 ч. Ч. 1. Красноярск : Изд-во Сибирского федерального университета, 2022. С. 213–219.
3. Kolmakov V. I. The impact of the Winter Universiade – 2019 on a Russian university sport development // Journal Siberian Federal University. Humanity & Society Science. 2021. Vol. 14, № 2. P. 266–273. <https://doi.org/10.17516/1997-1370-0718>
4. Ion M., Corina P. D. The analysis of the games carried out by the woman handball representative team of the Pitesti University under participation in the European university games 2018 Coimbra – Portugal on the efficiency throwing // Journal of Physical Education and Sport. 2018. Vol. 18, № 5. P. 2048–2053 <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.s5305>
5. Skoko B., Gluvacevic D., Bogdanic A. Croatia as a sport brand – recognition of Croatian sport and athletes among European students // Communication Management Review. 2020. Vol. 5, № 1. P. 6–25. <https://doi.org/10.22522/cm20200153>
6. Filho E., Rettig J., Gaspar P., Bagni G. Development and initial validation of the Team Mental Models Instrument (TMMI): A psychometric tool to measure shared and complementary mental models in sports // Psychology of Sport and Exercise. 2022. Vol. 61. Article ID 102198. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102198>
7. Lacerda-Magalhaes R., Almeida H. N. The role of universities sport in the promotion of social equality and integration // European Journal of Social Science Education and Research. 2018. Vol. 5, № 3. P. 7–22 <https://doi.org/10.2478/ejser-2018-0053>
8. EUSA President: Croatia organized the best Games in history. URL: <http://eug2016.com/eusa-president-croatia-organized-best-games-history/> (дата обращения: 21.07.2023).
9. Колмаков В. И., Железнов Н. Н., Григорян А. Р. Взаимовыгодное партнерство университета и профессиональных спортивных клубов // Теория и практика физической культуры. 2021. № 7. С. 110–112.
10. Condello G., Capranica L., Doupona M., Varga K., Burk V. Dual-career through the elite university student-athletes' lenses: The international FISU-EAS survey // PLoS ONE. 2019. Vol. 14, № 10. Article ID 0223278. P. 1–18 <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0223278>
11. На базе СФУ создадут молодежную команду единственного в крае профессионального клуба по мини-футболу «Норильский никель». URL: <https://newslab.ru/news/1120056> (дата обращения: 21.07.2023).
12. Ректор СФУ встретился с победительницами EUG-2018. URL: <https://news.sfu-kras.ru/node/20611> (дата обращения: 21.07.2023).
13. Губернатор Красноярского края предложил Президенту Российской Федерации развивать спорт на базе СФУ. URL: <https://trk7.ru/news/141460.html> (дата обращения: 21.07.2023).

References

1. Program for the Development of Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Professional Education “Siberian Federal University” for 2011–2021, approved by Decree of the Government of the Russian Federation No. 1009-r dated June 10, 2011 (Collected Legislation of the Russian Federation 2011, No. 26, Art. 3825), as amended by Order of the Government of the Russian Federation dated July 25, 2015 No.1455-r (in Russian). Available at: <https://>

- about.sfu-kras.ru/docs/8232/pdf/202851 (accessed July 19, 2023).
2. Kolmakov V. I. The brief history of the development of student sports in the Krasnoyarsk region. In: *Vsemirnye studentcheskie igry: Istorija, sovremennost' i tendentsii razvitiya: materialy I Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferentsii po fizicheskoj kul'ture, sportu i turizmu, Krasnoyarsk, 16–17 sentyabrya 2022 g. : v 2 ch. Ch. 1* [World Student Games: History, modernity and development: Proceedings of the I International scientific and practical Conference on physical culture, sports and tourism, Krasnoyarsk, September 16–17, 2022 : in 2 parts. Part 1]. Krasnoyarsk, Siberian Federal University Publ., 2022, pp. 213–219 (in Russian).
 3. Kolmakov V. I. The impact of the Winter Universiade-2019 on the Russian university sport development. *Journal of Siberian Federal University. Humanities & Social Sciences*, 2021, vol. 14, no. 2, pp. 266–273. <https://doi.org/10.17516/1997-1370-0718>
 4. Ion M., Corina P. D. The analysis of the games carried out by the woman handball representative team of the Pitesti University under participation in the European university games 2018 Coimbra – Portugal on the efficiency throwing. *Journal of Physical Education and Sports*, 2018, vol. 18, no. 5, pp. 2048–2053. <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.s5305>
 5. Skoko B., Gluvacevic D., Bogdanic A. Croatia as a sport brand – recognition of Croatian sport and athletes among European students. *Communication Management Review*, 2020, vol. 5, no. 1, pp. 6–25. <https://doi.org/10.22522/cmr20200153>
 6. Filho E., Rettig J., Gaspar P., Bagni G. Development and initial validation of the Team Mental Models Instrument (TMMI): A psychometric tool to measure shared and complementary mental models in sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 2022, vol. 61, no. 7, article ID 102198. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102198>
 7. Lacerda-Magalhaes R., Almeida H. N. The role of universities sport in the promotion of social equality and integration. *European Journal of Social Sciences Education and Research*, 2018, vol. 5, no. 3, pp. 7–22. <https://doi.org/10.2478/ejser-2018-0053>
 8. *EUSA President: Croatia organized the best Games in history*. Available at: <http://eug2016.com/eusa-president-croatia-organized-best-games-history/> (accessed July 21, 2023).
 9. Kolmakov V. I., Zheleznov N. N., Grigorian A. R. Mutually beneficial partnership between university and professional sports clubs. *Theory and Practice of Physical Culture*, 2021, no. 7, pp. 110–112 (in Russian).
 10. Condello G., Capranica L., Doupona M., Varga K., Burk V. Dual-career through the elite university student-athletes' lenses: The international FISU-EAS survey. *PLoS ONE*, 2019, vol. 14, no. 10, article ID 0223278, pp. 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0223278>
 11. *On the basis of SFU, a youth team of the only professional mini-football club in the region, Norilsk Nickel, will be created*. Available at: <https://newslab.ru/news/1120056> (accessed July 21, 2023) (in Russian).
 12. *The rector of SFU met with the winners of EUG-2018*. Available at: <https://news.sfu-kras.ru/node/20611> (accessed July 21, 2023) (in Russian).
 13. *The Governor of the Krasnoyarsk region offered the President of the Russian Federation to develop sports on the basis of SFU*. Available at: <https://trk7.ru/news/141460.html> (accessed July 21, 2023) (in Russian).

Поступила в редакцию 30.07.2023; одобрена после рецензирования 14.08.2023; принята к публикации 20.08.2023
The article was submitted 30.07.2023; approved after reviewing 14.08.2023; accepted for publication 20.08.2023

Научная статья
УДК 796.035+378(470.45-25)

Возможности оптимизации оздоровительной работы в университете на основе взаимодействия кафедры физической культуры и студенческого спортивного клуба

Н. Д. Ткачева[✉], С. Ю. Максимова, В. А. Катренко

Волгоградский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения Российской Федерации, Россия, 400131, г. Волгоград, площадь Павших борцов, д. 1

Ткачева Надежда Дмитриевна, старший преподаватель кафедры физической культуры и здоровья, tckacheva.nadezh@yandex.ru, <https://orcid.org/0009-0005-8482-3665>

Максимова Светлана Юрьевна, доктор педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физической культуры и здоровья, mal-msy@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5469-746X>

Катренко Виктория Александровна, председатель студенческого спортивного клуба «Импульс», katrenko.vika.9827@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0003-1633-0880>

Аннотация. Освещается опыт взаимодействия кафедры физической культуры и здоровья и студенческого спортивного клуба Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации (ВолгГМУ). Целью статьи является раскрытие алгоритмов и ресурсов взаимодействия этих структурных подразделений вуза, описание возможностей оптимизации оздоровительной работы со студенческой молодежью. Материалы собраны на основе методов анализа и обобщения проведенной учебной, оздоровительной, спортивно-массовой работы. Приводится описание кадровых, материальных и финансовых ресурсов. Авторы обозначают ведущие функциональные возможности кафедры и спортивного клуба в ходе оптимизации оздоровительной работы.

Ключевые слова: кафедра физической культуры и здоровья, оздоровительная работа в вузе, студенческий спортивный клуб

Для цитирования: Ткачева Н. Д., Максимова С. Ю., Катренко В. А. Возможности оптимизации оздоровительной работы в университете на основе взаимодействия кафедры физической культуры и студенческого спортивного клуба // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 396–402. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-396-402>, EDN: MWELNT

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

The possibilities of optimizing health work at the university on the basis of interaction between the departments of physical culture and the student sports club

N. D. Tkacheva[✉], S. Yu. Maksimova, V. A. Katrenko

Volgograd State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation, 1 Fallen Fighters Square, Volgograd 400131, Russia

Nadezhda D. Tkacheva, tckacheva.nadezh@yandex.ru, <https://orcid.org/0009-0005-8482-3665>

Svetlana Yu. Maksimova, mal-msy@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5469-746X>

Victoria A. Katrenko, katrenko.vika.9827@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0003-1633-0880>

Abstract. The content of the article highlights the experience of interaction between the Department of Physical Culture and Health and the student sports club of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Volgograd State Medical University" of the Ministry of Health of the Russian Federation (VolgSMU). Its purpose is to reveal the algorithms and the resources of interaction between these structural units of the university, to describe the possibilities of optimizing recreational work with the students. The materials are collected on the basis of methods of analysis and generalization of the conducted educational, recreational and sports-mass work. The description of the human, material, and financial resources is given. The authors identify the leading functional capabilities of the department and the sports club in the course of optimizing health work.

Keywords: the department of Physical Culture and Health, health work at the university, student sports club

For citation: Tkacheva N. D., Maksimova S. Yu., Katrenko V. A. The possibilities of optimizing health work at the university on the basis of interaction between the departments of physical culture and the student sports club. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 396–402 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-396-402>, EDN: MWELNT

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CCO-BY 4.0)

Введение

В рамках высшего образования обучающаяся молодежь должна получить не только багаж профессиональных знаний, но и сохранить и укрепить свое здоровье. Ориентация на здоровьесбережение должна прочно войти в ведущие установки будущей профессиональной деятельности обучающегося специалиста. Большая роль здесь отводится деятельности кафедры физической культуры и здоровья в вузе, призванной обеспечить формирование профессионально значимых двигательных умений и навыков, твердых установок здоровьесберегающей деятельности, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

Необходимо отметить, что на сегодняшний день имеется большое количество научных фактов, подтверждающих эффективность этой работы [1–5]. Вместе с тем, актуальными и востребованными являются новые пути оптимизации оздоровительной работы в вузе [6–10]. Один из таких путей – деятельность студенческих спортивных клубов на базе высших учебных заведений. В июне 2013 г. на встрече с активистами студенческих спортивных подразделений вузов Президент Российской Федерации В. В. Путин поддержал инициативу создания Ассоциации студенческих спортивных клубов России (АССК), главной целью которой являлось развитие массового студенческого спорта и помощь в создании внутривузовских спортивных студенческих клубов, популяризации здорового образа жизни [11]. В ряде исследований установлено, что у студентов, включенных в систематические занятия физической культурой и спортом и проявляющих в них достаточно высокую активность, наблюдается формирование волевых

качеств, социально значимых целевых установок, стремления достигать высокие результаты [12–15]. Отечественная и зарубежная практика показывает, что именно студенты задают основные тенденции и тренды развития физической культуры.

Основная часть

Организация и проведение оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в ВолгГМУ имеет глубокие исторические корни. Созданная в 1935 г. кафедра физической культуры и здоровья по настоящее время является ведущим спортивным коллективом в Волгоградской области и среди медицинских и фармацевтических вузов Министерства здравоохранения России. Кафедра объединяет 30 преподавателей, имеющих высшее физкультурное образование. Одна треть преподавателей имеет стаж работы на кафедре от 20 до 40 лет. Организация оздоровительной и спортивно-массовой работы в вузе имеет свои традиции.

В декабре 2015 г. АССК России официально зарегистрировала образование студенческого спортивного клуба ВолгГМУ. В марте 2019 г. была проведена конференция по избранию актива клуба, разработано положение, определены цели и задачи функционирования. На основе онлайн-опроса среди преподавателей и студентов из 37 предложенных вариантов большинством голосов выбрано название клуба – «Импульс». Студенческий спортивный клуб был создан как общественная организация, без финансирования.

Отсутствие опыта работы у членов клуба по данному направлению стало толчком для обращения к преподавателям кафедры

физической культуры и здоровья за практической помощью в организации оздоровительной и спортивно-массовой работы среди студентов ВолгГМУ. В вузе появилось две структуры: одна, имеющая хорошие профессиональные знания и умения и финансовую поддержку, другая, имеющая большой молодежный задор, энтузиазм и амбиции. Актив кафедры принял решение приложить все усилия для воссоединения действий двух организаций по решению задач оздоровления студенческой молодежи. Алгоритм и функциональность такого взаимодействия представлен на рис. 1.

Анализ представленного рисунка позволяет увидеть, что оба структурных подраз-

деления вуза работают согласованно и взаимосвязанно, используя свои функциональные возможности. Такое согласованное действие позволяет более эффективно решать вопросы физкультурно-оздоровительной работы. Так, при решении задач укрепления здоровья обучающейся молодежи на кафедре целенаправленно ведется организованная учебная работа. Ее дополняет деятельность спортивного клуба, направленная на формирование команд по нестандартным видам спорта и средствам оздоровления. Это позволяет вовлечь большее количество студентов в физкультурно-массовую работу.



Рис. 1. Алгоритм взаимодействия кафедры физической культуры и здоровья и студенческого спортивного клуба ВолгГМУ с целью оптимизации оздоровительной работы

Fig. 1. The algorithm of interaction of the Department of Physical Culture and Health and the Student Sports Club of VolgSMU in order to optimize health work

Проводимые кафедрой соревнования различного уровня (куда допускаются студенты, имеющие высокий уровень спортивной подготовленности) дополняются физкультурно-массовыми и рекреационными мероприятиями, проводимыми спортивным клубом. Это позволяет привлечь к физкультурно-оздоровительным мероприятиям максимальное количество студентов вне зависимости от уровня их спортивной подготовленности и индивидуальных возможностей.

Через освещение наилучшего опыта и результатов деятельности студентов по проблемам ЗОЖ в социальных сетях и интернет-каналах студенческий клуб формирует у обучающихся веру в свои силы и желание заниматься физической культурой и спортом.

В настоящее время спортивный клуб «Импульс» зарекомендовал себя как спортивная организация, объединяющая студентов и аспирантов очной формы обучения, которые любят спорт и ведут здоровый образ жизни.

Кафедра физической культуры и здоровья и студенческий спортивный клуб (ССК) имеют единую цель: содействовать воспитанию всесторонне развитых специалистов, готовых к высокой профессиональной деятельности, способных организовывать здоровый образ жизни себе и в своем окружении. Для этого оба структурных подразделения используют определенные ресурсы, позволяющие достичь желаемых результатов (рис. 2).

Высшее учебное заведение аккумулирует на своей площадке множество ресурсов. Основной из них, который помогает орга-

низовать массовую физкультурно-спортивную работу, – это человеческий ресурс. У кафедры физической культуры это студенты, которые посещают обязательные учебные занятия с первого по третий курсы, спортсмены, члены сборных команд университета по 15 видам спорта. У студенческого спортивного клуба – ребята, которые хотят получить свой первый спортивный опыт и, возможно, стать специалистами в разных областях физической культуры и спорта. Студенты-спортсмены, занимавшиеся до поступления в ВолгГМУ не культивируемыми в вузе видами спорта, имеющие желание продолжить свою спортивную карьеру и организовать работу таких секций под личным руководством. Примерами таких видов спорта являются велоспорт, туризм и киберспорт.

Одной из задач ССК является массовость проведения спортивных мероприятий. В этом направлении успешно используются учебные занятия по физическому воспитанию, которые проводятся в форме соревнований. Так, в 2022/23 учебном году совместными усилиями преподавателей и студентов были организованы и проведены: Всероссийский студенческий забег «Я горжусь» (1300 участников), Всероссийские соревнования «Человек идущий» (2300 участников), мероприятия, посвященные Всемирному «Дню здоровья» (800 участников), патриотическая акция «Бессмертный полк. Сталинград» (250 участников), сдача норм ВФСК ГТО (студенты вторых курсов 7 факультетов) и многие другие.

Материально-технический ресурс – это прежде всего спортивные площадки и трена-

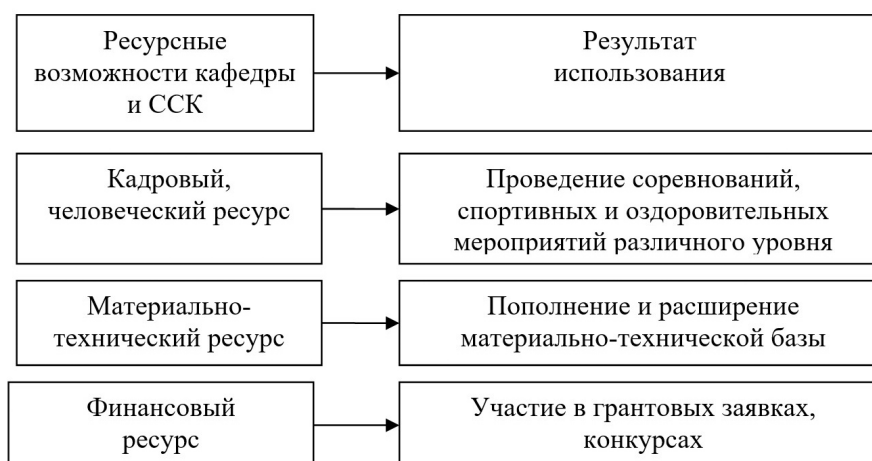


Рис. 2. Результат использования ресурсных возможностей кафедры физической культуры и здоровья и студенческого спортивного клуба

Fig. 2. The result of using the resource capabilities of the Department of Physical Culture and Health and the Student Sports Club

жерные залы. ВолгГМУ имеет хорошую спортивную базу: физкультурно-оздоровительный комплекс «Волгомед» с крытым плавательным бассейном и тренажерными залами; специализированный игровой спортивный зал, тренажерные залы на кафедре физической культуры и здоровья, спортивный зал в главном корпусе университета, три тренажерных зала при каждом студенческом общежитии. В 2022 г. реконструирована открытая специализированная спортивная площадка. Все спортивные объекты доступны для студенческой молодежи как для регулярных занятий физической культурой, так и для проведения оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий во внеучебное время.

В целях соблюдения основных требований к проведению соревнований было принято решение определить соревнования, где ответственными являются преподаватели кафедры физической культуры и здоровья и мероприятия, которые будут проводиться под руководством студенческого актива ССК «Импульс». Студенческой молодежи было доверено провести внутривузовские мероприятия, носящие оздоровительный характер – такие, как всероссийская акция «Спортивное сердце», челлендж «Яблоко Здоровья в ВолгГМУ», пешая экскурсия в честь Дня Здоровья, майский велопробег ВолгГМУ, спартакиада среди студентов, проживающих в общежитиях, по 6 видам спорта.

Студенты ССК «Импульс» самостоятельно организовали поездки сборных команд университета на Всероссийские соревнования по спортивному туризму «Туриада Врача – 2022», русской лапте и кикбоксингу. В летний период 2023 г. в оздоровительно-спортивном лагере ССК «Импульс» доверено проведение четвертой спортивной смены. Мероприятия, носящие спортивный характер: спартакиада «Первокурсник», межфакультетская спартакиада по 9 видам спорта, соревнования на Кубок ректора проводятся под руководством преподавателей кафедры физической культуры и здоровья. Также преподаватели отвечают за участие сборных команд университета в региональных и Всероссийских соревнованиях по видам спорта.

На высоком организационном уровне совместными усилиями в прошедшем учебном году проведены соревнования по 9 видам спорта, пошедшие в зачет Первой спартакиады медицинских и фармацевтических вузов России «Физическая культура и спорт – вторая профессия врача» Южного федерального

округа, и два финальных Всероссийских соревнования данной спартакиады по гиревому спорту и киберспорту.

Финансовый ресурс – это участие во множестве конкурсов и грантов.

В 2022/23 учебном году сотрудниками кафедры физической культуры и здоровья и студентами ССК «Медик» были реализованы гранты на сумму более 1,5 млн рублей. На поездки сборных команд университета на Всероссийские соревнования было затрачено более 1 млн рублей. В целях материальной поддержки 45 студентов-спортсменов и активистов ССК получали в каждом семестре прошедшего учебного года повышенную спортивную стипендию.

Преподаватели кафедры физической культуры и здоровья помогают активу ССК выстроить профессионально ориентированную работу, а не только любительскую деятельность, сделать студенческий клуб привлекательным и открытым. Кафедра физической культуры и здоровья и студенческий спортивный клуб совместно организуют взаимодействие с ректоратом университета: ежегодно проводится торжественное вручение золотых знаков ВФСК ГТО, прием ректора лучших выпускников-спортсменов и физкультурного актива ССК. Большое внимание преподаватели кафедры физической культуры и здоровья и информационный отдел ССК уделяют агитации и пропаганде занятий физической культурой и спортом, ведению здорового образа жизни. В этих целях используются средства массовой информации вуза; осуществляется освещение всех спортивно-массовых мероприятий, проводимых в ВолгГМУ, организовывается фото- и видеосъемка; создаются видеосюжеты; проводится информационная работа в социальных сетях. В процессе соревнований студенты берут интервью у тренеров, организаторов, участников и болельщиков мероприятий.

Для продвижения ССК ВолгГМУ в социальных сетях (ВКонтакте) используются специальные упоминания (хештеги), примеры таких упоминаний: #ССКВОЛГГМУ, #ССКИМПУЛЬС, «ССКВОЛГГМУФУТБОЛ», #FREEDOM и т. д. Совместная работа двух спортивных организаций позволила коллективу физической культуры ВолгГМУ в третий раз стать победителем Всероссийского смотра-конкурса среди медицинских и фармацевтических вузов России «Вуз здорового образа жизни», занять четвертое место среди 51 медицинского и фармацевтического вузов России по организации спортивно-массовой работы, занять второе

место во Всероссийском Открытом конкурсе среди образовательных организаций высшего образования и получить звание «Здоровый университет».

Заключение

В результате успешной деятельности кафедры физической культуры и здоровья и студенческого спортивного клуба на 30% увеличилось количество проводимых оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, в которых приняло участие более 55% обучающихся в вузе. Совместная работа положительно повлияла на улучшение материально-технической базы для занятий спортом в университете. Коллективными усилиями достигнуты высокие показатели сотрудников и студентов ВолгГМУ во Всероссийских смотрах-конкурсах.

Список литературы

1. Алексанян Н. Г., Лесникова Г. Н. Роль физической культуры и спорта в воспитании активной жизненной позиции студентов в современном обществе // Инновационные научные исследования – 2022: психология и педагогика : сборник материалов IX международной очно-заочной научно-практической конференции, Москва, 25 ноября 2022 г. М. : Научно-издательский центр «Империум», 2022. С. 19–23.
2. Ivanov V. D. Self-monitoring in the process of physical education of students // *Physical Culture. Sport. Tourism. Motor Recreation*. 2021. Vol. 6, № 3. P. 64–71. – <https://doi.org/10.47475/2500-0365-2021-16310>
3. Постольник Ю. А., Бубенцова Ю. А., Кашенков Ю. Б. Изменение эмоционального состояния студентов на основе модернизации процесса физического воспитания в высшем учебном заведении // Евразийский союз ученых. 2020. № 2-1 (71). С. 26–29.
4. Shokirov K. F. Physical education of students at a medical university // *New Day in Medicine*. 2021. № 1(33). P. 58–60.
5. Фоминых Ю. А. Степ-аэробика в оптимизации физического воспитания студентов // Проблемы физической культуры и спорта и пути их решения: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Киров, 27 мая 2016 г. / Вятский государственный университет. Киров: Общество с ограниченной ответственностью «Радуга-ПРЕСС», 2016. С. 272–274.
6. Шакирова Ю. В. Современные оздоровительные системы в физическом воспитании студентов с отклонениями в состоянии здоровья // Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры : материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции, посвященной 45-летию Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Казань, 22 ноября 2019 г. Казань : Поволжская

государственная академия физической культуры, спорта и туризма, 2019. С. 1145–1149.

7. Васецкая Н. В., Лимонченко А. С. Проблемы физического воспитания и спорта студентов // Вестник Луганского государственного педагогического университета. Серия 2. Физическое воспитание и спорт. 2021. Т. 61, № 2. С. 44–48.

8. Войнова Е. В. Актуальные проблемы воспитания выносливости студентов РУТ (МИИТ) в профессионально-прикладной физической подготовке будущих специалистов транспортной отрасли // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2021. № 1 (35). С. 27–36.

9. Актуальные проблемы физического воспитания студентов : материалы Международной научно-практической конференции, Чебоксары, 28 апреля 2021 г. Чебоксары : Чувашский государственный аграрный университет, 2021. 612 с.

10. Казначеев В. А. Проблемы физического воспитания и организация физической подготовки студентов // *Modern Science*. 2021. № 11-2. С. 101–104.

11. Приказ Министерства спорта РФ «Об утверждении концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года» от 21 ноября 2017 г. № 1007. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71726562/> (дата обращения: 23.07.2023).

12. Воложанин С. Е. Значение физической культуры в воспитании студенческой молодежи // Вестник Мининского университета. 2018. Т. 6, № 3 (24). С. 6. <https://doi.org/10.26795/2307-1281-2018-6-3-6>

13. Седов И. А., Красильникова Ю. С., Егорова Л. Р., Логинова А. С. Мотивационный и волевой компоненты на занятиях физической культурой // Перспективы науки. 2023. № 4 (163). С. 211–213.

14. Занина Т. Н., Занина П. В., Кибенко Е. И. Физическая культура и спорт как важнейшая составляющая учебно-воспитательного процесса студентов высших учебных заведений // Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма: сборник материалов XXI Всероссийской научно-практической конференции, п. Новомихайловский, 24–29 сентября 2018 г. П. Новомихайловский : Ростовский государственный экономический университет «РИНХ», 2018. С. 71–76.

15. Бабушкин Г. Д., Яковлев Б. П. Психология физического воспитания и спорта : учебник для бакалавров. Саратов : Вузовское образование, 2023. 846 с.

References

1. Aleksanyan N. G., Lesnikova G. N. The role of physical culture and sports in the education of students' active life position in modern society. *Innovative scientific research 2022: Psychology and pedagogy: Collection of materials of the IX International scientific-practical conference, Moscow, November 25, 2022*. Moscow, Scientific Publishing Center "Empire", 2022, pp. 19–23 (in Russian).
2. Ivanov V. D. Self-monitoring in the process of physical education of students. *Physical Culture. Sport. Tourism. Motor Recreation*, 2021, vol. 6, no. 3, pp. 64–71. <https://doi.org/10.47475/2500-0365-2021-16310>

3. Postolnik Yu. A., Bubentsova Yu. A., Kashenkov Yu. B. Changing students' emotional state based on the modernization of the process of physical education in higher education. *Eurasian Union of Scientists*, 2020, no. 2-1 (71), pp. 26–29 (in Russian).
4. Shokirov K. F. Physical education of students at a medical university. *New Day in Medicine*, 2021, no. 1 (33), pp. 58–60.
5. Fominykh Yu. A. Step-aerobics in optimization of physical education of students. In: *Problemy fizicheskoy kul'tury i sporta i puti ih reshenija: materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem, Kirov, 27 maja 2016 g. Vjatskij gosudarstvennyj universitet* [Problems of physical culture and sports and ways to solve them: Materials of the All-Russian scientific and practical conference with international participation, Kirov, May 27, 2016. Vyatka State University]. Kirov, Limited Liability Company "Raduga-PRESS", 2016, pp. 272–274 (in Russian).
6. Shakirova Yu. V. Modern health-improving systems in physical education of students with health disabilities. In: *Problemy i perspektivy fizicheskogo vospitaniya, sportivnoj trenirovki i adaptivnoj fizicheskoy kul'tury: materialy Vserossijskoj s mezhdunarodnym uchastiem nauchno-prakticheskoy konferentsii, posvjashhennoj 45-letiju Povolzhskoj gosudarstvennoj akademii fizicheskoy kul'tury, sporta i turizma, Kazan', 22 nojabrja 2019 g.* [Problems and prospects of physical education, sports training and adaptive physical culture: Materials of the All-Russian with international participation in a scientific and practical conference dedicated to the 45th anniversary of the Volga State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism, Kazan, November 22, 2019]. Kazan, Volga State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism Publ., 2019, pp. 1145–1149 (in Russian).
7. Vasetskaya N. V., Limonchenko A. S. Problems of physical education and sports of students. *Bulletin of Lugansk State Pedagogical University. Series 2. Physical Education and Sport*, 2021, vol. 61, no. 2, pp. 44–48 (in Russian).
8. Voynova E. V. Current problems of endurance education of RUT (MIIT) students in professional-applied physical training of future specialists of the transport industry. *Physical Education and Sports Training*, 2021, no. 1 (35), pp. 27–36 (in Russian).
9. Aktual'nye problemy fizicheskogo vospitaniya studentov: materialy Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferentsii, *Cheboksary, 28 aprelja 2021 g.* [Current problems of physical education of students: Materials of the International Scientific-Practical Conference, Cheboksary, April 28, 2021]. Cheboksary, Chuvash State Agrarian University Publ., 2021. 612 p. (in Russian).
10. Kaznacheev V. A. Problems of physical education and organization of physical training of students. *Modern Science*, 2021, no. 11–2, pp. 101–104 (in Russian).
11. *Order of the Ministry of Sports of the Russian Federation "On approval of the concept of development of student sports in the Russian Federation for the period up to 2025", No. 1007 dated 21 November, 2017* (in Russian). Available at: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71726562/> (accessed July 23, 2023).
12. Volozhanin S. E. The importance of physical culture in education of students. *Bulletin of Minin University*, 2018, vol. 6, no. 3 (24), pp. 6 (in Russian). <https://doi.org/10.26795/2307-1281-2018-6-3-6>
13. Sedov I. A., Krasilnikova Yu. S., Egorova L. R., Loginova A. S. Motivational and volitional components in physical education classes. *Science Prospects*, 2023, no. 4 (163), pp. 211–213 (in Russian).
14. Zanina T. N., Zanina P. V., Kibenko E. I. Physical culture and sport as the most important component of the educational process of students of higher educational institutions. *Innovatsionnye preobrazovaniya v sfere fizicheskoy kul'tury, sporta i turizma : sbornik materialov XXI Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii, p. Novomikhajlovskij, 24–29 sentjabrja 2018 g.* [Innovative transformations in the field of physical culture, sports and tourism: Collection of materials of the XXI All-Russian Scientific-Practical Conference, Novomikhailovsky village, September 24–29, 2018]. Novomikhailovsky village, Rostov State University of Economics "RINH" Publ., 2018, pp. 71–76 (in Russian).
15. Babushkin G. D., Yakovlev B. P. *Psihologija fizicheskogo vospitaniya i sporta: uchebnik dlja bakalavrov* [Psychology of physical education and Sports: Textbook for bachelors]. Saratov, University Education, 2023. 846 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 24.07.2023; одобрена после рецензирования 29.07.2023; принята к публикации 20.08.2023
The article was submitted 24.07.2023; approved after reviewing 29.07.2023; accepted for publication 20.08.2023

ТЕРРИТОРИЯ СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 403–408

Physical Education and University Sport, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 403–408

<https://sport-journal.sgu.ru>

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-403-408>, EDN: EVBIJG

Научная статья
УДК 796.4-057.87-055.2

Влияние занятий «мягким фитнесом» на психофизическое состояние студенток I курса

Т. Ю. Маскаева

Национальный исследовательский университет «МЭИ», Россия, 111250, г. Москва, ул. Красноказарменная, д. 14, стр. 1

Маскаева Татьяна Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физкультуры и спорта, mty777@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4208-5877>

Аннотация. Целью настоящего исследования было изучение влияния средств «мягкого фитнеса» на психофизическое состояние студенток 1-го курса. Предполагалось, что комплексное применение элементов йоги, пилатеса, аутогенной тренировки на занятиях по физической культуре в вузе будет способствовать снижению у студенток уровня стресса, повышению эмоциональной устойчивости, развитию навыков контроля в регуляции собственных психо-эмоциональных состояний и, как следствие, улучшению психического и физического благополучия. Исследование было проведено на базе Российского университета транспорта со студентками 1-го курса 17–19 лет, из которых было сформировано 2 группы – экспериментальная (ЭГ) ($n = 23$) и контрольная (КГ) ($n = 21$). Занятия в ЭГ проводились с использованием средств мягкого фитнеса, в КГ – по традиционной программе, с использованием средств общей физической подготовки. Методы исследования включали психодиагностические тесты: «Шкала ситуативной и личностной тревожности» Спилбергера – Ханина; «Оценка психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности» Л. А. Курганского – Т. А. Немчина; тесты физической подготовленности (силовой выносливости, гибкости, вестибулярной устойчивости); функциональные пробы – Штанг, Генчи, Серкина, индекса Руфье. За период эксперимента было установлено значимое преимущество авторской методики по сравнению с традиционным подходом, что выразилось в достоверном улучшении показателей гибкости, статической и силовой выносливости мышц кора, вестибулярной устойчивости (функции равновесия), функциональных проб (Штанге, Генчи, Серкина, индекса Руфье) и некоторых показателей психического состояния студенток ЭГ по сравнению с КГ.

Ключевые слова: физическая культура, студентки, психофизическое состояние, ментальные направления фитнеса

Для цитирования: Маскаева Т. Ю. Влияние занятий «мягким фитнесом» на психофизическое состояние студенток I курса // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 403–408. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-403-408>, EDN: EVBIJG

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

The effects of “soft fitness” classes on the psychophysical state of the first-year students

T. Yu. Maskaeva

National Research University “Moscow Power Engineering Institute”, building 1, 14 Krasnokazarmennaya St., Moscow 111250, Russia

Tatiana Yu. Maskaeva, mty777@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4208-5877>

Abstract. The purpose of this study was to examine the effects of “soft fitness” on the psychophysical state of the first-year female students. It was assumed that the integrated use of the elements of yoga, Pilates, autogenic training in physical education classes at a university would help reduce the stress levels among the female students, increase emotional stability, develop the control skills in regulating their own psycho-emotional states and, as a result, improve mental and

physical well-being. The study was conducted on the basis of the Russian University of Transport with the first-year students aged 17–19 years old, from whom 2 groups were formed, i.e. experimental (EG) ($n = 23$) and control (CG) ($n = 21$). In the EG, the classes were conducted using soft fitness means. In the CG, according to the traditional program, general physical training means were used. Research methods included: psychodiagnostic tests such as “Situational and Personal Anxiety Scale” by Spielberger – Khanin, “Assessment of mental activation, interest, emotional tone, tension and comfort” by L. A. Kurgansky – T. A. Nemchina; physical fitness tests (strength endurance, flexibility, vestibular stability); functional tests such as Shtang, Genchi, Serkin, Ruffier index. During the experiment, a significant advantage of the author’s method was established compared to the traditional approach, which was reflected in a significant improvement in indicators of flexibility, static and strength endurance of the core muscles, vestibular stability (balance function), in results of the functional tests (Stange, Genchi, Serkin, Ruffier index) and some indicators of the mental state of the female students from the EG compared to the CG.

Keywords: physical culture, female students, psychophysical state, mental fitness activities

For citation: Maskava T. Yu. The effects of “soft fitness” classes on the psychophysical state of the first-year students. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 403–408 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-403-408>, EDN: EVBJG

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC-BY 4.0)

Введение

Современное молодое поколение России переживает сегодня кризисно-психологическую ситуацию, связанную с потерей сложившихся стереотипов поведения, разрушением ценностных ориентаций, затруднениями в определении направленности своего жизненного стиля, что, в свою очередь, ведет к увеличению функциональных расстройств, снижению сопротивляемости стресс-факторам окружающей среды, включая бытовую и профессиональную деятельность [1]. Снижение уровня здоровья и стрессоустойчивости молодого поколения ученые связывают с характером труда и образом жизни учащихся [1–5].

Режим образовательной деятельности, сопряженный с интенсивной интеллектуальной нагрузкой, длительностью аудиторных занятий, дефицитом движения в повседневной жизни учащихся, представляет реальную угрозу их здоровью, ведет к нервно-психическому перенапряжению [1, 3, 4, 6]. Особенно это касается первокурсников, которым в силу ряда факторов, специфичных для вуза, приходится адаптироваться к новым условиям обучения.

Любая деятельность, в том числе и образовательная, связана с эмоционально-энергетическими проявлениями индивидуума, который обладает собственным эмоциональным стереотипом, обусловленным комплексом генетических, врожденных и других факторов. Проявление эмоций всегда сопровождается выбросом гормонов, которые могут вызвать как положительные, так и отрицательные

процессы в организме в зависимости от эмоционального отклика на средства воздействия. Если у учащегося сформирован интерес к двигательной активности, то она становится для него источником психосоматического комфорта. Только тогда можно говорить о положительном влиянии физических упражнений на развитие личности, когда потребность в движении обусловлена внутренними мотивами, опирающимися на интерес и положительные эмоции [7–10].

В последние годы в качестве одного из подходов к совершенствованию системы физического воспитания исследователями предлагается спортивно-ориентированный подход, основанный на свободе выбора учащимися спортивной специализации с учетом материально-технической базы вуза [8, 10]. Имеющаяся в Российском университете транспорта база насчитывает более 10 видов спортивно-ориентированных секций по разным видам спорта и предлагает студентам в рамках занятий физической культурой выбрать тот вид, который им по душе. Как показал проведенный социологический опрос, наиболее притягательными видами физической активности для девушек являются занятия фитнесом, обладающим набором средств, позволяющих влиять как на физическое, так и психическое благополучие учащихся. Мы предположили, что комплексное применение элементов йоги, пилатеса, аутогенной тренировки на занятиях по физической культуре в вузе будет способствовать снижению у студенток уровня стресса, повышению эмоциональной устойчивости, развитию навыков контроля в регуляции собственных психоэмоциональ-

ных состояний и, как следствие, улучшению психического и физического благополучия.

Цель исследования: изучить влияние средств «мягкого фитнеса» на психофизическое состояние студенток I курса.

Методы и организация исследования

Исследование было проведено на базе Российского университета транспорта (РУТ МИИТ) с сентября 2022 г. по май 2023 г. В эксперименте приняли участие студентки I курса в возрасте 17–19 лет, которые по результатам медицинского осмотра были отнесены к основной медицинской группе. Экспериментальная группа (ЭГ) ($n = 23$) занималась по методике с комплексным применением средств «мягкого фитнеса», девушки контрольной группы (КГ) ($n = 21$) занимались по программе общей физической подготовки. Занятия проходили в рамках элективной дисциплины по физической культуре и спорту 2 раза в неделю продолжительностью 90 минут.

Для оценки психоэмоционального состояния респондентов использовались следующие методы психодиагностики: «Шкала ситуативной и личностной тревожности» Спилбергера – Ханина и «Оценка психической активности, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности» Л. А. Курганского – Т. А. Немчина [11].

Тестирование физической подготовленности осуществлялось по общепринятым в физическом воспитании тестам: наклон туловища вперед из положения стоя на скамье (см); подъем туловища из положения лежа в сед за 1 мин (кол-во раз); сгибание-разгибание рук из упора лежа (кол-во раз); упор лежа с опорой на предплечья с фиксацией положения «до отказа», с; усложненный вариант пробы Ромберга (поза Ромберга 2). В позе Ромберга 2 испытуемый ставит стопы на одной линии, носок левой ноги упирается в пятку правой, руки вытянуты вперед, пальцы расслаблены и разведены. По команде испытуемый закрывает глаза. Давались 3 попытки, высчитывалась средняя величина.

Для исследования функционального состояния дыхательной системы измерялась жизненная емкость легких (ЖЕЛ), были использованы пробы Генчи, Штанге, Серкина. Уровень адаптационных возможностей сердечно-сосудистой системы к нагрузке определялся с помощью теста Руфье.

Расчет полученных данных производился по классическим показателям достоверности *t*-критерия Стьюдента. В исследовании использовались статистические пакеты Statistica v. 12.6 и SPSS.

Результаты и их обсуждение

Главная идея при формировании экспериментальной методики заключалась во внедрении в учебный процесс направлений ментального фитнеса – таких, как пилатес, йога, аутогенная тренировка. Применение комбинаций из практик ментального фитнеса позволяет не только отойти от стереотипности и стандартизации занятий, но и переориентировать процесс физического воспитания в сторону интересов и потребностей студентов, вооружить их знаниями и умениями, которые позволят им в регуляции психоэмоционального состояния и, как следствие, в лучшей адаптации к разным сторонам жизни, достижении психического и физического благополучия.

Для основной части занятия мы подбирали упражнения многосуставной гимнастики, выполняемой в разных плоскостях в динамике, и делали акцент на увеличении мобильности суставов. С целью развития концентрации за своим телом применялись упражнения системы пилатес, позволяющие расширить границы внимания, развить самоконтроль и способность интегрально воспринимать свое тело. Упражнения йоги выполнялись как в парах, так и индивидуально в статических и статодинамических режимах, баллистические движения были исключены. Аутогенная тренировка как часть авторской методики была призвана стабилизировать когнитивные и физиологические процессы учащихся и включалась в занятие после основной нагрузки преимущественно в заключительной части занятия.

Анализ показателей по отдельным проявлениям психического состояния в КГ и ЭГ в начале эксперимента не выявил статистически значимых различий ($P > 0,05$) у испытуемых в пределах рассматриваемых проявлений. Исследование результатов средних значений уровня личностной и ситуативной тревожности студенток в начале эксперимента позволило констатировать наличие среднего уровня ситуативной (КГ – $43,2 \pm 3,2$ балла, ЭГ – $41,8 \pm 3,6$ баллов) и личностной тревожности (КГ – $38,2 \pm 1,4$ балла, ЭГ – $36,5 \pm 0,9$ баллов) в обеих группах. Изучение показателей тревожности студенток за период эксперимента

показало незначительное ухудшение уровня ситуативной и личностной тревожности в КГ – на 8% ($P < 0,05$) и 3% ($P > 0,05$) соответственно. В ЭГ уровень реактивной и личностной тревожности снизился на 17,4% ($P < 0,05$) и 14,2% ($P < 0,05$), что способствовало проявлению значимых различий между КГ и ЭГ после проведения эксперимента ($P < 0,05$).

Исследовалось психическое состояние респондентов при помощи методики Л. А. Курганского – Т. А. Немчина, шкалы которой «обратные» и, соответственно, высокие значения по ним означают низкую психическую активацию, интерес, эмоциональный тонус, комфортность (высокая степень располагается в диапазоне 3–8 баллов, средняя – 9–15 баллов, низкая – 16–21 балл). Исключение составляет шкала напряжения – высокие, средние и низкие значения соответствуют степени выраженности признака [11].

Анализ результатов студенток в начале учебного года позволил констатировать, что по всем пяти шкалам среднеарифметические показатели находились в диапазоне средних значений.

В динамике учебного года произошло изменение исследуемых показателей в обеих группах (таблица). Так, психическая активация и эмоциональный тонус в ЭГ практически не изменились и остались в рамках средних значений, в КГ психическая активация снизилась на 12,7%, а эмоциональный тонус – на 16,1%. Отмечено повышение уровня интереса в ЭГ на 10,5%, а в контрольной, напротив, зафиксировано снижение 11,9%, между груп-

пами выявлены статистически значимые различия ($P < 0,05$). Показатели комфортности также улучшились в экспериментальной группе (ЭГ – 20,9%, КГ – 5,1%), что проявилось в статистически значимых различиях между группами в конце эксперимента. Уровень напряжения имел тенденцию к снижению к концу учебного года в ЭГ, а в КГ, напротив, было отмечено повышение. Положительную динамику результатов в экспериментальной группе можно объяснить спецификой занятий, которая включала преимущественно упражнения естественного характера в соответствии с ритмом дыхания и концентрацией внимания на их выполнении. Более того, специальные техники релаксации по устранению мышечных зажимов и последовательному расслаблению мускулатуры способствовали большей свободе движений и раскрепощению. Ощущаемый физический и психологический комфорт, которые студентки отмечали после занятий, оказал положительный кумулятивный эффект при регулярной практике, способствовал улучшению настроения студенток и созданию благоприятного эмоционального фона. Таким образом, сравнительная характеристика показателей психоэмоционального состояния у девушек ЭГ и КГ свидетельствует о более эффективном воздействии методики с комплексным применением средств «мягкого фитнеса» для улучшения психического и физического благополучия студенток.

Анализ результатов физической подготовленности студенток в начале учебного года показал близкие к уровню развития физиче-

Динамика психоэмоционального состояния студенток ЭГ и КГ в течение учебного года

Dynamics of the psycho-emotional state of the female students in the experimental and control groups during the academic year

Шкала	ЭГ ($n = 23$)		P_1	КГ ($n = 21$)		P_2	P_3
	Начало учебного года	Конец учебного года		Начало учебного года	Конец учебного года		
Психическая активация	13,1 ± 3,12	12,3 ± 3,26		12,6 ± 2,84	14,2 ± 2,65	*	*
Интерес	9,4 ± 2,84	8,2 ± 1,75		9,2 ± 2,75	10,3 ± 2,3		*
Эмоциональный тонус	8,9 ± 2,45	8,2 ± 2,38		8,7 ± 2,51	10,1 ± 2,43	*	*
Комфортность	10,1 ± 1,92	8,35 ± 2,43	*	10,3 ± 2,58	9,7 ± 2,45		*
Напряжение	11,4 ± 2,65	10,6 ± 2,53		10,7 ± 2,74	11,5 ± 2,81		

Примечание. P_1 – значимость различий между показателями в начале и конце эксперимента в ЭГ; P_2 – значимость различий между показателями в начале и конце эксперимента в КГ; P_3 – значимость различий между ЭГ и КГ в конце эксперимента. Статистически значимые различия до и после эксперимента: * – $p < 0,05$.

Note. P_1 – significance of differences between the indicators at the beginning and the end of the experiment in the EG; P_2 – significance of differences between the indicators at the beginning and end of the experiment in the CG; P_3 – significance of differences between the EG and the CG at the end of the experiment. Statistically significant differences before and after the experiment: * – $p < 0.05$.

ских качеств ЭГ и КГ девушек, при $P > 0,05$. В динамике учебного года был отмечен прирост данных по всем тестам физической подготовленности, но в ЭГ по большинству тестов уровень развития был выше, чем в КГ. Так, в ЭГ средний показатель по уровню гибкости изменился с $11,85 \pm 1,8$ до $14,28 \pm 1,5$, в КГ с $11,32 \pm 1,6$ до $12,5 \pm 1,3$ соответственно. Между группами в конце года выявлены статистически значимые различия ($P < 0,05$). По уровню силовой выносливости мышц живота в тесте «поднимание туловища за 1 мин» прирост средних показателей составил в ЭГ с $34,2 \pm 3,4$ до $41,5 \pm 2,7$ в КГ с $33,8 \pm 3,2$ до $37,2 \pm 2,9$ соответственно. Значительный прирост показателей в ЭГ по сравнению с КГ был отмечен в тесте на статическую выносливость мышц живота (ЭГ – 27,4%, КГ – 14,2%) и вестибулярную устойчивость в пробе Ромберга-2 (ЭГ – 41,7%; КГ – 5,2%). По тесту со сгибанием и разгибанием рук из упора лежа в ЭГ и КГ зафиксирован прирост данных на 35% и 18%, но значимых различий между двумя группами по окончании эксперимента в данном тесте выявлено не было ($P > 0,05$). Полученные результаты свидетельствуют о преимуществе экспериментальной методики над общепринятыми подходами для развития статической и силовой выносливости мышц кора и вестибулярной устойчивости (функции равновесия). Влияние методики на уровень гибкости, силу мышц рук и плечевого пояса также оказалось более существенным в ЭГ по сравнению с КГ.

Исследование функционального состояния испытуемых при исходном тестировании аппарата внешнего дыхания не выявило преимуществ в КГ и ЭГ. За период учебного года прирост по показателю ЖЕЛ составил в ЭГ 9%, в КГ – 3%. Результаты по задержке дыхания на вдохе (проба Штанге) улучшились в ЭГ на 27%, КГ на 14%, в пробе Генчи, задержка дыхания на выдохе, прирост составил в ЭГ – 19%, в КГ – 7%. В пробе Серкина положительная динамика результатов за период эксперимента в ЭГ: в покое (первый этап) улучшение на 11%, после 20 приседаний (второй этап) – на 13%, после минуты отдыха (третий этап) – на 16%; в КГ прирост на 7, 5, 12% соответственно. Важно отметить, что по всем дыхательным пробам, за исключением ЖЕЛ, после проведения эксперимента выявлены статистически значимые различия между ЭГ и КГ ($P < 0,01$).

Для оценки работоспособности сердца при физической нагрузке использовался ин-

декс Руфье (ИР). В начале учебного года студентки ЭГ и КГ имели удовлетворительный уровень функционального состояния сердечно-сосудистой системы. В конце учебного года значения пробы Руфье в ЭГ улучшились на 13% ($P < 0,01$), в КГ – на 7% ($P > 0,05$). Несмотря на более эффективное воздействие экспериментальной методики на функциональное состояние сердечно-сосудистой системы студенток ЭГ по сравнению с КГ, статистически значимых различий в пробе Руфье установлено не было ($P > 0,05$).

Заключение

Таким образом, за период эксперимента было установлено значимое преимущество авторской методики по сравнению с традиционным подходом, что выразилось в достоверном улучшении показателей гибкости, статической и силовой выносливости мышц кора, вестибулярной устойчивости (функции равновесия), функциональных проб (Штанге, Генчи, Серкина, индекса Руфье) и некоторых показателей психического состояния студенток ЭГ по сравнению с КГ.

Список литературы

1. Климов В. М., Айзман П. И. Оценка социально-психологической адаптации и психоэмоционального состояния студентов 1–2-го курсов технического университета // Сибирский педагогический журнал. 2017. № 2. С. 6–11.
2. Боровец Е. Н., Завьялова Я. Л., Савина С. Р. Особенности социально-психологической адаптации студентов первого курса педагогического вуза разных профилей обучения // Наука и социум : материалы XIV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Новосибирск, 13 мая 2020 г. Новосибирск : Частное учреждение дополнительного профессионального образования «Сибирский институт практической психологии, педагогики и социальной работы», 2020. С. 6–11.
3. Литвинова Н. А., Иванов В. И., Березина М. Г., Глебов В. В. Оценка психофизиологического потенциала в процессе адаптации к учебной деятельности // Психология. Психофизиология. 2021. № 2. С. 108–119. <https://doi.org/10.14529/jpps210211>
4. Лопатина Р. Ф., Лопатин Н. А. Здоровье студентов вуза как актуальная социальная проблема // Вестник КазГУКИ. 2017. № 1. С. 135–140.
5. Матчин Г. А., Вилкова К. К. Анализ нервно-психической устойчивости студентов вуза // Вестник Оренбургского государственного университета. 2016. № 4 (192). С. 19–23.
6. Постол О. Л., Ефимова А. М. Психологическое здоровье и стрессоустойчивость в жизни студентов транспортного вуза // Вестник Юридического института МИИТ. 2021. № 4 (36). С. 102–108.

7. Золотова М. Ю., Погодина О. А., Маскаева Т. Ю., Васильева О. Б., Глачаева С. Е. Роль элективных дисциплин по физической культуре и спорту в формировании общекультурных компетенций бакалавра // Теория и практика физической культуры. 2019. № 11. С. 43–45.
8. Климов В. М., Айзман Р. И. Влияние разных видов физкультурно-спортивных специализаций на психофизиологический статус студентов // Психология. Психофизиология. 2019. № 4. С. 83–90. <https://doi.org/10.14529/jpps190409>
9. Нененко Н. Д., Агафонова С. В. Особенности психофизиологической адаптации студенток-первокурсниц к обучению в вузе в условиях дискомфортного климатогеографического региона при регулярных занятиях аэробикой // Вестник Югорского государственного университета. 2017. № 1-1 (44). С. 146–149.
10. Ревенко Е. М. Индивидуальные особенности студентов, выбравших в рамках физического воспитания разные виды двигательной активности // Образование и наука. 2017. № 7. С. 157–174. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2017-7-157-174>
11. Барканова О. В. Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум. Вып. 2. Красноярск : Литера-принт, 2009. 237 с.

References

1. Klimov V. M., Aizman P. I. Assessment of social-psychological adaptation and psychoemotional status of the first and second year students of technical university. *Siberian Pedagogical Journal*, 2017, no. 2, pp. 6–11 (in Russian).
2. Borovets E. N., Zavyalova Ya. L., Savina S. R. Peculiarities of social-psychological adaptation of the first-year students of a pedagogical university of different educational directions. In: *Nauka i sotsium: materialy XIV Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem, Novosibirsk, 13 maja 2020 g.* [Science and society: Materials of the XIV All-Russian scientific and practical conference with international participation, Novosibirsk, May 13, 2020]. Novosibirsk, Private institution of additional professional education Siberian Institute of Practical Psychology, Pedagogy and Social Work Publ., 2020, pp. 6–11 (in Russian).
3. Litvinova N. A., Ivanov V. I., Berezina M. G., Glebov V. V. Assessment of psychophysiological potential under adaptation to educational activity. *Psychology. Psychophysiology*, 2021, no. 2, pp. 108–119 (in Russian). <https://doi.org/10.14529/jpps210211>
4. Lopatina R. F., Lopatin N. A. Health of students of institution of higher learning as social issue of the day. *Bulletin of KazGUKI*, 2017, no. 1, pp. 135–140 (in Russian).
5. Matchin G. A., Vilkova K. K. Analysis of neuropsychic stability of students. *Bulletin of Orenburg State University*, 2016, no. 4 (192), pp. 19–23 (in Russian).
6. Postol O. L., Efimova A. M. Psychological health and stress resistance in the life of transport university students. *Bulletin of MIIT Law Institute*, 2021, no. 4 (36), pp. 102–108 (in Russian).
7. Zolotova M. Yu., Pogodina O. A., Maskava T. Yu., Vasil'eva O. B., Glachaeva S. E. Benefits of elective physical education and sport disciplines for bachelor physical education and sport trainings. *Theory and Practice of Physical Culture*, 2019, no. 11, pp. 43–45 (in Russian).
8. Klimov V. M., Aizman R. I. Effect of different physical and sports specializations on psychophysiological status of students. *Psychology. Psychophysiology*, 2019, no. 4, pp. 83–90 (in Russian). <https://doi.org/10.14529/jpps190409>
9. Nenenko N. D., Agafonova S. V. Features of psychophysiological adaptation of students to study at university in conditions of uncomfortable climatic region in the course of regular aerobics. *Bulletin of Ugra State University*, 2017, no. 1-1 (44), pp. 146–149 (in Russian).
10. Revenko E. M. Individual characteristics of the students enrolled in different types of motor activity of physical education. *The Education and Science Journal*, 2017, no. 7, pp. 157–174 (in Russian). <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2017-7-157-174>
11. Barkanova O. V. *Metodiki diagnostiki jemotsional'noj sfery: psihologicheskij praktikum* [Methods for diagnosing the emotional sphere: psychological workshop. Iss. 2]. Krasnoyarsk, Litera-print, 2009. 237 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 17.07.2023; одобрена после рецензирования 27.07.2023; принята к публикации 20.08.2023
The article was submitted 17.07.2023; approved after reviewing 27.07.2023; accepted for publication 20.08.2023

Научная статья

УДК 796.2+796.8

Подвижные игры как компонент воспитания физических качеств студентов-борцов

В. И. Дубатовкин^{1✉}, Э. В. Макарова²

¹Национальный исследовательский университет «МЭИ», Россия, 111250, г. Москва, ул. Красноказарменная, д. 14, стр. 1

²Московский политехнический университет, Россия, 107023, г. Москва, ул. Большая Семеновская, д. 38

Дубатовкин Владислав Иванович, старший преподаватель кафедры физкультуры и спорта, vladislav180570@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4617-2660>

Макарова Элина Владимировна, доктор педагогических наук, профессор кафедры физического воспитания, elinamakarova.2014@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3133-7581>

Аннотация. Занятия спортивными единоборствами предлагают вовлечение занимающихся в педагогический процесс, направленный на овладение знаниями, умениями и навыками, разработкой модельных характеристик, отражающих свойства и уровень готовности спортсмена и позволяющих достичь наивысших результатов. Модельные характеристики строятся на основе целей и задач, наиболее значимых в подготовке борцов, отражающих их объективный уровень, логически правильной теории спортивной тренировки, методики обучения техники на разных стадиях подготовки спортсменов. Современная модель спортсмена-борца включает в себя следующие показатели: характеристика тренировочного процесса (интенсивность и объем нагрузок) и уровень подготовленности (тактическая, техническая, физическая и психологическая). Не последнюю роль в развитии физических качеств современных борцов играют правильно подобранные подвижные игры, включенные в план проведения учебно-тренировочного процесса. Важным компонентом в подборе подвижных игр является развитие таких физических качеств, как сила, выносливость, ловкость, гибкость, быстрота. В статье экспериментальным путем это доказано.

Ключевые слова: борьба, единоборства, подвижные игры, регби, спорт

Для цитирования: Дубатовкин В. И., Макарова Э. В. Подвижные игры как компонент воспитания физических качеств студентов-борцов // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 409–413. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-409-413>, EDN: FDFMXK

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Outdoor games as a component of cultivation students-wrestlers' physical qualities

V. I. Dubatovkin^{1✉}, E. V. Makarova²

¹National Research University "Moscow Power Engineering Institute", building 1, 14 Krasnokazarmennaya St., Moscow 111250, Russia

²Moscow Polytechnic University, 38 Bolshaya Semenovskaya St., Moscow 107023, Russia

Vladislav I. Dubatovkin, vladislav180570@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4617-2660>

Elina V. Makarova, elina.makarova.2014@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3133-7581>

Abstract. Martial arts classes offer the involvement of students in the pedagogical process aimed at mastering knowledge, skills and abilities, the development of model characteristics reflecting the properties and the athlete's level of readiness, and allowing to achieve the best results. Model characteristics are based on the most significant in training of wrestlers goals and targets that reflect the sportsmen's objective level, a logically correct theory of sports training, methods of teaching techniques at different stages of training athletes. The modern model of an athlete-wrestler includes the following indicators: characteristics of the training process (intensity and volume of loads), and the level of preparedness (tactical, technical, physical and psychological). Not the least role in the development of modern wrestlers' physical qualities is played

by properly selected outdoor games included in the plan of the training process. An important component in the selection of outdoor games is the development of such physical qualities as strength, endurance, agility, flexibility, speed. It is proved experimentally in the article.

Keywords: wrestling, martial arts, outdoor games, rugby, sports

For citation: Dubatovkin V. I., Makarova E. V. Outdoor games as a component of cultivation students-wrestlers' physical qualities *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 409–413 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-409-413>, EDN: FDFMXX

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC0-BY 4.0)

Введение

Педагогические задачи, решаемые подвижными играми в учебно-тренировочном процессе, направлены на развитие ловкости, силы, быстроты реакции, прыгучести, воспитание чувства дистанции и позволяют лучше закрепить навыки применения технических приемов вольной борьбы. Цель статьи – анализ процесса воспитания физических качеств посредством применения подвижных игр в учебно-тренировочном процессе [1–3].

Задача борца во время схватки состоит в том, чтобы вывести соперника из устойчивого равновесия и изменить его положение по отношению к коврику [4]. Двигательные навыки в борьбе формируются в процессе выполнения специальных упражнений. Важные двигательные навыки, направленные на воспитание физических качеств, приобретаются во время разминочных подвижных игр.

Направленность борцовской подготовки ориентирована в подборе соответствующего учебного и игрового материала. Развитие гибкости позвоночника, подвижности суставов, скорости выполнения движения играет значительную роль в борьбе. Согласно этим требованиям подбираются игры, в которых эти качества наиболее четко тренируются и проявляются [5].

Многие подвижные игры имеют определенную направленность, помогают сплотить коллектив занимающихся, помогают раскрыть характер, привычки, организаторские способности, выявить лидеров в среде борцов, установить более тесный контакт с тренером.

Чувство равновесия и устойчивости очень важно в борьбе. Для тренировки этих качеств применяются упражнения со специальными играми «Оторви от коврика», «Тяни круг», «Не сойти с коврика». Помимо равновесия и устойчивости, борцу важна акробатическая подготовка, которую можно тренировать при помощи игр с элементами акробатики. «Кувырки и перекаты», «Мостик и кошка», «Перекати

поле» вполне подойдут для этого. Для упражнений стопы можно использовать различные виды бега и прыжков, а также игру «Футбол с набивным мячом».

Материалы и методы

Одной из самых любимых и распространенных подвижных игр борцов можно назвать «Регби на коленях». Игра проводится на борцовском коврике. Студенты-борцы делятся на две относительно равные по возможностям команды. На краях коврика определяются два мата – точки касания мячом. Команды выстраиваются с противоположных сторон на коленях так, чтобы точка касания была за спиной. В середину коврика кладется набивной мяч весом 2 кг. По команде тренера борцы двигаются к мячу и стремятся завладеть им, продвигаясь вперед, и коснуться им мата противника.

Передвигаться разрешается только на коленях или кувырками; разрешается нападать только на игрока, владеющего мячом. Запрещается выполнять болевые и удушающие приемы; при нарушении правил мяч передается команде противника, которая вводит его путем вбрасывания. Вбрасывание назначается и при выходе мяча за пределы коврика; нельзя мешать вбрасыванию. Игра проходит с применением элементов борьбы [6]. Работают практически все мышцы тела. Проанализировав эту подвижную игру, решено было провести исследования методом наблюдения и эксперимента при помощи фитнес-браслета. Теоретическая значимость проведенного исследования заключается в том, что полученные результаты могут быть применимы в процессе физического воспитания студентов для внедрения педагогических способов и методов воспитания и совершенствования выносливости. Практическая значимость работы состоит в том, что ее можно использовать в работе преподавателей высшей школы для обучения студентов на занятиях элективной направленности физической культуры [7].

Результаты и их обсуждение

Для того чтобы выяснить, какие мышцы и суставы наиболее задействованы в этом виде подготовки борца при соблюдении правильной техники выполнения, выбрали упражнение «Игра “Регби на коленях”». Во время выполнения этого упражнения работают следующие группы мышц: дельтовидная, двуглавая и трехглавая мышцы рук, мышцы предплечья и кистей, ягодичные мышцы, мышцы бедра, предплечья, мышцы спины и живота, стопы и голени, а также задействованы суставы – коленный, тазобедренный, локтевой и плечевой.

По интенсивности выполнения упражнения «Игра “Регби на коленях”» приравнивается к половине баскетбольного матча. По энергозатратам – к разминке по общефизической подготовке протяженностью 40 минут. Если рассмотреть все мышцы, принимающие участие в этом упражнении, то подвижная игра по силовой нагрузке может быть приравнена к полноценной кардиотренировке в тренажерном зале [7].

Чтобы доказать это, был проведен эксперимент в трех группах: общефизической подготовки (ОФП), баскетбола и вольной борьбы [67]. В эксперименте приняло участие 30 человек – по 10 в каждой группе. На руке у каждого участника был фитнес-трекер, синхронизированный с личным телефоном, в котором была установлена программа, учитывающая баллы кардиотренировки, шаги, расход энергии в калориях. Испытание длилось 40 минут. За это время наибольшее расстояние проделала группа баскетболистов – в среднем 3 километра. На втором месте по этому показателю оказалась группа ОФП, выполнявшая разминку в виде общеразвивающих и беговых упражнений. Расстояние передвижения этой группы составило в среднем 1 километр. На третьем месте расположились борцы, выполняющие упражнение «Игра “Регби на коленях”», – 800 метров. По энергозатратам больше всех калорий было потрачено у борцов – 1200. У баскетболистов – 950, у группы ОФП – 750 калорий. За прошедшую тренировку, согласно показаниям фитнес-трекера, группа борцов получила в среднем 16 баллов, баскетболистов – 14, а группа ОФП – 11 баллов.

В результате исследования удалось выяснить, что энергозатраты, несмотря на большее расстояние, проделанное баскетболистами, у борцов выше, так как они постоянно вступают в тесный контакт с соперником, перемещаются кувырками либо на коленях, что

более затратное, чем бегом со средней интенсивностью во время разминки ОФП либо баскетбольной игры.

Во время выполнения упражнения большая нагрузка ложится на связочно-суставной аппарат спортсмена, в особенности на коленный сустав. Коленный сустав является самым вовлеченным из всех сочленений тела. В его образовании принимают участие три кости: нижний конец бедра, верхний конец большеберцовой кости и коленная чашечка, которая врастает в переднюю стенку суставной сумки, окружающей суставные концы первых двух костей. От нижнего конца коленной чашечки спереди сустава идет толстая и крепкая связка надколенника, прикрепляющаяся к бугристой большеберцовой кости. Укрепление этого сустава и коленных связок является приоритетной задачей использования упражнения «Игра “Регби на коленях”».

Для предотвращения травматизма во время проведения разминочных подвижных игр рекомендуется не пренебрегать защитой колен, паха и ушей. Трико борцов имеют свойство растягиваться, так как изготовлены из полиэстера с добавлением волокон эластана или лайкры. Нанотехнологии, применяемые в изготовлении трико, позволяют «дышать» коже спортсмена и отводить влагу. Это важный момент как в выступлениях на соревнованиях, так и в тренировочном процессе. Обувь (борцовки) защищает стопу борца от механических повреждений и травм во время поединков и подвижных игр. Борцовки изготавливаются без шнурков, но на липучках, чтобы во время схватки избежать развязывания первых. Если шнурки все же присутствуют, они должны быть спрятаны под липучкой. Обувь обязательно сжимает лодыжку для ее надежной фиксации. Изготавливается из качественной синтетической кожи, так как натуральная не такая износостойкая. Борцовки должны быть крепкими, чтобы выдержать большое количество схваток. Подошву производят из резины, каучука, полиуретана или же их смеси. Для вольной борьбы лучше выбирать тонкую и легкую подошву из резины. Она также обычно рифленая. Это обеспечивает достаточное сцепление с поверхностью ковра во время схваток и игр. В борцовках часто присутствуют специальные протекторы, которые защищают голеностопный сустав и пальцы от травм. Эти вставки также делают обувь износостойкой.

Важной составляющей учебно-тренировочного процесса является помещение, в котором проводится тренировка борцов. Помеще-

ние необходимо предварительно проветрить и тщательно убрать, чтобы в нем были соблюдены санитарные нормы [8].

Выводы

Направленность учебно-тренировочного процесса студентов-борцов ориентирована на развитие силы, гибкости позвоночника, подвижности суставов, скорости выполнения движения. Упражнение «Игра “Регби на коленях”» полностью соответствует этим требованиям. Но применять это упражнение без предварительной подготовки не рекомендуется. Исходя из наблюдений за проведением эксперимента, можно сделать вывод, что для студентов без профессиональной подготовки борцов и баскетболистов более безопасным способом кардиотренировки является занятие общефизической подготовкой. Занятие баскетболом и борьбой требуют от занимающихся определенных умений и навыков. Для того чтобы увеличить энергозатраты занимающихся ОФП, следует включать в учебный процесс больше прыжковых упражнений, которые используются в баскетболе, и компоненты силовой нагрузки – такие, как отжимания, «планка», «скалолаз», «берпи». Для занимающихся борьбой упражнение «Игра “Регби на коленях”» позволяет улучшить функциональные возможности организма, развить мышцы спины, живота, рук и ног, сделать их более пластичными, подготовив к основной части учебно-тренировочного занятия.

Список литературы

1. Мусаев И. С. Х., Дубатовкин В. И. Практика преподавания вольной борьбы в высшем учебном заведении. М. : Редакция журнала «Механизация и электрификация сельского хозяйства», 2018. 104 с.
2. Никитченко С. Ю., Мусаев И. С. Х., Дубатовкин В. И. Практика преподавания греко-римской борьбы в высшем учебном заведении. М. : Редакция журнала «Механизация и электрификация сельского хозяйства», 2020. 122 с.
3. Руссу О. Н., Ханбабаев Р. К., Дубатовкин В. И., Олейник С. С., Федяев Н. А., Мусаев И. С. Х. Рабочая программа учебной дисциплины «физическая культура» спортивные единоборства: для подготовки студентов спортивного отделения. М. : Российский государственный аграрный университет – МСХА им. К. А. Тимирязева, 2015. 90 с.
4. Федяев Н. А., Никитченко С. Ю., Мусаев И. С. Х., Дубатовкин В. И. Борьба дзюдо в процессе обучения и воспитания студентов. М. : Редакция журнала «Механизация и электрификация сельского хозяйства», 2021. 186 с.

5. Клименко А. А., Русанов А. А., Федяев Н. А., Макарова Э. В. Интеграция науки и спортивной практики в совершенствовании процесса подготовки дзюдоистов. М. : Российский государственный аграрный университет, 2019. 126 с.
6. Дубатовкин В. И. Общие направления занятий в РГАУ – МСХА имени К. А. Тимирязева с начинающими баскетболистами: учебное пособие для студентов сельскохозяйственных высших учебных заведений, обучающихся по дисциплине «Физическая культура». М. : Российский государственный аграрный университет – МСХА им. К. А. Тимирязева, 2009. 78 с.
7. Макарова Э. В., Дубатовкин В. И., Олейник С. С., Куликов С. В. Способы совершенствования выносливости студентов на занятиях физической культурой // Бизнес. Образование. Право. 2021. № 3 (56). С. 317–322. <https://doi.org/10.25683/VOLBI.2021.56.374>
8. Мусаев И. С. Х., Дубатовкин В. И. Инновационные методы тренировки в борьбе // Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в высших учебных заведениях Минсельхоза России: материалы Всероссийской научно-практической конференции, Москва, 28–30 октября 2014 г. М. : Российский государственный аграрный университет – МСХА им. К. А. Тимирязева, 2014. С. 259–262.

References

1. Musaev I. S. H., Dubatovkin V. I. *Praktika prepodavaniya vol'noj bor'by v vysshem uchebnom zavedenii* [The practice of teaching freestyle wrestling in a higher educational institution]. Moscow, Editorial office of the journal “Mechanization and electrification of agriculture”, 2018. 104 p. (in Russian).
2. Nikitchenko S. Y., Musaev I. S. H., Dubatovkin V. I. *Praktika prepodavaniya greko-rimskoj bor'by v vysshem uchebnom zavedenii* [The practice of teaching Greco-Roman wrestling in a higher educational institution]. Moscow, Editorial office of the journal “Mechanization and electrification of agriculture”, 2020. 122 p. (in Russian).
3. Russu O. N., Khanbabaev R. K., Dubatovkin V. I., Oleinik S. S., Fedyayev N. A., Musaev I. S. H. *Rabochaya programma uchebnoj distsipliny “fizicheskaja kul'tura” sportivnye edinoborstva : dlja podgotovki studentov sportivnogo otdelenija* [Curriculum of the discipline “Physical culture: martial arts”: For the preparation of students of the sports department]. Moscow, Russian State Agrarian University – K. A. Timiryazev Agricultural Academy Publ., 2015. 90 p. (in Russian).
4. Fedyayev N. A., Nikitchenko S. Y., Musaev I. S. H., Dubatovkin V. I. *Bor'ba dzjudo v protsesse obuchenija i vospitanija studentov* [Judo in the process of teaching and educating students]. Moscow, Editorial office of the journal “Mechanization and electrification of agriculture”, 2021. 186 p. (in Russian).
5. Klimenko A. A., Rusanov A. A., Fedyayev N. A., Makarova E. V. *Integratsija nauki i sportivnoj praktiki v sovershenstvovanii protsessa podgotovki dzjudoistov* [Integration of science and sports practice in improving the process of training judoists]. Moscow, Russian State Agrarian University Publ., 2019. 126 p. (in Russian).

6. Dubatovkin V. I. *Obshhie napravlenija zanjatij v RGAU – MSHA imeni K. A. Timirjazeva s nachinajushimi basketbolistami: uchebnoe posobie dlja studentov sel'skhozjajstvennykh vysshikh uchebnykh zavedenij, obuchajushhihsja po discipline "Fizicheskaja kul'tura"* [General directions of classes at the Russian State Agrarian University named after K. A. Timiryazev with the novice basketball players: a textbook for students of agricultural higher educational institutions studying in the discipline "Physical Culture"]. Moscow, Russian State Agrarian University – Moscow Agricultural Academy named after K. A. Timiryazev Publ., 2009. 78 p. (in Russian).
7. Makarova E. V., Dubatovkin V. I., Olejnik S. S., Kulikov S. V. Ways to improve students' endurance in physical education classes. *Business. Education. Law*, 2021, no. 3 (56), pp. 317–322 (in Russian). <https://doi.org/10.25683/VOLBI.2021.56.374>
8. Musaev I. S. H., Dubatovkin V. I. Innovative methods of training in wrestling. In: *Aktual'nye problemy i perspektivy razvitija fizicheskoj kul'tury i sporta v vysshikh uchebnykh zavedenijakh Minsel'khoza Rossii: materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferentsii, Moskva, 28–30 oktjabrja 2014 g.* [Current issues and prospects of development of physical culture and sports in higher educational institutions of the Ministry of Agriculture of Russia: Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference, Moscow, October 28–30, 2014]. Moscow, Russian State Agrarian University – K. A. Timiryazev Agricultural Academy Publ., 2014, pp. 259–262 (in Russian).

Поступила в редакцию 25.04.2023; одобрена после рецензирования 06.05.2023; принята к публикации 20.05.2023
The article was submitted 25.04.2023; approved after reviewing 06.05.2023; accepted for publication 20.05.2023

Научная статья

УДК [796.012.116:796.015.54]+796.8

Работа с силой и силовая выносливость Часть 1

С. Н. Рябов[✉], Г. В. Фунтиков

Национальный исследовательский университет «МЭИ», Россия, 111250, г. Москва, ул. Красноказарменная, д. 14, стр. 1

Рябов Сергей Николаевич, кандидат технических наук, доцент кафедры физкультуры и спорта, sr005@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0008-4527-8192>

Фунтиков Георгий Владимирович, мастер спорта международного класса, чемпион Мира по пауэрлифтингу, руководитель клуба единоборств «Стод», rc.gamajun@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0004-4464-1093>

Аннотация. Цель исследования – изучить возможности увеличения физической силы спортсмена путем специальных упражнений. Отдельно рассмотрены возможности увеличения выносливости при физических нагрузках применительно к силовым видам спорта и единоборствам. Проанализированы физиологические аспекты работы мышц человека, от которых зависит силовая тяга мышцы и возможности продолжительной работы под нагрузкой. Основным объектом рассмотрения выбраны миофибриллы и митохондрии, находящиеся в мышечных волокнах. Поскольку волокна внутри мышцы делятся на два основных типа – «быстрые» и «медленные» – и считается, что быстрые волокна значительно сильнее, чем медленные, а медленные выносливее, чем быстрые, то предлагаются разные методы тренировки для тех и других. Определены направления тренировочного процесса для увеличения физической силы и силовой выносливости.

Ключевые слова: физическая сила, силовая выносливость, гиперкомпенсация, мышечные волокна, миофибриллы, митохондрии

Для цитирования: Рябов С. Н., Фунтиков Г. В. Работа с силой и силовая выносливость. Часть 1 // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 414–419. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-414-419>, EDN: BQBGCS
Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Strength work and strength endurance Part 1

S. N. Ryabov[✉], G. V. Funtikov

National Research University “Moscow Power Engineering Institute”, building 1, 14 Krasnokazarmennaya St., Moscow 111250, Russia

Sergey N. Ryabov, sr005@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0008-4527-8192>

Georgy V. Funtikov, rc.gamajun@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0004-4464-1093>

Abstract. The purpose of the research is to study the possibilities of increasing the physical strength of an athlete through special exercises. An increase in endurance during physical exertion in relation to strength sports and martial arts is also separately considered. The physiological aspects of the work of human muscles are analyzed, on which the power traction of the muscle and the possibility of prolonged work under load depend. Myofibrils and mitochondria located in muscle fibers are chosen as the main object of the study. Since the fibers inside the muscle are divided into two main types – i.e. “fast” and “slow” – and it is believed that fast fibers are much stronger than slow ones, and slow ones are more enduring than fast ones, different training methods are offered for those and others. The directions of the training process for increasing physical strength and strength endurance are determined.

Keywords: physical strength, strength endurance, hypercompensation, muscle fibers, myofibrils, mitochondria

For citation: Ryabov S. N., Funtikov G. V. Strength work and strength endurance. Part 1. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 414–419 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-414-419>, EDN: BQBGCS

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC0-BY 4.0)

Введение

Во всех видах боевых единоборств, так же как и в силовых видах спорта, стоят задачи: быть как можно сильнее и иметь силовую выносливость. Поскольку авторы статьи не только сами занимаются единоборствами, но и обучают других, в частности студентов МЭИ, мы просто обязаны разобраться в механике процесса. Это позволит выстроить не только предельно эффективную методику тренировки, но и даст некоторое, а, быть может, и значительное преимущество в единоборстве нашим ученикам. Статья написана с позиции единоборца, но авторы постараются рассуждать так, чтобы вдумчивый читатель смог разобраться и получить знания, на базе которых можно будет выстраивать любые тренировочные схемы.

Итак, задача – повысить силу и силовую выносливость. Очевидно, что при создании такой методики необходимо учитывать и даже опираться на базис передовых научных исследований и разработок. В рамках данной статьи мы будем опираться на мнение и разработки профессора Российского университета спорта «ГЦОЛИФК» В. Н. Селуянова [1–5].

Основная часть

Рассмотрим идеи, на основе которых можно будет выстроить систему тренировок. В самом начале своих научных поисков мы столкнулись с недостатком научного и методического материала. Доступные нам методики по большей части носили эмпирический характер, то есть опирались на опыт. Из западных методистов стоит отдельно отметить наработки Ф. Хэтфилда [6], а из отечественных – Ю. В. Верхошанского [7, 8]. При этом практически нигде не было целостного описания биохимических процессов, вызывающих именно рост силы / выносливости мышцы. После длительного поиска один из авторов встретился с профессором В. Н. Селуяновым, который проделал гигантский объем работы, обобщив огромную массу исследований. В настоящей статье использовались результаты его исследований и на их основе выстраивалась методика

тренировок, прежде всего в группах студентов-единоборцев.

Все поддается тренировке. Тренировка ведет к изменениям. Каждый из нас меняется под воздействием окружающей среды. Если воздействие окружающей среды несет угрозу разрушения, тогда мы удивительным образом способны усилить себя. Впервые эти механизмы системно попробовал описать канадский эндокринолог Г. Селье [9–11]. Именно он впервые ввел понятие «стресс». В ответ на стресс возникает адаптация. В спорте адаптация – это не просто изменения под окружающую среду (вроде мимикрии животных), это в первую очередь гиперкомпенсация. В ответ на воздействие какая-то часть нашего тела начинает разрушаться: если стресс был импульсным, то есть не затянувшимся во времени, то организм получает возможность перейти к восстановлению. В ходе восстановления наше тело пытается измениться в сильную сторону, с лихвой компенсируя разрушения.

Если мы ставим себе задачу повысить силу и силовую выносливость, тогда, исходя из теории стресса, нам нужно поставить себя в условия, когда текущей силы и выносливости будет недостаточно. Иначе говоря: ты хочешь что-то сделать, а не можешь (например, поднять еще раз рабочий вес), но ты все равно пытаешься это сделать. Другими словами, доходишь до отказа и пытаешься хоть чуть-чуть пройти за него. Для психики и эндокринной системы это может стать тяжелейшим испытанием. Это вообще «тонкая игра»: не доделал, не дошел до предела – не запустил механизмы гиперкомпенсации, а если перегнул палку – то рискуешь обрушить и психику, и эндокринную систему. Эта игра похожа на путь по лезвию бритвы – и ты либо вовсе не всташь на это тонкое лезвие, либо рискуешь соскользнуть в пропасть. Но, если разобраться в механизмах «гиперкомпенсации», появится возможность «устойчиво» идти по лезвию бритвы. Для этого надо понять, что именно мы можем изменить – усовершенствовать, а что не можем.

Если обобщить передовые биохимические и физиологические разработки и исследования, то возможный расклад будет выглядеть

так. Чтобы увеличить телесную силу, человек может увеличить количество миофибрилл (органелл, отвечающих за сокращение мышечного волокна) и усовершенствовать технику и межмышечную координацию. При этом атлет не может изменить количество мышечных волокон и изменить их тип (по принципу «быстрые» (БМВ) или «медленные» (ММВ)). При определенных условиях возможно усовершенствовать нервно-мышечную эффективность.

Чтобы увеличить силовую выносливость, можно увеличить количество митохондрий (энергетических станций клетки) и запасы креатинфосфата; кроме того, возможно, получится изменить активность ферментов, участвующих в механизмах энергообеспечения.

Как мы видим, основной объект приложения наших усилий – это миофибриллы и митохондрии. В современной физиологии считается, что волокна внутри мышцы делятся на два основных типа – «быстрые» и «медленные». Считается, что быстрые волокна значительно сильнее, чем медленные. А медленные куда выносливее, чем быстрые. Еще эти волокна делят по цвету – на красные и белые. Известно также, что медленные волокна легко возбудимы и включаются от низкочастотного сигнала, идущего от мозга, а быстрые волокна включаются только тогда, когда сигнал от мозга значительно возрастает.

Считается также, что медленные волокна работают тогда, когда поднимаемый нами вес не превышает 25–30% от предельного максимума (веса, который мы можем поднять на раз), в чистом виде быстрые волокна включаются в работу тогда, когда вес достигает 70–80% от максимума. В интервале между этими процентами включаются («рекрутируются») волокна промежуточного типа.

Стремясь увеличить силу, силовик, как правило, работает с отягощениями порядка 60–80% от максимума. С таким весом (в зависимости от природных данных) удается выполнить от 3–4 до 10–12 повторений в одном подходе. В конце подхода возникает отказ. Отказ запускает механизмы, в результате которых становится возможным формирование большего количества миофибрилл. Миофибрилл становится больше – сила растет.

Но отказ возникает только в так называемых быстрых мышечных волокнах, тогда как в медленных мышечных волокнах отказа не происходит – и чтобы их «добить», нужно последовательно (не прерывая рабочего подхода) снижать рабочий вес. В культуризме этот принцип применяется (известен как

«раздевание штанги»), однако, с точки зрения «общего стресса» и последующего восстановления (гиперкомпенсации), этот принцип неверен. Мышечная нагрузка будет находиться под нагрузкой слишком долго. В этом случае разрушение перевесит гиперкомпенсацию.

С точки зрения создания факторов, запускающих синтез миофибрилл и митохондрий, важно не количество повторений, а время под нагрузкой. Для запуска роста миофибрилл в ММВ это должно быть в среднем около 30 секунд. При этом когда мы поднимаем веса, близкие к предельному, мы задействуем как медленные, так и быстрые волокна – сила всех типов волокон складывается. Соответственно, чем больше миофибрилл будет в каждом мышечном волокне, тем больше будет общая сила. Но если мы работаем с весами, близкими к предельному, то отказ будет возникать в мышечных волокнах, которые принято считать быстрыми, и миофибриллы будут прирастать только в этом типе волокон.

Возникает вопрос: а почему бы не увеличить количество миофибрилл в волокнах медленного типа? Но как это сделать, если в этих мышцах трудно добиться отказа? Есть такое расхожее мнение, что в ММВ прирост миофибрилл невозможен – опять-таки по причине невозможности довести их до «отказа».

На наш взгляд, ошибка в данном случае кроется в неверном проведении границ при дележе мышечных волокон по принципу быстрые / медленные, красные / белые. Если разобраться в механизмах отказа и механизмах запуска построения новых миофибрилл, можно предельно точно подобрать нагрузку (стресс) и запустить этот механизм во всех типах волокон.

Разделение на быстрые и медленные имеет право на жизнь. Неточность в другом: считается, что если тренировать белые, то тренируется сила и скорость, а если тренировать красные – то выносливость. Сила не в том, чтобы тренировать «белые-быстрые» волокна, а в том, чтобы увеличить общее количество миофибрилл. Силовая выносливость не в том, чтобы тренировать медленные волокна, а в том, чтобы увеличить количество митохондрий (энергетических станций клетки) до порогового и перевести мышечное волокно из гликолитического (условно говоря, когда механизмы энергообеспечения идут без кислорода) в окислительное (с кислородом и в митохондриях).

Следуя советам В. Н. Селуянова, за очень короткий срок один из авторов статьи несколько удлинил фазу восстановления для каждой

группы мышц БМВ и добавил тренировки, направленные на проработку «медленных» волокон ММВ. Удивительно быстро результат в становой тяге поднялся с 300 до 320 кг при собственном весе в 91 кг. Этот факт мы склонны считать эмпирическим подтверждением нашей рабочей гипотезы.

Полагаем, что в штанге (в двоеборье) или в спринте увеличивать количество миофибрилл в медленных мышечных волокнах нет смысла – движения очень взрывные и кратковременные. Но в пауэрлифтинге, в гиревом спорте, во всех единоборствах (где каждая схватка длится от 3 до 5 минут) однозначно имеет смысл это делать.

Кроме того, важен еще ряд факторов. В частности, согласованность работы мышц. Сила зависит не только от «качества» мышц, но и от того, каким образом (под какими углами) мышцы вовлечены в работу. Как известно, если взять все мышцы человека, сложить их вместе и заставить сокращаться, тогда мы сможем развить тягу порядка 30 тонн. В жизни мы такие усилия развить не в состоянии. И все потому, что одна мышца сгибает, а другая разгибает, одна закручивает, другая раскручивает. А те мышцы, которым удается объединиться в группу, все равно сжимаются (тянут) под разными углами относительно общего вектора «тяги». И мы совершаем работу со знаком «+» только потому, что складывается общая «результатирующая». Очевидно, что нужно учиться тому, как правильно прикладывать усилие. Соответственно, сила всего тела – это сила не только отдельно взятой мышцы, а суммарная результирующая всех мышц, участвующих в тяге, то есть это прежде всего оптимальная «выстроенность» тела в отношении приложения силы. Очевидно, что основные «тяги» тела должны быть направлены под выгодными углами к месту приложения общего усилия. Этому надо учиться отдельно. Греки для этого случая имели слово «техника». Однако в данной статье не поднимаются вопросы, связанные с техникой, здесь приводятся результаты исследований с тягой в отдельно взятой мышце.

Помимо выстроенности тела с точки зрения векторов силы (мышц, участвующих в общем движении), следует также учитывать, что человек, условно говоря, одновременно осуществляет два вида двигательных функций: собственно само движение и поддержание необходимой позы. Поддержание необходимой позы все время идет как бы фоном. Возможно, по этой причине в естественных

условиях очень трудно отделить эти функции друг от друга. В боевых искусствах работа по разделению двух этих функций является ключом к достижению определенного уровня мастерства. Упражнения, позволяющие это сделать, особо не афишируются за пределами «школы» и позволяют «скрытно и хитро» вывести своего противника из равновесия и таким образом «лишить его силы». Подобные упражнения должны быть и в арсенале силовика.

Считаем необходимым отдельно остановиться на дыхании. Обычно мы не задумываемся, как дышим, не отслеживаем глубину и ритмичность дыхания. Однако это имеет большое значение во время силовых тренировок. Правильное дыхание позволяет увеличить стабилизацию позвоночника, нормализовать давление и обеспечить мышцам достаточно кислорода. Тут действует простое правило: при выполнении упражнения, когда происходит расширение грудной клетки, нужно делать вдох, а когда сужение – выдох. Выдох на усилие, вдох на расслабление – это самый популярный совет по дыханию, который можно услышать в спортзале и за его пределами: вдыхайте, когда делаете легкую часть упражнения, выдыхайте на усилие. Сильное и безопасное движение возможно только при жестком позвоночнике, который передает усилие от больших групп мышц. Позвоночник укрепляется с помощью напряжения мышц кора – прямых и косых мышц живота, мышц тазового дна, спины. Во время вдоха невозможно хорошо напрячь пресс и другие мышцы кора, а значит, трудно обеспечить позвоночнику необходимую жесткость. При выдохе, наоборот, довольно просто напрячь мышцы кора. Дыхание воздействует на них рефлекторно, через нервную систему. Мышцы напрягаются, фиксируя позвоночник и помогая развивать максимальную силу. Именно поэтому усилие нужно выполнять на выдохе.

Зачастую можно заметить краткую остановку дыхания в момент максимального усилия. Это вполне естественно. Краткая задержка дыхания используется опытными пауэрлифтерами и тяжелоатлетами для поднятия больших весов. Эта техника дыхания называется маневр Вальсальвы [12], но использовать ее стоит очень осторожно. Маневр Вальсальвы, применяемый в силовом спорте, выглядит следующим образом: человек делает глубокий вдох (около 75% от максимально возможного), а затем, в момент максимального усилия, задерживает дыхание на несколько секунд и пытается выдохнуть воздух через сомкнутую голосовую

щель. Дыхание задерживается на протяжении всего повторения, выдох совершается после окончания. Маневр Вальсальвы повышает давление в грудной клетке. Через диафрагму оно передается в брюшную полость, что создает хорошую поддержку для спины и помогает сопротивляться силам, стремящимся сдвинуть позвоночник. В результате спортсмен может поднять больший вес, а риск получения травмы снижается. Однако маневр Вальсальвы часто критикуют, поскольку он повышает и так высокое во время силовой тренировки давление, из-за чего может наступить недомогание. Рекомендуется использовать эту технику для поднятия единоразового максимума, что вызывает лишь незначительные изменения в кровяном давлении. Этот маневр подходит только для поднятия действительно тяжелых весов с малым количеством повторений.

Отдельное внимание считаем важным уделить спортивной психологии. Совершенно точно уставлено, что слишком сильный стресс на работе, трудности общения в семье или с близкими приводят к угнетению выработки тестостерона. Поэтому спортсмену для достижения высочайших результатов имеет смысл либо сузить круг своего общения с неприятными людьми, либо научиться во всем находить для себя положительные стороны и радоваться всему, чему только можно.

В мае 2023 г. из студентов-самбистов МЭИ была сформирована фокус-группа из 30 борцов для апробации методики по повышению силовой выносливости. Требовалось выполнить тестовое упражнение: медленное отжимание (40 секунд вверх и 40 секунд вниз) и медленное приседание (60 секунд вверх и 60 секунд вниз). Был зафиксирован результат у каждого испытуемого (с тестом мало кто справился), после чего была предложена методика, включающая физическую нагрузку со специальным дыханием, стимулирующим рост митохондрий в загруженных группах мышц. Студенты занимались самостоятельно по методике 2 недели (через день). После повторного теста было зафиксировано, что с указанным нормативом справились все, причем без неприятных ощущений в мышцах, многие были готовы к еще более продолжительным нагрузкам.

Таким образом, возникает вопрос: как же выстроить тренировки так, чтобы увеличить количество миофибрилл и митохондрий в любом типе мышечных волокон? Ответ на него будет дан во второй части статьи.

Продолжение следует.

Список литературы

1. Максимов Д. В., Селуянов В. Н., Табаков С. Е. Физическая подготовка единоборцев (самбо и дзюдо). Теоретико-практические рекомендации. М. : ТВТ Дивизион, 2011. 160 с.
2. Мьякинченко Е. Б., Селуянов В. Н. Оздоровительная тренировка по системе Изотон. М. : СпортАкадемПресс, 2001. 67 с.
3. Селуянов В. Н. Технология оздоровительной физической культуры. М. : СпортАкадемПресс, 2001. 169 с.
4. Селуянов В. Н., Шестаков М. П. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте. М. : СпортАкадемПресс, 2000. 111 с.
5. Мьякинченко Е. Б., Селуянов В. Н. Развитие локальной мышечной выносливости в циклических видах спорта. М. : ТВТ Дивизион, 2005. 338 с.
6. Хэтфилд Ф. К. Всестороннее руководство по развитию силы. Красноярск: Ассоциация федераций культуризма Восточной Сибири и Дальнего Востока «Восток», 1992. 288 с.
7. Верхошанский Ю. В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. М. : Физкультура и спорт, 1977. 215 с.
8. Верхошанский Ю. В. Влияние силовых нагрузок на организм в процессе его возрастного развития: Лекция для студентов ГЦОЛИФКа. М. : ГЦОЛИФК, 1989. 22 с.
9. Селье Г. Некоторые аспекты учения о стрессе // Хрестоматия по психологии : учеб. пособие. М. : Просвещение, 1977. С. 305–311.
10. Селье Г. Стресс без дистресса. М. : Прогресс, 1982. 124 с.
11. Селье Г. От мечты к открытию: Как стать ученым. М. : Прогресс, 1987. 366 с.
12. Янгсон Р. М. Медицинский энциклопедический словарь = Collins Dictionary of Medicine / пер. с англ. Елены Незлобиной. М. : АСТ ; Астрель, 2005. 1375 с.

References

1. Maksimov D. V., Seluyanov V. N., Tabakov S. E. *Fizicheskaja podgotovka edinobortsev (sambo i dzjudo). Teoretiko-prakticheskie rekomendatsii* [Physical training of wrestlers (sambo and judo). Theoretical and practical recommendations]. Moscow, TVT Division, 2011. 160 p. (in Russian).
2. Myakinchenko E. B., Seluyanov V. N. *Ozdorovitel'naja trenirovka po sisteme Izoton* [Health-improving training according to the Isoton system]. Moscow, SportAcademPress, 2001. 67 p. (in Russian).
3. Seluyanov V. N. *Tekhnologija ozdorovitel'noj fizicheskoj kul'tury* [Technology of health-improving physical culture]. Moscow, SportAcademPress, 2001. 169 p. (in Russian).
4. Seluyanov V. N., Shestakov M. P. *Opredelenie odarennostej i poisk talantov v sporte* [Definition of giftedness and search for talents in sports]. Moscow, SportAcademPress, 2000. 111 p. (in Russian).

5. Myakinchenko E. B., Seluyanov V. N. *Razvitie lokal'noj myshechnoj vynoslivosti v tsiklicheskih vidakh sporta* [Development of local muscular endurance in cyclic sports]. Moscow, TVT Division, 2005. 338 p. (in Russian).
6. Hatfield F. K. *Vsestoronnee rukovodstvo po razvitiyu sily* [A Comprehensive Guide to Strength Development]. Krasnoyarsk, Association of Bodybuilding Federations of Eastern Siberia and the Far East "Vostok", 1992. 288 p. (in Russian).
7. Verkhoshansky Yu. V. *Osnovy spetsial'noj silovoj podgotovki v sporte* [Fundamentals of special strength training in sports]. Moscow, Fizkul'tura i sport, 1977. 215 p. (in Russian).
8. Verkhoshansky Yu. V. *Vliyanie silovykh nagruzok na organizm v protsesse ego vozrastnogo razvitiya: leksiya dlja studentov GTsOLIFKa* [The influence of power loads on the body in the process of its age development: Lecture for the GTsOLIFK students]. Moscow, GTsOLIFK, 1989. 22 p. (in Russian).
9. Selye H. Some aspects of the doctrine of stress. In: *Khrestomatiya po psikhologii : uchebnoe posobie* [Textbook on Psychology : Textbook]. Moscow, Prosveshchenie, 1977, pp. 305–311 (in Russian).
10. Selye H. *Stress bez distressa* [Stress without distress]. Moscow, Progress, 1982. 124 p. (in Russian).
11. Selye H. *Ot mechy k otkrytiju: Kak stat' uchenym* [From Dream to Discovery: How to Become a Scientist]. Moscow, Progress, 1987. 336 p. (in Russian).
12. Yangson R. M. *Meditsinskij jentsiklopedicheskij slovar' = Collins Dictionary of Medicine* [Medical Encyclopedic Dictionary = Collins Dictionary of Medicine. Translated from English by Elena Nezlobina]. Moscow, AST, Astrel, 2005. 1376 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 19.07.2023; одобрена после рецензирования 08.08.2023; принята к публикации 20.08.2023
The article was submitted 19.07.2023; approved after reviewing 08.08.2023; accepted for publication 20.08.2023

Научная статья
УДК 796:332+796.015.132

Особенности преподавания борьбы самбо в университетах

П. А. Кузнецов

Национальный исследовательский университет «МЭИ», Россия, 111250, г. Москва, ул. Красноказарменная, д. 14, стр. 1

Кузнецов Павел Анатольевич, мастер спорта по боевому самбо, тренер высшей категории (Федерация боевого самбо России), судья международной категории, преподаватель самбо в НИУ «МЭИ», pavlig@rambler.ru, <https://orcid.org/0009-0001-9820-0427>

Аннотация. Рассматривается проблематика преподавания борьбы самбо в стенах неспортивных образовательных организаций высшего образования с учетом специфики преподавания физической культуры в данных образовательных учреждениях, которая заключается в меньшем по сравнению со спортивными школами количестве часов, отводимых на обучение данной спортивной дисциплине, а также в том факте, что для неспортивного вуза она не является профилирующим предметом.

Ключевые слова: борьба самбо, студенческий спорт, образовательная организация высшего образования

Для цитирования: Кузнецов П. А. Особенности преподавания борьбы самбо в университетах // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, вып. 4. С. 420–426. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-420-426>, EDN: AEESYL
Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Features of teaching sambo wrestling in universities

P. A. Kuznetsov

National Research University "Moscow Power Engineering Institute", building 1, 14 Krasnokazarmennaya St., Moscow 111250, Russia

Pavel A. Kuznetsov, pavlig@rambler.ru, <https://orcid.org/0009-0001-9820-0427>

Abstract. The article deals with the issues of teaching sambo wrestling at the non-sporting educational organizations of higher education in view of the specifics of teaching physical culture in these institutions, which consist in a lower number of hours for teaching this sports discipline compared to sports schools, as well as in the fact that it is not a major subject for a non-sporting university.

Keywords: sambo wrestling, student sports, educational organization of higher education

For citation: Kuznetsov P. A. Features of teaching sambo wrestling in universities. *Physical Education and University Sport*, 2023, vol. 2, iss. 4, pp. 420–426 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2023-2-4-420-426>, EDN: AEESYL

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC-BY 4.0)

Введение

С одной стороны, перед преподавателем стоит задача прививать студентам навыки очень полезной для здоровья и гармоничного развития личности борьбы самбо, с другой

стороны, следует заметить, что условия преподавания значительно отличаются от условий, которые имеют место в секциях и спортивных школах [1], а программы подготовки, детально проработанные для последних на основании огромного и успешного опыта, не совсем

подходят для занятий в образовательных организациях высшего образования по следующим причинам:

- 1) занятия по физической культуре в обычных вузах проходят два, а то и один раз в неделю;
- 2) длительность курса составляет всего три, а порой и два года;
- 3) часть студентов имеют обыкновение не посещать все занятия по расписанию, количество которых и так невелико.

В такой ситуации задачей преподавателя является сделать все, чтобы в ограниченных условиях извлечь максимальную пользу от занятий и привить студентам возможно более глубокие навыки борьбы самбо. Здесь могут проявиться две крайности: с одной стороны, возможен соблазн посчитать, что за отведенное время все равно не получится добиться каких-либо ощутимых результатов; с другой стороны, может возникнуть желание попытаться применить к обучаемым те же требования, что и к воспитанникам спортивных школ, программа которых направлена на достижение мастерства высокого уровня.

Польза от университетских занятий самбо

Пользу от занятий студентов борьбой самбо трудно переоценить. Сами студенты в недалеком будущем – это элита общества, и от того, какими качествами они будут обладать, во многом будет зависеть состояние и уровень развития самого общества.

Упомянутая польза является двоякой. Прямая польза всем очевидна – это физическое развитие и укрепление здоровья граждан, их способность постоять за себя, своих близких и, в более широких масштабах, за свою страну. Польза эта бесспорна и не может подвергаться никаким сомнениям.

Но существует и не менее значимая косвенная польза, не заметная на первый взгляд и не проявляющаяся немедленно, ее трудно чем-либо измерить. Заключается она в следующем: при занятиях борьбой обучаемый постоянно ставится в такие условия, в которых он должен прилагать значительные усилия для достижения результата при активном внешнем противодействии чужой воли.

Этого-то как раз и не хватает людям в современной комфортной жизни, в которой созданы все условия для пассивного существования, что неизбежно во все исторические эпохи приводило к разложению когда-то процветавших цивилизаций.

Многочисленное повторение ситуации, в которой приходится для достижения результата преодолевать с некоторым контролируемым стрессом трудности, со временем вполне способно выработать у обучаемых привычку не сдаваться при возникновении проблем и вне борцовского ковра, преодолевать неудобства и не опускать руки в условиях, когда имеется возможность сделать выбор – прикладывать сверхусилия для возможного достижения цели или прекратить попытки это сделать. «Применение средств физической культуры и спорта для профессиональной деятельности основывается на явлении “переноса” тренированности в другие виды физической деятельности. Используемые упражнения не копируют профессиональные движения, но создают необходимую почву, формируют основу для успешного овладения профессиональными навыками, вырабатывают двигательный потенциал» [2, с. 42].

Указанный психофизический навык в конечном итоге является для обучаемого не менее значимым (хотя и не таким очевидным и не сразу заметным глазу) свойством, чем непосредственно физическое развитие. Недаром среди самбистов, снискавших успехи на ковре, так велика доля состоявшихся бизнесменов или государственных служащих. Автору не раз доводилось сталкиваться с ситуацией, отраженной в том числе в его интервью для газеты «Аргументы недели»: «Так часто бывает: наблюдаешь за ребятами на соревнованиях, а спустя годы один из них уже глава администрации поселения, другой – в молодежном правительстве региона, а третий открыл свой бизнес...» [3]. Обусловлено это именно приобретением указанных выше навыков постоянного преодоления значительных трудностей, порой и при в разной степени агрессивном противодействии чужой воли.

И первая, и вторая цели вполне достижимы при массовом обучении студентов, и не будет являться чрезмерным преувеличением утверждение, что немаловажной государственной задачей является максимально возможное в условиях высшего учебного заведения привитие указанных характеристик студентам как будущим лидерам развития страны наряду с обучением по профильным специальностям.

Задачей же преподавателя является найти тут оптимальную «золотую середину», чтобы и не опускать руки ввиду ограниченных ресурсов, пуская занятия на самотек с мотивацией «все равно ничего толкового не будет», но и не ставить неосуществимых задач

по подготовке спортсменов на уровне мастеров. Целью такого выбора должно являться получение максимально возможного эффекта, достижимого в данных условиях. Реализуя эту задачу, мы, безусловно, вносим общественно-полезный вклад в подготовку будущих дипломированных кадров, пусть даже это трудно как-либо измерить.

Перечислим ниже, какие формы может приобретать таковая подготовка.

Развитие простейших двигательных навыков

Некоторая доля студентов приходит на занятия по самбо, обладая откровенно слабыми общефизическими навыками в отношении силы, ловкости и гибкости. Если решение записаться на борьбу принято таким студентом самостоятельно, а не росчерком пера ответственного за распределение обучаемых, то можно лишь всячески приветствовать это: человек осознает свое отставание в данном компоненте своего развития и принимает деятельные меры для устранения этого отставания. Здесь важно поддержать такого студента в этой решительности; одним из способов сделать это является донесение перед строем всей группы занимающихся той мысли, что у всех обязательно имеются разные и порой неравномерно отмеренные таланты, и студент, упорно старающийся выполнить сложные для него упражнения, достоин не меньшего уважения, чем тот, кому это дается играючи (не указывая, впрочем, ни на кого конкретно).

Нередко тот обучаемый, которому, например, сложно даются акробатические задания на разминке, старается вместо их настойчивого выполнения затеряться за спинами других студентов, опасаясь насмешек; в этой связи необходимо подобные насмешки решительно пресекать, подбадривая и стимулируя неумелого студента, объявляя, что достойны всяческой похвалы не только старания при выполнении этих действий, но также и его волевые усилия при преодолении психологического барьера в виде боязни таких насмешек, что, в свою очередь, способствует развитию большей уверенности в себе. Здесь со стороны преподавателя недопустимы те же насмешки, травля или упреки в недостаточно развитых навыках, и относиться к такому студенту нужно спокойно, как к равному среди других, разумеется, требуя от него реальных попыток выполнения нужных действий наравне со всеми.

Весь опыт подсказывает, что развитые физические навыки приводят к большей решительности, быстроте и точности при принятии решений в повседневной жизни; к сожалению, верно и обратное утверждение: двигательная неловкость приводит также к нерешительности и неточности при принятии важных и ответственных решений в быту и в будущей работе, а также в межличностном общении. Занятия борьбой в рамках преподавания физической культуры в вузе вполне способны если не устранить это явление полностью, то по крайней мере значительно улучшить не только двигательные навыки, но и морально-волевые качества обучаемого, который до этого не мог похвастаться большими успехами на этой стезе.

Неоценимы в этой связи вольные схватки по борьбе, где чаще всего такие студенты ведут себя испуганно в паре с соперником, который обладает реальным или воображаемым преимуществом. В такой момент чрезвычайно полезным является решительно и громко потребовать от него включить агрессию, стараться навязывать собственные захваты и начать вести себя смело и напористо, пусть даже против превосходящего соперника. Результаты порой превосходят все ожидания: обучаемый меняется на глазах, стряхивает с себя оцепенение и начинает вести себя совершенно по-другому, преодолев в данный момент мешающий ему и в повседневной жизни психологический барьер. При достаточно высокой посещаемости такого студента уже через год становится не узнать, уровень его навыков подтягивается до всей группы, а нам только остается порадоваться за то, что мы выпустим из университетских стен не только носителя комплекта знаний, но и более гармоничную личность; десятки и сотни таких граждан, покинувших вуз, превращаются в тысячи по всей стране, и тут уже трудно переоценить бесспорную пользу этого для всего общества.

Развитие специфических навыков борьбы

Как было сказано выше, программы подготовки по борьбе самбо хорошо проработаны для нужд спортивных школ и секций, но задача этих программ – получение квалификации вплоть до мастеров спорта, с чем данные школы в той или иной мере успешно справляются.

Однако, в отличие от упомянутых спортивных школ, ресурсы времени в вузах достаточно ограничены, как об этом уже упоминалось выше. Это порождает следующую проблему:

на изучение отдельного приема в спортивной школе тренеры могут тратить многие часы, постоянно возвращаясь к его отработке, все более усложняя методы этой отработки (сначала просто производя броски, затем в комбинациях, далее применяя «набрасывания» на время, набегание нескольких соперников и т. п.), что рано или поздно приводит к более или менее хорошему усвоению этих приемов обучающимися. В университетских же условиях имеется риск поверхностно пробежаться по списку основных приемов, в результате чего обучаемый не успеет освоить на приемлемом уровне хоть что-то.

Здесь уже начинает сказываться такой важнейший фактор, как умение преподавателя преподнести методику выполнения технических действий, чтобы в кратчайшие сроки «поставить» навыки их выполнения. Эта способность, несомненно базирующаяся на навыках самого преподавателя, вместе с тем требует, чтобы тот сумел перенести себя мысленно на место новичка, «подвел» обучаемого к правильному выполнению приема теоретическими объяснениями (прибегая, если нужно, и к черчению биомеханических схем) и выполнением подготовительных упражнений, частично воспроизводящих условия, возникающие в процессе изучаемого технического действия; в процессе же непосредственно самой отработки требуется довольно глубоко прорабатывать, отчего может не получаться то или иное действие. Порой случается так, что количество «мелочей», на которые приходится обращать внимание в целях успешного выполнения одного технического действия, доходит до семивосьми. Здесь и появляется широчайший простор для творческой работы, требуется лишь с душой подходить к этому занятию, и это будет обязательно вознаграждено удовлетворением от успехов учеников. Более того, процесс этот бесконечен, и преподавателю можно часами, например, по дороге на занятия и обратно, или же в любое иное время продумывать, как еще улучшить свои объяснения, чтобы студенты легче усваивали материал.

Рассмотрим более подробно описанные в предыдущем абзаце этапы.

1. Теоретическая подготовка

Не стоит недооценивать важность постижения обучающимися азов биомеханики – таких, например, как зависимость устойчивости борца от площади опоры с разъяснением важности нахождения проекции центра тяжести в преде-

лах указанной площади [4, с. 31], или, скажем, понятия броска как придания телу соперника вращательного движения путем приложения силы к одной из его частей и выставления препятствия для другой части тела соперника; при этом, если нужно, стоит прибегать к черчению простейших схем и объяснениям, как и почему с точки зрения биомеханики следует наиболее рационально выполнять технические действия, например, атакая более сильными группами мышц на более слабые или получая выигрыш в силе за счет прикладывания рычага [5].

2. Подготовительные упражнения на гибкость

Специфические подготовительные упражнения могут добавляться как в разминку в начале тренировки с прицелом на дальнейшее изучение конкретного технического действия, которое планируется проходить далее на данном занятии, так и непосредственно перед началом этого изучения. Это могут быть как упражнения на гибкость с целью лучше размять и сделать более эластичными нужные мышцы и связки, так и имитационные действия, направленные на дальнейшее правильное выполнение приемов и предварительное устранение наиболее вероятных и предсказуемых ошибок.

Специалистам в борьбе хорошо известно, что одной из частых причин неудачного освоения приемов является недостаточная гибкость обучающихся, поэтому важно всячески мотивировать их усердно развивать в себе эту гибкость, что полезно как для дальнейшего освоения техники, так и вообще для здоровья. В отличие от дисциплин, ориентированных на циклические действия с тяжестями, в борьбе равно важны оба компонента – сила и гибкость [6, с. 19].

Таким образом, если, например, планируется изучение броска «задняя подножка на пятке» («посадка»), то самой вероятной ошибкой будет являться недостаточный наклон корпуса вперед к атакующей ноге, а то и зачастую просто падение атакующего на спину. Как уже было сказано выше, для привития необходимых навыков для технического действия в условиях вуза имеется достаточно ограниченное время, поэтому желательно по возможности сокращать время на его постижение, стараясь, чтобы освоение начало давать результаты не только лишь после сотен попыток выполнения. Для указанного приема следует включить в общую разминку или непосредственно перед самим его освоением

упражнение под названием «барьерный бег» с наклонами сидя к выпрямленной перед собой ноге, когда вторая нога поджата под себя. При этом необходимо давать студентам разъяснения, что им необходимо запоминать это положение, как на уровне сознания, так и мышечной памяти, чтобы в процессе отработки они старались принимать именно его, избегая занятия характерных ошибочных положений и самостоятельно проверяя правильность позы; в случае неудачи обучаемый может и сам подсказать преподавателю, что прием не выходит именно по причине того, что не получается занять нужное положение.

3. Подготовительные имитационные упражнения

Как уже было упомянуто выше, некоторую часть ошибок при выполнении приемов можно устранить еще заранее, непосредственно до их изучения. В качестве одного из характерных примеров тут можно привести такой прием, как «бросок через голову подсадом голенью с односторонним захватом». Распространенные ошибки при этом броске – такие, как падение на прямую спину вместо кувырка назад или посадку далеко от пятки опорной ноги, можно в значительной степени устранить заранее, отработав несколько десятков раз с обучаемыми кувырок назад из стойки на одной ноге, чтобы они сначала привыкали производить правильный перекат по спине и посадку близко к пятке опорной ноги.

Подобных подготовительных упражнений можно привести массу: например, правильную постановку ног при бросках через спину или прогибом, корректную работу руками при выполнении вообще любых приемов и т. п. В данном случае важно следующее: поначалу правильная техника выполнения большинства приемов представляется обучаемому крайне неудобной, и постоянно возникает желание сделать технически неправильно, потому что так проще. Гораздо быстрее преодолеть это затруднение возможно, именно оттачивая имитационные упражнения, так как не тратится время на взаимодействие с партнером, и в единицу времени выполняется больше попыток.

4. Исправление ошибок в ходе отработки

Из опыта обучения (не только борьбе) известно, насколько важно прививать сразу правильные навыки. Правило звучит так: «проще научить с нуля, чем переучивать». Поэтому в процессе отработки техники нужно стараться

использовать время с максимальной пользой, сразу «вычищая» ошибки занимающихся, постоянно обращая их внимание также на то, что было упомянуто в предыдущих пунктах, при необходимости даже останавливая отработку и возвращаясь к ним.

Обычно ошибки выполнения хорошо известны, и весьма плодотворной практикой могут быть подсказки, стоя в непосредственной близости от обучаемого (вплоть до постановки правильного положения, взявшись за ученика своими руками, как скульптор), с быстрым последующим переходом к другим парам занимающихся. Задачей в конечном счете является охватить максимально возможное количество пар с целью повысить качество выполнения технических действий.

5. Адаптация технических действий к реальным ситуациям

Широкий простор для творчества преподавателя – адаптация приемов к реально возникающим в процессе схватки ситуациям. Дело в том, что нормальная практика для спортивных школ и секций самбо – это многократное правильное выполнение более или менее стандартных бросков, что является бесспорно нужным и правильным делом, и такие воспитанники часто восхищаются отточенностью этих действий как на соревнованиях, так и при показательных выступлениях. Но не забудем, что за этим скрываются сотни часов отработки в течение многих лет обучения, что невозможно позволить себе в стенах вузов на занятиях физкультурой. В этой связи значительное внимание, бесспорно, наряду с отработкой самих приемов, следует уделять ситуациям, реально возникающим в вольных схватках: способы преодоления упирающихся рук соперника, навязывание своих захватов, подготовка к выполнению приемов, контрдействия против наиболее вероятных атак соперника, а также оптимальные способы добиться победы, учитывая невысокие по сравнению с уровнем спортивных школ олимпийского резерва навыки. Всему этому, разумеется, учат и в этих спортивных школах, однако, по мнению автора, этому следует придавать больше значения в целях скорейшего привития практических способностей.

Для лучшего понимания борьбы стоит также не забывать разъяснять особенности правил судейства [7], что может быть чрезвычайно полезным как для тех, кто собирается начинать или продолжать выступать на со-

реваншизма (что нередко может перевесить чашу весов при определении результата поединка), так и просто студентам, которые будут лишь бороться в вольных схватках в течение занятий по физкультуре; бесспорно, это послужит более глубокому пониманию данного вида спорта. В качестве примера тут можно привести необходимость разъяснений, что не следует с захваченной соперником ногой прокатываться по спине с целью произвести бросок через голову (так как баллы получит сам соперник) или издавать возглас, будучи захваченным на болевой прием (что равносильно немедленному поражению).

Психологические аспекты преподавания самбо

В работе со студентами автор придерживается следующих положений.

Наряду с бесспорно необходимой требовательностью как в отношении посещаемости, так и добросовестной работы во время занятий, желательнее дать студентам понять, что цели и задачи у нас общие, а занятия самбо могут быть интереснейшим времяпрепровождением, а не нудной обязанностью, при этом результаты будут радовать как самого обучаемого, так и преподавателя. Разумеется, это не должно порождать ни малейшей расслабленности или нарушения дисциплины в учебное время или создания впечатления, что физкультура – это что-то малозначимое и второстепенное.

Хотелось бы отметить важность такого фактора, как посещаемость, что трудно переоценить: опыт преподавания убеждает в том, что даже ученики с посредственными начальными данными достигают впечатляющих результатов, просто полностью посещая все занятия и добросовестно занимаясь на них. Поэтому не следует закрывать глаза на низкую посещаемость студентов, решительно применяя в этой связи все имеющиеся в распоряжении преподавателя административные рычаги.

Выводы

Как уже было сказано выше, задачей преподавания самбо в вузе является максимально возможное массовое развитие у студентов таких свойств, как, с одной стороны, сила, выносливость и гибкость, так, с другой – морально-волевых качеств, упорства в достижении своих целей и способности нести ответственность за свои действия.

Как указано в учебном пособии «Физическое воспитание в технических вузах» (В. Ф. Кошелев и др.), «Общая физическая и спортивная подготовка оказывают существенное положительное влияние на человека и способствуют менее выраженной психофизической реакции организма на производственную и эмоциональную нагрузку. Они способствуют сохранению более высокого уровня функционирования внутренних систем организма человека, определяющих готовность к выполнению производственной и спортивной деятельности, формированию личностных качеств и их проявлению, особенно в экстремальных условиях, обеспечению устойчивости к профессиональным вредностям, отрицательным воздействиям экологии, нарушениям режима труда и отдыха. В целом поддержание оптимальной физической подготовленности (тренированности) является необходимым условием крепкого здоровья, высокого уровня работоспособности, психического благополучия» [8, с. 184–185].

Не будет большим преувеличением сказать, что это является немаловажной государственной задачей – добиться того, чтобы несколько сот выпускников, занимавшихся самбо в университете, вышли из стен вуза не только специалистами в своей профессиональной сфере, но еще и с развитыми, насколько это было возможно, характеристиками, указанными чуть выше. По всей стране это превращается в тысячи и десятки тысяч российских граждан, что повышает и укрепляет престиж и авторитет страны, а также общий уровень общественного развития.

Список литературы

1. Новый Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «самбо». Утвержден Приказом Минспорта России № 932 от 12.10.2015. URL: https://www.sambo.ru/media/resource/2022/12/22/fssp_sambo_prikaz_1073_ot_24112002.pdf (дата обращения: 25.06.2023)
2. Дубровский А. В. Понятие «физическая готовность» в структуре общей готовности человека к профессиональной деятельности // Теория и практика физической культуры. 2002. № 3, С. 40–42.
3. Шавельева В. Аргументы недели: Пять причин отдать ребенка на самбо. URL: <https://www.sambo.ru/press/news/2018/5675/> (дата обращения: 25.06.2023)
4. Харлампиев А. А. Система самбо. М. : Фаир-пресс, 2002. 72 с.
5. Свиридов Б. А., Попов Г. И., Тарханов И. В. Биомеханический анализ структуры бросков через туловище у квалифицированных борцов-самбистов // Ученые

записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2019. № 5 (171). С. 277–281.

6. Харлампиев А. А. Борьба самбо. Изд. 3-е, доп. М. : Физкультура и спорт, 1957. 278 с.

7. Международные правила самбо (спортивное самбо), 2023 г. URL: <https://sambo.sport/upload/iblock/807/807e8ddca506d615c54aabda77935ab1.pdf> (дата обращения: 25.06.2023).

8. Кошелев В. Ф., Малоземов О. Ю., Бердникова Ю. Г., Минаев А. В., Филимонова С. И. Физическое воспитание студентов в техническом вузе : учебное пособие / под ред. О. Ю. Малоземова. Екатеринбург : УГЛТУ; Изд-во АМБ, 2015. 464 с.

References

1. New Federal standard of sports training for the sport “sambo”. Approved by the Order of the Russian Sports Ministry No. 932 dated October 12, 2015 (in Russian). Available at: https://www.sambo.ru/media/resource/2022/12/22/fssZsambo_prikaz_1073_ot_24112002.pdf (accessed June 25, 2023).

2. Dubrovsky A. V. The concept of “physical readiness” in the structure of a person’s general readiness for professional activity. *Theory and Practice of Physical Culture*, 2002, no. 3, pp. 40–42 (in Russian).

3. Shavelyeva V. *Arguments of the week: Five reasons to take your child to Sambo*. Available at: <https://www.sambo.ru/press/news/2018/5675/> (accessed June 25, 2023) (in Russian).

4. Kharlampiev A. A. *Sistema sambo* [Sambo system]. Moscow, Fair-press, 2002. 72 p. (in Russian).

5. Sviridov B. A., Popov G. I., Tarkhanov I. V. Biomechanical analysis of shots across the torso among qualified sambo wrestlers. *Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta* [Scientific Notes of the Lesgaft University], 2019, no. 5 (171), pp. 277–281 (in Russian).

6. Kharlampiev A. A. *Bor’ba sambo. Izd. 3-e, dop.* [Sambo wrestling. 3rd edition, expanded]. Moscow, Fizkul’tura i sport, 1957. 278 p. (in Russian).

7. *International Sambo Rules (Sports Sambo)*, 2023. Available at: <https://sambo.sport/upload/iblock/807/807e8ddca506d615c54aabda77935ab1.pdf> (accessed June 25, 2023) (in Russian).

8. Koshelev V. F., Malozemov O. Yu., Berdnikova Yu. G., Minaev A. V., Filimonova S. I. *Fizicheskoe vospitanie studentov v tekhnicheskome vuze : uchebnoe posobie. Pod red. O. Yu. Malozemova* [Malozemov O. Yu., ed. Physical education of students in a technical university : Textbook]. Ekaterinburg, Ural State Forest Engineering University Publ., AMB Publishing House, 2015. 464 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 05.07.2023; одобрена после рецензирования 08.09.2023; принята к публикации 20.09.2023
The article was submitted 05.07.2023; approved after reviewing 08.09.2023; accepted for publication 20.09.2023

ПРАВИЛА ДЛЯ АВТОРОВ

1. Общие положения

1.1. Журнал «Физическое воспитание и студенческий спорт» выходит 4 раза в год и принимает к публикации статьи, содержащие новые оригинальные результаты исследований в области физического воспитания и студенческого спорта и связанных с ними отраслей науки и практической деятельности. Языки публикаций – русский, английский.

1.2. Тематика журнала (по перечню отраслей науки и групп специальностей научных работников в соответствии с Номенклатурой специальностей):

5.2. Экономика

5.2.3. Региональная и отраслевая экономика

5.2.6. Менеджмент

5.4. Социология

5.4.3. Демография

5.4.4. Социальная структура, социальные институты и процессы

5.4.6. Социология культуры

5.4.7. Социология управления

5.8. Педагогика

5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

5.8.5. Теория и методика спорта

5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура

5.8.7. Методология и технология профессионального образования

1.3. Редколлегией **не рассматриваются** статьи:

- носящие исключительно прикладной характер;
- ранее опубликованные;
- принятые к опубликованию в других журналах;
- не соответствующие требованиям журнала (в том числе требованиям к оформлению текста).

1.4. Редколлегия журнала следует редакционной этике журнала «Физическое воспитание и студенческий спорт». Авторы, направляя рукопись для опубликования, и рецензенты, соглашаясь рецензировать рукопись, также должны соблюдать этические нормы.

1.5. Рекомендуемый объем статьи – 15000–35000 знаков с пробелами. Статьи

большого объема принимаются только по согласованию с редколлегией журнала.

1.6. Статья должна быть аккуратно оформлена и тщательно отредактирована.

1.7. Текст статьи может быть направлен по адресу sport-journal@sgu.ru в виде файла формата Microsoft Office Word ответственному секретарю журнала Казакову Александру Александровичу либо загружен в специальную форму на сайте журнала (<https://sport-journal.sgu.ru>). При этом текст рукописи должен сохранять структуру подачи материала (см. п. 2).

1.8. Все статьи перед направлением на рецензирование проходят проверку на плагиат, которая осуществляется редколлегией журнала в системе проверки текстовых заимствований Антиплагиат. В случае выявления неправомерных заимствований, а также при низком коэффициенте оригинальности текста (<85%) рукопись может быть отклонена или направлена на доработку.

1.9. Все рукописи, поступившие в редакцию, прошедшие проверку на плагиат и соответствующие профилю журнала, направляются на рецензирование (см. Порядок рецензирования рукописей), после чего редколлегия принимает решение о возможности их опубликования в журнале. В случае положительного решения об опубликовании статья подвергается научному и контрольному редактированию.

1.10. Статья, направленная автору на доработку, должна быть возвращена в исправленном виде в максимально короткие сроки. Статья, задержанная на срок более трёх месяцев, рассматривается как поступившая впервые. К доработанной рукописи необходимо приложить письмо от авторов, содержащее ответы на все замечания рецензента и/или поясняющее все изменения, сделанные в статье. Возвращение статьи на доработку не означает, что статья будет опубликована: после переработки она вновь будет направлена на рецензирование.

1.11. Автору статьи, ответственному за переписку, одновременно с решением редколлегии о принятии статьи к публикации высылается лицензионный договор, 2 экземпляра которого (заполненного и подписанного всеми авторами) следует направить по адре-

су редакции журнала (см. п. 1.13). Просим авторов вложить в письмо конверт (на А4, с маркой) с обратным адресом для отправки авторского экземпляра договора после подписания.

1.12. Плата за публикацию рукописей не взимается.

1.13. Адреса для переписки с редколлегией журнала:

- Почтовый адрес: 410012, г. Саратов, ул. Астраханская, д. 83, СГУ им. Н. Г. Чернышевского, редакция журнала «Физическое воспитание и студенческий спорт»
- E-mail: sport-journal@sgu.ru

2. Структура рукописи

2.1. Метаданные на русском языке:

- **название рубрики или раздела издания;**
- **тип статьи:** научная статья, краткое сообщение, обзор;
- **индекс УДК** (международной Универсальной десятичной классификации);
- **заглавие статьи** должно полноценно отражать предмет и тему статьи, а также основную цель (вопрос), поставленную автором для раскрытия темы. Рекомендуемая длина названия – не более семи слов (не включая предлоги и союзы). Название статьи пишется полужирным шрифтом;
- **сведения об авторе (авторах):**

1) инициалы и фамилии всех авторов через запятую;

2) наименование учреждения или организации, её подразделения, где работает или учится автор (без обозначения организационно-правовой формы юридического лица: ФГБУН, ФГБОУВО, ПАО, АО и т. п.) с указанием полного почтового адреса, включая страну;

3) имя, отчество, фамилия автора (полностью), учёное звание и учёная степень (при наличии), должность, электронный адрес, ORCID. Электронный адрес автора, ответственного за переписку, может быть обозначен условным изображением конверта;

- **аннотация** (150–250 слов) должна отражать основное содержание работы и включать: актуальность, цель, гипотезу исследования, при необходимости – описание участников исследования (количество, пол, возраст) и особенностей применяемых методик, результаты исследования, выводы. Сведения, содержащиеся в заглавии статьи, не должны повторяться в тексте аннотации. Следует

избегать лишних вводных фраз (например, «автор статьи рассматривает...»), необходимо использовать: «показано..., установлено..., изложено...» и т. д. Исторические справки, если они не составляют основное содержание документа, описание ранее опубликованных работ и общеизвестные положения в аннотации не приводятся. Результаты работы должны быть описаны предельно точно и информативно. Приводятся основные теоретические и эмпирические результаты, фактические данные, обнаруженные взаимосвязи и закономерности. При этом отдается предпочтение новым результатам и данным долгосрочного значения, важным выводам, которые опровергают существующие теории, а также данным, которые, по мнению автора, имеют практическое значение. Выводы могут сопровождаться рекомендациями, предложениями. Нельзя использовать в аннотации ссылки на список литературы;

- **ключевые слова** (5–10 слов (словосочетаний)) должны соответствовать теме статьи и отражать её предметную, терминологическую область. Как правило, не применяют обобщённые и многозначные слова, а также словосочетания, содержащие причастные обороты;

- **благодарности и финансирование.** Необходимо указывать источник финансирования научной работы/статьи (фонд..., в рамках научного проекта; коммерческая или государственная организация; частное лицо и др.). Формулировка должна соответствовать приведенной в договоре между автором статьи и финансирующей организацией. Пример: Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ (проект № 17-06-02140). Размер финансирования не указывается. Авторы могут выразить благодарности организациям и людям, способствовавшим организации и выполнению исследования, результаты которого отражены в статье;

- **сведения о продолжении или окончании статьи** (в случае продолжающейся публикации).

2.2. Метаданные на английском языке повторяют приведенные на русском, кроме названия раздела, УДК и ученого звания, ученой степени и должности автора. В случае, если основной текст статьи – на английском языке,

то сначала приводятся метаданные на английском языке, а затем – на русском.

- **Англоязычное название статьи (Article title)** должно быть грамотным с точки зрения английского языка, при этом по смыслу полностью соответствовать русскоязычному названию.
 - **Англоязычные ФИО автора(ов) и место работы (Authors' names. Affiliation)** необходимо писать в соответствии с заграничным паспортом или так же, как в ранее опубликованных статьях в зарубежных журналах. Кроме того, указывается ORCID автора, место работы (официальное англоязычное название учреждения), почтовый адрес организации, e-mail.
- Пример:

P. S. Ivanov

Saratov State University, 83 Astrakhanskaya St.,
Saratov 410012, Russia

Petr S. Ivanov, ivanov@mail.ru,
<https://orcid.org/0000-0003-1356-2212>

Abstract (англоязычная версия аннотации) статьи должна по смыслу и структуре (Aim, Materials and Methods, Results, Conclusions) полностью соответствовать русскоязычной и быть грамотной с точки зрения английского языка (для оригинальных работ структурированное резюме должно содержать не менее 200 слов).

Keywords (ключевые слова): от 5 до 10, способствующих индексированию статьи в поисковых системах. Ключевые слова должны попарно соответствовать на русском и английском языках.

Acknowledgments (благодарности и финансирование): должно соответствовать содержанию русскоязычной версии.

2.3. Полный текст статьи должен быть тщательно вычитан и структурирован по разделам: **Введение** (обоснование, цель, гипотеза); **Материалы и методы исследования** (участники исследования, методики, методы); **Результаты и их обсуждение; Выводы**, но приемлет и иную структуру соответственно специфике конкретной статьи при условии ограниченного объема и четкого наименования разделов.

В случае предоставления теоретической статьи текст структурируется тематическими подзаголовками.

2.4. Список литературы должен отражать качество проработки авторами актуальных публикаций по тематике статьи, в том

числе зарубежных источников; содержать сведения о всех публикациях, упоминаемых в статье, и не должен содержать указаний на работы, на которые в тексте нет ссылок. Ссылки на литературные источники оформляются в виде сносок *по мере встречаемости в тексте*, нумеруются арабскими цифрами, в квадратных скобках (при необходимости цитирования указываются страницы), например, [1, с. 81]. Если указывается несколько источников, то они разделяются запятой и пробелом [5, 8, 13]. В списке литературы для книг обязательно указание места издания (город), издательства и общего количества страниц издания. Список должен включать не менее 15 источников – прежде всего, статьи из российских и зарубежных (обязательно) журналов последних 5 лет издания, индексируемых в РИНЦ, Scopus и WoS (для теоретических или обзорных статей – не менее 40 источников) с указанием DOI. Допустимый объем самоцитирования – не более 20% от общего количества источников библиографического списка.

Библиографический список следует оформлять в соответствии с ГОСТ Р7.0.5-2008 «Библиографическая ссылка», ГОСТ Р7.0.7-2021 «Статьи в журналах и сборниках».

References (список литературы на английском языке) для русскоязычных источников:

- если существует переводная версия статьи (книги), то следует представить именно ее; переводная версия может быть также описана как дополнительные сведения [в скобках];
- если переводной версии не существует, то можно использовать транслитерацию в формате LC (<https://translit.net/ru/lc/>), в квадратных скобках обязательно представляется перевод на английский язык названия статьи (книги), после описания добавляется язык публикации (in Russian). Автор (в транслитерации), название источника (в транслитерации), название источника (на английском языке), выходные данные на английском языке;
- если описываемая публикация имеет DOI, его обязательно надо указывать, например: <https://doi.org/10.1056/NEJMoa011858>

Образцы оформления различных источников приведены вместе со стилевым файлом.

2.5. Даты: поступления статьи в редакцию и принятия итогового варианта текста к публикации.

3. Технические требования к рукописи

3.1. Полные статьи принимаются рекомендованным объемом (15000–35000 знаков с пробелами) и содержат до 5 рисунков и 4 таблиц. Таблицы и рисунки не должны занимать более 20% общего объема статьи.

3.2. Отправляемый файл рукописи должен иметь формат Microsoft Office Word. Следует использовать только стандартные средства макропакета. Текст статьи должен быть напечатан шрифтом Times New Roman, через 1,5 интервала, с полями: верхнее и нижнее – по 2 см, левое и правое – 2,5 см, размер шрифта основного текста – 14, второстепенного текста (сноски, таблицы, подписи и надписи к рисункам, приложения и примечания) – 12.

3.3. **Таблицы** следует помещать в текст статьи. Каждая таблица должна иметь номер (если только она не единственная в статье) и заголовок на русском и английском языках (не транслитерация!), четко обозначенные графы, удобные и понятные для чтения. Данные таблицы должны соответствовать цифрам в тексте, однако не должны дублировать представленную в нём информацию. Ссылки на таблицы в тексте обязательны и приводятся до таблицы. Если таблицы содержат дополнительные обозначения, их следует расшифровать в Примечании.

Пример:

Таблица 1/Table 1

Факторы, факторные нагрузки и объясняемая дисперсия, раскрывающие содержание типовых стилей делового общения менеджеров ($n = 85$)
Factors, factor loads, and explained variance, revealing the content of typical styles of managers' business communication ($n = 85$)

3.4. **Рисунки.** Объем графического материала минимальный (за исключением работ, где это оправдано характером исследования). Каждый рисунок должен сопровождаться нумерованной подрисуночной подписью. Ссылки на рисунки в тексте обязательны.

Нумерованную подрисуночную подпись следует дать дважды – на русском и английском языках. Обе подрисуночные подписи следует располагать непосредственно *под изображением*, англоязычную версию подрисуночной подписи следует ставить сразу после русскоязычной.

Если рисунок состоит из нескольких частей, то в подрисуночной подписи необходимо дать описание каждой части.

Пример:

Рис. 1. Степень удовлетворенности в основных потребностях абитуриентов:
а – в 2020 г.; б – в 2021 г.

Fig. 1. The degree of satisfaction of the basic needs of applicants: a – in 2020; b – in 2021

*Рукописи, оформленные без соблюдения настоящих правил, в редакции не регистрируются и возвращаются авторам без рассмотрения.
Материалы, отклоненные редколлегией, не возвращаются.*

Редактор *Е. А. Митенёва*
Корректор *Е. А. Митенёва*
Технический редактор *С. С. Дударева*
Оригинал-макет подготовил *И. А. Каргин*

Учредители:

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Саратовский национальный исследовательский государственный университет
имени Н. Г. Чернышевского».
410012, г. Саратов, ул. Астраханская, 83
Общероссийская общественная организация
«Российский студенческий спортивный союз» (РССС).
105094, г. Москва, Набережная Госпитальная, 4, 2

Издатель:

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Саратовский национальный исследовательский государственный университет
имени Н. Г. Чернышевского».
410012, г. Саратов, ул. Астраханская, 83

Подписано в печать 22.11.2023. Подписано в свет 30.11.2023.

Формат 60 × 84/8.

Усл. печ. л. 12.6 (13.5). Тираж 100. Заказ 138-Т.

Издательство Саратовского университета (редакция).
410012, Саратов, Астраханская, 83.
Типография Саратовского университета.
410012, Саратов, Б. Казачья, 112А.

ISSN 2782-4594



ISSN 2782-4594 (Print). ISSN 2782-4608 (Online)
Физическое воспитание и студенческий спорт.
2023. Том 2, выпуск 4