



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

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ

PHYSICAL EDUCATION
AND UNIVERSITY SPORT

2025

Том 4

Выпуск 1

FEEL

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

2025 Том 4 Выпуск 1

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

Журнал «Физическое воспитание и студенческий спорт» зарегистрирован
в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных тех-
нологий и массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации СМИ
ПИ № ФС77-88311 от 07.10.2024 г.

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

© Саратовский университет, 2025
© Российский студенческий спортивный союз, 2025

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. (Москва, 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)
О. Л. Жигарев, кандидат биол. наук, доц. (Новосибирск, 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 техн. 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)
П. А. Пилавов, кандидат пед. наук (Луганск, 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)
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 (Moscow, 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>
Oleg L. Zhigarev (Novosibirsk, Russia), <https://orcid.org/0009-0004-9577-5120>
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>
Pavel A. Pilavov (Lugansk, Russia)
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), <https://orcid.org/0000-0003-0329-4529>
Viktor S. Yakimovich (Volgograd, Russia)

СОДЕРЖАНИЕ

Спорт и общество

Водолажский Г. И., Смышнов К. М.

Коррекционный потенциал киберспортивных технологий 11

Соснин А. Ю.

Анализ качества жизни подростков в современной педагогической практике в контексте уровня их физической подготовленности 17

Колчина Е. Ю., Ермолаева Т. Н.

Развитие самоорганизации студентов в процессе физического воспитания 27

Студенческий спорт глазами руководителя

Стерликова В. Ю., Еремина Е. А.

Спортивные технологии: внедрение в практику работы образовательных организаций высшего образования 34

Брицкий В. А., Аикин В. А., Михалев В. И.

Перспектива использования технических средств для развития специальных скоростно-силовых и координационных способностей студентов в фехтовании на шпагах 42

Дубатовкин В. И.

Новейшие разработки в области экипировки для мотокросса и инновационные методы подготовки гонщиков-студентов 49

Территория спорта и здоровья

Козлов А. В., Бударников А. А.

Влияние музыкального сопровождения на качество занятий силовым фитнесом в студенческой среде 57

Колодкин А. С., Батухтина А. О., Груцына И. И., Шихова У. Ю.

Исторический аспект подготовки молодежи к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» 64

Голикова Е. М.

Физкультурно-спортивная деятельность студентов с интеллектуальными нарушениями 69

Хроника

Таланцева В. К., Петрова Т. Н., Шиленко О. В., Пьянзина Н. Н.

Международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях» (Чебоксары, 31 октября – 1 ноября 2024 года) 76

Махамедханова Э. А., Стерликова В. Ю., Садовская С. М., Еремина Е. А.

Конгресс «РОССТУДСПОРТ» 2024 (Санкт-Петербург, Университет ИТМО, 4–6 декабря 2024 года) 84

Филиппева Д. Д., Ермакова М. А.

О результатах проведения Всероссийского конкурса проектов «История студенческого спорта» в 2024 году 94

Ермакова М. А., Болотова М. И.

Региональный форум «Росстудспорт. Степные просторы» (Оренбург, ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России, 12 декабря 2024 года) 100

CONTENTS

Sports and Society

Vodolazhsky G. I., Smyshnov K. M.

Corrective potential of esports technologies 11

Sosnin A. Yu.

The analysis of the quality of adolescents' life in modern pedagogical practice in the context of their physical fitness level 17

Kolchina E. Yu., Ermolaeva T. N.

Development of self-organization of students in the process of physical education 27

Student Sports Through the Eyes of a Manager

Sterlikova V. Yu., Eremina E. A.

Sports technologies: Implementation in the practice of higher education institutions 34

Britsky V. A., Aikin V. A., Mikhalev V. I.

The prospect of using technical means to develop special speed-strength and coordination abilities of students in sword fencing 42

Dubatovkin V. I.

The latest developments in motocross equipment and innovative training methods for student riders 49

Territory of Sports and Health

Kozlov A. V., Budarnikov A. A.

Influence of musical accompaniment on the quality of strength training classes with university students 57

Kolodkin A. S., Batukhtina A. O., Grutsyna I. I., Shikhova U. Yu.

Historical aspect of preparing the youth for taking the tests of the All-Russian physical education and sports standard "Ready for Labor and Defense" 64

Golikova E. M.

Physical and sports activities of students with intellectual disabilities 69

Chronicle

Talantseva V. K., Petrova T. N., Shilenko O. V., Pyanzina N. N.

International scientific and practical conference "Current issues of physical education and sports in modern socio-economic conditions" (Cheboksary, October 31 – November 1, 2024) 76

Makhamedkhanova E. A., Sterlikova V. Yu., Sadovskaya S. S., Eremina E. A.

Congress "ROSSTUDSPORT" 2024 (St. Petersburg, ITMO University, December 4–6, 2024) 84

Filipeva D. D., Ermakova M. A.

The results of the All-Russian competition of projects "History of Student Sports" in 2024 94

Ermakova M. A., Bolotova M. I.

Regional Forum "Rosstudsport. Steppe Expanses" (Orenburg, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education OrSMU of the Ministry of Health of the Russian Federation, December 12, 2024) 100

Дорогие читатели!

От имени Департамента государственной молодежной политики и воспитательной деятельности Министерства науки и высшего образования Российской Федерации приветствую на страницах журнала «Физическое воспитание и студенческий спорт»!

Журнал играет важную роль в распространении знаний и достижений в области физкультурной и спортивной работы с обучающимися, отражая её ключевые направления развития в отечественной системе высшего образования. Результаты научных исследований, представленные в публикациях, являются не только ценной информацией для специалистов, но и важным ресурсом для формирования эффективных программ и инициатив физического воспитания, направленных на гармоничное развитие российского студенчества.

Современное общество требует от нас новых подходов к воспитанию здорового поколения. Интеграция физического воспитания в образовательный процесс, мотивация студентов к физической активности – все это составляет важнейшие направления воспитательной работы.

Исследования вопросов физического воспитания помогают не только выявлять актуальные тенденции и проблемы, но и находить пути их решения, способствуя созданию условий для всестороннего развития студентов. Это, в свою очередь, делает значительный вклад в формирование успешного и активного будущего нашего общества.

Минобрнауки России оказывает всестороннюю поддержку деловым и научным мероприятиям, направленным на развитие физического воспитания студенческой молодежи – итоги таких мероприятий регулярно освещаются в журнале. Центральным мероприятием в этой работе является ежегодный Конгресс «РОССТУДСПОРТ», итоги проведения которого также можно найти на страницах издания.

С искренней надеждой на дальнейшее плодотворное сотрудничество хочу выразить благодарность всем авторам, коллективу Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н. Г. Чернышевского и тем, кто работает над изданием журнала как важного научного ресурса и источника актуальной информации.

Заместитель директора Департамента
государственной молодежной политики
и воспитательной деятельности
Министерства науки и высшего образования
Российской Федерации А. А. Брайнес



A stylized handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and a long horizontal stroke extending to the right.

Уважаемые читатели!



От имени коллектива Чувашского государственного аграрного университета приветствую вас на страницах журнала «Физическое воспитание и студенческий спорт»!

Вузы Минсельхоза России уделяют большое внимание физическому воспитанию и спортивному развитию студенческой молодежи. Мы понимаем важность развития студенческого спорта как неотъемлемой части образовательного процесса. Спорту необходима поддержка, а здоровый образ жизни – это основа для успешной учебы и будущей профессиональной деятельности.

В Чувашском ГАУ созданы все условия для покорения спортивных вершин. Работают секции по 20 видам спорта – каждый студент имеет возможность выбрать занятие по душе. Наш современный спорткомплекс прекрасно оборудован и предоставляет отличные условия для

тренировок и соревнований по нескольким видам спорта. Гордимся успехами наших представителей на республиканских и всероссийских соревнованиях, а также достижениями на международной арене. Студентам сопутствует успех в гиревом спорте, вольной борьбе, полиатлоне, мини-футболе, армрестлинге, хоккее, волейболе. Из нашего вуза вышла целая плеяда чемпионов мира по гиревому спорту. Студент инженерного факультета, участник Олимпийских игр в Токио, лидер сборной Чувашии и член сборной команды России по вольной борьбе, мастер спорта России международного класса Сергей Козырев завоевал в Тиране (Албания) бронзовую медаль на первенстве мира по вольной борьбе. В 2024 году студент экономического факультета Чувашского ГАУ Александр Константинов второй раз стал победителем первенства Азии по гиревому спорту в г. Тайбэй (Тайвань).

Эти и другие победы становятся результатом целеустремленности, упорства спортсменов и их опытных наставников. Важную роль в развитии студенческого спорта в Чувашском ГАУ играет кафедра физического воспитания, где трудятся высококвалифицированные преподаватели и тренеры, пришедшие в спорт по призванию и имеющие солидный багаж побед. Хочу отметить, что спортивный тренер – профессия многогранная, требующая обладания качествами педагога и психолога. Сотрудники нашей кафедры физвоспитания – кандидаты наук, мастера спорта и заслуженные работники физической культуры Чувашской Республики, которые не жалеют времени и сил для своих воспитанников.

Научная и учебно-методическая работа кафедры физвоспитания ярко представлена на ежегодных Международных научно-практических конференциях «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях». Цель этих организованных Чувашским ГАУ мероприятий – интеграция научных достижений, практической деятельности и образовательных результатов ученых и практиков в области физической культуры и спорта. Участниками становятся отечественные и зарубежные ученые, специалисты в области

физической культуры и спорта, педагоги общего, дополнительного и профессионального образования, руководящие и управленческие кадры, научные работники, аспиранты и студенты.

Чувашский государственный аграрный университет ежегодно участвует во Всероссийском смотре-конкурсе Ассоциации «Агрообразование» на лучшую постановку работы по развитию физической культуры и спорта в вузе, занимает призовые места. А по итогам 2022 и 2023 гг. стал победителем в номинации «Лучшее образовательное учреждение по научной и методической работе» среди вузов с количеством обучающихся по очной форме до 2000 человек.

Желаю редакции журнала, авторам и читателям интересных исследований, способствующих развитию студенческого спорта. Пусть каждый новый день приносит радость от активных занятий и общения с единомышленниками!

Ректор Чувашского государственного аграрного университета,
кандидат экономических наук, доцент А. Е. Макушев



Уважаемые читатели!



Рад приветствовать Вас на страницах журнала «Физическое воспитание и студенческий спорт»!

Журнал зарекомендовал себя как широкая дискуссионная площадка, которая предоставляет возможность для научной коммуникации специалистов и организаций обсуждать самые актуальные проблемы теории и практики физического воспитания и студенческого спорта. Публикации представляют широкий интерес для ученых и практиков, популяризируют инновационные идеи и технологические достижения в спорте.

Считаю важным развитие студенческого спорта в стенах медицинских и фармацевтических университетов страны. Оренбургский государственный медицинский университет является флагманом развития физического воспитания и здорового образа жизни в регионе. Регулярно в своих стенах проводим большое количество научных, деловых, спортивных и физкультурных мероприятий. Материалы данного номера освещают работу регионального форума «Росстудспорт. Степные просторы». В рамках форума прошла церемония открытия музейной экспозиции «Оренмед. История спортивных побед», проект которой стал победителем во Всероссийском историко-патриотическом конкурсе «История студенческого спорта», что будет способствовать историко-патриотическому воспитанию студентов-медиков средствами просветительской, музейной деятельности с целью продвижения здорового образа жизни, поддержки студенческого спорта, формирования бережного отношения к спортивному наследию страны и Университета.

Немаловажным является проведение научных исследований на стыке медицины и спорта, спортивной медицины, в этом ключе журнал «Физическое воспитание и студенческий спорт» представляет интерес для медицинского сообщества. Отдельно хотелось бы подчеркнуть предоставляемую читателям журнала возможность ознакомиться с развитием студенческого спорта не только на федеральном, но и на региональном уровне.

Следует отметить важность подобных изданий для формирования научного сообщества молодых исследователей актуальных вопросов физического воспитания, студенческого спорта, спортивной медицины, цифровой трансформации, развития технологических и инновационных видов спорта, которые являются профориентационными в системе высшего медицинского образования.

Желаю редакции журнала «Физическое воспитание и студенческий спорт» успехов в обсуждении возможностей и перспектив студенческого спорта представителями различных научных направлений с целью его продвижения!

Ректор Оренбургского государственного
медицинского университета Минздрава России,
доктор медицинских наук, профессор
И. В. Мирошниченко

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized, flowing letters that appear to be 'И.В. Мирошниченко'.

СПОРТ И ОБЩЕСТВО

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 11–16

Physical Education and University Sport, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 11–16

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

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-11-16>, EDN: BXYNEA

Научная статья
УДК 796.01:004.92

Коррекционный потенциал киберспортивных технологий

Г. И. Водолажский✉, К. М. Смышнов

Северо-Кавказский федеральный университет, Россия, 355017, г. Ставрополь, ул. Пушкина, д. 1

Водолажский Герман Игоревич, доктор биологических наук, доцент, профессор кафедры физической культуры, german.vodolazhskij@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-9859-4553>

Смышнов Константин Михайлович, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики спорта, ksmyshnov@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3890-3769>

Аннотация. Целью данной работы явилась расшифровка слабо изученных на сегодняшний день церебральных механизмов, участвующих в рекреативных и психокоррекционных процессах, сопровождающих видеоигру, на тренировочных этапах подготовки киберспортсмена. На базе лаборатории когнитивных проблем киберспорта Северо-Кавказского федерального университета был проведен ряд обследований. Использовались популярные видеоигры, тест Басса – Дарки, регистрировалась киберточность, проведен корреляционный, аппроксимационный и смысловой анализ полученных данных. Выявлены выраженные предпосылки психокоррекционных свойств соревнований по видеоиграм. Киберточность зависела от негативизма – связь нелинейная, параболическая. С ростом некортикальной формы агрессии точность игрока увеличивалась. Если негативизм испытуемого показывает результат, превышающий 14 баллов, результативность прожатий клавиш падает. Зафиксирована прямая корреляция между косвенной агрессией индивида и киберточностью. Некоторые компьютерные игры могут оказывать психокоррекционный и реабилитационный эффект за счет сублимации агрессивных эмоций, рождающихся в структурах головного мозга из глубинных отделов – в неокортекс, в процессе достижения результата, выражающегося в киберточности игрока.

Ключевые слова: киберспорт, киберточность, реабилитация, психокоррекция, электроэнцефалография, агрессивность, церебральный генератор

Для цитирования: Водолажский Г. И., Смышнов К. М. Коррекционный потенциал киберспортивных технологий // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 11–16. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-11-16>, EDN: BXYNEA

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

Article

Corrective potential of esports technologies

G. I. Vodolazhsky✉, K. M. Smyshnov

North Caucasus Federal University, 1 Pushkin St., Stavropol 355017, Russia

German I. Vodolazhsky, german.vodolazhskij@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-9859-4553>

Konstantin M. Smyshnov, ksmyshnov@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3890-3769>

Abstract. The aim of this work was to decipher the cerebral mechanisms that are poorly studied at present and that participate in the recreational and psychocorrective processes that accompany video games during the training stages

of a cyber athlete. A number of surveys were conducted at the Laboratory of Cognitive Problems of esports at the North Caucasus Federal University. Popular video games, the Bass – Darky test were used, cyber accuracy was recorded, correlation, approximation and semantic analysis of the data obtained were carried out. The explicit prerequisites for the psychocorrective properties of video game competitions have been identified. Cyber-precision depended on negativism, the connection is nonlinear, parabolic. With the growth of the neocortical form of aggression, the accuracy of the player increases. If the negativity of the subject shows a result exceeding 14 points, effectiveness of pressing the keys decreases. There is a direct correlation between the indirect aggression of an individual and cyber-accuracy. Some computer games can have a psychocorrective and rehabilitative effect due to the sublimation of aggressive emotions originated in brain structures which transform from deep brain structures to the neocortex, in order to achieve a result expressed in the cyber accuracy of the player.

Keywords: esports, rehabilitation, psychocorrection, electroencephalography, aggressiveness, cerebral generator

For citation: Vodolazhsky G. I., Smyshnov K. M. Corrective potential of esports technologies. *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 11–16 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-11-16>, EDN: BXYNEA

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

Введение

Внедрение компьютерных технологий в жизнь общества началось с изобретения уничтоженной во время Второй Мировой войны электромеханической машины Z3, сконструированной немецким инженером Конрадом Цузе в 1941 г. Дальнейшее развитие ЭВМ получили в США, где была создана ENIAC. С тех пор цифровые технологии развиваются и темпы их развития превышают скорость эволюции всех живых и неживых систем в несколько раз. На данном этапе развития киберсистемы проникли во все сферы жизни человека и прочно укрепились [1, 2]. Ни одна отрасль народного хозяйства не может уверенно функционировать без компьютерной техники и сети Интернет [3–5]. Сбор, накопление и хранение информации больше не требуют огромных хранилищ и гигантских затрат времени. Вместе с развитием компьютеров совершенствовались и игровые технологии, изначально использовавшиеся исключительно для организации досуга.

Постепенно видеоигры стали проникать в спортивную жизнь общества. Первые соревнования по компьютерной игре *Spacewar* были проведены в 1972 г. в Стенфордском университете США. Уже через 8 лет чемпионат по *Space Invaders* собрал более 10000 участников. На современном этапе развития цифровой мысли и игровых технологий киберспортивные соревнования собирают миллионы поклонников, и призовой фонд оценивается десятками миллионов долларов. Современные видеоигры представляют собой модель виртуального мира, погружаясь в который человек получает возможность абстрагироваться от реальности. Кибернетическое пространство еже-

годно расширяется, проникая в повседневную деловую жизнь и досуг [6]. Жанры компьютерных игр позволяют выбрать удовлетворяющий его сценарий развития внутри игровых событий. Данное обстоятельство способствует повышению уровня комфорта и общей удовлетворенности процессом, что, в свою очередь, открывает возможность психологической и психической реабилитации индивида. Лица с ограниченными возможностями здоровья так же имеют шанс быть полноценными участниками игрового и соревновательного процесса, что способствует повышению эмоционального фона, улучшению кровоснабжения головного мозга и стабилизации работы внутренних органов [7, 8].

Киберспорт, возникший на базе видеоигр, представляет собой сложный психолого-физиологический процесс, объединяющий подготовку к соревновательной деятельности и непосредственно состязания. Соревновательный этап требует огромного напряжения органов чувств вплоть до мобилизации иммунных сил организма, что отражается на общем функциональном состоянии человека [9].

Киберспорт – это командное или индивидуальное соревнование на основе компьютерных игр. С другой точки зрения, это сложный психолого-физиологический процесс, который объединяет подготовку к состязаниям и соревнования. Одной из особенностей киберигр является возможность участия в соревнованиях лиц с ограниченными возможностями здоровья, поскольку двигательная активность минимизирована.

В связи с этим возникает вопрос: можно ли использовать киберспортивные технологии для реабилитации и психокоррекции

инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)?

На двигательной функции человека показан положительный реабилитационный эффект корректирующей обратной связи. Примерно в это же время начались исследования в области поиска коррекционных психофизиологических свойств видеоигр. Обнаружился терапевтический эффект при реабилитации фобий и корректировка уровня тревожности, причем в сторону снижения [10]. Имеются подтвержденные данные о том, что видеоигры повышают уровень внимания. Экспериментально показано, что у людей, регулярно играющих в видеоигры, участки мозга, отвечающие за внимание, проявляют повышенную активность в покое по сравнению с людьми, не играющими в киберигры [11]. Помимо внимания, видеоигры развивают память, стратегическое мышление, командные взаимодействия, что способствует социализации, помогают взять под контроль эмоциональную сферу [12, 13]. Но церебральные механизмы, участвующие в рекреативных и психокоррекционных процессах, сопровождающих видеоигру, изучены явно недостаточно. В связи со сказанным *целью* данной работы явилась расшифровка церебральных процессов, обладающих коррекционным воздействием и одновременно участвующих в реализации киберточности.

Материалы и методы

В обследовании приняли участие 44 человека из числа студентов Северо-Кавказского федерального университета. Возраст обследуемых находился в диапазоне от 18 до 23 лет. Предварительно студентами был пройден тест Басса–Дарки на 8 форм агрессивности характера, а также расчет глубинной агрессивности. Далее люди были разбиты на группы по 2 человека. Испытуемым предлагали играть в Counter Strike-2 до 8 побед. После каждого раунда фиксировалась игровая статистика. По статистическим результатам игровых начислялось количество баллов исходя из показателей (победа в раунде, попадания в голову, туловище, конечности). Полученные данные при $n = 508$ приводили к установлению следующих процентных соотношений. За 100% был принят максимально возможный результат. Был осуществлен корреляционный анализ числовых рядов, где первым рядом выступали значения агрессивности характера (то есть результаты психологического

тестирования), вторым – киберточность, зафиксированная по итогам игровых сессий. В заключение обработки данных проведен аппроксимационный анализ, позволивший методом наименьших квадратов выявить нелинейную зависимость данных вариативных рядов. Испытуемые не являлись действующими киберспортсменами.

Результаты

Выявлена общая тенденция увеличения киберточности в зависимости от агрессивности, все R показали положительный результат. Каждая из восьми форм агрессивности характера продемонстрировала линейную зависимость, связанную с точностью прожатия клавиш игроком в ходе реализации игрового процесса (таблица). Статистически значимыми оказались две корреляции – между киберточностью и косвенной агрессией, и между киберточностью и негативизмом. Напрашивался первичный вывод о том, что агрессивный характер игрока оказывает положительное влияние на его результативность в видеоигре.

Но более тщательный и детальный анализ результатов обследования показал, что формы агрессии разделялись по влиянию на точность принятия решений во время игровой сессии. В наших более ранних исследованиях было показано при помощи программы BrainLoc-6 по электроэнцефалографии (ЭЭГ), что такие виды агрессивности, как чувство вины и обидчивость, имеют очаг локализации в области хиазмы, гиппокампа и даже червя мозжечка [14–16], то есть являются глубинными, а не поверхностными.

Негативизм и косвенная агрессия демонстрируют более поверхностную локализацию, их наивысшая активность регистрируется в корковых отделах головного мозга человека.

Дальнейший анализ данных показал, что глубинные формы агрессивности демонстрируют обратную корреляционную связь с киберточностью. При этом, если с повышением ИВ отмечается лишь тенденция к снижению точности игрока, то с усилением ИГА регистрируется уже статистически значимый R . Более поверхностные агрессивные формы показывали положительную корреляцию, а вышеупомянутые косвенная агрессия и негативизм установили R в диапазоне от заметной до выраженной связей.

Корреляции (R) между формами агрессивности и параметрами стандартизированной киберточности, %, здоровых людей**Correlations (R) between forms of aggressiveness and esports performance, %, in healthy people**

№	Агрессивность, балл	Aggressiveness, points	R n = 508
1	Физическая	Physical	0,08
2	Вербальная	Verbal	0,07
3	Косвенная	Indirect	0,14*
4	Негативизм	Negativism	0,31*
5	Раздражительность	Irritability	0,07
6	Подозрительность	Suspiciousness	0,03
7	Обидчивость	Touchiness	0,02
8	Чувство вины	Feeling guilty	0,04
Расчетные коэффициенты / Calculated coefficients	ИА / IA	= (1 + 2 + 3) : 3	0,11*
	ИБ / IV	= (6 + 7) : 2	-0,09
	ИГА / IGA	= (6 + 7 + 8) : 3	-0,33*

Примечание. * – $P < 0,05$; ИА – индекс агрессивности; ИВ – индекс враждебности; ИГА – индекс глубинной агрессивности; остальные объяснения – в тексте.

Note. * – $P < 0,05$; IA – aggressiveness index; HI – hostility index; DAI – deep aggressiveness index; the rest of the explanations are in the text.

Заключение

Церебральные процессы, сопровождающие видеоигру, обладают коррекционным эффектом и одновременно участвуют в реализации киберточности. Психокоррекционный эффект возникает вследствие усиления корково-подкорковых взаимодействий, особенно в височных долях головного мозга [17]. Реализация процесса происходит за счет «перевода» глубинных агрессивных форм в более поверхностные. Желание игрока победить невольно создает необходимость данного перехода собственных агрессивных форм в формы, регистрирующиеся на более «безопасных» церебральных вертикалях. И напротив, воля киберспортсмена способствует затуханию очага локализации глубинной, опасной для здоровья, агрессивности.

Список литературы

1. Короткова О. М., Зезюков И. Д. Влияние компьютерных игр, содержащих образы насилия и агрессии, на физиологическое состояние ЦНС и вегетативную нервную регуляцию у студентов ВГМУ им. Н. Н. Бурденко // Научный аспект. 2019. Т. 8, № 1. С. 957–961. END: WWHRFS
2. Олекминская П. М. Интерактивные компьютерные игры в подготовке спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата в стрельбе из лука // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2019. Т. 4, № 3. С. 97–100. <https://doi.org/10.47475/2500-0365>, EDN: LBRDVS

3. Кашина Ю. В. Прогноз адаптации студентов к учебному процессу // Медицинский вестник Северного Кавказа. 2021. Т. 16, № 4. С. 415–417. <https://doi.org/10.14300/mnnc.2021.16099>, EDN: QFBVNM

4. Kashina Yu. V., Gluzman I. V., Oparina N. A., Gribkova G. I., Ershova O. V., Umerkaeva S. S. Adaptation of students depending on the type of temperament to educational activities in higher school in the conditions of online learning // International Journal of Criminology and Sociology. 2020. Vol. 9, № 6. P. 2296–2302.

5. Kashina J. V., Gluzman I. V., Vaskov M. A., Bulavkin A. A., Melikova O. S., Gafiatulina N. K. Assessment of the level of anxiety as an indicator of regulatory-adaptive capabilities of students to educational load in higher educational institution // PalArch's Journal of Archaeology of Egypt: Egyptology. 2020. Vol. 17, № 6. P. 743–752. EDN: XWDEUQ

6. Водолажская М. Г., Водолажский Г. И., Борозинец Н. М., Прилепко Ю. В., Шарова А. И. Коррекционные возможности тренировочных этапов киберспорта в инклюзивной сфере. Психофизиологический и профориентационный аспекты // Человек. Спорт. Медицина. 2023. Т. 23, № 3. С. 47–53. <https://doi.org/10.14529/hsm230306>, EDN: BAWXLG

7. Базанова О. М. Нейробиоуправление: аргументы за и против // Клиническая нейрофизиология и нейрореабилитация : сборник статей и тезисов, Санкт-Петербург, 25–26 ноября 2021 года. Санкт-Петербург : Общество с ограниченной ответственностью «Оборудование для нейрофизиологии и функциональной диагностики», 2021. С. 15–17. EDN: NZDJBG

8. Каде А. Х., Ахеджак-Нагузе С. К., Дуров В. В., Кашина Ю. В., Таценко Е. Г., Пенжоян А. Г., Никитин Р. В., Абушкевич В. Г. Влияние транскраниальной электростимуляции на результаты трактографии фронтальной коры студентов при психоэмоциональном стрессе // Вестник РУДН. Серия : Медицина. 2020. Т. 24, № 1. С. 75–84.

<https://doi.org/10.22363/2313-0245-2020-24-1-75-84>, EDN: AGKVLF

9. Водолажский Г. И., Боташева Т. Л., Заводнов О. П., Резенькова О. В., Водолажская М. Г. Метеочувствительность спортсменов с разным уровнем агрессивности // Человек. Спорт. Медицина. 2021. Т. 21, № 3. С. 46–55. <https://doi.org/10.14529/hsm210306>, EDN: HQAEIZ

10. Кат Т. М., Даутов Ю. Ю. Вселенная. Человек. Любовь. Династия врачей, творящих добро. Майкоп : Качество, 2020. 532 с.

11. Жаворонкова Л. А., Шевцова Т. П., Максакова О. А., Скоряткина И. Г. Как улучшить качество жизни пациентов с последствиями черепно-мозговой травмы? // Здоровье и качество жизни : материалы III Всероссийской конференции с международным участием, Иркутск–Байкальск, 10–15 сентября 2018 года. Иркутск : Иркутский научный центр хирургии и травматологии, 2018. С. 99–104. EDN: VRNLGC

12. Damasio A. R., Gradowski T. J., Bechara A. Subcortical and cortical brain activity during the feeling of self-generated emotions // Nat. Neurosci. 2000. Vol. 3, № 10. P. 1049.

13. Knyazev G. G. EEG delta oscillations as a correlate of basic homeostatic and motivational processes // Neurosci. Biobehav. Rev. 2012. Vol. 36, № 1. P. 677–695. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2011.10.002>

14. Водолажская М. Г., Водолажский Г. И. Нейрофизиологические предпосылки к новой классификации отрицательных эмоциональных состояний // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 4: Естественно-математические и технические науки. 2018. № 2 (221). С. 57–63. EDN: XYZCOT

15. Гнездицкий В. В. Обратная задача ЭЭГ и клиническая электроэнцефалография. М. : МЕДпресс-информ, 2004. 624 с.

16. Жадин М. Н. Биофизические механизмы формирования электроэнцефалограммы. М. : Наука, 1984. 196 с.

17. Водолажская М. Г., Водолажский Г. И., Филиппов Ю. А., Соколова Н. И., Котло С. А. Психофизиологические предпосылки к выявлению коррекционных свойств киберспорта // Человек. Спорт. Медицина. 2023. Т. 23, № 1. С. 59–65. <https://doi.org/10.14529/hsm230108>, EDN: HCRGXG

References

1. Korotkova O. M., Zezyukov I. D. The influence of computer games containing images of violence and aggression on the physiological state of the central nervous system and autonomic nervous regulation in students of N. N. Burdenko VSMU. *Scientific Aspect*, 2019, vol. 8, no. 1, pp. 957–961 (in Russian). EDN: WWHRFS

2. Olekminskaya P. M. Interactive computer games in training of sportsmen with damage to the musculoskeletal system in archery. *Physical Culture. Sport. Tourism. Motor Recreation*, 2019, vol. 4, no. 3, pp. 97–100 (in Russian). <https://doi.org/10.47475/2500-0365>, EDN: LBRDVS

3. Kashina Yu. V. The forecast of students' adaptation to educational process. *Medical News of North Caucasus*, 2021, vol. 16, no. 4, pp. 415–417 (in Russian). <https://doi.org/10.14300/mnnc.2021.16099>, EDN: QFBVNM

4. Kashina Yu. V., Gluzman I. V., Oparina N. A., Gribkova G. I., Ershova O. V., Umerkaeva S. S. Adaptation of students depending on the type of temperament to educational activities in higher school in the conditions of online learning. *International Journal of Criminology and Sociology*, 2020, vol. 9, no. 6, pp. 2296–2302.

5. Kashina J. V., Gluzman I. V., Vaskov M. A., Bulavkin A. A., Melikova O. S., Gafiatulina N. K. Assessment of the level of anxiety as an indicator of regulatory-adaptive capabilities of students to educational load in higher educational institution. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt: Egyptology*, 2020, vol. 17, no. 6, pp. 743–752. EDN: XWDEUQ

6. Vodolazhskaya M. G., Vodolazhsky G. I., Borozinets N. M., Prilepko Yu. V., Sharova A. I. Esports in an inclusive environment: Psychophysiological prerequisites and career guidance. *Human. Sport. Medicine*, 2023, vol. 23, no. 3, pp. 47–53 (in Russian). <https://doi.org/10.14529/hsm230306>, EDN: BAWXLG

7. Bazanova O. M. Neurobiological management: Arguments for and against. In: *Klinicheskaja nejrofiziologija i nejroreabilitatsija: sbornik statej i tezisov, Sankt-Peterburg, 25–26 nojabrja 2021 goda* [Clinical Neurophysiology and Neurorehabilitation: Collection of articles and abstracts, St. Petersburg, November 25–26, 2021]. St. Petersburg, Limited Liability Company “Equipment for Neurophysiology and Functional Diagnostics” Publ., 2021, pp. 15–17 (in Russian). EDN: NZDJBG

8. Kade A. H., Akhedzhak-Naguz S. K., Durov V. V., Kashina Yu. V., Tatsenko E. G., Penzhoyan A. G., Nikitin R. V., Abushkevich V. G. The effect of transcranial electrostimulation on the frontal crust of students during a psychoemotional stress. *RUDN Journal of Medicine*, 2020, vol. 24, no. 1, pp. 75–84 (in Russian). <https://doi.org/10.22363/2313-0245-2020-24-1-75-84>, EDN: AGKVLF

9. Vodolazhsky G. I., Botasheva T. L., Zavadnov O. P., Rezenkova O. V., Vodolazhskaya M. G. Weather sensitivity of athletes with different levels of aggression. *Human. Sport. Medicine*, 2021, vol. 21, no. 3, pp. 46–55 (in Russian). <https://doi.org/10.14529/hsm210306>, EDN: HQAEIZ

10. Cat T. M., Dautov Yu. Yu. *Vseleennaja. Chelovek. Ljubov'. Dinastija vrachej, tvorjashchikh dobro* [Universe. Human. Love. The dynasty of doctors who do good]. Maikop, Publishing House of Quality, 2020. 532 p. (in Russian).

11. Zhavoronkova L. A., Shevtsova T. P., Maksakova O. A., Skoryatina I. G. How to improve the quality of life of patients with the consequences of traumatic brain injury? *Zdorov'e i kachestvo zhizni: materialy III Vserossijskoj konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem, Irkutsk–Bajkal'sk, 10–15 sentjabrja 2018 goda* [Health and Quality of Life: Proceedings of the III All-Russian conference with international participation, Irkutsk–Baikalsk, September 10–15, 2018]. Irkutsk, Irkutsk Scientific Center of Surgery and Traumatology Publ., 2018, pp. 99–104 (in Russian). EDN: VRNLGC

12. Damasio A. R., Gradowski T. J., Bechara A. Subcortical and cortical brain activity during the feeling of self-generated emotions. *Nat. Neurosci.*, 2000, vol. 3, no. 10, pp. 1049.

13. Knyazev G. G. EEG delta oscillations as a correlate of basic homeostatic and motivational processes. *Neurosci.*

Biobehav. Rev., 2012, vol. 36, no. 1, pp. 677–695. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2011.10.002>

14. Vodolazhskaya M. G., Vodolazhsky G. I. Neurophysiological prerequisites to new classification of negative emotional states. *Bulletin of the Adygea State University. Series 4: Natural, Mathematical and Technical Sciences*, 2018, no. 2 (221), pp. 57–63 (in Russian). EDN: XYZCOT

15. Gnezditsky V. V. *Obratnaja zadacha JeJeG i klinicheskaja jelektrojentsefalografija* [The inverse EEG problem and clinical electroencephalography]. Moscow, MEDpress-inform, 2004. 624 p. (in Russian).

16. Zhadin M. N. *Biofizicheskie mekhanizmy formirovanija jelektrojentsefalogrammy* [Biophysical mechanisms of electroencephalogram formation]. Moscow, Nauka, 1984. 196 p. (in Russian).

17. Vodolazhskaya M. G., Vodolazhsky G. I., Filipov Yu. A., Sokolova N. I., Kotlo S. A. Psychophysiological aspects that define the health-enhancing potential of esports. *Human. Sport. Medicine*, 2023, vol. 23, no. 1, pp. 59–65 (in Russian). <https://doi.org/10.14529/hsm230108>, EDN: HCRGXG

Поступила в редакцию 22.10.2024; одобрена после рецензирования 24.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 22.10.2024; approved after reviewing 24.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 17–26

Physical Education and University Sport, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 17–26

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

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-17-26>, EDN: CROPSR

Научная статья

УДК [796.015.132+613]-053.6

Анализ качества жизни подростков в современной педагогической практике в контексте уровня их физической подготовленности

А. Ю. Соснин

Средняя общеобразовательная школа № 38, Россия, 456780, Челябинская область, г. Озерск, ул. Октябрьская, д. 2

Соснин Александр Юрьевич, преподаватель физической культуры, alex23.69@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0000-3549-0060>

Аннотация. Оценка качества жизни является ценным современным методом диагностики отклонений в различных видах функционирования индивидуума. *Цель исследования* – оценка качества жизни подростков с учетом уровня их физической подготовленности. Анализ качества жизни проведен среди подростков 15–17 лет в общеобразовательном учреждении ($n = 139$), отдельно проведен анализ среди школьников, систематически занимающихся физической активностью, в том числе в спортивных секциях ($n = 61$). Применен адаптированный опросник PEDsQL 4.0 (Pediatric Quality of Life Inventory version 4.0), статистическая обработка данных проводилась методами непараметрической статистики. Наиболее высокие показатели отмечены при самооценке подростками социального функционирования, отражающего коммуникабельность детей. Сравнительный анализ детских и родительских версий опросника указал на статистически значимые различия в характеристике физического функционирования (бега, ходьбы, подвижности ребенка), «Жизни в школе» (ролевого функционирования в коллективе и адаптации к учебным нагрузкам) с меньшими оценками в анкетах родителей и характеристике эмоционального функционирования, в которой подростки указывали на более значимые переживания (чувство страха, грусти, беспокойства, плохого настроения), чем на взгляд их родителей. Установлены гендерные особенности качества жизни подростков с меньшими показателями при характеристике физического и эмоционального функционирования среди девушек. Сравнение параметров качества жизни среди подростков-спортсменов и неспортсменов, наряду с заведомо более высоким уровнем физической подготовки, указало на высокую эмоциональную устойчивость спортсменов, но обозначило проблемы адаптации к учебным нагрузкам в общеобразовательном учреждении. Применение анализа качества жизни в педагогической практике позволяет выявить неблагоприятные тенденции в физическом, эмоциональном и социальном аспектах жизни обучающихся для проведения индивидуальной работы, в том числе в системе физического воспитания.

Ключевые слова: качество жизни, подростки, физическая культура, физическое функционирование, спортсмены

Для цитирования: Соснин А. Ю. Анализ качества жизни подростков в современной педагогической практике в контексте уровня их физической подготовленности // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 17–26. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-17-26>, EDN: CROPSR

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

Article

The analysis of the quality of adolescents' life in modern pedagogical practice in the context of their physical fitness level

A. Yu. Sosnin

Secondary comprehensive school no. 38, 2 Oktyabrskaya St., Ozersk 456780, Chelyabinsk region, Russia

Alexander Yu. Sosnin, alex23.69@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0000-3549-0060>

Abstract. Quality of life assessment is a valuable modern method for diagnosing deviations in various types of individual functioning. The aim of the study is to assess the quality of adolescents' life taking into account their level of physical fitness. The quality of life was analyzed among adolescents aged 15–17 in a comprehensive school ($n = 139$), a separate analysis was

conducted among schoolchildren systematically engaged in physical activity, including sports sections ($n = 61$). The adapted PEDsQL 4.0 questionnaire (Pediatric Quality of Life Inventory version 4.0) was used, statistical data processing was carried out using nonparametric statistics methods. The highest rates were noted in adolescents' selfassessment of social functioning, reflecting children's sociability. A comparative analysis of children's and parents' versions of the questionnaire indicated statistically significant differences in characteristics of physical functioning (running, walking, child's mobility), "Life at school" (role functioning in a team and adaptation to academic workloads) with lower scores in the parents' questionnaires; and characteristics of emotional functioning, in which adolescents indicated more significant experiences (feelings of fear, sadness, anxiety, bad mood) than in the view of their parents. Gender characteristics of quality of adolescents' life were established with lower indicators in characteristics of physical and emotional functioning among girls. The comparison of parameters of life quality among adolescent athletes and non-athletes, along with an obviously higher level of physical fitness, indicated a high emotional stability of athletes, but outlined problems of adaptation to academic workload in a comprehensive education institution. The use of quality of life analysis in pedagogical practice allows us to identify unfavorable trends in physical, emotional and social aspects of students' lives for individual work, including in physical education system.

Keywords: quality of life, adolescents, physical education, physical functioning, athletes

For citation: Sosnin A. Yu. The analysis of the quality of adolescents' life in modern pedagogical practice in the context of their physical fitness level. *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 17–26 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-17-26>, EDN: CROPSR

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

Введение

Понятие качества жизни определяется как «интегральная характеристика физического, психологического, эмоционального и социального функционирования человека, основанного на его субъективном восприятии» [1, с. 18]. Несмотря на сравнительно недавнее внедрение оценки качества жизни с использованием адаптированных опросников, этот метод быстро распространился в самых разных научных сферах.

Так, изучение качества жизни, связанного со здоровьем, является одним из важных направлений современной медицины в различных группах населения [2–4]. Анализ качества жизни помогает изучить разные аспекты функционирования индивидуума, что описано в многочисленных исследованиях, проведенных в педагогической практике [5–7]. Особая роль при изучении качества жизни отводится анализу социального функционирования, отражающего место и роль личности в социуме и являющегося значимым критерием благополучия человека в современных условиях [8, 9].

К настоящему времени накоплен целый ряд исследований качества жизни среди спортсменов [10, 11], описывающих «социальную диагностику и профилактику возможных побочных негативных явлений медицинского, социального и психологического плана, возникающих на фоне основного тренировочного и образовательного процессов спортсменов» [12, с. 195], анализирующих «взаимосвязи между проявлениями общего и спортивного

стресса и психическим здоровьем, а также ролевым функционированием, обусловленным эмоциональным состоянием» [13, с. 70]. Отмечено, что занятия спортом, как правило, сопряжены с существенными физическими и психологическими нагрузками и «могут оказывать негативное влияние на здоровье детей и подростков, снижая качество жизни юных спортсменов» [14, с. 25].

Таким образом, анализ качества жизни можно рассматривать как важный критерий диагностики медико-социального благополучия ребенка [15] и использовать его как ценный инструмент в физкультурно-оздоровительной работе и на всех этапах тренировочного цикла, позволяя выработать индивидуальную методику работы [16].

Цель исследования, представленного в данной статье, состояла в оценке качества жизни подростков с учетом уровня их физической подготовленности. *Предположительно*, показатели качества жизни подростков, систематически занимающихся физической активностью, в том числе в спортивных секциях, должны быть статистически значимо выше по сравнению с другими обучающимися.

Материалы и методы

Участники исследования

Анализ качества жизни проведен среди подростков 15–17-летнего возраста в МБОУ СОШ № 38 г. Озерска Челябинской области. До начала исследования дети и их родители

заполняли информированное согласие на участие в опросе. Выборка включала 139 человек: 71 юноша (51,1%) и 68 девушек (48,9%) и, соответственно, 139 родителей (по одному от каждого ребенка). К критериям исключения из исследования относили обострение хронического заболевания у подростка и наблюдение ребенка у психоневролога детской поликлиники и/или школьного психолога.

Из всей выборки дополнительно выделена группа подростков (далее – группа «Спортсмены»), систематически занимающихся физической активностью, в том числе в спортивных секциях: 61 человек – 35 юношей (57,4%) и 26 девушек (42,6%).

Методики

Для исследования качества жизни применен общий адаптированный опросник PEDsQL 4.0 (Pediatric Quality of Life Inventory version 4.0) [17].

Данный опросник подразделен на следующие характеристики: физического функционирования (ФизичФ) – с вопросами об особенностях ходьбы, бега, подвижности, о наличии болевого синдрома; социального функционирования (СоциалФ) – с вопросами о взаимодействии человека с окружающими людьми; эмоционального функционирования (ЭмоционФ) – с вопросами, описывающими настроение и выявляющими нарушения сна, наличие беспокойства, чувства страха и грусти; жизнь в школе (ШколЖ) – для оценки ролевого функционирования в коллективе, адаптации к школьным нагрузкам, с указанием частоты пропусков занятий в связи с недомоганием или необходимостью посетить врача.

Кроме заключений по вышеуказанным видам функционирования, дополнительно оценивался показатель психического здоровья (ПсихЗ), состоящий из суммы баллов характеристик эмоционального, социального функционирования и графы «Жизнь в школе», и суммарный балл (СуммБ) по всем видам функционирования.

Опрос фиксировал ощущения в течение последнего месяца; для количественной оценки ответов использована пятибалльная шкала Ликерта; итоговые показатели по каждой графе рассчитывались по стобалльному диапазону. Проанализированы детские (self-report) и родительские (проху-report) версии опросника, что позволило изучить разницу в восприятии проблем подростком и его родителями. В статистический анализ включены только «парные

опросники», заполненные ребенком и одним из его родителей.

Методы

В статистическом анализе данных использована программа STATISTICA Version 10 (StatSoft, USA). Нормальность распределения количественных признаков оценивалась с помощью критерия Колмогорова – Смирнова. Результаты количества баллов по видам функционирования представлены в виде медианы (Me) и интерквартильного размаха (Q25–Q75). Сравнительный анализ проведен с помощью критерия Манна–Уитни. Для сопоставления параметров между детскими и родительскими версиями использован метод ранговой корреляции по Спирмену. Статистически значимыми считались различия при уровне значимости $p < 0,05$.

Результаты и их обсуждение

Количественная оценка различных типов функционирования по детским и родительским анкетам представлена в табл. 1.

Самые высокие оценки как в детских, так и родительских версиях опросника были получены при характеристике социального функционирования подростков (максимальная величина достигала значения в 100 баллов). Статистически значимых различий при сравнении самооценки подростков и оценки, данной родителями, по данному типу функционирования не получено, $p > 0,05$.

Следующей по уровню параметров следовала характеристика физического функционирования с более высокими оценками среди подростков, чем по версиям родителей. Разница в показателях оказалась статистически значимой: родители оценивали физическую подготовку своих детей (подвижность, физическую активность и результативность) существенно ниже, что может указывать на завышенные требования к ребенку в области спортивных достижений, $p < 0,001$.

Схожая тенденция прослеживалась при оценке графы «Жизнь в школе», когда подростки оценивали свое ролевое функционирование в коллективе гораздо выше, чем их родители, $p = 0,032$.

Самые низкие баллы наблюдались при оценке подростками эмоционального функционирования, при этом родители недооценивали эмоциональное неблагополучие своих детей и, как правило, ставили более высокие оценки,

Таблица 1/Table 1

Показатели качества жизни среди подростков и их родителей (N = 139)

Quality of life indicators among adolescents and their parents (N = 139)

Функционирование	Группа	Me	Q25–Q75	p
ФизичФ	Подростки	84,3	(75–91)	$p < 0,001$
	Родители	79,1	(69–88)*	
ЭмоционФ	Подростки	62,2	(55–80)	$p < 0,001$
	Родители	71,4	(60–85)*	
СоциалФ	Подростки	90,7	(80–100)	0,47
	Родители	89,8	(80–100)	
ШколЖ	Подростки	73,6	(60–80)	0,032
	Родители	65,3	(55–80)**	
ПсихЗ	Подростки	75,3	(67–85)	0,11
	Родители	75,8	(67–85)	
СуммБ	Подростки	77,5	(69–85)	0,71
	Родители	77,2	(68–85)	

Примечание. * $p < 0,001$; ** $p < 0,05$ – в сравнении с самооценкой подростков.

Note. * $p < 0.001$; ** $p < 0.05$ – compared with adolescents' self-esteem.

статистически значимо отличаясь от детских версий, $p < 0,001$.

Подсчет баллов по категории «Психическое здоровье» отметил практически идентичные значения между детскими и родительскими данными, $p > 0,05$. Статистически значимых различий при сравнении суммарных баллов между подростками и их родителями также не выявлено, $p > 0,05$.

Сравнение параметров качества жизни с учетом пола подростков представлено на рис. 1.

Статистически значимые различия при сравнении ответов юношей и девушек отмечены по двум видам функционирования: физического и эмоционального с преобладанием баллов среди юношей, $p < 0,001$. Для девушек была характерна неудовлетворенность

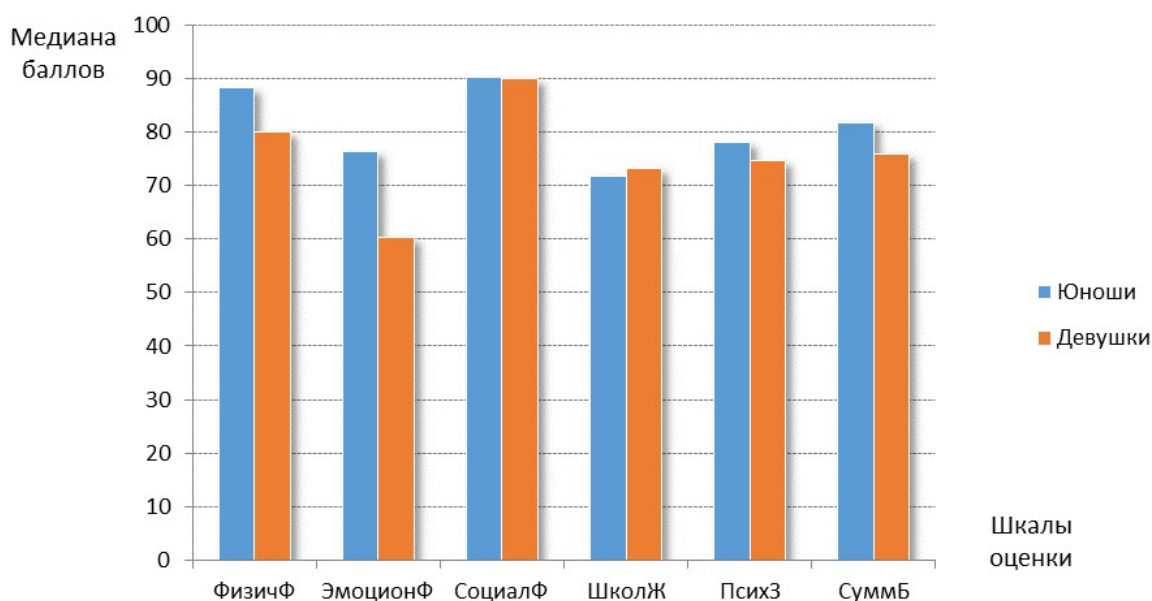


Рис. 1. Сравнительный анализ качества жизни юношей и девушек (самооценка) (цвет онлайн)

Fig. 1. Comparative analysis of quality of life of young men and girls (self-assessment) (color online)

своей физической подготовкой, малая переносимость физических нагрузок и выраженная эмоциональная лабильность с малой стрессоустойчивостью, нередкими состояниями грусти и повышенной тревожности. Полученные данные соответствуют публикациям, описывающим гендерные различия качества жизни подростков [12, 18, 19], которые отмечают среди девушек более низкие исходные уровни качества жизни и эмоционального контроля и выраженную склонность к переживаниям.

Сравнительный анализ качества жизни подростков разного пола по версиям родителей подтвердил вышеуказанные результаты (рис. 2). Статистически значимые различия между ответами родителей девочек и мальчиков найдены для характеристик физического ($p = 0,011$) и эмоционального ($p = 0,023$) функционирования. Более низкие баллы по этим видам функционирования ставили родители девочек, отмечающие повышенную утомляемость, плохую переносимость физических нагрузок, тревожность и низкий эмоциональный тонус подростков.

Анализ количества совпадений баллов в детских и родительских анкетах отметил их невысокий процент. Так, удельный вес одинаковых ответов родителей и их детей при характеристике социального функционирования составил 30,2% (42 из 139), что говорит о малой осведомленности родителей об уровне социальной активности подростка. По графе «Жизнь в школе» наблюдался меньший процент одинаковых ответов – 18,7% (26 из 139), отражающий преимущественно разные оценки

детьми и родителями ролевого функционирования и адаптации к учебной нагрузке. Наиболее низкий процент совпадения отмечен при оценке эмоционального функционирования – 12,2% (17 из 139), демонстрирующий закрытость эмоционального мира подростка и, возможно, недостаточную поддержку со стороны родителей.

Сопоставимость ответов при характеристике физического функционирования была самой высокой – 72,7% (101 из 139), что, с одной стороны, свидетельствует о наглядности данного критерия, не вызывающего сложности в оценке родителями, с другой стороны – о наличии разногласий в отношении физической активности и возможностей подростков, в том числе успешности детей в спорте.

Так называемое «cross-informant variance», т. е. расхождение между ответами детей и их родителей, описывают многие исследователи [20, 21], отмечая, что выраженность внутрисемейных разногласий коррелирует с социальными, психологическими и другими параметрами [22, 23].

Отдельный анализ качества жизни проведен среди подростков группы «Спортсмены» (табл. 2).

В данной группе показатели физического функционирования были закономерно выше, чем во всей группе подростков – значение медианы достигало 92,4 с максимальными величинами ответов до 100 баллов. Однако, по мнению родителей, физическая подготовленность детей не всегда удовлетворяла их ожидания, что показало существенные ста-

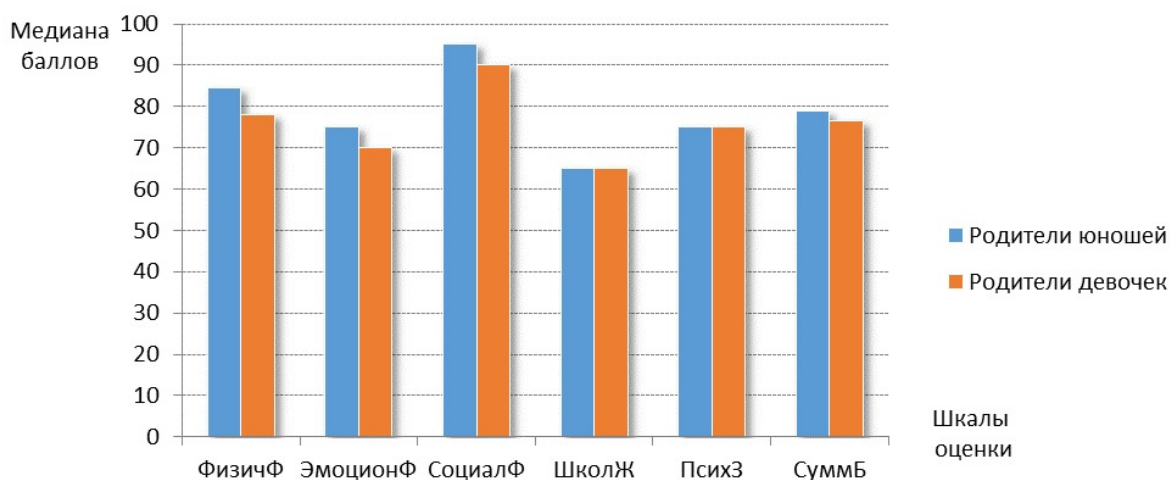


Рис. 2. Сравнительный анализ качества жизни юношей и девушек (оценка родителей) (цвет онлайн)

Fig. 2. Comparative analysis of quality of life of young men and girls (parental assessment) (color online)

Таблица 2/Table 2

Показатели качества жизни среди подростков-спортсменов и их родителей (N = 61)

Quality of Life Indicators Among Adolescent Athletes and Their Parents (N = 61)

Функционирование	Группа	Me	Q25–Q75	p
ФизичФ	Подростки	92,4	(89–98)	$p < 0,001$
	Родители	80,5	(71–93)*	
ЭмоционФ	Подростки	65,4	(58–80)	$p < 0,001$
	Родители	72,7	(62–85)*	
СоциалФ	Подростки	91,8	(82–100)	0,38
	Родители	90,6	(81–100)	
ШколЖ	Подростки	70,1	(58–78)	0,018
	Родители	62,5	(52–76)**	
ПсихЗ	Подростки	75,8	(68–84)	0,24
	Родители	75,4	(65–84)	
СуммБ	Подростки	79,7	(70–86)	0,37
	Родители	76,6	(67–85)	

Примечание. * $p < 0,001$; ** $p < 0,05$ – в сравнении с самооценкой подростков.

Note. * $p < 0.001$; ** $p < 0.05$ – compared with adolescents' self-esteem.

статистически значимые различия с самооценкой юных спортсменов, $p < 0,001$.

Как и во всей выборке подростков, среди спортсменов наблюдались высокие показатели социального функционирования, значимо не отличающиеся от родительских оценок, $p > 0,05$.

Характеристики эмоционального функционирования в группе «Спортсмены», хотя и были выше, чем во всей группе подростков, но содержали самые низкие баллы по сравнению с другими видами функционирования. Как и ранее, различия в восприятии эмоциональных проблем среди детей и родителей были статистически значимыми с более высокими баллами по родительским версиям, $p < 0,001$. Более низкие оценки среди спортсменов и их родителей по сравнению со всей выборкой отмечались по графе «Жизнь в школе», отражающей проблемы ребенка в учебной деятельности. При этом родители чаще указывали на сложности в учебном процессе, пропуски занятий в связи с отъездами подростка на соревнования, трудности в сдаче итоговых аттестаций по предметам, $p = 0,018$. В общей сложности, как показал подсчет баллов по категории «Психическое здоровье» и, в целом, суммарных баллов, значимые различия с родительскими версиями в группе спортсменов не были обнаружены, $p > 0,05$.

Сравнение качества жизни в зависимости от пола подростков, согласно самооценкам спортсменов, отметило ранее описанные различия в физическом и эмоциональном функ-

ционировании с более низкими баллами среди девушек, $p < 0,001$. Несмотря на высокий уровень физической подготовки, девушки-спортсменки, как правило, критически относились к результатам и не были довольны своими достижениями, стремясь к совершенству своей физической формы. Уровень эмоциональных переживаний при этом был гораздо выше, чем у юношей-спортсменов, $p < 0,001$, что может говорить как о более выраженной эмоциональной реакции среди девушек, так и об эмоциональной сдержанности юношей, испытывающих те же эмоциональные нагрузки в спорте, но не демонстрирующие их окружающим.

Сопоставление оценок качества жизни между группой «Спортсмены» и подростками, не занимающимися в спортивных секциях, представлено на рис. 3.

Сравнительный анализ показал значимые статистические различия по следующим шкалам: физического функционирования, уровень которой был ожидаемо выше среди спортсменов, $p < 0,001$; эмоционального функционирования с более высокой эмоциональной устойчивостью среди спортсменов, $p = 0,023$ и графе «Жизнь в школе», где оценки качества жизни спортсменов были статистически значимо ниже, $p = 0,011$, обозначая наличие проблем со школьной адаптацией и успешностью образовательного процесса среди подростков, систематически занимающихся физической активностью.

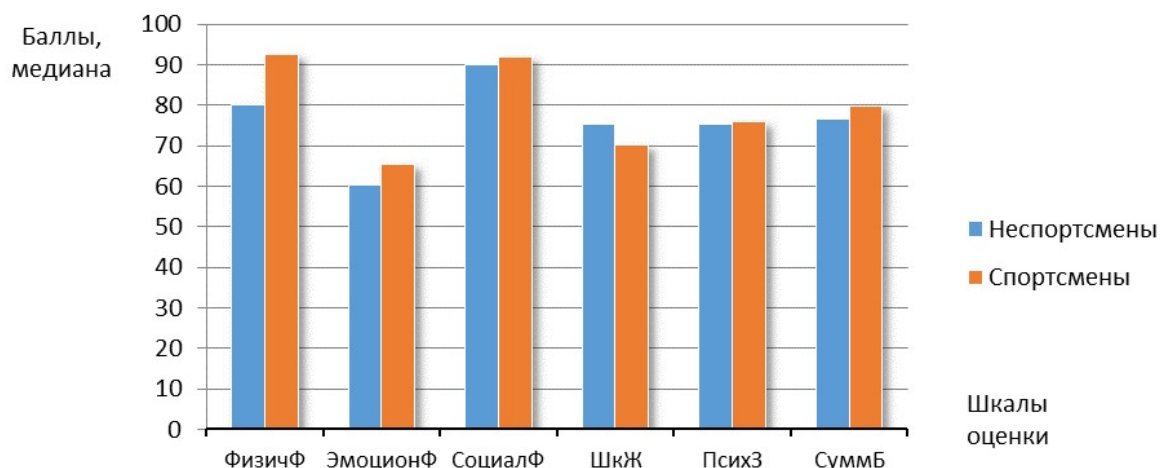


Рис. 3. Сравнение качества жизни подростков-спортсменов и подростков, не занимающихся в спортивных секциях (цвет онлайн)

Fig. 3. Comparison of the quality of life of adolescent athletes and adolescents not involved in sports sections (color online)

Безусловно, параметры качества жизни подростков в большей мере зависят от внутри-семейного эмоционального климата, социального благополучия и других внешнесредовых факторов [24–26]. Особенно важной по итогам тестирования представляется поддержка подростков внутри семьи, внимание к их спортивным успехам и помощь в преодолении трудностей в школе, поскольку юному спортсмену сложно совмещать учебную и спортивную деятельность и быть одинаково успешным в каждой из них.

Подытоживая результаты, следует отметить, что анализ качества жизни, проведенный в общеобразовательном учреждении, обозначил особенности различных видов функционирования подростков, указал на разногласия между детскими и родительскими ответами, отметил проблемные области для индивидуальной работы и психолого-педагогической коррекции.

Анализ качества жизни среди подростков в зависимости от уровня физической подготовленности не подтвердил гипотезу о более высоком суммарном балле самооценки качества жизни у подростков, систематически занимающихся физической активностью, в том числе в спортивных секциях, по сравнению с подростками-неспортсменами. При очевидно более высоких уровнях физического функционирования и более выраженной эмоциональной устойчивости спортсменов среди них отмечены проблемы адаптации к учебным нагрузкам и сложности ролевого функционирования при характеристике «Жизни в школе»,

низкие оценки по которой повлияли на суммарные баллы оценки качества жизни.

Заключение

В педагогической практике преподавателя физической культуры и оздоровительной системе физического воспитания опросники качества жизни можно рассматривать как ценный способ для выявления уязвимых параметров функционирования у индивидуума, проведения скринингового исследования показателей качества жизни и обозначения определенных областей функционирования, нуждающихся в медико-педагогической коррекции.

Исследование качества жизни подростков в общеобразовательном учреждении выявило следующее:

- 1) согласно самооценке, подростки наиболее высоко характеризуют свое социальное функционирование, отмечая высокий уровень коммуникаций в социуме;
- 2) значимые статистические различия между детскими и родительскими анкетами найдены при характеристике физического функционирования и графы «Жизнь в школе», в которых подростки дают более высокие оценки, и при характеристике эмоционального функционирования, где дети описывают более выраженные проблемы, чем на взгляд их родителей;
- 3) отмечены гендерные особенности оценки качества жизни с более низкими уровнями физического и эмоционального функционирования среди девушек;

- 4) сопоставление параметров качества жизни между подростками-спортсменами и неспортсменами, наряду с предсказуемо более высокими оценками физического функционирования спортсменов, показало их большую эмоциональную устойчивость, но меньшую адаптацию к учебным нагрузкам, с итоговым отсутствием различий в суммарных баллах.

Подводя итоги, предположение о более высоких показателях качества жизни у школьников-спортсменов подтвердилось полностью только при оценке физического функционирования, свидетельствующего о высоком уровне физической подготовленности подростков. В то же время вклад других параметров (эмоционального и социального функционирования, адаптации к школьным нагрузкам) напрямую зависел от внешнесредовых и социальных факторов, с особой ролью семейного восприятия и поддержки спортивных успехов подростка, особенно важных для девушек-спортсменок.

Таким образом, адаптированные опросники качества жизни можно использовать в виде дополнительного ресурса в физкультурно-оздоровительной работе в общеобразовательном учреждении для проведения адресной психолого-педагогической поддержки школьников в контексте улучшения качества жизни подростков.

Список литературы

- Новик А. А., Ионова Т. И. Руководство по исследованию качества жизни в медицине. М. : Олма, 2007. 230 с. EDN: WWQMYX
- Sosnina S. F., Kabirova N. R., Sokolnikov M. E., Okatenko P. V. Hemoblastoses in offspring of radiation-hazardous industries workers // *Health Risk Analysis*. 2016. № 4. P. 20–26. <https://doi.org/10.21668/health.risk/2016.4.03>. eng, EDN: RQBHNC
- Qiu Y., Yao M., Guo Y., Zhang X., Zhang Sh., Zhang Y., Huang Y., Zhang L. Health-related quality of life of medical students in a chinese university: A cross-sectional study // *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2019. Vol. 16 (24). P. 5165. <https://doi.org/10.3390/ijerph16245165>
- Соснина С. Ф., Окатенко П. В. Неинфекционная патология у детей работников предприятия атомной промышленности // *Медицинский академический журнал*. 2017. Т. 17, № 3. С. 68–76. EDN: ZXLVUT
- Kuczynski A. M., Kanter J. W., Robinaugh D. J. Differential associations between interpersonal variables and quality-of-life in a sample of college students // *Qual. Life Res*. 2020. Vol. 29, iss. 1. P. 127–139. <https://doi.org/10.1007/s11136-019-02298-3>
- Antunes Barros R., Silva Menezes M., Lins L. Quality of life of medical students in Brazil. A comparative study // *Rev. Med. Chil*. 2019. Vol. 147, iss. 1. P. 107–113. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872019000100107>
- Núñez-Rocha G. M., López-Botello C. K., Salinas-Martínez A. M., Arroyo-Acevedo H. V., Martínez-Villarreal R. T., Ávila-Ortiz M. N. Lifestyle, quality of life, and health promotion needs in mexican university students: Important differences by sex and academic discipline // *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2020. Vol. 17 (21). P. 8024. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218024>
- Волосников Д. К., Соснина С. Ф. Медико-социальная характеристика семей, проживающих в закрытом административно-территориальном образовании (г. Озерск), имеющих детей подросткового возраста // *Социология медицины*. 2010. № 2 (17). С. 59–61. EDN: NTPUWF
- Соснина С. Ф., Волосников Д. К. Медико-социальные аспекты здоровья девочек подросткового возраста // *Здравоохранение Российской Федерации*. 2011. № 3. С. 43–46. EDN: NWGPSP
- Давлетова Н. Х., Тафеева Е. А., Мавлюев Ф. А. Оценка качества жизни студентов спортивного ВУЗа // *Медицина труда и экология человека*. 2021. № 4 (28). С. 279–296. EDN: GUBRSF
- Барыкин С. Е., Гуцин В. И., Гуцина М. В. Модель повышения качества жизни и социального обеспечения профессиональных спортсменов в условиях цифровизации экономики // *Социальные и экономические системы*. 2022. № 3 (27). С. 162–190. EDN: HAGIPS
- Худогонов И. Ю., Певнева М. В., Ляшенко К. Н. Гендерные особенности динамики качества жизни и личностной тревожности спортсменов-подростков (по результатам занятий в школе здоровья) // *Siberian Journal of Life Sciences and Agriculture*. 2023. Т. 15, № 2. С. 195–220. EDN: LOTWJA
- Цехмейструк Е. А., Шалина Н. К. Взаимосвязь показателей баланса стресс-восстановления и качества жизни у спортсменов // *Теоретическая и экспериментальная психология*. 2020. Т. 13, № 1. С. 70–75. EDN: MKAPPS
- Потапова Е. А., Земляной Д. А., Антонов А. А., Щерба Е. В. Социально-гигиенические факторы качества жизни юных спортсменов // *Санитарный врач*. 2021. № 2. С. 25–36 <https://doi.org/10.33920/med-08-2102-03>, EDN: KSTTPQ
- Соснина С. Ф. Комплексная оценка состояния здоровья и качества жизни подростков закрытого административно-территориального образования (на примере г. Озерска) : дис. ... канд. мед. наук. Уфа, 2011. 161 с. EDN: QFLSGN
- Талибов А. Х., Гришаев Н. В. Качество жизни спортсменов (гиревиков) как элемент этапного контроля // *Научно-педагогические школы Университета*. 2021. № 6. С. 93–100. EDN: OCNRVH
- Varni J. W., Seid M., Kurtin P. S. PedsQL™ 4.0: Reliability and validity of the Pediatric Quality of Life Inventory version 4.0 generic core scales in healthy and patient populations // *Med. Care*. 2001. Vol. 39, iss. 8. P. 800–812. <https://doi.org/10.1097/00005650-200108000-00006>
- Соснина С. Ф., Волосников Д. К. Гендерные аспекты качества жизни подростков // *Проблемы женского здоровья*. 2010. Т. 5, № 2. С. 42–45. EDN: NBLTEL

19. Бокуть Е. Л., Комарова О. Н., Рассказова А. Л., Решетникова О. В. Самоотношение и атрибутивные схемы локус-контроля как составляющие личностного потенциала // Вестник Тверского государственного университета. Серия : Педагогика и психология. 2020. № 4. С. 6–16. <https://doi.org/10.26456/vtspyped/2020.4.006>, EDN: FFHIZD
20. Jozefiak T., Larsson B., Wichstrøm L. Quality of Life as reported by school children and their parents: A cross-sectional survey // Health Qual. Life Outcomes. 2008. Vol. 6. Article number 34. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-6-34>
21. Upton P., Lawford J., Eiser C. Parent-child agreement across child health-related quality of life instruments: A review of the literature // Qual. Life Res. 2008. Vol. 17, № 6. P. 895–913. <https://doi.org/10.1007/s11136-008-9350-5>
22. Cremeens J., Eiser C., Blades M. Factors influencing agreement between child self-report and parent proxy-reports on the Pediatric Quality of Life Inventory™ 4.0 (PedsQL™) generic core scales // Health Qual. Life Outcomes. 2006. Vol. 4. Article number 58. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-4-58>
23. Hutchings H. A., Upton P., Cheung W. Y. Adaptation of the Manchester-Minneapolis Quality of Life instrument for use in the UK population // Arch. Dis. Child. 2007. Vol. 92, № 10. P. 855–860. <https://doi.org/10.1136/adc.2006.098947>
24. Соснина С. Ф., Сокольников М. Э. Наследуемые эффекты у потомков, связанные с вредным воздействием на родителей // Радиационная гигиена. 2019. Т. 12, № 3. С. 84–95. <https://doi.org/10.21514/1998-426X-2019-12-3-84-95>, EDN: XGFRSQ
25. Solis A. C., Lotufo-Neto F. Predictors of quality of life in Brazilian medical students: A systematic review and meta-analysis // Braz. J. Psychiatry. 2019. Vol. 41, № 6. P. 556–567. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2018-0116>
26. Квитчастый А. В., Бадтиева В. А., Сичинава Н. В., Юрьева И. В., Глухова Р. Р. Оценка качества жизни московских спортсменов в период самоизоляции в связи с пандемией COVID-19 // Человек. Спорт. Медицина. 2022. Т. 22, № S2. С. 115–123. <https://doi.org/10.14529/hsm22s215>, EDN: BJUQBF
5. Kuczynski A. M., Kanter J. W., Robinaugh D. J. Differential associations between interpersonal variables and quality-of-life in a sample of college students. *Qual. Life Res.*, 2020, vol. 29, iss. 1, pp. 127–139. <https://doi.org/10.1007/s11136-019-02298-3>
6. Antunes Barros R., Silva Menezes M., Lins L. Quality of life of medical students in Brazil. A comparative study. *Rev. Med. Chil.*, 2019, vol. 147, iss. 1, pp. 107–113. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872019000100107>
7. Núñez-Rocha G. M., López-Botello C. K., Salinas-Martínez A. M., Arroyo-Acevedo H. V., Martínez-Villarreal R. T., Ávila-Ortiz M. N. Lifestyle, quality of life, and health promotion needs in Mexican university students: Important differences by sex and academic discipline. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 2020, vol. 17 (21), p. 8024. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218024>
8. Volosnikov D. K., Sosnina S. F. The medical social characteristics of families with children of adolescent age residing in the closed administrative territorial formation “Ozersk”. *Sociology of Medicine*, 2010, no. 2 (17), pp. 59–61 (in Russian). EDN: NTPUWF
9. Sosnina S. F., Volosnikov D. K. Female teenagers’ health: Sociomedical aspects. *Health Care of the Russian Federation*, 2011, no. 3, pp. 43–46 (in Russian). EDN: NWGPSP
10. Davletova N. H., Tafееva E. A., Mavliev F. A. Assessment of the quality of life of students of a sports university. *Occupational Medicine and Human Ecology*, 2021, no. 4 (28), pp. 279–296 (in Russian). EDN: GUBRSF
11. Barykin S. E., Gushchin V. I., Gushchina M. V. Model to improve the quality of life and social welfare of professional athletes in the context of digitalization of the economy. *Social and Economic Systems*, 2022, no. 3 (27), pp. 162–190 (in Russian). EDN: HAGIPS
12. Hudonogov I. Yu., Pevneva M. V., Lyashenko K. N. Gender features of the teenage athletes’ life quality and personal anxiety dynamics (by the health school lessons results). *Siberian Journal of Life Sciences and Agriculture*, 2023, vol. 15, no. 2, pp. 195–220 (in Russian). EDN: LOTWJA
13. Cekhmejstruk E. A., Shalina N. K. The relationship of balance indicators of stress recovery and quality of life in athletes. *Theoretical and Experimental Psychology*, 2020, vol. 13, no. 1, pp. 70–75 (in Russian). EDN: MKAPPS
14. Potapova E. A., Zemlyanov D. A., Antonov A. A., Shcherba E. V. Social and hygienic factors of the quality of life of young athletes. *Sanitary Doctor*, 2021, no. 2, pp. 25–36 (in Russian). <https://doi.org/10.33920/med-08-2102-03>, EDN: KSTTPQ
15. Sosnina S. F. *Comprehensive Assessment of the State of Health and Quality of Life of Teenagers of a Closed Administrative-territorial Formation (on the example of Ozersk)*. Thesis Diss. Cand. Sci. (Med.). Ufa, 2011. 161 p. (in Russian). EDN: QFLSGN
16. Talibov A. H., Grishaev N. V. Quality of life of athletes (weight lifters) as an element of stage control. *Scientific and Pedagogical Schools of the University*, 2021, no. 6, pp. 93–100 (in Russian). EDN: OCNRVH
17. Varni J. W., Seid M., Kurtin P. S. PedsQL™ 4.0: Reliability and validity of the Pediatric Quality of Life Inventory

References

1. Novik A. A., Ionova T. I. *Rukovodstvo po issledovaniyu kachestva zhizni v meditsine* [Guide to quality of life research in medicine]. Moscow, Olma, 2007. 230 p. (in Russian). EDN: WWQMYX
2. Sosnina S. F., Kabirova N. R., Sokolnikov M. E., Okatenko P. V. Hemoblastoses in offspring of radiation-hazardous industries workers. *Health Risk Analysis*, 2016, no. 4, pp. 20–26. <https://doi.org/10.21668/health.risk/2016.4.03>, eng, EDN: RQBHKC
3. Qiu Y., Yao M., Guo Y., Zhang X., Zhang Sh., Zhang Y., Huang Y., Zhang L. Health-related quality of life of medical students in a Chinese university: A cross-sectional study. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 2019, vol. 16 (24), pp. 5165. <https://doi.org/10.3390/ijerph16245165>
4. Sosnina S. F., Okatenko P. V. Non-infectious pathology in children of female workers of nuclear industry enterprise. *Medical Academic Journal*, 2017, vol. 17, no. 3, pp. 68–76 (in Russian). EDN: ZXLVUT

- version 4.0 generic core scales in healthy and patient populations. *Med. Care*, 2001, vol. 39, iss. 8, pp. 800–812. <https://doi.org/10.1097/00005650-200108000-00006>
18. Sosnina S. F., Volosnikov D. K. Gender aspects of adolescents' quality of life. *Women's Health Issues*, 2010, vol. 5, no. 2, pp. 42–45 (in Russian). EDN: NBLTEL
19. Bokut' E. L., Komarova O. N., Rasskazova A. L., Reshetnikova O. V Self-cocept and locus of control attributes as components of personal potential. *Bulletin of Tver State University. Series : Pedagogy and Psychology*, 2020, no. 4, pp. 6–16 (in Russian). <https://doi.org/10.26456/vtspyped/2020.4.006>, EDN: FFHIZD
20. Jozefiak T., Larsson B. Wichstrøm L. Quality of Life as reported by school children and their parents: A cross-sectional survey. *Health Qual. Life Outcomes*, 2008, vol. 6, article no. 34. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-6-34>
21. Upton P., Lawford J., Eiser C. Parent-child agreement across child health-related quality of life instruments: A review of the literature. *Qual. Life Res.*, 2008, vol. 17, no. 6, pp. 895–913. <https://doi.org/10.1007/s11136-008-9350-5>
22. Cremeens J., Eiser C., Blades M. Factors influencing agreement between child self-report and parent proxy-reports on the Pediatric Quality of Life Inventory™ 4.0 (PedsQL™) generic core scales. *Health Qual. Life Outcomes*, 2006, vol. 4, article no. 58. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-4-58>
23. Hutchings H. A., Upton P., Cheung W. Y. Adaptation of the Manchester-Minneapolis Quality of Life instrument for use in the UK population. *Arch. Dis. Child.*, 2007, vol. 92, no. 1, pp. 855–860. <https://doi.org/10.1136/adc.2006.098947>
24. Sosnina S. F., Sokol'nikov M. E. Heritable effects in offspring associated with harmful exposure to parents (Literature review). *Radiation Hygiene*, 2019, vol. 12, no. 3, pp. 84–95 (in Russian). <https://doi.org/10.21514/1998-426X-2019-12-3-84-95>, EDN: XGFRSQ
25. Solis A. C., Lotufo-Neto F. Predictors of quality of life in Brazilian medical students: A systematic review and meta-analysis. *Braz. J. Psychiatry*, 2019, vol. 41, no. 6, pp. 556–567. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2018-0116>
26. Kvitchastyj A. V., Badtieva V. A., Sichinava N. V. Assessment of the quality of life in Moscow athletes during covid-19 associated self-isolation. *Human. Sport. Medicine*, 2022, vol. 22, no. S2, pp. 115–123 (in Russian). <https://doi.org/10.14529/hsm22s215>, EDN: BJUQBF

Поступила в редакцию 04.11.2024; одобрена после рецензирования 15.11.2024; принята к публикации 30.11.2024
The article was submitted 04.11.2024; approved after reviewing 15.11.2024; accepted for publication 30.11.2024

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 27–33

Physical Education and University Sport, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 27–33

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

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-27-33>, EDN: CRXPAN

Научная статья
УДК 377.36.016:796

Развитие самоорганизации студентов в процессе физического воспитания

Е. Ю. Колчина^{1✉}, Т. Н. Ермолаева²

¹Луганский государственный медицинский университет имени Святителя Луки, Россия, 291045, г. Луганск, квартал 50-летия обороны Луганска, д. 1г

²Луганский государственный университет имени Владимира Даля, Россия, 291034, г. Луганск, квартал Молодежный, д. 20А

Колчина Елена Юрьевна, доктор биологических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры, мастер спорта по софтболу, kolba76@yandex.com, <https://orcid.org/0000-0002-5900-3834>

Ермолаева Татьяна Николаевна, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания, ermolaev_21@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0005-1249-5463>

Аннотация. В данной экспериментально-исследовательской работе проведен анализ актуальной проблемы развития у студентов морально-волевых качеств и самоорганизации в процессе физического воспитания. Раскрываются сущность и структура самоорганизации на занятиях по физической культуре и определяется ее место в классификации морально-волевых качеств. Также в исследовании обосновываются образовательные возможности физической культуры для развития морально-волевых качеств студентов вузов. Теоретически обозначены педагогические условия развития самостоятельности студентов на занятиях. С помощью различных критериев и показателей уровня сформированности морально-волевых качеств студентов была разработана факторно-критериальная модель их оценки. Научная расшифровка разработанной модели самоорганизации на занятиях по физической культуре позволяет эффективно развивать личностные качества и достигать конечного результата – готовности выпускников к профессиональной деятельности. Проверочная исследовательская часть педагогических условий, основанная на компонентах морально-волевых качеств, показывает эффективность универсальной модели процесса физического воспитания для развития личностных качеств. Оптимизированные высокоэффективные методы лечебной гимнастики и спорта дают возможность повысить уровень специальных двигательных функциональностей студентов и особенно их морально-волевых качеств. От умения проявлять высокий уровень морально-волевых качеств при исполнении служебных обязанностей зависят успешная профессиональная подготовка и здоровье человека.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическая культура, морально-волевые качества, студенты, процесс, самоорганизация

Для цитирования: Колчина Е. Ю., Ермолаева Т. Н. Развитие самоорганизации студентов в процессе физического воспитания // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 27–33. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-27-33>, EDN: CRXPAN

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

Article

Development of self-organization of students in the process of physical education

E. Yu. Kolchina^{1✉}, T. N. Ermolaeva²

¹Lugansk State Medical University named after St. Luke, 1g 50th Anniversary of the Defense of Lugansk quarter, Lugansk 291045, Russia

²Lugansk State University named after Vladimir Dahl, 20A Molodezhny quarter, Lugansk 291034, Russia

Elena Yu. Kolchina, kolba76@yandex.com, <https://orcid.org/0000-0002-5900-3834>

Tatiana N. Ermolaeva, ermolaev_21@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0005-1249-5463>

Abstract. In this experimental research paper, the analysis of an urgent problem of the development of moral and volitional qualities in students and self-organization in the process of physical education is carried out. The essence and structure of self-organization in physical education classes are revealed and its place in classification of moral and volitional qualities is determined. The study also substantiates educational possibilities of physical education for the development of moral and volitional qualities of university students. Pedagogical conditions for the development of student independence in classes are theoretically outlined. Using various criteria and indicators of the level of formation of students' moral and volitional qualities, a factor-criterial model for their assessment was developed. Scientific decoding of the developed model of self-organization in physical education classes allows for effective development of personal qualities and achievement of the final result, i.e. readiness of graduates for professional activity. Verification research part of pedagogical conditions, based on the components of moral and volitional qualities, shows the effectiveness of universal model of physical education process for the development of personal qualities. Optimized highly effective methods of therapeutic gymnastics and sports make it possible to increase the level of special motor functionality of students and especially their moral and volitional qualities. Successful professional training and a person's health depend on the ability to demonstrate a high level of moral and volitional qualities in the performance of official duties.

Keywords: physical education, physical culture, moral and volitional qualities, students, process, self-organization

For citation: Kolchina E. Yu., Ermolaeva T. N. Development of self-organization of students in the process of physical education. *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 27–33 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-27-33>, EDN: CRXPAH

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

Введение

Во время обучения в вузе у студентов развивается и формируется жизненная позиция, они активно стремятся к самостоятельности, самовоспитанию, самоорганизованности. Однако система стойких морально-волевых качеств присуща не всем студентам, некоторые не могут самостоятельно преодолеть трудности освоения сложных профессиональных дисциплин, определить свою позицию по отношению к здоровому образу жизни, развивать свои физические качества на необходимом уровне. Как показала практика, не все в состоянии самостоятельно организовать себя на должном уровне получения знаний, умений и навыков, необходимых для овладения профессией [1, 2].

Теоретические основы развития самоорганизации студентов на занятиях физической культурой вытекают из понимания ее как обобщенного качества личности студента, проявляющегося в инициативности, адекватной самооценке и чувстве личной ответственности за свою двигательную способность. Самоорганизация связана с активной работой мысли, чувствами и поведением студента. Эта связь двухсторонняя и проявляется она в развитии мыслительных и эмоционально-волевых процессов и формировании способности выполнять мотивированные действия и добиваться успешного выполнения своих решений [3, 4].

Относительно физического воспитания самоорганизация – это модель осознанного поведения студента на занятии, с постоянным

стремлением к самосовершенствованию, признаком направленности физической культуры на его личностное развитие. Причем чем выше уровень развития самоорганизации студента, тем шире свободное, независимое поведение в двигательной деятельности и уровень достижений. Специалисты физического воспитания рассматривают это качество в процессе физической культуры как деятельность студента и как метод его обучения, включающий в себя самостоятельные занятия физическими упражнениями [5–7].

Кроме того, процесс физического воспитания требует от студента проявления и морально-волевых качеств. Когнитивные и эмоционально-волевые процессы развивают способность мотивировать свои действия и добиваться цели. Таким образом образуется целеустремленность, которая, в свою очередь, формирует систему морально-волевых качеств. Среди этих качеств самоорганизация на занятиях занимает свое место, которое зависит от проявления активности. Высокий уровень развития предопределяет потенциал студента к самоорганизации, самовоспитанию и самосовершенствованию.

Ученые считают организацию самостоятельного обучения наивысшей формой учебной деятельности [8]. Организация самостоятельной работы студентов в процессе физического воспитания – это специфический вид их деятельности, главной целью которой является развитие самостоятельности, когда знания, умения и навыки внедряются опосре-

дованно, через содержание и методы организации занятий физическими упражнениями [9].

Цель статьи – анализ особенностей развития организационного морально-волевого качества у студентов в процессе физического воспитания.

Задачи:

- 1) выявить теоретические основы развития самоорганизации на занятиях как морально-волевого качества студента;
- 2) определить педагогические условия развития самоорганизованности в процессе физического воспитания;
- 3) проверить экспериментальным путем эффективность этих педагогических условий для студентов вузов.

Теоретические исследования проблемы дали возможность предположить, что организация самостоятельной работы студента на занятиях по физической культуре представляет собой совокупность когнитивно-мотивационной, психофизиологической, аффективной и деятельности составляющих.

Когнитивно-мотивационная составляющая самоорганизованности включает в себя мыслительную деятельность, осознание теоретических знаний в сфере физической культуры, осмысление норм поведения, функций, знание своих возможностей, специфику ситуаций, воспитание моральных чувств. Психофизиологическая составляющая включает фенотипические особенности центральной нервной системы, способность проявлять возбуждение или торможение и сбалансированность нервных процессов, функциональное состояние организма. Аффективная: умение сдерживать эмоции, самообладание, умение управлять собой. Деятельностная: готовность действовать осознанно, направленно, активные действия или, наоборот, торможение нежелательных форм активности; достижение цели.

Понятие воли в этих составляющих связывалось с такими понятиями, как волевое действие, волевая регуляция и волевые усилия. Особое значение придавалось повышению уровня психофизиологической и деятельности составляющих, от которых зависит профессиональная надежность будущего специалиста.

Материалы и методы

Для установления уровня самоорганизованности студентов проводился педагогический эксперимент. Было выбрано 300 сту-

дентов младших курсов, с которыми были проведены исследования по формированию самоорганизованности на занятиях в течение первого учебного года. Общее количество студентов было поделено на экспериментальную (ЭГ) и контрольную (КГ) группы.

Содержание и организация эксперимента строились соответственно теоретическому обоснованию развития самоорганизованности студентов на занятиях по физической культуре. Диагностический инструментarium предусматривал систему методов самодиагностики и диагностики. Были применены такие методы, как анкетирование, самооценка, умение «организовать себя», опрос, педагогическое наблюдение, тестирование. Каждый критерий исследовался показателями, определенными соответственно теоретическому конструкту самостоятельной организованности студентов в процессе физического воспитания: для когнитивно-мотивационного критерия – мотивация, уровень знаний; для психофизиологического критерия – способность к волевым усилиям; для аффективного критерия – самомотивация; для деятельностного критерия – согласованность морально-волевых качеств с физическими. Оценивание в определении проявления этого качества у студентов осуществлялась по трем уровням: высокому, достаточному и низкому [10].

В течение учебного года был проведен ряд мероприятий по развитию самоорганизованности студентов по созданной модели занятий физической культурой у студентов. В рамках этой модели были предоставлены широкие возможности для развития самоорганизованности. Для этого применялась учебная программа, дополненная внешними рекомендациями [11].

Педагогический эксперимент по развитию качества самоорганизованности в процессе физического воспитания осуществлялся согласно трем педагогическим условиям:

- 1) направленность процесса физического воспитания студентов на личностно ориентированный подход к развитию самоорганизованности;
- 2) реализация интерактивных методов и способов развития самоорганизованности на основе системного подхода;
- 3) организация взаимодействия развития физических качеств и интеллектуального уровня в процессе физического воспитания с целью развития самоорганизованности студентов.

Согласно первому педагогическому условию, использовалась теоретическая подготовка

для развития когнитивно-мотивационного компонента самостоятельной деятельности. В качестве одного из методов решения проблемы развития самостоятельной деятельности был предложен спецкурс, темы которого повышали уровень информационной культуры. Тем самым актуализировались опорные знания студентов в сфере физической культуры. Также для развития этого качества использовались методы морального воспитания, выполнения творческих заданий, насыщенных моральными дилеммами, связанными с процессом физического воспитания.

Продуктивным направлением развития стали ролевые игры с использованием игрового и соревновательного методов, в частности элементов игры «вопрос–ответ». Во время подготовки к ним студентам предлагалось заранее подготовить вопросы преподавателям по определенным темам. Таким образом выяснялись интересы студентов в сфере физической культуры по когнитивно-мотивационному компоненту. Широко использовались лекции-беседы, когда вербальное взаимодействие между участниками учебного процесса направлялось на коррекцию самостоятельности.

Вторым педагогическим условием развития самоорганизации была реализация интерактивных методов на основе системного подхода в процессе физического воспитания. Одними из них считались информационные технологии получения теоретических знаний:

- 1) поиск материала студентами по предложенной теме в источниках;
- 2) создание электронных презентаций с использованием видеоматериалов.

Одним из главных принципов информационных технологий (ИТ) является интерактивный режим работы. Внедрение ИТ в эксперимент имело своей целью создание мотивации для развития самоорганизанности в процессе физического воспитания, что предполагало использование интерактивных методов (визуализация учебной информации, внедрение игровых ситуаций, усложнение заданий). В библиотеке вуза был создан ресурс компьютерных презентаций с примерами использования средств физического воспитания для развития самоорганизанности. Форма работы с ними – самостоятельная, когда каждый студент получает доступ к информации.

Согласно третьему педагогическому условию, как средство развития была применена атлетическая гимнастика. Важным фактором во время силовых упражнений считалось применение метода выполнения упражнения

«до отказа», которое требует значительных волевых усилий. Ранее было обосновано значительное увеличение всех характеристик электромиографии во время использования этого метода при выполнении силовых упражнений [12]. Более эффективно силовая подготовка проявляется при выполнении домашних заданий, что требует от студентов значительных волевых усилий и самостоятельности.

Следующим средством развития было создание классификации-рейтинга, что явилось согласованием развития самоорганизованности с физическими качествами. Эта классификация предусматривала достижение промежуточных целей во время занятий спортивными играми (метод промежуточных целей (МПЦ)). Применение МПЦ в соединении с соревновательным методом оправдывает себя в спортивных играх. Задания классификации предлагались студентам на занятии как домашнее задание: студенты ставят перед каждым упражнением промежуточную цель и добиваются ее достижения. После подводятся итоги, оцениваются самостоятельные достижения каждого студента.

Высшей степенью развития качества самоорганизованности в эксперименте считался процесс самовоспитания. Физическое самовоспитание – это процесс целенаправленной, сознательной, планомерной работы студента над собой, ориентированной на формирование физической культуры личности. Он включает совокупность приемов и видов деятельности, которые определяют деятельность составляющую самоорганизованности студента в процессе занятий физическими упражнениями. Главными средствами физического самосовершенствования считают волевые усилия, самопринуждение и самовнушение на базе интеллекта в процессе двигательной деятельности [13].

В нашем случае организация физического самовоспитания включала в себя четыре этапа:

I этап – психолого-педагогическая подготовка;

II этап – практическая организация;

III этап – стимулирующий;

IV этап – контрольно-корректирующий.

Задачами эксперимента на этих этапах были морально-волевая подготовка студентов и практическая реализация физического самовоспитания с учетом индивидуальных особенностей и возможностей, помощь в составлении программы саморазвития.

Перед реализацией модели процесса физического воспитания с целью развития само-

организованности студентов и после нее было проведено тестирование качества согласно заявленным в исследовании критериям. На этапе тестирования считалось важным изучить волевую сферу студентов в процессе физического воспитания. Методика исследования состояла в использовании модифицированного опросника [14]. Волевая организация личности характеризовала проявление самостоятельности студента на занятиях по физической культуре во время сложных ситуаций.

Результаты и их обсуждение

По итогам проведения эксперимента были получены следующие результаты:

- 5,6% студентов продемонстрировали высокий показатель волевой организации;
- 54,4% – достаточный;
- 40% – низкий.

Контрольная группа, соответственно, показала:

- 6,4% – высокий уровень;
- 52% – достаточный;
- 41,6% – низкий.

Другим показателем самостоятельности считалось проявление силы воли. Оценку силы воли как показателя интегрального морально-волевого качества самоорганизованности проводили путем анализа самооценки разных проявлений этого качества, между которыми есть взаимосвязи, с использованием модифицированной анкеты Р. С. Немова [15]. Анкета содержит 10 вопросов, характеризующих самостоятельность студентов. По результатам исследования было установлено, что 26,4% студентов экспериментальной группы имеют высокий уровень силы воли; 53,6 – достаточный; 20% – низкий. Студенты контрольной группы показали следующие результаты: 26,4% – высокий уровень; 55,2 – достаточный; 18,4% – низкий.

По результатам опроса, после формирующего эксперимента студенты экспериментальной группы показали: высокий уровень волевой организации – 10,4%; достаточный – 50,4; низкий уровень – 39,2%. В контрольной группе были такие результаты: 8% студентов – высокий уровень; 56 – достаточный уровень; 36% – низкий (табл. 1). Динамика показателей волевой организации в экспериментальной группе наблюдалась следующая: увеличение высокого уровня на 4,8% студентов; на 4% – достаточного и уменьшение – на 6% низкого. Динамика показателей волевой организации в экспериментальной группе наблюдалась следующая: увеличение высокого уровня на 4,8% студентов; на 4% – достаточного и уменьшение – на 6% низкого. В контрольной группе наблюдалось: увеличение показателей высокого уровня на 2%; достаточного – на 4%; уменьшение низкого уровня – на 0,8% (табл. 2).

Таблица 1/Table 1

Показатели волевой организации и силы воли студентов, %

Indicators of students' volitional organization and willpower, %

Уровень проявления качества	Волевая организация (анкета Хохлова)		Сила воли (анкета Немова)	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Высокий	5,6	6,4	26,4	26,4
Достаточный	54,4	52	53,6	55,2
Низкий	40	41,6	20	18,4

Результаты анкетирования позволили выявить уровень силы воли, характеризующий самостоятельность студентов на занятиях по физической культуре. Исходя из полученных данных определили, что студенты с высоким уровнем составили 34,4%; с достаточным – 59,2; с низким – 6,4%. В контрольной группе обозначились такие показатели: высокий уровень имеют 14,4% студентов; достаточный –

Таблица 2/Table 2

Показатели самостоятельности студентов после формирующего эксперимента, %

Indicators of students' independence after the formative experiment, %

Уровень проявления качества	Волевая организация		Сила воли		Динамика			
					волевой организации		силы воли	
	ЭГ	КГ	ЭГ	ЭГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Высокий	0,4	2	4,4	4,4	4,8	2	8	11,6
Достаточный	0,4	56	9,2	0,4	4	4	5,6	4,6
Низкий	9,2	36	4	5,2	0,8	6	13,6	6,2

50,4; низкий уровень – 35,2%. Динамика показателей силы воли в экспериментальной группе была такой: увеличение на 8% количества студентов с высоким уровнем; уменьшение на 5,6 – достаточного; уменьшение низкого уровня – на 13,6%. В контрольной группе наблюдалось уменьшение показателей высокого уровня на 11,6%; достаточного – на 4,6; увеличение низкого уровня на 16,2%.

Математическая обработка данных анкетирования и опроса с помощью критерия Пирсона позволила составить представление о воспитании силы воли и волевой организации на занятиях как о предпосылках формирования самостоятельности ($\chi^2_{кр} = 15,08$ при $p \leq 0,01$; $\chi^2_{емп} = 31,5$; $\chi^2_{емп} > \chi^2_{кр}$) у студентов вузов в процессе физического воспитания.

Выводы

Теоретические исследования развития самоорганизованности студентов вузов на занятиях по физической культуре показали, что суть морально-волевого качества «самоорганизованность студента» в процессе физического воспитания представлена совокупностью когнитивно-мотивационной, психофизиологической, аффективной и деятельностной составляющих.

Эффективное формирование самоорганизованности студентов в процессе физического воспитания происходит согласно трем педагогическим условиям:

- 1) направленность процесса физического воспитания студентов на личностно ориентированный подход;
- 2) реализация интерактивных методов и способов развития самоорганизованности на основе системного подхода;
- 3) организация взаимодействия физических качеств и интеллектуального уровня развития в процессе физического воспитания.

Основными показателями самоорганизованности студентов в процессе физического воспитания являются волевая организация личности и сила воли. Динамика этих показателей в процессе физического воспитания свидетельствует об эффективном развитии самостоятельной организации под влиянием удовлетворительных педагогических условий. Перспективы дальнейших исследований по данной проблеме заключаются в поиске корреляций между самоорганизацией студентов и другими морально-волевыми качествами в процессе физического воспитания.

Список литературы

1. Головин С. Ю. Словарь практического психолога. М. : Харвест, 1998. 409 с.
2. Зайцев В. П., Крамской С. И. Формирование оздоровительной культуры студентов в специальном учебном отделении. Белгород : Изд-во БГТУ, 2003. 232 с. EDN: QSZLOP
3. Гимазов Р. М. Теория и методика физической культуры и спорта: обучение двигательным действиям : учебное пособие для вузов. 2-е изд. М. : Лань, 2024. 156 с. EDN: BLWFFL
4. Чебровская С. В. Психологические условия формирования самостоятельности студентов : дис. ... канд. психол. наук. Комсомольск-на-Амуре, 2003. 157 с.
5. Ловягина А. Е., Ильина Н. Л., Медников С. В. Психология физической культуры и спорта. М. : Юрайт, 2024. 391 с. EDN: NNSVTI
6. Эммерт М. С., Фадиной О. О., Шевелева И. Н., Мельникова О. А. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов. М. : ООО «Торговый дом “Советский спорт”», 2021. 120 с. EDN: PNUBXQ
7. Шумаков О. В., Оксем П. М. Роль самостоятельности в современных оздоровительных технологиях физического воспитания студентов // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2010. № 7. С. 115–118. EDN: MSOLBX
8. Чернов И. В., Ревунов Р. В. Организация учебно-тренировочного процесса по физической культуре в высшем учебном заведении (на примере тяжелой атлетики). М. : Лань, 2019. 104 с. EDN: IYHGAK
9. Бишаева А. А., Малков А. А. Физическая культура : учебник. М. : КноРус, 2020. 312 с.
10. Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта : учебное пособие для СПО : в 3 т. Т. 1. Игры олимпиад. М. : Юрайт, 2019. 794 с.
11. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М. : Юрайт, 2019. 174 с. EDN: ZFMMIG
12. Ангелова О. Ю. Основы инновационной деятельности в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие для СПО. М. : Лань, 2023. 102 с.
13. Лукьяненко В. П. Теория физической культуры и спорта. Практические занятия : учебное пособие для вузов. М. : Лань, 2024. 116 с.
14. Хухлаева Д. В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. М. : Альянс, 2022. 208 с.
15. Немов Р. С. Экспериментальная педагогическая психология и психодиагностика. М. : Владос, 1995. 512 с.

References

1. Golovin S. Yu. *Slovar' prakticheskogo psikhologa* [Dictionary of a practical psychologist]. Moscow, Harvest, 1998. 409 p. (in Russian).
2. Zaitsev V. P., Kramskoy S. I. *Formirovanie ozdorovitel'noj kul'tury studentov v spetsial'nom uchebnom otdelenii*

- [Formation of a health culture of students in a special educational department]. Belgorod, Belgorod State Technical University Publ., 2003. 232 p. (in Russian). EDN: QSZLOP
3. Gimazov R. M. *Teorija i metodika fizicheskoj kul'tury i sporta: obuchenie dvigatel'nyh dejstvijam: uchebnoe posobie dlja vuzov, 2-e izd.* [Theory and methodology of physical culture and sports: Teaching motor actions: Textbook for universities. 2nd ed.]. Moscow, Lan', 2024. 156 p. (in Russian). EDN: BLWFFL
4. Chebrovskaya S. V. *Psychological Conditions for the Formation of Students' Independence*. Thesis Diss. Cand. Sci. (Psychol.). Komsomolsk-on-Amur, 2003. 157 p. (in Russian).
5. Lovyagina A. E., Ilyina N. L., Mednikov S. V. *Psikhologija fizicheskoj kul'tury i sporta* [Psychology of physical culture]. Moscow, Yurait, 2024. 391 p. (in Russian). EDN: NNSVTI
6. Emmert M. S., Fadina O. O., Sheveleva I. N., Melnikova O. A. *Obshchaja fizicheskaja podgotovka v ramkakh samostojatel'nykh zanjatij studentov* [General physical training in the framework of independent studies of students]. Moscow, LLC "Trading House "Soviet Sport" Publ., 2023. 120 p. (in Russian). EDN: PNUBXQ
7. Shumakov O. V., Oxem P. M. The role of self-dependence in modern health improvement technologies of physical students' education. *Pedagogics, Psychology, Medical-biological Problems of Physical Training and Sports*, 2010, no. 7, pp. 115–118 (in Russian). EDN: MSOLBX
8. Chernov I. V., Revunov R. V. *Organizatsija uchebno-trenirovochnogo protsessa po fizicheskoj kul'ture v vysshem uchebnom zavedenii (na primere tjazhelej atletiki)* [Organization of the educational and training process in physical education in higher education institutions (on the example of weightlifting)]. Moscow, Lan', 2019. 104 p. (in Russian). EDN: IYHGAK
9. Bishaeva A. A., Malkov A. A. *Fizicheskaja kul'tura: uchebnik* [Physical culture: Textbook]. Moscow, KnoRus, 2020. 312 p. (in Russian).
10. Germanov G. N., Korolkov A. N., Sabirova I. A. *Teorija i istorija fizicheskoj kul'tury i sporta: uchebnoe posobie dlja SPO: v 3 t. T. 1. Igry olimpiad* [Theory and history of physical culture and sports: A training manual for PDF: in 3 volumes. Vol. 1. Games of the Olympic Games]. Moscow, Yurayt, 2019. 794 p. (in Russian).
11. Burukhin S. F. *Metodika obucheniya fizicheskoj kul'ture. Gimnastika* [Methods of teaching physical culture. Gymnastics]. Moscow, Yurait, 2019. 174 p. (in Russian). EDN: ZFMMIG
12. Angelova O. Y. *Osnovy innovatsionnoj dejatel'nosti v sfere fizicheskoj kul'tury i sporta: uchebnoe posobie dlja SPO* [Fundamentals of innovation activity in the field of physical culture and sports: Textbook for vocational education]. Moscow, Lan', 2023. 102 p. (in Russian).
13. Lukyanenko V. P. *Teorija fizicheskoj kul'tury i sporta. Prakticheskie zanjatija: uchebnoe posobie dlja vuzov* [Theory of physical culture and sports. Practical exercises: Textbook for universities]. Moscow, Lan', 2024. 116 p. (in Russian).
14. Khukhlaeva D. V. *Metodika fizicheskogo vospitaniya v doshkol'nykh uchrezhdenijakh* [Methods of physical education in preschool institutions]. Moscow, Allianz, 2022. 208 p. (in Russian).
15. Nemov R. S. *Jeksperimental'naja pedagogicheskaja psikhologija i psikhodiagnostics* [Experimental pedagogical psychology and psychodiagnostics]. Moscow, Vldos, 1995. 512 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 16.01.2025; одобрена после рецензирования 23.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 16.01.2025; approved after reviewing 23.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ ГЛАЗАМИ РУКОВОДИТЕЛЯ

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 34–41

Physical Education and University Sport, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 34–41

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

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-34-41>, EDN: ETMCHV

Научная статья
УДК 796.378.4

Спортивные технологии: внедрение в практику работы образовательных организаций высшего образования

В. Ю. Стерликова, Е. А. Еремина[✉]

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

Стерликова Вероника Юрьевна, аналитик Аналитического центра физической культуры и спортивных технологий, sterlikova-v@list.ru, <https://orcid.org/0009-0004-2055-0576>

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

Аннотация. В статье исследуются современные тенденции в области спортивных технологий, их внедрение в практику инновационных видов спорта – таких, как фиджитал-спорт, компьютерный спорт, гонки дронов, лазерный бой и спортивное программирование, их нормативно-правовое обеспечение. Рассмотрены ключевые барьеры, ограничивающие развитие спортивных технологий, и предложены способы их преодоления. Произведена классификация спортивных технологий на основе их функциональности и области применения. Результаты исследования могут быть полезны для выработки практических рекомендаций по совершенствованию процессов разработки и применения спортивных технологий в системе высшего образования.

Ключевые слова: фиджитал, спортивные технологии, инновации, цифровизация, физическая культура, спорт

Для цитирования: Стерликова В. Ю., Еремина Е. А. Спортивные технологии: внедрение в практику работы образовательных организаций высшего образования // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 34–41. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-34-41>, EDN: ETMCHV

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

Article

Sports technologies: Implementation in the practice of higher education institutions

V. Yu. Sterlikova, E. A. Eremina[✉]

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

Veronika Yu. Sterlikova, sterlikova-v@list.ru, <https://orcid.org/0009-0004-2055-0576>

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

Abstract. The article examines modern trends in the field of sports technologies, their implementation in practice of innovative sports, such as phygital sports, computer sports, drone racing, laser combat and sports programming, their regulatory framework. The key barriers limiting development of sports technologies are considered, and ways to overcome them are proposed. Classification of sports technologies is made based on their functionality and scope of application.

Results of the study can be useful for designing practical recommendations for improving the processes of development and application of sports technologies in the higher education system.

Keywords: phygital, sports technologies, innovations, digitalization, physical education, sports

For citation: Sterlikova V. Yu., Eremina E. A. Sports technologies: Implementation in the practice of higher education institutions. *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 34–41 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-34-41>, EDN: ETMCHV

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

Введение

На сегодняшний день технологии занимают важное место в развитии всех сфер общественной жизни, включая физическую культуру и спорт. Рост популярности инновационных видов спорта является свидетельством изменения спортивного ландшафта, где физическая активность тесно интегрируется с цифровыми технологиями. Одним из ключевых факторов для успешного внедрения и развития спортивных технологий является понимание специфики их создания и разработки.

В связи с этим возрастает значимость систематизации данных о современных спортивных технологиях. Необходимо выявить для них ключевые направления развития, проанализировать барьеры внедрения и предложить рекомендации для их преодоления в рамках работы университетов.

Материалы и методы

В статье проведен анализ положений законодательства и нормативных правовых актов, документов стратегического планирования в области физической культуры и спорта, использованы также интервью и метод кейс-стади.

Результаты

Нормативно-правовое обеспечение

В современном мире технологии стали важной частью спортивной деятельности. Так, в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 28 февраля 2024 г. № 145 «О стратегии научно-технологического развития Российской Федерации» одним из направлений развития обозначен переход к передовым цифровым, интеллектуальным производственным технологиям, роботизированным системам, что в том числе включает в себя сферу физической культуры и спорта [1].

В рамках данного направления реализуется Национальный проект «Наука и университеты», который включает в себя реализацию федерального проекта «Развитие масштабных научных и научно-технологических проектов по приоритетным исследовательским направлениям».

Также развитие отечественных технологических продуктов упомянуто в Распоряжении Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. № 3081-р, которым была утверждена «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года», предусматривающая учет современных тенденций развития видов спорта, в том числе инновационных, и их адаптацию под условия функционирования российского спорта, а также содействие развитию отечественного производства спортивного инвентаря, экипировки, цифровых продуктов [2].

Таким образом, развитие инновационных видов спорта стало импульсом к созданию и выведению на рынок технологий, направленных на потребности, имеющиеся в спортивной сфере.

Более того, Распоряжением Правительства Российской Федерации от 22.11.2024 № 3387-р была утверждена Концепция развития фиджитал-движения до 2030 г., где одним из приоритетных направлений развития является разработка технологических продуктов и цифровых платформ [3].

В настоящее время под инновационными видами спорта понимаются виды спорта, включающие в себя использование цифровых технологий, основой которых является использование электронной и вычислительной техники (табл. 1) [4].

В рамках подготовки к Международному мультиспортивному турниру «Игры будущего» 2024 г. в г. Казани Минобрнауки России инициирован образовательный проект «Фиджитал образование», предусматривающий в том числе методическое обеспечение фиджитал-спорта [5, 6]. С целью реализации

Таблица 1/Table 1

Признание инновационных видов спорта на территории Российской Федерации**Recognition of innovative sports in the Russian Federation**

Вид спорта	Признание
Компьютерный спорт	Приказ Минспорта России от 22 января 2020 г. № 22
Спортивное программирование	Приказ Минспорта России от 12 апреля 2022 г. № 333
Фиджитал-спорт	Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 31 января 2023 года № 58
Лазерный бой	Приказ Минспорта России от 20 июня 2023 г. № 437
Гонки дронов	

проекта «Фиджитал-образования» создан координационно-методический центр фиджитал-образования на базе ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский университет ИТМО», одним из направлений деятельности которого является проведение мониторинга и исследования развития фиджитал-спорта и фиджитал-образования в высшем образовании. В рамках мониторинга были проанализированы 58 практик по проведению физкультурных и спортивных мероприятий по инновационным видам спорта.

На первой гистограмме можно увидеть, что наиболее популярными видами спорта являются фиджитал-спорт, компьютерный спорт и спортивное программирование (рис. 1).

Исходя из информации, представленной на гистограмме, можно предположить, что будет наблюдаться рост числа мероприятий и соревнований на всех уровнях, что может способствовать дальнейшему развитию этих направлений.

Также мероприятия были проанализированы на предмет уровня проведения – рассматривались мероприятия локального, городского, регионального, федерального и международного уровней. На рис. 2 представлено полученное распределение. Видно, что большее количество соревнований имеет локальный и федеральный уровень.

Стоит рассмотреть возможность создания платформы для более централизованного и эффективного проведения соревнований по инновационным видам спорта на базе университетов. При этом целесообразно сделать акцент и на проведении международных турниров, чтобы привлечь больше участников и зрителей и стать флагманом и ориентиром в проведении соревнований по новым направлениям [7].

Классификация спортивных технологий

Перейдем к наиболее актуальным технологиям, определяемым условиями современной реальности. Применение спортивных технологий многогранно и может включать в себя разработки в области спортивной одежды, спортивного инвентаря и оборудования, контрольно-измерительных приборов и систем наблюдения.

В рамках исследования спортивных технологий в университетах была выбрана методика, предусматривающая использование метода кейс-стади. Кейс-стади, или метод изучения конкретных случаев (ситуаций), акцентирует внимание на истории развития организации (объекта исследования) в меняющихся условиях и в конкретном контексте. Проработка исследования по методу кейс-стади включала в себя следующие составные части:

- 1) полуструктурированное интервью,
- 2) сбор данных из открытых источников информации.

Изучение особенностей разработки и применения спортивных технологий включало в себя следующие направления:

- разработка и пилотирование технологических проектов;
- применение технологий в учебной или внеучебной деятельности по физической культуре и спорту;
- получение грантов на проведение и публикацию научных исследований.

Всего было проведено интервью с 6 экспертами из 6 университетов.

По итогам интервью с экспертами в рамках исследования выявлены 2 ключевые потребности разработки спортивных технологий:

- 1) качественная аналитика для оптимизации процессов тренировок;
- 2) создание комфортной, безопасной и доступной среды для тренировок.

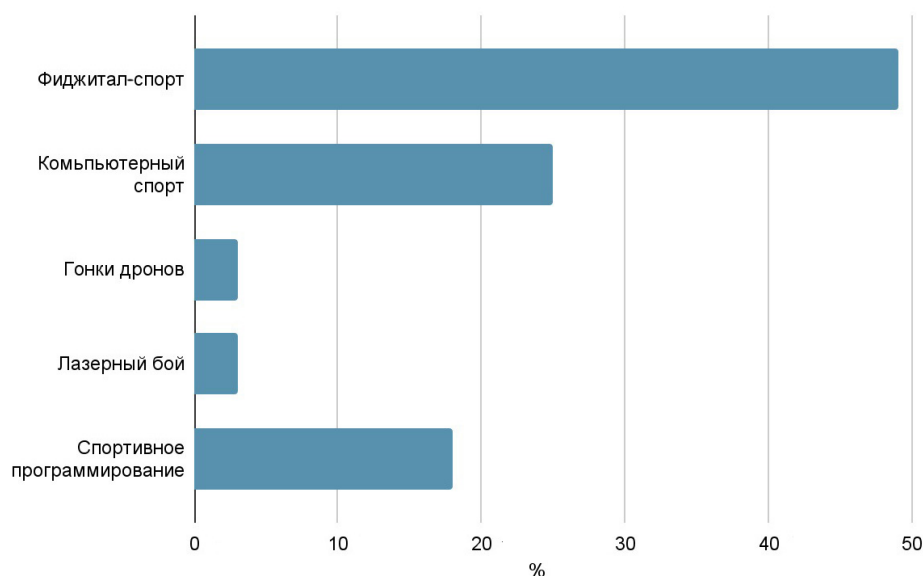


Рис. 1. Наиболее популярный вид спорта среди студентов

Figure 1. The most popular sport among students

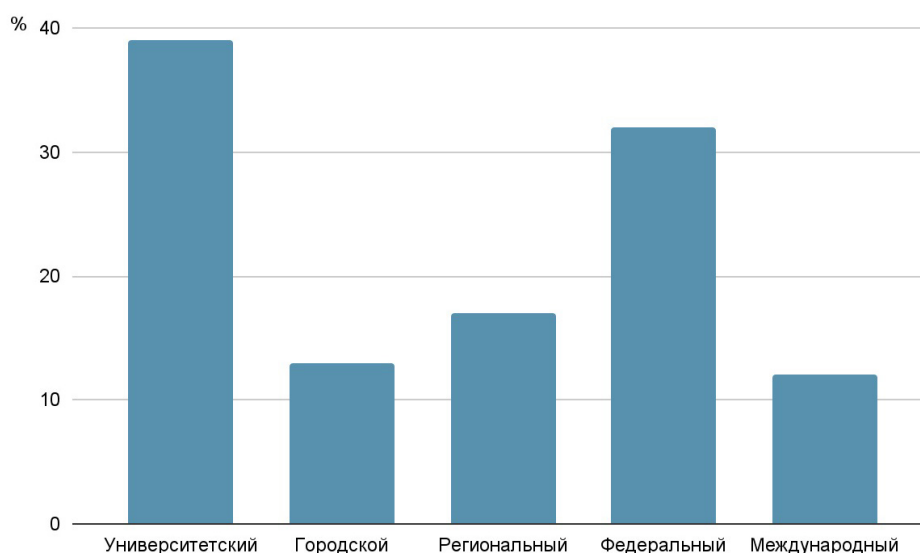


Рис. 2. Уровни соревнований по инновационным видам спорта

Fig. 2. Levels of competition in innovative sports

Примерами спортивных технологий может быть применение технологий виртуальной реальности, анализа данных и онлайн-платформ. Эти и не только технологии могут быть классифицированы и систематизированы на основе их функциональности и области применения. В табл. 2 указаны виды технологий, описание их основных функций, а также примеры разработок, активно проектируемых студентами и использующихся в рамках физической и спортивной работы.

Стоит отметить, что для создания данных технологий чаще всего применяются VR-шлемы, датчики, компрессионная одежда с ЭМГ-датчиками, вибромоторы и технологии искусственного интеллекта для анализа телеметрии.

Технологии включают облачное хранение данных, приложения для визуализации сигналов, спортивные тренажеры с возможностью адаптации под разные виды спорта (единоборства, плавание, теннис).

Таблица 2/Table 2

Классификация спортивных технологий
Classification of sports technologies

Спортивная технология	Описание	Примеры
Мониторинг и анализ физиологических показателей человека	Технологии, применяемые в мониторинге, фиксируют физические показатели студента для отслеживания его состояния и дальнейшего контроля личного прогресса или команды студентов. Данные с устройств анализируются и могут способствовать повышению эффективности тренировок	«Умные стельки» «Максипульс» «Умная одежда» «Спортбиоритм»
Тренажеры	Тренажеры для тренировок с технологиями синхронной адаптации позволяют пользователю ощущать предметы виртуального мира так же, как это происходит при использовании сразу двух контроллеров виртуальной реальности. Студент ощущает предмет в руках и параллельно видит соответствующую картинку в очках	«Виртуальные велогонки» «Удар силы» «SimRacing» «Кибербокс» «Киберкаратэ» «YouChip» «VRHockey»
Платформы для тренировок	Инновационное онлайн-пространство, где пользователи могут развивать свои навыки и улучшать физическую форму, используя цифровые технологии. Данный вид платформ осуществляет автоматизированный анализ техники выполнения движений, предоставляя студентам и тренерам возможность отслеживания динамики их прогресса. Платформы позволяют автоматизировать учет выполнения упражнений спортсменом или обучающимся, а также оценивать правильность их исполнения	«FORA VISION» «ОСпорт»

Помимо технологических устройств, к спортивным технологиям также можно отнести использование искусственного интеллекта. Сегодня искусственный интеллект способен заучивать каждую особенность и движения человека во время выполнения физических упражнений, что позволяет совместно с персональным тренером определить наиболее эффективную модель для проведения тренировок, которая обеспечит правильное распределение нагрузки на организм. Использование технологии компьютерного зрения дает возможность автоматизировать процесс мониторинга выполнения упражнений спортсменами или студентами, оценить правильность их исполнения и подсчитывать количество выполненных действий (например, при сдаче нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО или в рамках занятий по физической культуре). Это способствует автоматизации судейства, устраняя проблему субъективности и влияния человеческого фактора.

Технологии также значительно повысили качество трансляций спортивных мероприятий. Сейчас используют современные камеры, учитывают углы обзора, также дополнительные вкладки с актуальными графиками и статистическими данными делают просмотр спортивных соревнований более увлекательным.

Зрители способны погружаться в разнообразные аспекты соревнований, включая детали самой игры, узнавать уровень игроков, стратегию, что делает просмотр более интерактивным и информативным.

Способы поддержки

Для того чтобы студенты, преподаватели и научные сотрудники могли успешно реализовывать свои спортивно-технологические проекты, им необходима поддержка и помощь со стороны опытных наставников. Существуют различные аспекты поддержки проектов по разработке спортивных технологий, включая выбор темы проекта, планирование и организацию работы, а также использование различных инструментов и технологий для реализации проекта [8].

Среди мер поддержки можно выделить следующие направления: образовательные, финансовые, экспертные и ресурсные (табл. 3).

Зачастую проекты реализуются в рамках смотра-конкурса на лучшую организацию физкультурно-спортивной работы среди студентов образовательных организаций высшего образования (ООВО), а также в рамках программы «Приоритет-2030». Но среди проанализированных практик есть также примеры

Таблица 3/Table 3

Меры поддержки спортивных технологий**Support measures**

Вид поддержки	Мероприятия
Образовательная	Организация образовательных программ и курсов
	Проведение мастер-классов, семинаров и вебинаров
	Создание онлайн-ресурсов, позволяющих получить доступ к актуальной информации
Финансовая	Предоставление грантов и стипендий
	Финансирование стартапов и проектов
	Спонсорство мероприятий
Экспертная	Проведение консультаций и экспертной оценки проектов
	Привлечение опытных специалистов из различных областей (ИТ, спорт, маркетинг и др.)
Ресурсная	Предоставление специализированных площадок и цифровых арен
	Обеспечение доступа к высокотехнологичным мощностям, серверам и оборудованию
	Создание лабораторий и инновационных центров

сотрудничества с Альфа-банком и другими коммерческими организациями.

Предоставление подобных мер поддержки способствует развитию спортивных технологий, обеспечивает возможности для проведения исследований и экспериментов, а также создает условия для инноваций и развития новых цифровых образовательных продуктов [9].

Проблемы и барьеры

В рамках исследования среди основных барьеров при разработке технологий были выделены следующие факторы:

- недоверие тренеров к инновационным технологиям, в частности VR;
- высокая стоимость оборудования;
- недостаток аналитики;
- отсутствие единой классификации технологий;
- отсутствие четкого понимания направлений сотрудничества, кроме взаимодействия со спортивными федерациями по видам спорта;
- конфликты интересов с судьями по традиционным видам спорта [10].

Также стоит отметить, что многие спортивно-технологические проекты находятся на этапе НИОКР, тестирования и апробации. Однако планируется их доработка и регистрация в качестве сертифицированных медицинских или спортивных продуктов. На данной стадии разработчики часто сталкиваются с проблемой распределения прав на изобретение. Это явля-

ется еще одной потребностью для возможных образовательных и просветительских мероприятий с целью полного выхода спортивной технологии на рынок [11].

Междисциплинарное взаимодействие

При разработке спортивных технологий взаимодействие налаживается через участие в межуниверситетских и международных проектах, партнерство с инженерными школами, сотрудничество с федерациями и зарубежными организациями (Белоруссия, Турция, Индия).

Студенты чаще всего составляют больше 50% от команды разработки, занимая роли разработчиков, инженеров, специалистов по машинному обучению. Роли в командах в основном разделены на управленческие (директор, менеджер проекта) и технические (разработчики, методологи).

В рамках исследования также было выявлено, что авторы технологий чаще всего используют в качестве проверки эффективности сравнение с зарубежными аналогами, что не является достаточным критерием для оценки эффективности самой технологии. Некоторые технологии апробированы на фокус-группах или их авторы использовали обратную связь от пользователей. Таким образом, необходимо определить новые способы апробации эффективности технологий и закрепить их на нормативном уровне.

Коммерциализация

Основная аудитория использования спортивных технологий – спортсмены, тренеры, пациенты на реабилитации, спортивные школы, тренеры-преподаватели, а также спортивные клубы. Стоит отметить, что целевая аудитория является довольно размытой, что создает трудности при расчете емкости рынка той или иной технологии [12].

В рамках исследования практики зачастую упоминали следующие стратегии коммерциализации:

- пилотирование;
- продажу подписок на программное обеспечение;
- участие в соревнованиях.

Несмотря на использование зарубежных аналогов, российские технологии ориентируются на локализацию и адаптацию под отечественные нужды, также они зачастую имеют более низкую стоимость [13].

Выводы

Направление спортивных технологий активно развивается, в том числе благодаря активному появлению и закреплению инновационных видов спорта.

При этом ключевыми факторами успеха являются инновационные решения в тренировках, реабилитации и оценке упражнений. Студенты играют важную роль в создании этих технологий, а междисциплинарное сотрудничество ускоряет их внедрение. Среди основных выводов можно выделить следующие:

- 1) у спортивного сообщества существует явный запрос на тренировочные методики и платформы, которые обеспечивают безопасные, но при этом реалистичные условия, особенно в экстремальных и контактных видах спорта. Университеты могут стать местом разработки и апробации данных технологий;
- 2) в ходе классификации спортивных технологий были выделены следующие перспективные направления развития: мониторинг и анализ физиологических показателей человека, тренажеры для инновационных видов спорта, цифровые платформы для тренировок;
- 3) основные барьеры включают недоверие тренеров к технологиям, проблемы с распределением прав на технологию, а также конфликты с традиционными методиками;

- 4) на данный момент отсутствуют методики и нормативные документы для оценки эффективности технологий. В основном авторы технологий используют международные и отечественные конкурентные анализы, а также обратную связь от пользователей, что является недостаточным для качественной аналитики.

Исходя из полученных результатов исследования можно определить следующий список рекомендаций, который позволит сделать разработку технологий и их вывод на рынок более эффективным:

- 1) необходимо сосредоточиться на разработке технологий в определенных направлениях и развивать междисциплинарное взаимодействие между университетами, научно-исследовательскими центрами и физкультурно-спортивными организациями;
- 2) важно продвигать инновационные виды спорта через просветительские и образовательные мероприятия, организуемые университетами, чтобы уменьшить влияние существующих барьеров на их разработку;
- 3) требуется установить критерии эффективности для оценки конкурентоспособности технологий и их выхода на рынок, что может стать частью образовательных программ в области спортивного менеджмента и технологического предпринимательства.

Список литературы

1. Указ Президента Российской Федерации «О стратегии научно-технологического развития Российской Федерации» от 28.02.2024 г. № 145. URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/50358> (дата обращения: 09.03.2024).
2. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года. URL: <https://www.minsport.gov.ru/activity/strategy/> (дата обращения: 01.06.2024).
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации «Об утверждении Концепции развития фиджитал-движения на территории РФ на период до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации» от 22 ноября 2024 г. № 3387-п. URL: <https://base.garant.ru/411033214/> (дата обращения: 01.06.2024).
4. Приказ Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении правил вида спорта «фиджитал-спорт (функционально-цифровой спорт)» от 28 декабря 2023 г. № 1112. URL: <https://rulaws.ru/acts/Pravila-vida-sportasolt-buegiefj/> (дата обращения: 01.06.2024).
5. Указ Президента Российской Федерации «О проведении Международного мультиспортивного турнира «Игры будущего» в 2024 году в г. Казани» от 19.12.2022 № 927. URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212190109> (дата обращения: 10.06.2024).

6. Федеральный закон «О Международном мультиспортивном турнире «Игры будущего»» от 25.12.2023 № 645-ФЗ. URL: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202312250038> (дата обращения: 11.06.2024).
7. Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» от 07.05.2024 № 309. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/408892634/> (дата обращения: 09.03.2024).
8. Официальный сайт «Игр Будущего». URL: <https://gofuture.games/events/igry-budushego-2024> (дата обращения: 01.06.2024).
9. Стерликова В. Ю. Методы и инструменты продвижения фиджитал спорта // Сборник тезисов докладов конгресса молодых ученых. URL: <https://kmu.itmo.ru/digests/article/12214> (дата обращения: 01.06.2024).
10. Восколович Н. А. Использование цифровых технологий для повышения активности потребителей услуг спортивных мероприятий // Интеллект. Инновации. Инвестиции. 2022. № 6. С. 10–18. <https://doi.org/10.25198/2077-7175-2022-6-10>, EDN: AQAZHH
11. Леднев В. А., Солнцев И. В. Предпринимательство в индустрии спорта: направления, инновации и формы поддержки // Стратегические решения и риск менеджмент. 2021. № 12, ч. 3. С. 252–261. <https://doi.org/10.17747/2618-947X-2021-3-252-261>, EDN: HJHDXE
12. Галицын О. З., Зиганшин П. Д., Попов П. Д., Волошин Г. Р. Перспективы развития фиджитал-спорта на студенческом уровне // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2021. № 8 (222) С. 87–92. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2023.08.p87-92>, EDN: AXPSMI
13. В российских регионах открываются фиджитал-центры и секции. URL: <https://rg.ru/2024/07/04/reg-pfo/v-rossijskih-regionah-otkryvaiutsia-fidzhital-centry-i-sekcii.html> (дата обращения: 01.06.2024).

References

1. Decree of the President of the Russian Federation “On the Strategy for Scientific and Technological Development of Russia”, No. 145 dated February 28, 2024 (in Russian). Available at: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/50358> (accessed March 09, 2024).
2. Strategy for the Development of Physical Culture and Sports in the Russian Federation up to 2030 (in Russian). Available at: <https://www.minsport.gov.ru/activity/strategy/> (accessed June 01, 2024).
3. Order of the Government of the Russian Federation “On the Approval of the Concept for the Development of the Phygital Movement in the Russian Federation until 2030 and the Action Plan for Its Implementation”, No. 3387-r dated

- November 22, 2024 (in Russian). Available at: <https://base.garant.ru/411033214/> (accessed June 01, 2024).
4. Order of the Ministry of Sport of the Russian Federation “On the Approval of the Rules for the Sport ‘Phygital Sport (Functional-Digital Sport)’”, No. 1112 dated December 28, 2023 (in Russian). Available at: <https://rulaws.ru/acts/Pravila-vida-sporta-solt-buegiefj/> (accessed June 01, 2024).
5. Decree of the President of the Russian Federation “On Holding the International Multisport Tournament ‘Games of the Future’ in 2024 in Kazan”, No. 927 dated December 19, 2022 (in Russian). Available at: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212190109> (accessed June 10, 2024).
6. On the International Multisport Tournament ‘Games of the Future Act, No. 645-FZ dated December 25, 2023 (in Russian). Available at: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202312250038> (accessed June 11, 2024).
7. Decree of the President of the Russian Federation “On the National Development Goals of the Russian Federation for the Period up to 2030 and for the Future up to 2036”, No. 309 dated May 7, 2024 (in Russian). Available at: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/408892634/> (accessed March 09, 2024).
8. Official Website of the “Games of the Future”. Available at: <https://gofuture.games/events/igry-budushego-2024> (accessed June 01, 2024) (in Russian).
9. Sterlikova V. Yu. Methods and Tools for the Promotion of Phygital Sport. In: *Sbornik tezisev dokladov kongressa molodykh uchenykh* (Collection of Abstracts of the Congress of Young Scientists). Available at: <https://kmu.itmo.ru/digests/article/12214> (accessed June 01, 2024) (in Russian).
10. Vosklovich N. A. Use of digital technologies to increase the activity of consumers of sports events services. *Intellect. Innovations. Investments*, 2022, vol. 6, pp. 10–18 (in Russian). <https://doi.org/10.25198/2077-7175-2022-6-10>, EDN: AQAZHH
11. Lednev V. A., Solntsev I. V. Entrepreneurship in sports industry: Directions, innovations and support. *Strategic Decisions and Risk Management*, 2021, no. 12, part. 3, pp. 252–261 (in Russian). <https://doi.org/10.17747/2618-947X-2021-3-252-261>, EDN: HJHDXE
12. Galitsyn O. Z., Ziganshin P. D., Popov P. D., Voloshin G. R. Prospects for the development of phygital sport at the student level. *Uchenye zapiski Universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific Notes of P. F. Lesgaft University], 2021, no. 8 (222), pp. 87–92 (in Russian). <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2023.08.p87-92>, EDN: AXPSMI
13. Phygital centers and sections are opening in russian regions. Available at: <https://rg.ru/2024/07/04/reg-pfo/v-rossijskih-regionah-otkryvaiutsia-fidzhital-centry-i-sekcii.html> (accessed June 01, 2024) (in Russian).

Поступила в редакцию 18.01.2025; одобрена после рецензирования 24.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 18.01.2025; approved after reviewing 24.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

Научная статья
УДК 796.86:796.015.5

Перспектива использования технических средств для развития специальных скоростно-силовых и координационных способностей студентов в фехтовании на шпагах

В. А. Брицкий[✉], В. А. Аикин, В. И. Михалев

Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Россия, 644009, г. Омск, ул. Масленникова, д. 144

Брицкий Вадим Анатольевич, старший преподаватель кафедры теории и методики единоборств и силовых видов спорта, bwa_82@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6762-6049>

Аикин Владимир Анатольевич, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики водных видов спорта, va55@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-1655-197X>

Михалев Владимир Иванович, доктор педагогических наук, профессор, michalev@sibgufr.ru, <https://orcid.org/0000-0002-1452-9226>

Аннотация. Повышение эффективности тренировочного процесса у студентов в фехтовании на шпагах на разных этапах многолетней подготовки во многом будет определяться скоростно-силовыми и координационными способностями занимающихся, связанными прежде всего со специальной физической подготовленностью и специализированными проявлениями элементов техники фехтования. Предполагалось, что использование дополнительного средства (тренажера) в тренировочном процессе как у юных спортсменов, так и у студентов фехтовальщиков-шпажистов позволит повысить уровень специальных скоростно-силовых и координационных способностей и совершенствовать их техническую подготовленность. Для этого был проведен педагогический эксперимент, направленный на проверку эффективности тренажерного и диагностического устройства «Мишень фехтовальная, электронно-механическая» у фехтовальщиков-шпажистов в соревновательном периоде. Получены достоверные приросты фиксируемых показателей в экспериментальной группе (от 14,1–41,4%), в контрольной группе достоверные приросты достигали 15,8%.

Ключевые слова: мишень фехтовальная, студенты-фехтовальщики, тренировочный процесс юных спортсменов и студентов

Для цитирования: Брицкий В. А., Аикин В. А., Михалев В. И. Перспектива использования технических средств для развития специальных скоростно-силовых и координационных способностей студентов в фехтовании на шпагах // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 42–48. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-42-48>, EDN: FRCHXL

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

Article

The prospect of using technical means to develop special speed-strength and coordination abilities of students in sword fencing

V. A. Britsky[✉], V. A. Aikin, V. I. Mikhalev

Siberian State University of Physical Education and Sports, 144 Maslennikov St., Omsk 644009, Russia

Vadim A. Britsky, bwa_82@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6762-6049>

Vladimir A. Aikin, va55@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-1655-197X>

Vladimir I. Mikhalev, michalev@sibgufr.ru, <https://orcid.org/0000-0002-1452-9226>

Abstract. Increasing the effectiveness of training process among students in sword fencing at different stages of long-term training will largely be determined by the speed, strength and coordination abilities of those involved, first of all,

with special physical fitness and specialized manifestations of elements of fencing technique. It was assumed that the use of an additional tool (simulator) in the training process for both young athletes and students of sword-fencers will increase the level of special speed-strength and coordination abilities and improve their technical readiness. To do this, a pedagogical experiment was carried out aimed at checking effectiveness of the simulator and diagnostic device "Fencing target, electronic-mechanical" among sword-fencers in the competitive period. Significant increases in fixed parameters were obtained in the experimental group (from 14.1–41.4%), while in the control group significant increases reached 15.8%.

Keywords: target fencing, student fencers, training process of young athletes and students

For citation: Britsky V. A., Aikin V. A., Mikhalev V. I. The prospect of using technical means to develop special speed-strength and coordination abilities of students in sword fencing. *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 42–48 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-42-48>, EDN: FRCHXL

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

Введение

На учебно-тренировочном этапе в фехтовании закладывается основа индивидуального стиля боевой деятельности на основе морфофункциональных, двигательных и иных свойств [1–3]. Основными задачами учебно-тренировочного этапа являются формирование и повышение разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также совершенствование спортивного мастерства на базе всех видов подготовленности [4]. Общеизвестно, что применение дополнительных технических средств и тренажеров позволяет повысить эффективность тренировочного процесса, разнообразить его, а также получать обратную связь и объективные данные о его ходе. Использование мишеней в фехтовании в полной мере применимо на всех этапах подготовки в том числе и в студенческом спорте во всех видах оружия, ускоряя усвоение конкретных средств единоборства фехтовальщиков. Вопросы использования специальных технических решений, в первую очередь мишеней, направленных на повышение эффективности тренировочного процесса в фехтовании и фиксацию отдельных показателей выполнения уколов, а также инструментальная оценка параметров быстроты и точности уколов затрагивались специалистами по фехтованию в разных видах оружия [5–11]. Вместе с тем оптимального технического решения мишени совмещающей функции тренажера и диагностического прибора, позволяющего получать показатели выполнения уколов именно для фехтования на шпагах, до настоящего момента не было. Поэтому было разработано диагностическое и тренажерное устройство «Мишень фехтовальная, электронно-механическая» – тренажер и прибор для оценки показателей выполнения уколов в фехтовании на шпагах. Предполагается,

что внедрение данного устройства в тренировочный процесс фехтовальщиков-шпажистов находящихся на учебно-тренировочном этапе, позволит повысить уровень специальных скоростно-силовых и координационных способностей а также сможет совершенствовать техническую подготовленность юных фехтовальщиков [12]

Материалы и методы

На рисунке показана «Мишень фехтовальная, электронно-механическая», позволяющая получать информацию об уколах по 4 показателям: лучшее время реакции, среднее время реакции уколов за 1 минуту, количество точных уколов и количество неточных уколов при времени выполнения за 1 минуту. Данное техническое средство было внедрено в тренировочный процесс у фехтовальщиков-шпажистов для проверки гипотезы и достижения цели и задач исследования. В ходе эксперимента были произвольно сформированы две группы занимающихся – контрольная (КГ) и экспериментальная (ЭГ), по 10 человек в каждой, состоящие из фехтовальщиков-шпажистов в возрасте 12 лет. Эксперимент проводился в соревновательный период и продоллся шесть недель. Включение состояло в комплексном использовании «мишени» для спортсменов ЭГ в части специальной подготовленности, а также в выполнении упражнений с использованием разработанной нами «мишени». Спортсмены контрольной группы использовали механические мишени для выполнения упражнений в части специальной подготовленности. Для тестирования выбрано два режима из функционала «мишени»: «красный режим» (левая сторона) и «зеленый режим» (правая сторона), одинаковый для обеих групп. Достоверность различий между группами после эксперимента рассчитывалась по U-критерию

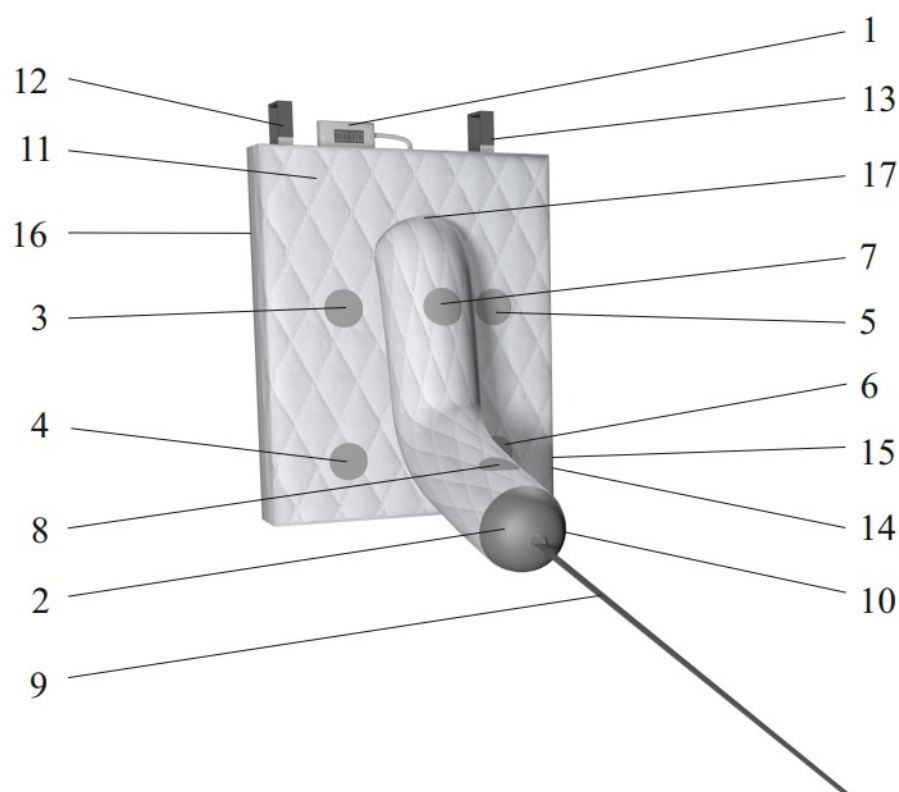


Рис. 1. Мишень фехтовальная, электронно-механическая (вид спереди): 1 – дисплей, 2 – гарда фехтовальная, шпажная, 3 – левый верхний датчик, 4 – левый нижний датчик, 5 – правый верхний датчик, 6 – правый нижний датчик, 7 – верхний датчик на руке, 8 – нижний датчик на руке, 9 – клинок фехтовальный, шпажный, 10 – кронштейн внутренний под шпагу, 11 – передняя панель, 12 – кронштейн внешний левый, 13 – кронштейн внешний правый, 14 – тумблер включения/выключения, 15 – тумблер включения/выключения звукового сигнала укола, 16 – задняя стенка, 17 – крепежный элемент для боевой руки

Fig. 1. Target fencing, electronic-mechanical (front view): 1 – display, 2 – fencing guard, epee, 3 – left upper sensor, 4 – left lower sensor, 5 – right upper sensor, 6 – right lower sensor, 7 – upper sensor on the hand, 8 – lower sensor on the hand, 9 – fencing blade, epee, 10 – internal bracket for the epee, 11 – front panel, 12 – outer left bracket, 13 – outer right bracket, 14 – on/off switch, 15 – on/off switch for the sound signal of a thrust, 16 – back wall, 17 – fastening element for the fighting hand

Манна–Уитни, темпы приростов – по формуле Броуди.

Результаты и их обсуждение

В ходе одного тренировочного занятия спортсмены ЭГ и КГ выполняли серию упражнений (из трех вышеуказанных положений) в основной части одного занятия, недельного микроцикла, а также выполняли серию предложенных нами уколов из трех положений – в конце недельного микроцикла в начале контрольной тренировки, после разминки. Спортсменам обеих групп были предложены одинаковые упражнения для нанесения уколов (на месте, с выпадом и шаг/скачок выпад) в двух режимах по выбору цвета. Задача спортсменов состояла в нанесении максимально быстрых и точных уколов за одну минуту

из положения на месте, с выпадом и шаг/скачок выпад.

В табл. 1 и 2 представлены результаты приростов в упражнении на месте контрольной и экспериментальной групп, в ЭГ фиксируем существенные приросты в точностных показателях уколов, показатели приростов ЭГ существенно выше по сравнению с КГ. В скоростных показателях среднegrupповые показатели уколов лучше в ЭГ по сравнению с КГ. Получена высокая динамика достоверных приростов в ЭГ: количество попаданий «красный режим» (14,1%), количество промахов «красный режим» (33%), количество промахов «зеленый режим» (30,4%).

В табл. 3 и 4 представлена динамика приростов контрольной и экспериментальной групп в упражнении «выпад». Динамика приростов всех показателей в КГ незначительна

Таблица 1/Table 1

Приросты показателей специальной подготовленности у мальчиков 12 лет контрольной и экспериментальной групп (n = 10, «красный режим», уколы на месте)

Increases in special fitness indicators in boys 12 years old, control and experimental groups (n = 10, “red mode”, injections in place)

Показатель	КГ		Прирост, %	ЭГ		Прирост, %
	до эксперимента	после эксперимента		до эксперимента	после эксперимента	
Лучшее время реакции, с (красный режим)	0,604 ± 0,041	0,581 ± 0,028	3,9	0,557 ± 0,046	0,520 ± 0,014*	6,9
Количество точных уколов, раз (красный режим)	12,7 ± 1,418	13,3 ± 0,823	3,9	12,5 ± 1,025	14,4 ± 0,8***	14,1
Количество неточных уколов, раз (красный режим)	5,3 ± 1,418	5,4 ± 1,265	0	5,3 ± 1,269	3,8 ± 1,249***	33
Среднее время реакции уколов за 1 мин, с (красный режим)	0,644 ± 0,055	0,627 ± 0,042	2,7	0,598 ± 0,06	0,581 ± 0,033*	2,9

Примечание. *Достоверные различия контрольной и экспериментальной групп после эксперимента при $\leq 0,05$.

**Достоверные внутригрупповые различия после эксперимента.

Note. *Significant differences between the control and experimental groups after the experiment at ≤ 0.05 . **Significant within-group differences after experiment.

Таблица 2/Table 2

Приросты показателей специальной подготовленности у мальчиков 12 лет контрольной и экспериментальной групп (n = 10, «зеленый режим», уколы на месте)

Increases in special fitness indicators in boys 12 years old, control and experimental groups (n = 10, “green mode”, injections in place)

Показатель	КГ		Прирост, %	ЭГ		Прирост, %
	до эксперимента	после эксперимента		до эксперимента	после эксперимента	
Лучшее время реакции, с (зеленый режим)	0,579 ± 0,043	0,575 ± 0,047	0,7	0,567 ± 0,051	0,514 ± ± 0,014**	9,8
Количество точных уколов, раз (зеленый режим)	13,8 ± 1,033	13,5 ± 1,269	0	12,8 ± 0,872	14,3 ± 0,9**	11,1
Количество неточных уколов, раз (зеленый режим)	4,9 ± 1,37	4,3 ± 1,160	13	5,3 ± 0,9	3,9 ± 1,3**	30,4
Среднее время реакции уколов за 1 мин, с (зеленый режим)	0,599 ± 0,04	0,591 ± 0,053	1,3	0,602 ± 0,061	0,555 ± 0,032	8,1

Примечание. См. табл. 1.

Note. See Table 1.

Таблица 3/Table 3

Приросты показателей специальной подготовленности у мальчиков 12 лет контрольной и экспериментальной групп (n = 10, «красный режим», уколы с выпадом)

Increments of indicators of special preparedness in boys 12 years old, control and experimental groups (n = 10, “red mode”, injections with prolapse)

Показатель	КГ		Прирост, %	ЭГ		Прирост, %
	до эксперимента	после эксперимента		до эксперимента	после эксперимента	
Лучшее время реакции, с (красный режим)	0,654 ± 0,061	0,615 ± 0,137	6,1	0,636 ± 0,049	0,583 ± ± 0,035***	8,7
Количество точных уколов, раз (красный режим)	12,1 ± 1,287	13,1 ± 0,738**	7,9	12,3 ± 1,005	13,8 ± 0,6***	11,5
Количество неточных уколов, раз (красный режим)	4,4 ± 1,075	4,9 ± 0,738	-10,8	4,5 ± 1,285	4,1 ± 0,831*	7,1
Среднее время реакции уколов за 1 мин, с (красный режим)	0,725 ± 0,073	0,709 ± 0,039	2,2	0,714 ± 0,109	0,649 ± 0,05*	9,5

Примечание. См. табл. 1.

Note. See Table 1.

Таблица 4/Table 4

Приросты показателей специальной подготовленности у мальчиков 12 лет контрольной и экспериментальной групп (n = 10, «зеленый режим», уколы с выпадом)

Increments of indicators of special preparedness in boys 12 years old, control and experimental groups (n = 10, «green mode» injections with prolapse)

Показатель	КГ		Прирост, %	ЭГ		Прирост, %
	до эксперимента	после эксперимента		до эксперимента	после эксперимента	
Лучшее время реакции, с (зеленый режим)	0,662 ± 0,06	0,635 ± 0,047	4,2	0,648 ± 0,065	0,630 ± 0,044	2,8
Количество точный уколов, раз (зеленый режим)	12,2 ± 1,398	13 ± 1,155	6,3	11,8 ± 1,249	13,6 ± 0,917**	14,2
Количество неточных уколов, раз (зеленый режим)	5,5 ± 1,716	6 ± 0,943	-8,7	5,6 ± 1,114	4,7 ± 1,269*	17,5
Среднее время реакции уколов за 1 мин, с (зеленый режим)	0,74 ± 0,079	0,717 ± 0,054	3,2	0,726 ± 0,081	0,696 ± 0,03	4,2

Примечание. См. табл. 1.

Note. See Table 1.

(до 7,9%). Получены достоверно высокие показатели приростов ЭГ в «зеленом режиме» в количестве попаданий (14,2%), количестве промахов (17,5%), что говорит об эффективности использования мишени при выполнении более сложного координационного движения. По временным показателям достоверно высоких различий между КГ и ЭГ мы не наблюдаем.

В табл. 5 и 6 представлена динамика приростов третьего, более сложного упражнения (шаг/скачок выпад). В ЭГ получены достоверно высокие показатели приростов в обоих упражнениях: количество попаданий (24,1 и 26,7%), количество промахов (29,1 и 41,4%). В контрольной группе получен достоверно высокий прирост в количестве попаданий в «красном режиме» (15,8%). Во всех трех

упражнениях величина приростов ЭГ оказалась выше, чем у КГ. Это свидетельствует о возможности использования предлагаемой мишени в тренировочном процессе спортсменов разной квалификации и возраста, в том числе и в студенческом спорте.

Выводы

Опыт внедрения мишени фехтовальной, электронно-механической в тренировочный процесс юных фехтовальщиков-шпажистов в соревновательном периоде показал, что использование дополнительного технического средства (тренажера и диагностического прибора) разнообразило тренировочный процесс, были зафиксированы объективные

Таблица 5/Table 5

Приросты показателей специальной подготовленности у мальчиков 12 лет контрольной и экспериментальной групп (n = 10, «красный режим», уколы шаг/скачок выпад)

Increments of indicators of special fitness in boys 12 years old, control and experimental groups (n = 10, «red mode», injections step/jump lunges)

Показатель	КГ		Прирост, %	ЭГ		Прирост, %
	до эксперимента	после эксперимента		до эксперимента	после эксперимента	
Лучшее время реакции, с (красный режим)	0,981 ± 0,044	1,014 ± 0,027**	-3,3	0,987 ± 0,046	0,986 ± 0,038*	0,1
Количество точных уколов, раз (красный режим)	10,6 ± 1,174	11,7 ± 0,738**	9,9	10,2 ± 1,327	13 ± 1***	24,1
Количество неточных уколов, раз (красный режим)	6,8 ± 1,549	6,1 ± 1,287	10,9	6,7 ± 1,552	5 ± 1,342**	29,1
Среднее время реакции уколов за 1 мин, с (красный режим)	1,094 ± 0,078	1,095 ± 0,056	0	1,107 ± 0,08	1,041 ± 0,03***	6,1

Примечание. См. табл. 1.

Note. See Table 1.

Таблица 6/Table 6

Приросты показателей специальной подготовленности у мальчиков 12 лет контрольной и экспериментальной групп (n = 10, «зеленый режим», уколы шаг/скачок выпад)

Increments of indicators of special fitness, in boys 12 years old, control and experimental groups (n = 10, “green mode”, injections step/jump lunges)

Показатель	КГ		Прирост, %	ЭГ		Прирост, %
	до экспери- мента	после эксперимента		до экспери- мента	после эксперимента	
Лучшее время реакции, с (зеленый режим)	0,995 ± 0,044	1,017 ± 0,035	-2,2	1,009 ± 0,038	1,004 ± 0,02	0.5
Количество точных уколов, раз (зеленый режим)	10.5, ± 1,179	12.3 ± 1,16**	15.8	10,7 ± 1,1	14 ± 1,342 ***	26.7
Количество неточных уколов, раз (зеленый режим)	6.6 ± 1,265	6.9 ± 1.287	-4,4	6.7 ± 1,269	4,4 ± 1,428 ***	41.4
Среднее время реакции уколов за 1 мин, с (зеленый режим)	1,092 ± 0,062	1.106 ± 0,073	-1.3	1.117 ± 0,063	1,053 ± 0,041**	5.9

Примечание. См. табл. 1.

Note. See Table 1.

данные по фиксируемым показателям выполнения уколов. Высокая динамика приростов в ЭГ, прежде всего по фиксируемым показателям точности и промахов во всех упражнениях (41,1%), позволяет говорить об эффективности ее использования также и в тренировочном процессе студентов. Экспериментальное апробирование мишени, фехтовальной, электронно-механической позволило нам выполнить анализ, оценить и проверить точность и быстроту специальных показателей выполнения уколов фехтовальщиками-шпажистами. Применение данного технического средства в ходе эксперимента дало возможность повысить уровень специальных скоростно-силовых и координационных способностей и совершенствовать техническую подготовленность не только юных фехтовальщиков-шпажистов, но и спортсменов более высокой квалификации, в том числе и в студенческом возрасте.

Список литературы

1. Мовшович А. Д. Фехтование. Начинающему тренеру. М. : Академический Проект, 2011. 111 с. EDN: VRSHWJ
2. Тышлер Д. А. Спортивное фехтование: учебник для вузов физической культуры. М. : Физкультура, образование и наука, 1997. 385 с.
3. Walrod B., Turner W., Hartz C. A prospective cohort study of collegiate fencing injuries // Current Sports Medicine Reports. 2019. Vol. 18, № 10. P. 361–366.
4. Приказ Министерства спорта РФ «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта “фехтование”» от 31 октября 2022 г. № 877. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405775931/> (дата обращения: 20.01.2025).

5. Брицкий В. А., Аикин В. А., Симонова К. Ю. Актуальные вопросы совершенствования подготовки фехтовальщиков-шпажистов в зарубежной литературе // Теория и практика физической культуры. 2022. № 12. С. 19–20. EDN: VQCDLT

6. Бусол В. А. Экспериментальное обоснование направленности средств и методов физической подготовки юных фехтовальщиков на этапе начальной специализации : автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1976. 22 с.

7. Гусева И. А. Экспериментальное исследование взаимосвязи быстроты и точности уколов в фехтовании : автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1974. 19 с.

8. Мовшович А. Д. Фехтование на шпагах: научные данные и спортивная тренировка. М. : Академический проект, 2008. 160 с. EDN: SULUHD

9. Gutierrez-Davila M. Effect of dual-attention task on attack and defensive actions in fencing // European Journal of Sport Science. 2017. Vol. 17, № 8. P. 1004–1012.

10. You E., Do M. C. In fencing, does intensive practice equally improve the speed performance of the touche when it is performed alone and in combination with the lunge? // Int. J. Sports Med. 2000. № 21. P. 122–126. <https://doi.org/10.1055/s-2000-8864>

11. Kim T., Kil S., Chung J., Moon J., Oh E. Effects of specific muscle imbalance improvement training on the balance ability in elite fencers // J. Phys. Ther. Sci. 2015. № 27. P. 1589–1592. <https://doi.org/10.1589/jpts.27.1589>

12. Патент № 220765 Российская Федерация, МПК А63В 69/00 (2023.08). Мишень фехтовальная, электронно-механическая: № 2023107765 : заявл. 28.03.2023 : опубл. 03.10.2023; патентообладатель Брицкий В. А., Береснев Д. В. 15 с.

References

1. Movshovich A. D. *Fekhtovanie. Nachinajushchemu treneru* [Fencing. For the Beginner Trainer]. Moscow, Academic Project, 2011. 111 p. (in Russian). EDN: VRSHWJ

2. Tyshler D. A. *Sportivnoe fekhovanie: uchebnik dlja vuzov fizicheskoi kul'tury* [Sports fencing: A textbook for universities of physical education]. Moscow, Fizkul'tura, obrazovanie i nauka, 1997. 385 p. (in Russian).
3. Walrod B., Turner W., Hartz C. A prospective cohort study of collegiate fencing injuries. *Current Sports Medicine Reports*, 2019, vol. 18, no. 1, pp. 361–366.
4. *On approval of the federal standard of sports training in the sport "Fencing", Order of the Ministry of Sports of the Russian Federation, No. 877 dated October 31, 2022* (in Russian). Available at: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405775931/> (accessed January 20, 2025).
5. Britsky V. A., Aikin V. A., Simonova K. Yu. Actual issues of improving the training of fencers-epee fencers in foreign literature. *Theory and Practice of Physical Education*, 2022, no. 1, pp. 19–20 (in Russian). EDN: VQCDLT
6. Busol V. A. *Jeksperimental'noe obosnovanie napravlenosti sredstv i metodov fizicheskoi podgotovki junykh fekhoval'shnikov na jetape nachal'noj specializatsii* [Experimental Justification of the Orientation of the Means and Methods of Physical Training of Young Fencers at the Stage of Initial Specialization]. Thesis Diss. Cand. Sci. (Ped.). Moscow, 1976. 22 p. (in Russian).
7. Guseva I. A. *Jeksperimental'noe issledovanie vzaimosvjazi bystroty i tochnosti ukolov v fekhovanii* [Experimental Study of the Relationship Between the Speed and Accuracy of Injections in Fencing]. Thesis Diss. Cand. Sci. (Ped.). Moscow, 1974. 19 p. (in Russian).
8. Movshovich A. D. *Fekhtovanie na shpagakh: nauchnye dannye i sportivnaja trenirovka* [Fencing on swords: Scientific data and sports training]. Moscow, Academic Project, 2008. 160 p. (in Russian). EDN: SULUHD
9. Gutierrez-Davila M. Effect of dual-attention task on attack and defensive actions in fencing. *European Journal of Sport Science*, 2017, vol. 17, no. 8, pp. 1004–1012.
10. Yiou E., Do M. C. In fencing, does intensive practice equally improve the speed performance of the touche when it is performed alone and in combination with the lunge? *Int. J. Sports Med.*, 2000, no. 2, pp. 122–126. <https://doi.org/10.1055/s-2000-8864>
11. Kim T., Kil S., Chung J., Moon J., Oh E. Effects of specific muscle imbalance improvement training on the balance ability in elite fencers. *J. Phys. Ther. Sci.*, 2015, no. 2, pp. 1589–1592. <https://doi.org/10.1589/jpts.27.1589>
12. Patent No. 220765 Russian Federation, IPC A63V 69/00 (2023.08). *Target fencing, electronic-mechanical*: No. 2023107765: declared 28.03.2023: publ. 03.10.2023; patent holder Britsky V. A., Beresnev D. V. 15 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 21.01.2025; одобрена после рецензирования 29.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 21.01.2025; approved after reviewing 29.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 49–56

Physical Education and University Sport, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 49–56

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

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-49-56>, EDN: IVPFCI

Научная статья
УДК 796.72.093.557

Новейшие разработки в области экипировки для мотокросса и инновационные методы подготовки гонщиков-студентов

В. И. Дубатовкин

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

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

Аннотация. Мотоциклетный спорт – мотоспорт, технический вид спорта, основу которого составляет взаимодействие спортсмена-гонщика с различного рода мотоциклетной техникой. Мотокросс – это самый популярный в мире из всех видов мотоспорта, суть которого заключается в езде по замкнутым трассам с искусственным или естественным покрытием. В России последние несколько лет к мотокроссу наблюдается повышенное внимание. Увеличилось количество этапов России по мотокроссу, соревнования проводятся с марта по ноябрь на всей территории страны. В составе команд по мотокроссу наряду с профессиональными гонщиками принимают участие студенты вузов и школьники. В мотокроссе задействованы относительно легкие мотоциклы с мощными моторами, которые требуют от гонщика хорошей технической и психологической подготовки. В статье рассматриваются новейшие разработки в области экипировки для мотокросса (шлемы, наколенники, жилеты, накидки, налокотники), значимость материалов и дизайна для безопасности и комфорта гонщиков-студентов, а также инновационные методы подготовки гонщиков-студентов, включая обзор необычных и эффективных методик тренировок. Предложены стратегии подготовки и развития профессиональных навыков гонщиков, способствующие повышению их спортивного мастерства и успешным выступлениям на соревнованиях.

Ключевые слова: гонщик-студент, инновация, методы, мотокросс, тренировка, экипировка

Для цитирования: Дубатовкин В. И. Новейшие разработки в области экипировки для мотокросса и инновационные методы подготовки гонщиков-студентов // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 49–56. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-49-56>, EDN: IVPFCI

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

Article

The latest developments in motocross equipment and innovative training methods for student riders

V. I. Dubatovkin

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

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

Abstract. Motorcycling is a motor sport, a technical sport based on the interaction of a racing athlete with various types of motorcycle equipment. Motocross is the most popular type of motorsport in the world, the essence of which is riding on closed tracks with artificial or natural turf. There has been increased attention to motocross in Russia over the past few years. The number of motocross stages in Russia has increased, and competitions are held from March to November throughout the country. University students and schoolchildren take part in motocross teams, along with professional racers. Motocross involves relatively light motorcycles with powerful engines that require good technical and psychological training from the rider. The article discusses the latest developments in the field of motocross equipment, such as helmets, knee pads, vests, capes, elbow pads, the importance of materials and design for the safety and comfort of riders. The author also considers innovative methods of training student racers, including an overview of unusual and effective training methods, offering

strategies for training and developing professional skills among participants, which contributes to improving their athletic skills and successful performances at competitions.

Keywords: student racer, innovation, methods, motocross, training, equipment

For citation: Dubatovkin V. I. The latest developments in motocross equipment and innovative training methods for student riders. *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 49–56 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-49-56>, EDN: IVPFCI

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

Введение

В современном мире мотокросс является одним из самых популярных и захватывающих видов мотоспорта, привлекающим миллионы поклонников и участников по всему миру. В нашей стране образование по направлению «Автомобильный и мотоциклетный спорт» можно получить в Российском государственном университете физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК) и Московской международной академии (ММА), на факультете спорта которой есть программа профессиональной переподготовки «Инженер-механик мотоциклетной спортивной команды». Закончившие выступление на спортивных аренах гонщики обучаются в этих вузах и становятся тренерами, для которых важно идти в ногу со временем, применяя в своей работе новейшие разработки в области экипировки для мотокросса и инновационные методы подготовки гонщиков-студентов.

В условиях постоянного развития технологий и стремительного прогресса в области спортивной экипировки важно следить за последними инновациями и тенденциями в сфере обеспечения безопасности и комфорта для гонщиков.

Актуальность статьи о применении новых технологий в экипировке мотоциклистов (как студентов, так и обучающихся в средних школах учеников) и необычных методиках тренировок заключается в том, что она представляет собой информацию о последних достижениях в данной области, которые могут значительно повлиять на безопасность и профессиональные навыки гонщиков.

С учетом того, что мотокросс требует высокой физической подготовки, а также надежной защиты от травм и ударов, новые технологии и инновации в области экипировки играют ключевую роль в обеспечении безопасности и комфорта для участников соревнований. Поэтому знание последних разработок в этой сфере, а также нестандартных методов тренировок, которые могут повысить

профессиональный уровень гонщиков, является крайне важным для всех, кто увлечен этим видом спорта.

Цель работы – разработка правильного построения тренировочного процесса гонщика-студента при помощи новых методик тренировки с учетом физической подготовки и закономерности переноса тренировочного эффекта с подготовительных упражнений на основные действия, выполняемые в соревновательных условиях [1].

Материалы и методы

Мотокросс – это захватывающий вид спорта, который требует от гонщиков хорошей физической подготовки и высокого уровня мастерства. Для достижения успеха на трассе необходимо не только владение мотоциклом, но и отличная физическая форма, реакция, координация движений и выносливость [2]. Рассмотрим необычные и эффективные способы тренировок для мотокросса, применяемые в учебно-тренировочном процессе вузов, которые помогут гонщикам улучшить свои навыки и достичь новых высот в этом захватывающем виде спорта.

1. Симулятор мотокросса

Симуляторы мотокросса – это инновационные устройства, которые позволяют гонщикам-студентам имитировать реальные условия и тренироваться в виртуальном пространстве, повышая свои навыки и реакцию на различные ситуации, которые могут возникнуть на трассе. Эти симуляторы предлагают уникальную возможность гонщикам погрузиться в мир мотокросса без необходимости выезжать на трассу, что делает их отличным инструментом для тренировок и подготовки.

Одним из ключевых преимуществ симуляторов мотокросса является возможность тренироваться в любое удобное время, без привязки к погодным условиям или доступности трассы. Гонщики могут выбирать различные

сценарии и уровни сложности, а также настраивать параметры тренировки под свои потребности, что позволяет персонализировать процесс обучения.

Симуляторы мотокросса обычно оснащены специальным оборудованием, таким как рулевое управление, педали газа и тормоза, а также трехмерный экран или виртуальная реальность для создания максимально реалистичной атмосферы. Гонщики могут тренироваться на различных трассах, преодолевать препятствия, совершать прыжки и улучшать свои навыки управления мотоциклом.

Использование симуляторов мотокросса помогает гонщикам-студентам развивать реакцию, координацию движений, улучшать технику управления мотоциклом, а также принимать решения в экстремальных условиях без риска получения травм. Этот метод тренировок также способствует повышению концентрации, улучшению рефлексов и развитию стратегического мышления на трассе.

Существует несколько симуляторов мотокросса, которые предлагают гонщикам возможность тренироваться в виртуальной среде, улучшая свои навыки и реакцию на различные ситуации на трассе. Вот некоторые из них: MX Bikes, MX Simulator, Supercross The Game, MX vs ATV All Out.

Они представляют собой отличный инструмент для тренировок и подготовки гонщиков, позволяя им улучшить свои навыки и подготовиться к соревнованиям в условиях, максимально приближенных к реальным [2].

2. Тренировки на песчаных дюнах

Тренировки на песчаных дюнах представляют собой уникальную и эффективную форму подготовки для гонщиков-студентов в мотокроссе. Песчаные дюны предоставляют особые условия тренировок, которые помогают развить физическую форму, технику управления мотоциклом и выносливость гонщика. Вот несколько причин, почему тренировки на песчаных дюнах являются важным компонентом подготовки гонщиков:

- 1) укрепление мышц: так как песчаные дюны представляют собой неровную и изменчивую поверхность, это требует от гонщика дополнительного усилия и силы для управления мотоциклом. Тренировки на песке помогают укрепить мышцы ног, рук и корпуса, что необходимо для успешного управления мотоциклом на трассе;

- 2) улучшение координации и баланса: дюны требуют от гонщика высокой степени координации движений и баланса. Тренировки на песке помогают улучшить эти навыки, что важно для успешного преодоления препятствий и поворотов на трассе мотокросса;
- 3) развитие выносливости: песок создает дополнительное сопротивление, что требует от гонщика повышенной выносливости и усилий для управления мотоциклом. Такие тренировки помогают улучшить физическую подготовку и выносливость гонщика;
- 4) технические навыки: тренировки на песчаных дюнах помогают гонщикам развивать технические навыки управления мотоциклом. Песок представляет собой сложную и переменчивую поверхность, на которой гонщику необходимо принимать быстрые и правильные решения для успешного движения по трассе;
- 5) психологическая подготовка: тренировки на песчаных дюнах также способствуют развитию психологической устойчивости гонщика. Сложности, с которыми сталкивается гонщик на песчаных дюнах, помогают улучшить сосредоточенность, уверенность и решительность на трассе.

Безусловно, существует множество методик, способов тренировок, которые призваны улучшить показатели студентов-спортсменов, все они влияют на улучшение индивидуальных показателей. Но факторы окружающей среды, такие как рельеф местности, климат, обувь и ее подошва, влияющие на итоговый результат, необходимо знать и учитывать в составлении графиков разминки и тренировки [3].

3. Велосипедные тренировки

Велосипедные тренировки представляют собой эффективный и разносторонний метод подготовки для гонщиков мотокросса. Велосипед является отличным инструментом для улучшения физической формы, выносливости и силы, что необходимо для успешных выступлений на трассе [4]. Вот несколько причин, почему велосипедные тренировки являются важным компонентом подготовки гонщиков:

- 1) укрепление ног: велосипедные тренировки отлично укрепляют ноги, что является ключевым для управления мотоциклом на трассе мотокросса. Педальирование на велосипеде развивает мышцы ног, улуч-

шает их выносливость и силу, что позволяет гонщику эффективно маневрировать на трассе;

- 2) кардиотренировки: такие тренировки отлично развивают сердечно-сосудистую систему и улучшают кардиовыносливость. Езда на велосипеде способствует улучшению работы сердца и легких, что важно для поддержания высокого уровня выносливости на трассе;
- 3) развитие выносливости: длительные поездки на велосипеде помогают гонщику улучшить выносливость и устойчивость к усталости, что необходимо для успешных выступлений на трассе мотокросса;
- 4) улучшение техники дыхания: велосипедные тренировки способствуют развитию правильной техники дыхания, что помогает гонщику поддерживать оптимальный уровень кислорода в организме во время физических нагрузок. Это важно для улучшения выносливости и эффективности тренировок;
- 5) развитие ментальной устойчивости: поездки на велосипеде помогают гонщику улучшить психологическую устойчивость, управление стрессом и концентрацию во время соревнований.

Таким образом, велосипедные тренировки являются важным компонентом подготовки гонщиков, способствуя улучшению физической формы, выносливости, силы и ментальной устойчивости, что необходимо для успешных выступлений на трассе мотокросса.

4. Тренировки в бассейне

Тренировки в бассейне представляют собой эффективный и разнообразный метод подготовки для гонщиков-студентов мотокросса. Вода является идеальной средой для тренировок, поскольку обеспечивает сопротивление и поддержку, что позволяет развивать различные физические навыки и улучшать физическую форму. В связи с тем что морфологические признаки человека тесно связаны с его функциональными показателями, можно по внешнему виду определить предрасположенность, например, к работе скоростно-силового характера (анаэробная производительность) или к работе, требующей проявления выносливости (аэробная производительность) [5]. Тренировки в бассейне, являясь важным компонентом подготовки гонщиков-студентов, обеспечивают:

- 1) укрепление мышц: сопротивление воды помогает укрепить мышцы всего тела. Тренировки в бассейне способствуют развитию силы и выносливости, улучшают мышечный тонус и повышают общую физическую подготовку гонщика;
- 2) улучшение выносливости и кардиотренировки: плавание и другие водные упражнения являются отличным способом улучшить кардио-выносливость. Тренировки в бассейне помогают развить дыхательную систему, улучшить сердечно-сосудистую работу и повысить общую выносливость гонщика;
- 3) сохранение суставов и профилактика травм: вода обеспечивает мягкую и поддерживающую среду для тренировок, что снижает нагрузку на суставы и связки. Тренировки в бассейне помогают уменьшить риск получения травм, а также способствуют восстановлению после интенсивных тренировок;
- 4) улучшение координации и баланса: водные упражнения развивают координацию движений и улучшают равновесие гонщика. Тренировки в бассейне помогают развить технику движения, улучшить баланс и контроль над своим телом, что важно для успешного управления мотоциклом на трассе;
- 5) расслабление и восстановление: вода имеет расслабляющий эффект, что способствует восстановлению после интенсивных тренировок и соревнований. Тренировки в бассейне помогают снять мышечное напряжение, улучшить гибкость и ускорить процесс восстановления организма.

Таким образом, тренировки в бассейне представляют собой эффективный и многофункциональный метод подготовки для гонщиков, способствуя улучшению физической формы, выносливости, силы, координации и ментальной устойчивости, что необходимо для успешных выступлений на трассе мотокросса.

5. Игровые техники тренировок

Игровые техники тренировок представляют собой увлекательный и эффективный способ разнообразить и обогатить подготовку гонщиков. Использование игровых подходов позволяет гонщикам не только улучшить свои навыки и физическую форму, но и сделать тренировки более интересными и мотивиру-

ющими [6]. Вот несколько примеров игровых техник тренировок для мотокросса:

- 1) мотокросс-полянка с препятствиями: создание игровой зоны или полянки с различными препятствиями, которые гонщик должен преодолеть на мотоцикле, помогает улучшить технику управления, координацию движений и реакцию на изменяющиеся условия. Эта игровая техника тренировок позволяет гонщику совершенствовать свои навыки в увлекательной и стимулирующей форме;
- 2) соревнования и гонки: организация игровых соревнований и гонок с другими гонщиками или тренерами помогает повысить мотивацию и азарт тренировок. Гонщики могут соревноваться в скорости, ловкости и мастерстве, что способствует развитию соревновательного духа и улучшению результатов;
- 3) тренировки с использованием игровых приложений: существует множество игровых приложений и онлайн-платформ, которые предлагают интерактивные тренировки для мотокросса. Эти приложения позволяют гонщикам тренироваться в домашних условиях, улучшать свои навыки и соревноваться с другими участниками;
- 4) игровые упражнения на развитие реакции и координации: различные игровые упражнения, такие как тренировки с мячами, прыжки через препятствия или игры на балансирующей доске, помогают улучшить реакцию, координацию и равновесие гонщика. Эти игровые техники тренировок разнообразят подготовку и сделают ее более увлекательной.

Игровые техники тренировок представляют собой увлекательный и эффективный способ разнообразить и усилить подготовку гонщиков, сделав тренировки более интересными, мотивирующими и эффективными.

6. Силовые тренировки

Силовые тренировки играют важную роль в подготовке гонщиков мотокросса, помогая им укрепить мышцы, повысить выносливость и улучшить общую физическую форму. Эти тренировки направлены на развитие силы, выносливости и гибкости, что необходимо для успешных выступлений на трассе мотокросса. Вот несколько причин, почему силовые тренировки являются важным компонентом подготовки гонщиков:

- 1) укрепление мышц: силовые тренировки помогают укрепить мышцы ног, рук, спины, корпуса и ягодиц, что необходимо для управления мотоциклом на трассе. Развитие мышечной силы позволяет гонщику лучше контролировать мотоцикл, преодолевать препятствия и улучшить общую технику вождения;
- 2) повышение выносливости: тренировки способствуют увеличению выносливости и улучшению способности организма к длительным физическим нагрузкам. Развитие мышечной выносливости позволяет гонщику удерживать высокий темп на протяжении всей гонки и справляться с усталостью;
- 3) инструментами для развития скоростно-силовой подготовки являются упражнения, в которых задействованы в определенных скоростных режимах различные группы мышц. Такая мышечная работа в основном обеспечивается анаэробным источником – интенсивность работы может быть взрывной, общая продолжительность упражнений на скорость составляет от минуты (прыжки через скакалку) [7] до нескольких минут (прыжки в длину серий по 4–8 прыжков);
- 4) улучшение техники управления: улучшение техники управления мотоциклом, развивая необходимые мышечные группы для эффективного вождения. Сильные мышцы позволяют гонщику лучше контролировать мотоцикл, уверенно принимать решения и совершать сложные маневры;
- 5) профилактика травм: силовые тренировки помогают укрепить суставы, связки и мышцы, что способствует снижению риска получения травм. Сильные мышцы и гибкие суставы делают организм более устойчивым к повреждениям и травмам на трассе.

Силовые тренировки являются важным компонентом подготовки гонщиков, помогая им улучшить физическую форму, выносливость, силу и технику управления мотоциклом, что необходимо для успешных выступлений на трассе мотокросса.

Результаты и их обсуждение

За последние два года в мире мотокросса произошел значительный прогресс в разработке новых технологий экипировки для защиты и комфорта гонщиков. Новые материалы, дизайн и инновации делают снаряжение

для мотокросса более безопасным, удобным и функциональным. По мере финансовых возможностей производится тестирование новейшего оборудования и экипировки на студентах-гонщиках, принимающих участие в различных Кубках и этапах Чемпионата России по мотокроссу. Рассмотрим некоторые из самых интересных новинок, которые появились на рынке за последние два года.

Одним из самых важных элементов экипировки для мотокросса является шлем. Новейшие технологии позволяют создавать шлемы, которые обеспечивают максимальную защиту головы гонщика при падениях и столкновениях. Некоторые из новых шлемов оснащены системами вентиляции, которые обеспечивают оптимальный воздухообмен и предотвращают перегрев головы во время гонок. Также современные шлемы имеют легкий вес и удобные системы фиксации, что делает их более комфортными для ношения на протяжении длительных гонок. Например, компания Fox Racing представила новую линейку шлемов V3 RS, которая использует инновационные материалы и технологии для обеспечения максимальной защиты и комфорта гонщика. Шлемы V3 RS оснащены системой Magnetic Visor Release System (MVRS), которая позволяет быстро и легко снять козырек в случае падения, чтобы предотвратить повреждение шлема и головы гонщика. Внешняя оболочка из карбонового волокна и эпоксидных смол позволяет снизить вес без потерь в жесткости. Технологии Fluid Inside® и MIPS® снижают риск сотрясения и других повреждений мозга. Съемная влагоотводящая и антимикробная подкладка X-Static® позволяет снизить помехи для гонщика, вызванные повышенным потоотделением. Шлем протестирован по стандартам безопасности DOT ECE 22.05.

Еще одним важным элементом экипировки для мотокросса являются защитные очки. Новые технологии позволяют создавать очки с улучшенной защитой от пыли, грязи и ультрафиолетовых лучей. Некоторые модели очков оснащены антифоговыми покрытиями, которые предотвращают запотевание линз во время гонок. Также современные очки имеют удобные ремешки и мягкие накладки на ободке, что обеспечивает комфортное прилегание к лицу гонщика. Еще одним примером новой технологии в области защитных очков являются модели Oakley Airbrake MX. Очки Oakley Airbrake – результат 35-летних усилий, которые фирма вложила в развитие экипировки для

мотоспорта. Можно считать это технологической вехой, оставившей обычные кроссовые очки MX в тени. Линзы изготовлены из литого плутония под давлением. Это самый оптически чистый материал, который безумно тяжело использовать в качестве линз. Oakley Plutonite – также ультражесткий материал, который защищает глаза и не может идти на компромисс с неблагоприятными внешними условиями. Эти очки оснащены системой Switchlock, которая позволяет быстро и легко менять линзы в зависимости от условий освещения и погоды. Кроме того, очки Oakley Airbrake MX имеют трехслойную пенку на ободке, которая обеспечивает идеальную посадку и комфорт во время гонок [8].

Одним из важнейших элементов экипировки для мотокросса являются защитные наколенники и налокотники. Новые технологии позволяют создавать наколенники и налокотники, которые обеспечивают максимальную защиту суставов и костей при падениях и столкновениях. Некоторые модели наколенников и налокотников имеют усиленные защитные элементы из ударопрочных материалов, которые предотвращают травмы при ударах. Также современные наколенники и налокотники имеют удобные системы фиксации и регулировки, что обеспечивает идеальную посадку на теле гонщика. В сфере защитных наколенников и налокотников стоит отметить модели Leatt 3DF 6.0. Эти наколенники и налокотники изготовлены из ударопрочного материала 3DF AirFit – вспененный полимер, спрессованный в пластины различной степени жесткости, обеспечивающий максимальную защиту суставов и костей при падениях. Кроме того, они имеют удобные регулируемые ремни и мягкую внутреннюю подкладку для дополнительного комфорта [9, 10].

Кроме шлемов, очков, наколенников и налокотников, защитные жилеты и накидки также играют важную роль в обеспечении безопасности гонщиков на трассе мотокросса. Новые технологии в этой области позволяют создавать жилеты и накидки, которые обеспечивают дополнительную защиту груди, спины и плеч гонщика в случае падений и столкновений.

Одним из примеров инновационных защитных жилетов является Alpinestars Bionic Action Jacket. Этот жилет обладает высоким уровнем защиты благодаря усиленным пластиковым панелям на груди, спине и плечах. Он создает надежную защиту от ударов

и травм, при этом обеспечивая свободу движений и комфорт во время гонок. Удобные регулируемые ремни позволяют идеально подогнать жилет к телу гонщика, а вентиляционные отверстия поддерживают оптимальную циркуляцию воздуха для предотвращения перегрева.

Другим примером инновационной защиты является Alpinestars A-1 Roost Guard. Этот жилет обеспечивает высокий уровень защиты груди и спины благодаря усиленным защитным элементам из ударопрочных материалов. Он надежно защищает от ударов и скольжений, предотвращая серьезные травмы при падениях. Удобные регулируемые ремни и мягкая внутренняя подкладка обеспечивают комфортное прилегание к телу гонщика, а легкий вес делает его идеальным выбором для длительных тренировок и гонок.

Защитные жилеты и накидки современных технологий для мотокросса представляют собой не только стильный элемент экипировки, но и важный компонент безопасности гонщика на трассе. Благодаря инновационным материалам, дизайну и функциональности эти изделия обеспечивают надежную защиту и комфорт, позволяя гонщикам сосредоточиться на своих достижениях и результативности на трассе. Новые технологии в области экипировки для мотокросса за последние два года значительно улучшили уровень защиты, комфорта и функциональности гонщиков. Благодаря инновациям в материалах и дизайне, современная экипировка позволяет уверенно и безопасно соревноваться на трассе, обеспечивая необходимую защиту и комфорт в любых условиях.

Выводы

Таким образом, статья о новых технологиях в экипировке для мотокросса и необычных способах тренировок представляет собой актуальное и информативное исследование, способное привлечь внимание как профессионалов в области мотоспорта, так и любителей, стремящихся расширить свои знания и улучшить собственные навыки в этой захватывающей дисциплине. Новые технологии в области экипировки для мотокросса за последние два года значительно улучшили уровень защиты, комфорта и функциональности гонщиков-студентов. Благодаря инновациям в материалах и дизайне современная экипировка позволяет уверенно и безопасно соревноваться на трассе, обеспечивая необходимую защиту и комфорт

в любых условиях. Новейшие технологии и материалы, дающие максимальную защиту и комфорт гонщиков-студентов на трассе, помогают им одерживать победы в этапах соревнований. Рассмотренные инновации, касающиеся усовершенствования шлемов, защитных жилетов, наколенников и других элементов экипировки, играют важную роль в обеспечении безопасности и профессиональной подготовки гонщиков.

Кроме того, необычные методики тренировок для мотокросса, включая тренировки на песчаных дюнах, велосипедные тренировки, тренировки в бассейне, симуляторы мотокросса и игровые техники тренировок, приближают спортсменов к победе в этом виде спорта. Разнообразный подход к учебно-тренировочному процессу дает возможность гонщикам-студентам улучшить физическую форму, развить навыки управления мотоциклом, повысить выносливость и выработать психологическую устойчивость, что важно для успешных выступлений на трассе.

В целом инновационная экипировка и необычные методики тренировок играют важную роль в подготовке гонщиков, обеспечивая им необходимые инструменты и подходы для достижения высоких результатов в этом захватывающем виде спорта. Развитие технологий и тренировочных методик продолжает улучшать профессиональный уровень гонщиков и способствует развитию мотокросса как спортивной дисциплины.

Список литературы

1. Дубатовкин В. И., Дубатовкин А. И. Методы физической подготовки гонщиков в мотокроссе // Современные здоровьесберегающие технологии. 2022. № 2. С. 53–59. EDN: EUCIEC
2. Семикс Г., Бейлз Д. Профессиональные приемы вождения кроссового мотоцикла и эндуро. URL: <https://litmir.club/br/?b=92159> (дата обращения: 14.12.2024).
3. Дубатовкин В. И. Беговые поверхности и адаптация спортсмена к разным скоростям бега // Актуальные проблемы и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта : материалы Всероссийской заочной научной конференции, Москва, 06 февраля 2018. М. : ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», 2018. С. 97–102. EDN: XSTVVZ
4. Трофимец Ю. И. Мотокросс: Подготовка гонщиков. М. : Патриот, 1990. 141 с.
5. Куликов С. В. Индивидуальные и национальные особенности начинающих пловцов-студентов аграрных вузов // Доклады ТСХА : сб. статей. Вып. 291, ч. 1. М. : Российский государственный аграрный университет – МСХА им. К. А. Тимирязева, 2019. С. 376–378. EDN: ZAGOWT

6. Григорьев И. М. Мотокросс и гонщик. Киев : Здоровье, 1987. 135 с.

7. Кичко Е. В., Бюркланд А. А., Венедиктова И. А., Дубатовкин В. И. Скоростно-силовые нагрузки и способы их совершенствования в подготовке студентов на занятиях физической культуры // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2022. № 5 (207). С. 206–210. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2022.5.p206-210>, EDN: UPRKSO

8. Очки Oakley Airbrake MX Goggle – новый стандарт защиты глаз и качества. URL: <https://opticbox.ru/news/ochki-oakley-airbrake-mx-goggle-novyy-standart-zashchity-glaz-i-kachestva> (дата обращения: 14.12.2024).

9. Motocross Action. URL: motocrossactionmag.com (дата обращения: 14.12.2024).

10. Наколенники. URL: <https://moto85.ru/catalog/zashchita/nakolenniki/> (дата обращения: 14.12.2024).

References

1. Dubatovkin V. I., Dubatovkin A. I. Methods of physical training of riders in motocross. *Modern Health-saving Technologies*, 2022, no. 2, pp. 53–59 (in Russian). EDN: EUCIEC

2. Semix G., Bailes D. *Professional'nye priemy vozheniya krossovogo mototsikla i jenduro* (Professional Cross-country Motorcycle and Enduro Driving Techniques). Available at: <https://litmir.club/br/?b=92159> (accessed December 14, 2024) (in Russian).

3. Dubatovkin V. I. Running surfaces and athlete's adaptation to different running speeds. In: *Aktual'nye problemy i perspektivy razvitiya individual'no-igrovyykh vidov sporta: materialy Vserossiyskoj zaочноj nauchnoj konferentsii, Moskva, 06 fevralja 2018* [Actual Problems and Prospects for the Development of Individual Game Sports: Proceedings of the

All-Russian correspondence scientific conference, Moscow, February 06, 2018]. Moscow, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism" Publ., 2018, pp. 97–102 (in Russian). EDN: XSTVVZ

4. Trofimets Yu. I. *Motokross: Podgotovka gonshchikov* [Motocross: Training riders]. Moscow, Patriot, 1990. 141 p. (in Russian).

5. Kulikov S. V. Individual and national characteristics of novice swimmers-students of agricultural universities. *Reports of the TLC, iss. 291, part 1*. Moscow, Russian State Agrarian University named after K. A. Timiryazev Publ., 2019, pp. 376–378 (in Russian). EDN: ZAGOWT

6. Grigoriev I. M. *Motokross i gonshchik* [Motocross and racer]. Kiev, Zdorov'e, 1987. 135 p. (in Russian).

7. Kichko E. V., Byurkland A. A., Venediktova I. A., Dubatovkin V. I. Speed and power loads and ways to improve them in the preparation of students in physical education classes. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific Notes of the University named after P. F. Lesgaft], 2022, no. 5 (207), pp. 206–210 (in Russian). <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2022.5.p206-210>, EDN: UPRKSO

8. Очки Oakley Airbrake MX Goggle – novyy standart zashchity glaz i kachestva (Oakley Airbrake MX Goggles – A New Standard in Eye Protection and Quality). Available at: <https://opticbox.ru/news/ochki-oakley-airbrake-mx-goggle-novyy-standart-zashchity-glaz-i-kachestva> (accessed December 14, 2024) (in Russian).

9. Motocross Action. Available at: motocrossactionmag.com (accessed December 14, 2024).

10. *Nakolenniki* [Knee pads]. Available at: <https://moto85.ru/catalog/zashchita/nakolenniki/> (accessed December 14, 2024) (in Russian).

Поступила в редакцию 20.01.2025; одобрена после рецензирования 28.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 20.01.2025; approved after reviewing 28.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

ТЕРРИТОРИЯ СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 57–63

Physical Education and University Sport, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 57–63

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

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-57-63>, EDN: LDSSUD

Научная статья
УДК 796.8.01-057.875

Влияние музыкального сопровождения на качество занятий силовым фитнесом в студенческой среде

А. В. Козлов✉, А. А. Бударников

Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Россия, 119571, г. Москва, пр-т Вернадского, д. 82

Козлов Александр Викторович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры и спорта, kozlov-av@ranepa.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4846-4325>

Бударников Анатолий Александрович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры и спорта, budarnikov-a@ranepa.ru, <https://orcid.org/0000-0001-8987-1424>

Аннотация. В статье изложены результаты исследовательской работы по разработке и внедрению музыкального сопровождения в учебные и секционные занятия по силовым видам спорта в Президентской академии (пауэрлифтинг, силовой фитнес, гиревой спорт и другие). Определено, что в учебном и тренировочном процессах студентов желательно, чтобы музыкальная композиция была связана с возрастом занимающихся, их социально-культурными особенностями, воспитанием и другими социальными факторами. При выборе музыки для заданной интенсивности упражнений темп музыкальной композиции должен быть связан с показателями частоты сердечных сокращений занимающегося во время упражнений, части занятия и вида занятия. При выборе музыки для отдельного занимающегося следует учитывать влияние личных ассоциаций конкретного студента. Разработанное авторами музыкальное сопровождение для учебных и секционных занятий по силовым видам спорта апробировано на практике и позволило повысить качество занятий, мотивацию и вовлеченность студентов в процесс развития силовых качеств.

Ключевые слова: студент, силовые виды спорта, музыкальное сопровождение, качество занятий

Для цитирования: Козлов А. В., Бударников А. А. Влияние музыкального сопровождения на качество занятий силовым фитнесом в студенческой среде // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 57–63. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-57-63>, EDN: LDSSUD

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

Article

Influence of musical accompaniment on the quality of strength training classes with university students

A. V. Kozlov✉, A. A. Budarnikov

The Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, 82 Vernadsky Ave., Moscow 119571, Russia

Alexander V. Kozlov, kozlov-av@ranepa.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4846-4325>

Anatoly A. Budarnikov, budarnikov-a@ranepa.ru, <https://orcid.org/0000-0001-8987-1424>

Abstract. The paper presents the results of the research on the development and implementation of musical accompaniment in training sessions and extra-curricular classes of strength sports (such as powerlifting, strength fitness, kettlebell lifting and others) at the Presidential Academy. It has been found out that in the educational and training processes, it is desirable that musical composition be related to the age of students, their socio-cultural characteristics, upbringing and other social factors. When choosing music for a given exercise intensity, the tempo of the musical composition should be related to the heart rate of the student during the exercise, to the part of the lesson and to the

type of the lesson. When choosing music for an individual student, influence of a particular student's personal associations should be taken into account. Musical accompaniment developed by the authors for classes and extra-curricular sessions in strength sports has been tested in practice and has made it possible to improve the quality of classes, to raise motivation and involvement of students in developing their strength qualities.

Keywords: student, power sports, musical accompaniment, quality of classes

For citation: Kozlov A. V., Budarnikov A. A. Influence of musical accompaniment on the quality of strength training classes with university students. *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 57–63 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-57-63>, EDN: LDSSUD

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

Введение

Регулярная физическая активность имеет множество физиологических и психологических преимуществ для здоровья человека. Тем не менее, современная студенческая молодежь слабо заинтересована в укреплении потенциала своего здоровья, недостаточно мотивирована в различных формах и видах фитнеса и физических активностей, а в системе высшего образования наблюдаются организационные проблемы вовлечения студентов в регулярные физкультурно-оздоровительные занятия, даже несмотря на обязательность элективных курсов по видам спорта в учебном заведении [1]. В этой связи деятельность по привлечению студентов к регулярным занятиям физической культурой и фитнесом приобретает большое значение. Регулярность посещений занятий по физической культуре и фитнесу рассматривается как прогрессия последовательных стадий от предварительного размышления через подготовку, вовлечение и действие к поддержанию. На желание студента заниматься физической культурой и фитнесом влияют четыре фактора пользы (социальный, психологический, образ тела и здоровье) и четыре фактора барьеров (время-усилия, социальный, физические эффекты и личные препятствия) [2].

Музыка может увеличить потенциальную пользу физических упражнений, усиливая социальные аспекты опыта упражнений, принося психологическую пользу, например, улучшение настроения. Музыка также может отвлекать от потенциальных барьеров для вовлечения в физкультурные занятия: например, приятный, любимый музыкальный трек может уменьшить осознание неприятных физических ощущений, которые некоторые занимающиеся могут испытывать во время упражнений [2–4]. Следовательно, важно рассмотреть роль музыки в более широком контексте принятия и поддержания регулярности посещений

студентами занятий по физической культуре и фитнесу.

Поиск и изучение научных публикаций, тезисов, статей и т. д. на платформах PubMed, scholar.google, elibrary, cyberleninka и других показали значительное количество исследований по воздействию музыкального сопровождения учебных занятий на психологический настрой и мотивацию студентов, а также успеваемость и посещаемость элективных курсов по видам спорта [5–7 и др.]. Однако публикаций по проектированию и разработке программ и методик физкультурно-оздоровительных учебных, секционных и факультативных занятий для студентов на основе изучения их музыкальных предпочтений и определения удовлетворенности посещением занятий в высшем учебном заведении не так много. Это обстоятельство дало нам основание сформулировать *цель исследования* – определить базовые рекомендации по использованию музыкального сопровождения на занятиях силовым фитнесом в учебном процессе в условиях тренажерного зала.

Материалы и методы

Для достижения цели нашего исследования мы провели организационно-аналитическую работу в условиях тренажерного зала Президентской академии, г. Москва. Вначале мы проанализировали научные публикации по проблематике нашей работы, затем провели опрос о выборе музыкальных композиций студентами для прослушивания на занятиях физической культурой. В опросах приняли участие более 100 студентов разных курсов и направлений подготовки с февраля по июнь 2024 г. В результате мы составили сборники популярных у студентов музыкальных композиций. Затем мы провели исследование, в котором приняли участие 30 (15 юношей и 15 девушек) здоровых студентов Президентской академии в возрасте от 18 до 21 лет ($19,1 \pm 0,36$ лет). В рамках

исследования мы провели: оценку мотивационных качеств музыки составленных сборников; оценку физической работоспособности студентов на основе выполнения упражнения (жим штанги лежа) под музыку и без музыки; выявление индекса удовлетворенности потребителя (CSI), оценку настроения. В заключение исследования на основании полученных результатов мы сформулировали базовые рекомендации по использованию музыкального сопровождения на занятиях силовым фитнесом в учебном процессе в условиях тренажерного зала.

Результаты и их обсуждение

Научных публикаций, эмпирически обосновывающих эффективность музыкального фона процесса обучения студентов по физической культуре, достаточно много. М. Г. Шаргина в тренировочной работе со студентами, занимающимися гиревым спортом, выявила, что музыкальное сопровождение разных стилей несколько по-разному облегчает процесс тренировки: рок-музыкальное сопровождение показало более высокий уровень стимулирования к занятиям у студентов, по сравнению с поп- и классическим музыкальным сопровождением [8]. Противоположный взгляд представили Е. А. Семизоров, Н. Я. Прокопьев, В. Н. Ананьев и С. В. Романова, которые в своем исследовании обосновали, что музыка великого классика В. А. Моцарта, композиции ливерпульской четверки «The Beatles» также положительно влияет на эмоциональный фон обучения и способствует положительной динамике физической работоспособности у студентов [9]. Э. К. Бутченко и Н. Д. Тагирова в своей работе определили позитивные изменения в снижении пропусков по уважительной и без уважительной причин среди студентов при внедрении в учебный процесс по физкультуре музыкального сопровождения [6].

В обзорной статье К. Г. Бальманн для достижения гарантированного повышения результативности занятий, формирования качественной обучающей атмосферы рекомендует тренерам применять персонализированные музыкальные предпочтения спортсменов во время спортивной активности [3].

К. И. Карагеоргис, Д. Л. Прист, П. К. Теории и Н. Л. Чацيرانтис и А. М. Лэйн определили, что поскольку содержание занятий в тренажерном зале имеет динамичный и силовой характер, музыка должна отражать энергичную, мощную и высокоинтенсивную

особенности деятельности [10]. При выборе музыки во время динамической силовой тренировки преподаватель силовой подготовки должен ориентироваться на две составляющие музыкальной композиции – заданную частоту сердечных сокращений занимающегося для определения подходящего темпа музыки и содержание текста песен. Следовательно, к жанру для динамической силовой тренировки относят хип-хоп, хард-рок, хэви-метал, рок, рок-н-ролл, с рекомендуемым диапазоном темпа музыки от 110 до 130 ударов в минуту. Тексты песен, как правило, содержат в себе послания о силе, мощи, доминировании, твердой решимости, агрессии, бунтарстве, уверенности в себе и успехе у противоположного пола [10].

К. И. Карагеоргис, П. Чик, С. Д. Симпсон и М. Биглясси [2] исследовали интерактивные эффекты темпа и интенсивности музыки (громкости) при выполнении простого двигательного навыка «сила захвата». В работе авторы классифицировали музыку на быструю – композиция звучит с темпом более 120 ударов в минуту; среднюю – с темпом примерно 110–120 ударов в минуту; медленную – музыкальный трек проигрывается с темпом менее 110 ударов. Также авторы выделили громкую (более 80 дБА) и тихую (менее 80 дБА) музыку. Внедрив в тренировочный процесс варианты звучания музыкальных произведений – быструю/громкую, быструю/тихую, медленную/громкую, медленную/тихую музыку – и сравнив занятия, проводимые без музыки, исследователи получили следующие результаты силы хвата занимающихся: при звучании музыки быстрой/громкой у испытуемых наблюдался самый высокий уровень силы хвата, в то время как быстрая/тихая музыка способствовала проявлению низкого уровня силы хвата.

Таким образом, в научной литературе, публикациях и исследованиях достаточно подробно представлены возможные направления и аспекты работы преподавателя силовой подготовки в составлении музыкального фона тренировочных занятий силовыми упражнениями. Однако, несмотря на многочисленные доказательства, подтверждающие позитивное воздействие на студента применения музыки во время выполнения им физических упражнений, очень мало трудов, которые в полной мере раскрывают практические особенности и проблемы работы преподавателя силовой подготовки в этом направлении. Сложностью в деятельности преподавателя физкультуры является разработка музыкальных компиляций,

составление музыкальных микстейпа, плейлиста, альбомов, сборников, и применение характеристик музыки (мелодии, ритм, динамики темпа и т. д.), которые действительно приносили бы положительный результат.

Представим свой опыт использования музыкального фона в процессе физического воспитания студентов, который выражается в изучении следующих показателей: определение рейтинга популярности музыкальных композиций на основе предварительного опроса студентов в отношении их музыкальных предпочтений; оценка мотивационных качеств композиции (Brunel Music Rating Inventory 2); оценка физической работоспособности (общее количество повторений жима штанги лежа) студентов; индекс удовлетворенности потребителя (CSI); шкала позитивного и негативного аффекта настроения (Positive and Negative Affect Schedule).

С целью составления сборников музыкального сопровождения в учебном процессе на занятиях силовым фитнесом мы провели опрос студентов (Yandex Forms) на предмет музыкальных предпочтений, желаемой музыки в тренажерном зале. Среди популярных направлений музыки среди студентов мы определили такие стили, как Pop, Hip-hop/Rap, Hard Rock, House (Progressive, Hard, Electro и другие), Heavy metal, Funk и другие направления.

На основе опроса музыкальных предпочтений студентов мы составили несколько музыкальных сборников, в которые входили музыкальные композиции, специально подобранные для задач занятий силовыми видами

спорта. Подбор музыки осуществлялся по тональности и темпу с помощью сервиса <https://vocalremover.org>, также использовался сервис «генератор плейлиста» (<https://www.chosic.com>). Всего мы составили 12 сборников музыкальных треков с общим объемом в 240 музыкальных произведений.

Затем мы оценили мотивирующие качества музыкальных композиций, выбранных студентами при помощи оценки опросника Brunel Music Rating Inventory 2, разработанного Д. Л. Пристом [11], состоящего из двух частей: оценка качества и степени мотивационных характеристик музыкальной композиции, звучащей во время выполнения силовых упражнений, и оценка мотивирующих качеств музыкального произведения.

Результаты опроса студентов, занимающихся в тренажерном зале и участвующих в исследовании, представлены в табл. 1.

В табл. 1 представлен фрагмент оценки студентами музыкальных композиций части плейлиста на октябрь, в котором показано, что наиболее мотивирующими качествами и степенью мотивации для студентов обладала музыкальная композиция группы «The Prodigy», а наименее мотивирующими качествами и степенью мотивации – музыкальная композиция группы «Linkin Park».

Процедура оценивания физической работоспособности студентов осуществлялась по следующей процедуре: каждый участник выполнил жим штанги лежа на скамье на максимальное количество повторений, используя 70% от повторного максимума в пяти подходах (табл. 2).

Таблица 1/Table 1

Пример оценки студентами музыкальных композиций из 12 авторских сборников
An example of students' assessment of musical compositions from 12 author's collections

Степень мотивации	Мотивирующие качества
Linkin Park – [название композиции скрыто]: 110 уд. мин, фа-диез минор	
3,7 SEM ^{Прим.} = 0.252	5,9 SEM = 0.187
The Prodigy – [название композиции скрыто]: 106 уд. мин, си минор	
6,1 SEM = 0.205	8,3 SEM = 0.318
GraveChill – [название композиции скрыто]: 124 уд. мин, ми минор	
5,7 SEM = 0.248	5,6 SEM = 0.576
Rammstein – [название композиции скрыто]: 75 уд. мин, ми минор	
4,7 SEM = 0.201	6,8 SEM = 0.326
AC/DC – [название композиции скрыто]: 134 уд. мин, си минор	
4,6 SEM = 0.216	5,7 SEM = 0.204

Примечание. Средний балл, SEM – средняя стандартная ошибка.

Note. Mean score, SEM – standard error.

Таблица 2/Table 2

Результаты оценивания физической работоспособности ($n = 30$)

Results of physical performance assessment ($n = 30$)

Студенты	ЭГ		КГ		P
	начало	конец	начало	конец	
Юноши ($n = 15$)	$37,87 \pm 3,18$	$43,93 \pm 7,04$	$37,53 \pm 3,16$	$39,67 \pm 2,72$	$t = 2,21$, при $> t_{0,05} = 2,05$
Девушки ($n = 15$)	$27,87 \pm 2,77$	$35,13 \pm 6,84$	$27,93 \pm 2,99$	$29,93 \pm 2,81$	$t = 2,63$, при $> t_{0,05} = 2,05$

Во время выполнения физических упражнений с музыкой у студентов-юношей экспериментальной группы была выявлена позитивная динамика, увеличение общего количества повторений жима лежа ($43,93 \pm 7,04$), в сравнении со студентами контрольной группы, которые занимались без музыки и результат которых увеличился незначительно ($39,67 \pm 2,72$; $P > 0,05$). Положительная динамика ($35,13 \pm 6,84$ повторений) наблюдается и у девушек, занимающихся под музыку, в сравнении с девушками контрольной группы ($29,93 \pm 2,81$ повторений; $P > 0,05$).

Во время выполнения физических упражнений без музыки индекс CSI равнялся 74%, что показывает, что воспринимаемое студентами качество занятий силовым фитнесом ниже среднего уровня удовлетворенности. С музыкой индекс CSI равнялся 83%, что указывает на средний уровень удовлетворенности.

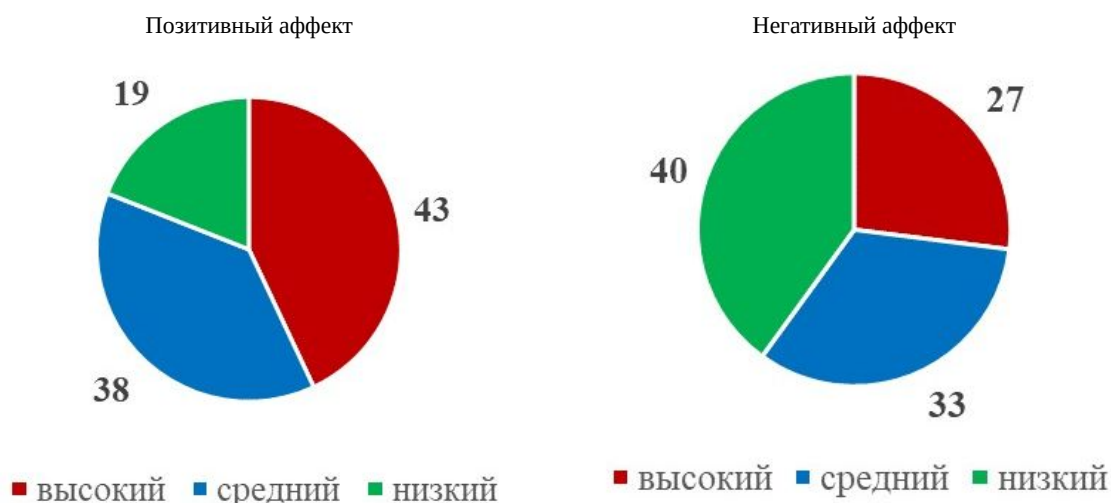
Настроение у студентов определялось оценкой позитивной и негативной эмоци-

ональности (PANAS). Результаты оценки представлены в процентном выражении на рисунке.

Таким образом, во время выполнения силовых упражнений с музыкой высокий уровень позитивного аффекта наблюдался у 43% студентов; средний уровень позитивного аффекта выявлен у 38% студентов; низкий уровень позитивного аффекта определен у 19% студентов. В то же время высокий уровень негативного аффекта определен у 27% студентов; средний уровень негативного аффекта выявлен у 33% студентов; низкий уровень негативного аффекта наблюдался у 40% студентов.

На основе полученных данных, изучения научной литературы и публикаций представим базовые рекомендации по использованию музыкального сопровождения на занятиях силовым фитнесом в учебном процессе в условиях тренажерного зала:

- 1) музыкальный стиль, популярность композиции, дата выпуска и исполнитель му-



Результат оценивания позитивной и негативной эмоциональности студентов на учебных занятиях по силовым видам спорта в высшем учебном заведении

Fig. The result of evaluating positive and negative emotionality of students in power sports classes at a higher educational institution

зыки должны быть связаны с возрастом занимающихся, их социально-культурными особенностями, воспитанием и другими социальными факторами;

- 2) при выборе музыки для заданной интенсивности упражнений темп музыки должен быть связан с частотой сердечных сокращений (ЧСС) во время упражнений (примерно 60–90% от максимального значения ЧСС для занимающегося);
- 3) при составлении музыкального плейлиста, сборника необходимо учитывать цель занятия, а также части занятия (подготовительная, разминка и кардио – примерно 70–130 BPM, основная – примерно 130–140 BPM и выше для интенсивного силового тренинга, заключительная – примерно не более 100 BPM) и вида занятия (обучение, совершенствование);
- 4) при выборе музыки для отдельного занимающегося следует учитывать влияние личных ассоциаций, при этом важно учитывать, что ассоциации, не связанные со спортом или физической активностью, также могут оказаться мотивирующими для конкретного студента.

Дальнейшим направлением исследовательской работы по использованию музыкального сопровождения на занятиях силовым фитнесом в учебном процессе в условиях тренажерного зала будет являться изучение музыкальной семантики и герменевтики, смыслового содержания музыкальных композиций, формирующие ассоциативный ряд, направленный на регулирование эмоционального состояния занимающихся силовым фитнесом.

Выводы

В целом, учитывая суммарные доказательства в научных работах, изучающих прослушивание музыки во время выполнения физических упражнений по ряду параметров, разумно заключить, что музыка способна оказывать значительные положительные эффекты на тренирующихся и спортсменов, особенно в плане усиления аффективных реакций (настроения, положительных эмоций), улучшения физической работоспособности, снижения воспринимаемого напряжения. Представленные рекомендации по использованию музыкального сопровождения на занятиях силовым фитнесом в высшем учебном заведении позволят преподавателям силовой подготовки повысить

эффективность и качество проведения занятий по силовым видам спорта.

Список литературы

1. Стародубцев М. П., Сапсаева Т. В. Организационные аспекты мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом // Человек и образование. 2022. № 2 (71). С. 71–77. <https://doi.org/10.54884/S181570410020613-9>, EDN: JXECVN
2. Karageorghis C. I., Cheek P., Simpson S. D., Bigliassi M. Interactive effects of music tempi and intensities on grip strength and subjective affect // Scandinavian Journal of Medisine & Science in Sports. 2018. Vol. 28, № 3. P. 1166–1175. <https://doi.org/10.1111/sms.12979>
3. Бальманн К. Г. Влияние музыкальных предпочтений на ответную реакцию организма на физическую нагрузку и работоспособность: обзорная статья // Ученые записки Белорусского государственного университета физической культуры. 2023. № 26. С. 323–340. EDN: CTULUO
4. Постникова М. А., Бухвалова С. Ю., Феоктистова Е. В., Головина В. А. Исследование эффективности использования музыки в некоторых циклических видах спорта // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов : материалы VIII Международной научно-практической конференции, Казань, 23–24 сентября 2022 года. Казань : Казанский государственный технический университет им. А. Н. Туполева, 2022. С. 308–311. EDN: NZOMAJ
5. Бакулина Е. Д., Сибгатулина Ф. Р., Погосова И. С., Климова Л. Ю. Эффективность занятий физическими упражнениями с музыкальным сопровождением в вузе // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2021. № 9 (199). С. 8–10. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2021.9.p8-11>, EDN: SCOAQS
6. Бутченко Э. К., Тагирова Н. Д. Эффективность воздействия музыкального сопровождения на посещаемость студентами занятий по физической культуре // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2022. № 5 (207). С. 70–75. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2022.5.p70-75>, EDN: WABJRD
7. Иванова Л. В. Влияние музыкального сопровождения на занятия физической культурой и спортом у студентов РГГУ // Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов : материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 18–19 мая 2023 года. М. : Российский экономический университет имени Г. В. Плеханова, 2023. С. 383–386. EDN: SLHCCV
8. Shargina M. G., Smirnov P. G., Salamatin M. N. Musical accompaniment in training process: Benefits analysis // Theory and Practice of Physical Culture. 2021. № 3. P. 17–19.
9. Семизоров Е. А., Прокопьев Н. Я., Ананьев В. Н., Романова С. В. Влияние музыкального сопровождения на уровень физической работоспособности юношей-студентов вузов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2021. № 11 (201). С. 394–399. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2021.11.p394-399>, EDN: XEOMGJ

10. Karageorghis C. I., Priest D. L., Terry P. C., Chatzisarantis N. L., Lane A. M. Redesign and initial validation of an instrument to assess the motivational qualities of music in exercise: The Brunel Music Rating Inventory-2 // *J. Sports Sci.* 2006. Aug. Vol. 24, iss. 8 P. 899–909. <https://doi.org/10.1080/02640410500298107>
11. Priest D.-L. Characteristics and effects of motivational music in exercise // Brunel University School of Sport and Education PhD Theses. 2003. 254 p. URL: <https://bura.brunel.ac.uk/handle/2438/2914> (дата обращения: 21.09.2024).

References

1. Starodubtsev M. P., Sapsaeva T. V. Organizational aspects of students' motivation to engage in physical education lessons and sports. *Man and Education*, 2022, no. 2 (71), pp. 71–77 (in Russian). <https://doi.org/10.54884/S181570410020613-9>, EDN: JXECVH
2. Karageorghis C. I., Cheek P., Simpson S. D., Bigliassi M. Interactive effects of music tempi and intensities on grip strength and subjective affect. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 2018, vol. 28, no. 3, pp. 1166–1175. <https://doi.org/10.1111/sms.12979>
3. Bal'mann K. G. The influence of musical preferences on the body's response to physical activity and performance: A review article. *Scientific Notes of the Belarusian State University of Physical Education*, 2023, no. 26, pp. 323–340 (in Russian). EDN: CTULUO
4. Postnikova M. A., Bukhvalova S. Iu., Feoktistova E. V., Golovina V. A. Study of effectiveness of music use in some cyclical sports. In: *Fizicheskoe vospitanie i studencheskii sport glazami studentov: materialy VIII Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii, Kazan', 23–24 sentyabrya 2022 goda* [Physical Education and Student Sports through the Eyes of Students: Proceedings of the VIII International scientific and practical conference, Kazan, September 23–24, 2022]. Kazan, Kazan State Technical University named after A. N. Tupolev Publ., 2022, pp. 308–311 (in Russian). EDN: NZOMAJ
5. Bakulina E. D., Sibgatulina F. R., Pogossova I. S., Klimova L. Yu. Efficiency of physical exercises with musical support at the university. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific Notes of the P. F. Lesgaft University], 2021, no. 9 (199), pp. 8–10 (in Russian). <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2021.9.p8-11>, EDN: SCOAQ5
6. Butchenko E. K., Tagirova N. D. Effectiveness of the impact of musical accompaniment on students' attendance of physical education classes. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific Notes of the P. F. Lesgaft University], 2022, no. 5 (207), pp. 70–75 (in Russian). <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2022.5.p70-75>, EDN: WABJRD
7. Ivanova L. V. The influence of musical accompaniment on physical education and sports classes with students of RSUH. In: *Aktual'nye problemy, sovremennye tendentsii razvitiia fizicheskoi kul'tury i sporta s uchetom realizatsii natsional'nykh projektov: materialy V Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem, Moskva, 18–19 maia 2023 goda* [Current Issues, Modern Trends in the Development of Physical Culture and Sports Taking into Account the Implementation of National Projects: Materials of the V All-Russian scientific and practical conference with International participation, Moscow, May 18–19, 2023]. Moscow, Plekhanov Russian University of Economics Publ., 2023, pp. 383–386 (in Russian). EDN: SLHCCV
8. Shargina M. G., Smirnov P. G., Salamatina M. N. Musical accompaniment in training process: Benefits analysis. *Theory and Practice of Physical Culture*, 2021, no. 3, pp. 17–19.
9. Semizorov E. A., Prokop'ev N. Ia., Anan'ev V. N., Romanova S. V. Influence of musical support on the level of physical working ability of male students of universities. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific Notes of the P. F. Lesgaft University], 2021, no. 11 (201), pp. 394–399 (in Russian). <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2021.11.p394-399>, EDN: XEOMGJ
10. Karageorghis C. I., Priest D. L., Terry P. C., Chatzisarantis N. L., Lane A. M. Redesign and initial validation of an instrument to assess the motivational qualities of music in exercise: The Brunel Music Rating Inventory-2. *J. Sports Sci.*, 2006, Aug, vol. 24, iss. 8, pp. 899–909. <https://doi.org/10.1080/02640410500298107>
11. Priest D.-L. Characteristics and effects of motivational music in exercise. *Brunel University School of Sport and Education PhD Theses*, 2003. 254 p. Available at: <https://bura.brunel.ac.uk/handle/2438/2914> (accessed September 21, 2024).

Поступила в редакцию 17.01.2025; одобрена после рецензирования 25.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 17.01.2025; approved after reviewing 25.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

Научная статья

УДК 796.015.132-053.81(470+571)(09)

Исторический аспект подготовки молодежи к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

А. С. Колодкин[✉], А. О. Батухтина, И. И. Груцына, У. Ю. Шихова

Вятский государственный университет, Россия, 610000, г. Киров, ул. Орловская, д. 12

Колодкин Алексей Сергеевич, аспирант, старший преподаватель кафедры медико-биологических дисциплин, kolodkin2013@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5703-4434>

Батухтина Анна Олеговна, студент факультета физической культуры и спорта, anyabatukhtina@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0001-4111-9492>

Груцына Ирина Ильинична, студент факультета физической культуры и спорта, irinagrucyna@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0003-3068-8520>

Шихова Ульяна Юрьевна, студент факультета физической культуры и спорта, u.schihowa2017@yandex.ru, <https://orcid.org/0009-0003-7105-695X>

Аннотация. Физическая культура представляет собой целенаправленную систематическую деятельность по укреплению здоровья, развитию физических качеств людей. Физическая подготовка позволяет каждому быть готовым к высокопроизводительному труду и защите своей Родины. Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в систему трудовой и военно-патриотической деятельности позволило увеличить количество людей, на постоянной основе занимающихся спортом и активной деятельностью. Данная статья посвящена историческому изучению подготовки молодежи к сдаче норм и требований комплекса «Готов к труду и обороне» в разные временные периоды. Низкий уровень физической подготовленности населения позволяет сделать вывод о необходимости целенаправленной подготовки людей начиная с молодежи.

Ключевые слова: ГТО, студенты, молодежь, физическая подготовка, здоровый образ жизни, массовый спорт, мотивация

Для цитирования: Колодкин А. С., Батухтина А. О., Груцына И. И., Шихова У. Ю. Исторический аспект подготовки молодежи к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 64–68. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-64-68>, EDN: JZVBBH

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

Article

Historical aspect of preparing the youth for taking the tests of the All-Russian physical education and sports standard “Ready for Labor and Defense”

A. S. Kolodkin[✉], A. O. Batukhtina, I. I. Grutsyna, U. Yu. Shikhova

Vyatka State University, 12 Orlovskaya St., Kirov 610000, Russia

Alexey S. Kolodkin, kolodkin2013@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5703-4434>

Anna O. Batukhtina, anyabatukhtina@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0001-4111-9492>

Irina I. Grutsyna, irinagrucyna@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0003-3068-8520>

Ulyana Yu. Shikhova, u.schihowa2017@yandex.ru, <https://orcid.org/0009-0003-7105-695X>

Abstract. Physical culture is a purposeful systematic activity aimed at improving health and developing physical qualities of people. Physical training allows everyone to be ready for high-performance work and protection of their Homeland. The introduction of the All-Russian physical education and sports standard "Ready for Labor and Defense" (further the RLD) into the system of labor, military and patriotic activities has led to the increase in the number of people who are constantly engaged in sports and activities. This paper is devoted to the historical study of the young people's preparation for the norms and requirements of the RLD standard in different periods. The low level of physical fitness of the population allows us to conclude that there is a necessity of purposeful training of people, starting from the youth.

Keywords: the RLD, students, youth, physical fitness, healthy lifestyle, mass sports, motivation

For citation: Kolodkin A. S., Batukhtina A. O., Grutsyna I. I., Shikhova U. Yu. Historical aspect of preparing the youth for taking the tests of the All-Russian physical education and sports standard "Ready for Labor and Defense". *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 64–68 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-64-68>, EDN: JZVBBH

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

Введение

В последние годы все чаще можно услышать мнение, что Россия незаметно превращается в Советский Союз. С приходом Владимира Путина к власти страна стала все более напоминать СССР, и это наблюдение становится все более распространенным.

24 марта 2014 г. Президент РФ подписал указ «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» (№ 172), который возобновил этот проект [1]. Основной целью стало увеличение числа граждан, участвующих в реализации комплекса. В частности, планировалось привлечь как можно больше людей к выполнению нормативов ГТО. Масштабы проекта требовали создания особых условий для его эффективной реализации. С первого квартала 2016 г. в высших учебных заведениях начали активно внедрять сдачу норм ГТО. В результате возникла проблема подготовки молодежи к выполнению требований обновленного комплекса.

Согласно документам о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе (ВФСК) ГТО, цели комплекса включают улучшение физической подготовки, укрепление здоровья и организацию полезного досуга. Для достижения этих целей необходимо эффективнее использовать возможности физической культуры и спорта.

В вузах, не специализирующихся на спорте, уровень физической культуры и спорта недостаточно высок. Занятия часто ограничиваются активным отдыхом, ответственность за самостоятельную подготовку перекладывается на студентов [2], поэтому необходимы новые подходы к организации физического воспитания в высших учебных заведениях [3, 4].

Цель исследования – выявить основные аспекты в истории развития подготовки молодежи к сдаче норм и требований комплекса ГТО.

Задачи исследования:

- 1) проанализировать историю возникновения и становления комплекса ГТО;
- 2) определить значимость вовлечения молодежи в подготовку к сдаче норм ВФСК ГТО;
- 3) выявить основные принципы и этапы подготовки студентов к успешной сдаче норм ВФСК ГТО.

Материалы и методы

В качестве основного метода исследования применялся анализ научно-методической и нормативно-правовой литературы.

Результаты и их обсуждение

Комплекс ГТО был создан в СССР около 90 лет назад по инициативе комсомола. Сдавать нормативы должны были люди всех возрастов, а значки ГТО служили символом достижения и гордости.

Вслед за Октябрьской революцией, в условиях формирования нового государства, возникла необходимость укрепления физического и нравственного здоровья населения. Так был разработан и внедрен комплекс «Готов к труду и обороне», ставший масштабной программой физического воспитания советских граждан. Комплекс ГТО не только улучшил физическую подготовленность и здоровье миллионов, но и сформировал важную составляющую общенациональной идентичности. Успешная сдача нормативов становилась источником гордости, а неудача – поводом для самосовершенствования. Эта эффективная практика способствовала как физическому благополучию, так и сплочению нации. Возрождение ГТО в 2014 г.

на фоне возросшего общественного интереса к спорту после Олимпиады в Сочи подчеркивает его актуальность в формировании здорового и патриотически настроенного общества.

В 1930 г. в газете «Комсомольская правда» комсомол предложил создать Всесоюзные спортивные испытания – комплекс ГТО, для оценки физической подготовки советской молодежи [5]. Инициатива создания комплекса ГТО, опубликованная в «Комсомольской правде», быстро нашла широкий отклик в обществе. В результате Всесоюзный совет физической культуры запустил процесс его разработки и тестирования. Утвержденный 11 марта 1931 г. комплекс ГТО был внедрен в масштабах всего Союза лишь спустя год, что свидетельствует о серьезности подхода к его реализации.

Утверждение комплекса ГТО мгновенно инициировало его масштабное внедрение по всей стране. Пропаганда охватила все уровни образования, от школ до высших учебных заведений, а также силовые структуры. Внедрение обязательных занятий по подготовке к сдаче нормативов ГТО свидетельствует о приоритетности физического воспитания и государственном масштабе этой инициативы.

Нововведение ГТО, внедренное в условиях советского энтузиазма, было воспринято как символ перемен и новых возможностей. За первый год более 24 тысяч молодых людей получили значки ГТО, отражая масштабы популярности и принятия этой инициативы.

При внедрении ГТО особое внимание уделялось молодежи, был установлен возрастной ценз (17 лет для девушек и 18 – для юношей). Первый этап включал 21 испытание, 15 из которых имели практические назначения. Испытания: метание гранаты, плавание, лазание по канату или шесту, бег от 100 метров до километра, переноска патронного ящика, езда верхом и на лыжах [6].

Комплекс ГТО быстро завоевал популярность, став эффективным инструментом для укрепления здоровья и развития физических способностей. Получение значка ГТО приобрело престижный статус, а сдача нормативов стала распространена по всей стране, от промышленных предприятий до учебных заведений. Успешное выполнение нормативов даже давало льготы при поступлении в вузы, а лучшим спортсменам открывали дорогу на всесоюзные соревнования.

Успех ГТО вдохновил его разработчиков на дальнейшее совершенствование. Массовое участие в комплексе способствовало росту

спортивных достижений СССР на международной арене. К 1976 г. значки ГТО имели свыше 220 миллионов граждан, что свидетельствует о колоссальном влиянии программы на жизнь страны.

Успех первой ступени ГТО продемонстрировал необходимость более сложной системы подготовки. В 1932 г. была введена вторая ступень, увеличившая количество нормативов (25 – для мужчин, 21 – для женщин) и включившая как чисто физические испытания, так и прикладные навыки, такие как фехтование, прыжки в воду с трамплина, а также преодоление полосы препятствий (военный городок). Это подчеркивало цель ГТО: подготовить молодежь к труду и обороне страны, сформировав не только физическую выносливость, но и необходимые практические навыки.

Развитие студенческого спорта в России до 2025 г. определяется официальной «Концепцией развития студенческого спорта», утвержденной Министерством спорта РФ в октябре 2017 г. Этот стратегический документ определяет приоритеты в данной области [7].

Концепция развития студенческого спорта ставит своей целью создание условий для продвижения здорового образа жизни среди студентов, стимулируя занятия физической культурой и спортом для укрепления здоровья, повышения работоспособности и готовности к трудовой и гражданской деятельности.

Значимая роль в увеличении числа молодых людей, активно занимающихся спортом и физической культурой, принадлежит Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне». Основные принципы, которые реализуются в процессе внедрения и деятельности комплекса ГТО в системе физического воспитания студентов, включают доступность и оздоровительную направленность. Комплекс ГТО создает благоприятные условия для молодых людей, позволяя им на добровольной основе участвовать в сдаче нормативов. Этот инициативный подход привлекает студентов к занятиям спортом, делая физическую активность доступной каждому желающему. Возможность проходить тесты в любое время и в удобных условиях способствует созданию положительного опыта и формированию стойкой мотивации к занятиям физической культурой. Личностно ориентированная направленность ГТО, в сочетании с оздоровительными задачами, позволяет учитывать индивидуальные потребности и способности каждого молодого

человека. Благодаря этому программа не только помогает развивать физические навыки, но и способствует улучшению общего состояния здоровья, формируя активную жизненную позицию и стремление к самосовершенствованию. Таким образом, комплекс ГТО играет ключевую роль в продвижении здорового образа жизни среди молодежи, интегрируя спорт в повседневную практику и создавая условия для достижения личных успехов.

Концепция норм и оценок комплекса ГТО уточняет перечень основных необходимых навыков и умений, требующихся для успешной сдачи всех испытаний комплекса ГТО [8, 9].

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» выполняет важную роль в росте числа молодежи, активно занимающейся спортом и физической культурой. Его основные принципы – доступность и оздоровительная направленность. Комплекс предоставляет молодым людям возможность на добровольной основе сдавать нормативы, что делает занятия спортом более привлекательными. Доступность ВФСК ГТО позволяет студентам в любое время попробовать свои силы в выполнении нормативов, что способствует вовлечению в физическую активность. Личностно ориентированный подход и оздоровительные цели комплекса учитывают индивидуальные потребности каждого человека, помогая ему развивать физические навыки и улучшать здоровье. Таким образом, ГТО является важным инструментом для популяризации здорового образа жизни среди молодежи [10].

Низкий уровень физической подготовленности студентов требует внедрения целостного подхода к решению данной проблемы. Важно выделить несколько ключевых задач, которые помогут эффективно подготовить молодежь к физическим нагрузкам. Прежде всего необходимо акцент на общее развитие всех физических качеств, что является основой для всесторонней подготовки. Следующий шаг – это постепенное увеличение физической нагрузки, что позволит организму адаптироваться к возрастающим требованиям и улучшать функциональные возможности. Этот процесс должен учитывать изменения в условиях среды и необходимости адаптации студента к ним. Кроме того, в процессе учебной и спортивной деятельности важно работать над снижением нервно-эмоционального напряжения студентов, что способствует лучшей усвояемости информации и повышению общей психологической устойчивости. Для достижения этих це-

лей имеет смысл применять поэтапный метод развития спортивного мастерства. Он позволяет контролировать прогресс каждого студента и адаптировать программу подготовки в зависимости от индивидуальных особенностей. Только соблюдая все указанные требования и подходы, можно обеспечить успешную подготовку студентов к сдаче нормативов ВФСК ГТО, что, в свою очередь, будет способствовать улучшению их физической формы и общего здоровья [11].

Выводы

Подводя итог, необходимо заострить внимание на необходимости создания в вузах целостной единой системы управления, реализующей функции мотивации, организации, направления и контроля эффективной и результативной спортивной деятельности молодежи, по итогам внедрения в процесс обучения комплекса ГТО.

Для привлечения студентов к систематическим занятиям спортом, в частности, для участия в ежегодных сдачах нормативов комплекса ГТО, важно проводить кампании по организации спортивно-массового направления в вузах. Одним из высокоэффективных стимулов может являться дополнительная компенсация или стипендия для студентов, занимающихся физической культурой и спортом.

Важно пропагандировать и поддерживать активизацию ВФСК ГТО, так как данный комплекс был изначально нацелен на поддержание населения страны в хорошей физической форме начиная с молодого возраста.

Для приобщения современной молодежи к участию в спортивной общественной жизни и подготовки к сдаче нормативов ГТО важно постепенно и последовательно начинать любую спортивную деятельность, мотивировать и подключать студентов к соревновательной деятельности, вырабатывать стремление к самостоятельной тренировочной деятельности и желание постоянно совершенствоваться и улучшать уровень собственной физической подготовленности.

Список литературы

1. Указ Президента РФ «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе “Готов к труду и обороне” (ГТО)» от 24 марта 2014 г. № 172. URL: <https://base.garant.ru/70619520/?ysclid=lr80o6pwwt523648821> (дата обращения: 10.12.2024).

2. Гурский А. В. Возвращение ГТО // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2014. № 4. С. 78–79. EDN: SFTPMZ
3. Перова Е. И., Кабачков В. А., Куренцов В. А. Совершенствование комплекса ГТО в современных условиях учебного процесса в общеобразовательных учреждениях РФ // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. 2013. № 5. С. 42–55. EDN: RWHAAD
4. Калинина Н. Е. Российская система физического воспитания: прошлое, настоящее и будущее // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2014. № 5 (111). С. 54–60. <https://doi.org/10.5930-1994-4683.2014.05.111>, EDN: SEKCEV
5. Кабышева М. И. О внедрении комплекса «Готов к труду и обороне» на кафедре физического воспитания ОГУ // Вестник Оренбургского государственного университета. 2015. № 7 (182). С. 105–111. EDN: VAUPGR
6. Курамшин Ю. Ф., Гадельшин Р. М. Комплекс ГТО в системе физического воспитания студентов: история создания и развития // Теория и практика физической культуры. 2014. № 7. С. 9–12. EDN: SFQBNV
7. Приказ Министерства спорта РФ от 21 ноября 2017 г. № 1007 «Об утверждении концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года». URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71726562/> (дата обращения: 10.12.2024).
8. Голощапов Б. Р. История физической культуры и спорта : учебник для студентов учреждений высш. проф. образования. 10-е изд., стер. М. : Академия, 2013. 320 с.
9. Блашко А. В., Полотнянко К. Н., Просякова Т. С., Шебалина Л. Г., Ленская И. Ф. Особенности включения норм ГТО в физкультурное образование // Философские, социологические и психолого-педагогические проблемы современного образования. 2019. № 1. С. 237–240. EDN: EEATRU
10. Копейкина Е. Н., Кондаков В. Л., Балышева Н. В., Усатов А. Н. К вопросу о проблемах внедрения комплекса «Готов к труду и обороне» в вузе // Актуальные проблемы внедрения комплекса ГТО и развития массового спорта : материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. Белгород, 1–3 ноября 2016 г. / под общ. ред. И. Н. Никулина. Белгород : ИД «Белгород», 2016. С. 73–76.
11. Столбов В. В., Чудинов И. Г. История физической культуры : учеб. пособие для средних учебных заведений. М. : Физкультура и спорт, 1962. 239 с.
2. Gursky A. V. . Return of the “Ready for Labor and Defense” Standard. *Physical Education: Upbringing, Education, Training*, 2014, no. 4, pp. 78–79 (in Russian). EDN: SFTPMZ
3. Perova E. I., Kabachkov V. A., Kurentsov V. A. Improving the RLD complex in modern conditions of the educational process in general education institutions of the Russian Federation. *Physical Education and Youth Sports*, 2013, no. 5, pp. 42–55 (in Russian). EDN: RWHAAD
4. Kalinina N. E. Russian system of physical education: Past, present and future. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific Notes of the P. F. Lesgaft University], 2014, no. 5 (111), pp. 54–60 (in Russian). <https://doi.org/10.5930-1994-4683.2014.05.111>, EDN: SEKCEV
5. Kabysheva M. I On the introduction of the “Ready for Labor and Defense” at OSU department of physical education. *Bulletin of the Orenburg State University*, 2015, no. 7 (182), pp. 105–111 (in Russian). EDN: VAUPGR
6. Kuramshin Y. F., Gadelshin R. M. Complex “Ready for Labour and Defence” in system of physical education of students: History of establishment and development. *Theory and Practice of Physical Culture*, 2014, no. 7, pp. 9–12 (in Russian). EDN: SFQBNV
7. On approval of the concept of the development of student sports in the Russian Federation for the period up to 2025, Order of the Ministry of Sports of the Russian Federation No. 1007 dated November 21, 2017 (in Russian). Available at: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71726562/> (accessed December 10, 2024).
8. Goloshchapov B. R. *Istoriya fizicheskoy kul'tury i sporta: uchebnik dlya studentov uchrezhdenii vyssh. prof. obrazovaniya. 10-e izd., ster.* [History of physical culture and sports: Textbook for the students of higher professional education. 10th ed., ster.]. Moscow, Academy, 2013. 320 p. (in Russian).
9. Blazhko A. V., Polotnyanko K. N., Prosekova T. S., Shebalina L. G., Lenskaya I. F. Features of the inclusion of TRP norms in physical education. *Philosophical, Sociological, Psychological and Pedagogical Problems of Modern Education*, 2019, no. 1, pp. 237–240 (in Russian). EDN: EEATRU
10. Kopeikina E. N., Kondakov V. L., Balysheva N. V., Usatov A. N. On the issue of implementing the complex “Ready for labor and defense” at the university. In: *Aktual'nye problemy vnedreniya kompleksa GTO i razvitiya massovogo sporta: materialy Vseros. nauch.-prakt. konf. s mezhdunar. uchastiem. Belgorod, 1–3 noyabrya 2016 g. Pod obshch. red. I. N. Nikulina* [Nikulin I. N., ed. Relevant Problems of Implementing the TRP Complex in the Development of Mass Sports: Proceedings of the All-Russian sci. and pract. conf. with International participation. Belgorod, November 1–3, 2016]. Belgorod, ID “Belgorod”, 2016, pp. 73–76 (in Russian).
11. Stolbov V. V. Chudinov I. G. *Istoriya fizicheskoy kul'tury: ucheb. posobie dlya srednikh uchebnykh zavedenij* [History of physical education: Manual for secondary educational institutions]. Moscow, Fizkul'tura i sport, 1962. 239 p. (in Russian).

References

Поступила в редакцию 15.12.2024; одобрена после рецензирования 08.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 15.12.2024; approved after reviewing 08.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 69–75

Physical Education and University Sport, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 69–75

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

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-69-75>, EDN: MTDMPY

Научная статья
УДК 796.012.1-056.266

Физкультурно-спортивная деятельность студентов с интеллектуальными нарушениями

Е. М. Голикова

Оренбургский государственный педагогический университет, Россия, 460014, г. Оренбург, ул. Советская, д. 19

Голикова Елена Михайловна, доктор педагогических наук, доцент, профессор кафедры теории и методики спортивных дисциплин, адаптивной физической культуры и медико-биологических основ физического воспитания, gks-07@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-8720-963X>

Аннотация. Актуальность статьи обусловлена потребностью к преобразованию физкультурно-спортивной деятельности в системе образования для студенческой молодежи с интеллектуальными нарушениями. Приоритетные направления развития образования для студентов с отклонениями в состоянии здоровья на долгосрочный период призваны определить комплекс первоочередных мер и последовательности их исполнения, а точнее – обеспечить доступность образовательных практик (коррекционно-развивающих, адаптивно-спортивных и досуговых мероприятий) через реализацию инклюзивных и адаптированных программ внеучебной физкультурно-спортивной деятельности, с обоснованной потребностью психофизического развития данной категории студентов.

Цель исследования заключается в выявлении доступной физкультурно-спортивной деятельности для студенческой молодежи с интеллектуальными нарушениями в среднем профессиональном образовании. Автор раскрывает основные направления физкультурно-спортивной деятельности со студентами, имеющими интеллектуальные нарушения, предлагает индивидуальную образовательную траекторию при построении оздоровительных и спортивных занятий во внеучебное время, нацеленных на оздоровительный, социализирующий, корректирующий результат. При включении студентов с интеллектуальными нарушениями в физкультурно-спортивные занятия во внеучебное время отмечена высокая мотивация к двигательной активности, проявление интереса к занятиям адаптивными видами спорта ($U_{кр} - 62$). Оздоровительный результат отражался в значительных изменениях функционального состояния кардиореспираторной системы ($U_{кр} - 87$) и формировании здорового образа жизни ($U_{кр} - 8$). Повысились результаты физической подготовленности при выполнении тестовых заданий ($U_{кр} - 29.5$). Отмечаются положительные изменения в тестах «волевая саморегуляция» ($U_{кр} - 87$) и «достижение цели» ($U_{кр} - 75.5$). В процессе занятий отмечалась активность, коммуникация между студентами с интеллектуальными нарушениями и студентами, не имеющими отклонений в состоянии здоровья.

Ключевые слова: физкультурно-спортивная деятельность, студенты, интеллектуальные нарушения

Для цитирования: Голикова Е. М. Физкультурно-спортивная деятельность студентов с интеллектуальными нарушениями // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 69–75. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-69-75>, EDN: MTDMPY

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

Article

Physical and sports activities of students with intellectual disabilities

E. M. Golikova

Orenburg State Pedagogical University, 19 Sovietskaya St., Orenburg 460014, Russia

Elena M. Golikova, gks-07@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-8720-963X>

Abstract. The relevance of the article is conditioned by the necessity to transform physical and sports activities in the system of education for students with intellectual disabilities. Priority directions in developing education for students with intellectual disabilities for the long-term period are designed to determine a set of priority measures and the sequence of their implementation. More precisely, it is necessary to ensure availability of educational practices (corrective-developmental, adaptive- sports and leisure activities) through the implementation of inclusive and adapted programs

of extracurricular physical and sports activities, justified by the need of psychophysical development of this category of students.

The aim of the study is to identify accessible physical and sports activities for students with intellectual disabilities in secondary vocational education. The author reveals the main directions of physical education and sports activities of students with intellectual disabilities, offers an individual educational trajectory in the construction of extracurricular health and sports activities, aimed at health-improving, socializing, and corrective outcomes. High motivation for motor activity and interest in adaptive sports ($U_{cr} - 62$) are the result of involving students with intellectual disabilities in extracurricular physical and sports activities. The health-improving result is reflected in significant changes in the functional state of the cardiorespiratory system ($U_{cr} - 87$) and the development of a healthy lifestyle ($U_{cr} - 8$). The results of physical fitness when performing test tasks has increased ($U_{cr} - 29.5$). There are positive changes in the tests "volitional self-regulation" ($U_{cr} - 87$) and "goal achievement" ($U_{cr} - 75.5$). During the classes, there was activity, interaction between students with intellectual disabilities and students with no deviations in the state of health.

Keywords: physical and sports activities, students, intellectual disabilities

For citation: Golikova E. M. Physical and sports activities of students with intellectual disabilities. *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 69–75 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-69-75>, EDN: MTDMPY

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

Введение

Физкультурно-спортивная деятельность (ФСД) в образовательных организациях регламентируется Федеральными Законами «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», «Об образовании в Российской Федерации» [1, 2]. Образовательный процесс для студентов с отклонениями в состоянии здоровья организовывается в учебное и внеучебное время, в соответствии с законами. Образовательная среда обеспечивает инклюзивное образование, под которым понимается обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся (студентов) с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей.

В России инвалидов до 18 лет с врожденной патологией в среднем 2,4%. Нозологическая группа с нарушением интеллекта по количеству случаев занимает второе место, уступая лишь студентам с соматическими заболеваниями. Государство уделяет большое внимание социализации данной категории студентов. Система образования разрабатывает стандарты для обучения в общеобразовательных, специальных (коррекционных) и средних профессиональных организациях. Поступая в организацию среднего профессионального образования, студенты с интеллектуальными нарушениями приобретают профессии, соответствующие Классификатору рабочих и должностных служащих. Однако в обществе сложились психологические стереотипы по отношению к данной категории населения. Представления о неполноценности и необучаемости порождают много барьеров для включения студентов

с интеллектуальными нарушениями в физкультурно-спортивную деятельность, а в дальнейшем – в адаптивный спорт, роль которого нельзя переоценить [3]. Образовательный процесс строится на практической деятельности, стимулирующей наглядно-образное, наглядно-действенное и словесно-логическое мышление.

Цель исследования заключается в выявлении доступной физкультурно-спортивной деятельности для студенческой молодежи с интеллектуальными нарушениями в условиях организаций среднего профессионального образования.

Материалы и методы

Для понимания специфики организации образовательного процесса педагогам необходимо иметь знания об особенностях развития данной категории студентов. Для решения поставленной цели проанализированы специфика особенностей развития и препятствия для овладения психосоциальными и физиологическими навыками студентов с интеллектуальными нарушениями. При данной патологии страдают не только психические функции, эмоции, волевые качества, коммуникация, мышление, сложность социализации. Проявляющееся недоразвитие высших психических функций, несформированность эмоциональной и волевой сфер, в результате глубокого поражения головного мозга, влияет на физическое развитие и физическую подготовленность. При нарушении интеллекта легкой степени моторные функции, как правило, не имеют выраженных изменений. К наиболее сложным двигательным актам относится выполнение

работы с точной координацией мелкой моторики пальцев верхних конечностей. Для выбора верного направления физкультурно-спортивной деятельности следует учитывать уровни построения движений. Н. А. Бернштейн [4] рассматривал пять уровней:

- рубро-спинальный (удержание позы);
- таламо-паллидарный (целостные, простые движения);
- пирамидно-стриальный (точность движения);
- теменно-премоторный (манипуляции с предметами);
- высший кортикальный (циклические и ациклические локомоции).

Каждый из уровней влияет на формирование нарушений моторных функций. От этого и зависит, какой вид физкультурно-спортивной деятельности будет доступен для студента, в каком он сможет добиться успеха. Здоровый организм не задумывается, что нервная система преодолевает сложности в управлении движениями. В организме человека с отклонениями в состоянии здоровья многие физиологические механизмы, связанные с движением, не сформированы. Насколько сложны данные нарушения у студентов с интеллектуальными нарушениями, зависит от степени тяжести диагноза.

Несмотря на отклонения в состоянии здоровья, нарушенные локомоторные функции в раннем детском возрасте как следствие патологических проявлений данной нозологии, студенческая молодежь активно включается во внеучебную физкультурно-спортивную деятельность через занятия в секциях, участие в спортивных мероприятиях и соревнованиях. Для студентов с нарушением интеллекта двигательная активность является и реабилитационным механизмом в профилактике и/или коррекции вторичных и сопутствующих заболеваний, интегрируя их в общество, изменяя сущность процесса развития и улучшая качество жизни.

Гуманистические идеи адаптивной физической культуры и адаптивного спорта выражаются в возможности реализовать себя, свои желания, возможности, интересы, независимо от заболевания и инвалидности. При организации физкультурно-спортивной работы в профессиональном образовании следует ориентироваться на модели спортивной деятельности. В Российской Федерации функционируют две организации – Специальная Олимпиада России (СОР) и Всероссийская

Федерация Спорта лиц с интеллектуальными нарушениями (ВФСЛИН), деятельность которых направлена на организацию работы с лицами с интеллектуальными нарушениями [5–8]. В каждой организации реализуется перечень программ:

СОР – боулинг, бочче, плавание, настольный теннис, баскетбол, футбол, хоккей на полу, волейбол, ходьба на снегоступах, лыжные гонки, легкая атлетика, роликобежный спорт и др.;

ВФСЛИН – футбол, баскетбол, гандбол, настольный теннис, спортивная гимнастика, велоспорт, пауэрлифтинг, лыжные гонки, конный спорт, дзюдо, тхэквондо и др.

При схожести программ следует отметить отличительные особенности в системе оценки соревновательной деятельности (традиционную и нетрадиционную). Всероссийская Федерация Спорта лиц с интеллектуальными нарушениями применяет систему оценки, которую используют в паралимпийском и сурдлимпийском движении. Нетрадиционная модель распределяет атлетов на дивизионы, в которых каждый спортсмен является победителем.

При организации внеучебной работы педагог имеет возможность выбора варианта занятия, учитывая особенности данной группы студентов, программу спортивной подготовки и ее варианты, интенсивность режима. Предпосылками для активизации физкультурно-спортивной деятельности в среднем профессиональном образовании для студентов с интеллектуальными нарушениями являются следующие положения:

- образовательный процесс выстраивается на основе учебной и внеучебной деятельности;
- традиционные занятия физической культурой включают в себя адаптированные виды спортивных практик, учитывая специфику контингента;
- решение традиционных (образовательных, оздоровительных, воспитательных) и специальных (коррекционных, профилактических, компенсаторных) задач, при реализации адаптированных физкультурно-спортивных практик;
- отбор и дальнейшая ориентация студентов с интеллектуальными нарушениями в адаптивные виды спорта;
- формирование спортивно-коммуникативной культуры между атлетами и партнерами в инклюзивных программах физкультурно-спортивной деятельности;

- формирование интереса к занятиям адаптивными физкультурно-спортивными практиками, учитывая специфику индивидуального подхода к построению занятий и оценки физической подготовленности.

Результаты и их обсуждение

В среднем профессиональном образовании обучаются студенты преимущественно с легкой степенью интеллектуальных нарушений. Диффузное поверхностное поражение коры головного мозга и сохранность подкорковых образований влияет на формирование произвольных движений, особенно при их изучении. Отмечается сложность в выполнении упражнений на точность, статическую нагрузку, нарушены все виды двигательных реакций, темп локомоторных движений, ритм, амплитуда. Измененные вследствие патологии нейродинамические нарушения баланса между процессами возбуждения и торможения приводят к сложности освоения элементарных движений, особенно мелкой моторики пальцев рук. На правильность и точность выполнения упражнения влияет исходное положение, так как студенту с интеллектуальными нарушениями сложно активизировать внимание на начальных условиях выполнения [9]. Проявляющиеся в процессе занятий спонтанные движения мешают выполнять точные задания, тем самым не сформировывается необходимый автоматизм двигательных действий, как в ходьбе и беге, так и в иных локомоторных движениях. Студент не может копировать движения, используя зрительный образ, а также дифференцировать пространственные параметры движения.

Физкультурно-спортивная деятельность ориентирована на сохранение и укрепление здоровья, коррекцию рассматриваемых нарушений движений, формирование устойчивого интереса к физической культуре и спорту, совершенствование основных двигательных действий, овладение адаптивными видами спорта, воспитание нравственных и волевых качеств, свойств личности. Систематические занятия адаптивными видами спорта ориентированы на воспитание телесности, понимание собственных физических возможностей, умения соотносить свои силы с самочувствием, активностью, настроением, способностью самостоятельно осуществлять задания, мотивировать и вовлечь в мир здорового образа жизни.

Как показало исследование, проведенное в 2021–2023 гг., студенты с интеллектуальными нарушениями проживают как в семье, так и в психоневрологических интернатах. Организация внеучебной физкультурно-спортивной работы осуществляется по программам, разработанным в образовательных организациях. Реализуются они как непосредственно для студентов данной нозологической группы (пауэрлифтинг, бочче, плавание, настольный теннис, легкая атлетика и т. д.), так и в инклюзии (юнифайд-боулинг, юнифайд-баскетбол, юнифайд-плавание, юнифайд-легкая атлетика), объединяющие студентов с интеллектуальными нарушениями и без отклонений в состоянии здоровья. Для студентов, занимающихся адаптивным спортом, разрабатываются образовательные траектории, согласно которым они обучаются и тренируются (рисунок) [10].

В исследовании приняли участие 64 студента с интеллектуальными нарушениями (по 32 человека в экспериментальной (Э) и контрольной (К) группах). Организация поэтапного включения в физкультурно-спортивную деятельность позволила оценить эффективность реализации через качественные и количественные результаты диагностического исследования. Отслеживались показатели: волевая саморегуляция, психологическая адаптация, достижение трудных целей, жизненный стиль, физическая подготовленность, функциональные показатели кардиореспираторной системы. Результаты фиксировались и были преобразованы в единую пятибалльную систему оценки (шкала). В результате комплексного расчета баллов по 6 показателям при максимальном числе 30 баллов и при минимальном – 6 баллов, в экспериментальной группе студенты набрали 25 баллов, тогда как студенты контрольной группы – среднее значение 18 баллов (таблица).

При сравнении результатов показателей в группах динамика значительно увеличилась и прирост составил в экспериментальной группе 13 баллов, а в контрольной – 6 баллов. Это подтверждает значительные изменения в экспериментальной группе и значительное улучшение исследуемых показателей:

- физических (сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на перекладине, подскоки со скакалкой, прыжок в длину с места, тест на гибкость, челночный бег, поднимание (сед) и опускание туловища из положения лежа на спине, ноги



Образовательная физкультурно-спортивная траектория для студентов с диагнозом «интеллектуальные нарушения» (F1)

Fig. Educational physical education and sports trajectory for students diagnosed with intellectual disabilities (F1)

Сравнительные показатели результатов тестирования студентов с интеллектуальными нарушениями

Comparative performance of students with intellectual disabilities

Показатель	Исходно до исследования	После исследования		$U_{кр}$
	Группа			
	Э и К	Э	К	
Волевая саморегуляция	2	4	3	62
Психологическая адаптация	2	4	3	50
Достижение трудных целей	2	4	3	75.5
Жизненный стиль	2	4	3	8
Функциональные пробы кардиореспираторной системы	2	4	3	87
Физическая подготовленность	2	5	3	29.5
Итого	12	25	18	

- закреплены, руки за головой) и функциональных (индекс Руффье, пробы Штанге и Генчи) показателей;
- стиля жизни (потребность в применении средств физической культуры, наличие вредных привычек, регулярный сон и питание);
 - волевой саморегуляции (по тесту А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана),

- через компоненты эмоциональной зрелости, активности, уверенности в себе, что отражается на работоспособности, настойчивости и самообладании, самостоятельности, уверенности в себе, умении контролировать свои поступки;
- психологической адаптации (по тесту А. К. Маркова), где изучались такие характеристики, как готовность посещать

физкультурно-оздоровительные занятия, взаимодействие со студентами и педагогами, участие в соревновательной деятельности и спортивно-массовых мероприятиях, мотивы и интересы студента в физкультурно-спортивной деятельности.

Проведенное исследование показало, что физкультурно-спортивную деятельность для студентов с интеллектуальными нарушениями необходимо выстраивать с учетом особенностей интеллектуальных нарушений (установленный диагноз), которые позволяют определить специфику уровней построения движений, то есть какие локомоторные механизмы не включены вследствие патологии, влияющей на общее развитие человека. Участие в соревнованиях, фестивалях и спортивно-массовых мероприятиях показали социальную значимость и роль в формировании личностно-волевых характеристиках студентов. Подбор средств и методов физической культуры играет важную роль в организации процесса внеучебной физкультурно-спортивной деятельности и включения студентов с интеллектуальными нарушениями в образовательную среду, применяя как традиционную практику, так и инклюзивные подходы.

При построении образовательной траектории педагог может модифицировать содержание физкультурно-спортивной работы для достижения более высоких результатов студентов. Включение в среднее профессиональное образование спортивных направлений ВФСЛИН ориентировано на достижение успехов спортивной карьеры данной нозологической группы, а также трансляцию видов адаптивного спорта в образовательную среду.

Список литературы

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ. URL: https://fksr.org/files/uploads/FZ_329_v_redakcii_25_12_2023.pdf (дата обращения: 01.08.2024).
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174 (дата обращения: 01.08.2024).
3. Евсеев С. П. Спорт лиц с нарушением интеллекта: методические рекомендации. М. : ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», 2021. 43 с. EDN: OWRNXW
4. Бернштейн Н. А. Физиология движений и активность / под ред. О. Г. Газенко. М. : Наука, 1990. 494 с.

5. Руководство по программе объединенного спорта специальной олимпиады : методическое пособие для тренеров / сост. Д. М. Захарова, В. Я. Антонов. М. : Гарант-Инвест, 2013. 114 с.
6. Евсеев С. П. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера. М. : ООО «ПРИНЛЕТО», 2021. 600 с.
7. Евсеев С. П. Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями в Российской Федерации: состояние и перспективы // Доступная среда. 2020. № 2. С. 74–78.
8. Классификация спортсменов в Паралимпийских видах спорта / авт.-сост. Г. З. Идрисова. М. : Паралимпийский комитет России, 2020. 216 с.
9. Певзнер М. С., Ростягайлова Л. И., Мастюкова Е. М. Психическое развитие детей с нарушением умственной работоспособности (вариант гидроцефалии). М. : Педагогика, 1982. 104 с.
10. Голикова Е. М., Тиссен П. П., Панкратович Т. М. Индивидуальные траектории инклюзивного обучения студентов с ограниченными возможностями здоровья в физкультурном образовании // Теория и практика физической культуры. 2016. № 1. С. 37–38. EDN: VEGLMF

References

1. On Physical Culture and Sports in the Russian Federation Act, No. 329 dated December 04, 2007 (in Russian). Available at: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (in Russian). Available at: https://fksr.org/files/uploads/FZ_329_v_redakcii_25_12_2023.pdf (accessed August 1, 2024).
2. On Education in the Russian Federation Act, No. 273 dated December 29, 2012 (in Russian). Available at: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174 (accessed August 1, 2024).
3. Evseev S. P. Sport lits s narusheniem intellekta: metodicheskie rekomendatsii [Sport of persons with intellectual disability: Methodological recommendations]. Moscow, Federal State Budgetary Institution "Federal Center for the Training of Sports Reserves" Publ., 2021. 43 p. (in Russian). EDN: OWRNXW
4. Bernstein N. A. Fiziologija dvizhenij i aktivnost'. Pod red. O. G. Gazenko [Gazenko O. G., ed. Physiology of movements and activity]. Moscow, Nauka, 1990. 494 p. (in Russian).
5. Rukovodstvo po programme ob#edinennogo sporta special'noj olimpiady: metodicheskoe posobie dlja trenerov. Sost. D. M. Zakharova, V. Ya. Antonov [Zakharova D. M., Antonov V. Ya., comp. Guidelines for the program of unified sports of the Special Olympics: A methodological manual for coaches]. Moscow, Garant-Invest, 2013. 114 p. (in Russian).
6. Evseev S. P. Adaptivnyj sport. Nastol'naja kniga trenera [Adaptive sport. A desktop book of the coach]. Moscow, LLC "PRINLETO" Publ., 2021. 600 p. (in Russian).
7. Evseev S. P. Sport of persons with intellectual disabilities in the Russian Federation: Status and prospects. *Accessible Environment*, 2020, no. 2, pp. 74–78 (in Russian).
8. Klassifikatsija sportsmenov v Paralimpijskikh vidakh sporta. Sost. G. Z. Idrisova [Idrisova G. Z., comp. Classification of athletes in Paralympic sports]. Moscow, Russian Paralympic Committee Publ., 2020. 216 p. (in Russian).

9. Pevzner M. S., Rostiagailova L. I., Mastiukova E. M. *Psikhicheskoe razvitie detej s narusheniem umstvennoj rabotosposobnosti (variant gidrotsefalii)* [Mental development of children with impaired mental performance (variant of hydrocephalus)]. Moscow, Pedagogika, 1982. 104 p. (in Russian).
10. Golikova E. M., Tissen P. P., Pankratovich T. M. Individual training trends of inclusive education of students with impairments in sports education. *Theory and Practice of Physical Culture*, 2016, no. 1, pp. 37–38 (in Russian). EDN: VEGLMF

Поступила в редакцию 08.08.2024; одобрена после рецензирования 19.08.2024; принята к публикации 30.08.2024

The article was submitted 08.08.2024; approved after reviewing 19.08.2024; accepted for publication 30.08.2024

ХРОНИКА

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 76–83

Physical Education and University Sport, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 76–83

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

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-76-83>, EDN: OYZUJR

Информация о конференции
УДК 796.011

Международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях» (Чебоксары, 31 октября – 1 ноября 2024 года)

В. К. Таланцева^{1✉}, Т. Н. Петрова², О. В. Шиленко¹, Н. Н. Пьянзина²

¹Чувашский государственный аграрный университет, Россия, 428003, г. Чебоксары, ул. К. Маркса, д. 29

²Чувашский государственный университет имени И. Н. Ульянова, Россия, 428015, г. Чебоксары, Московский пр-т, д. 15

Таланцева Валентина Кузьминична, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физвоспитания, sport_chieim21@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4158-6063>

Петрова Татьяна Николаевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры и спорта, tanushapetr@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-9039-117X>

Шиленко Ольга Витальевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физвоспитания, mailotrof77@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-8721-9878>

Пьянзина Надежда Николаевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры и спорта, npianzina@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-9849-3840>

Аннотация. Представлен отчет о проведении международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях», прошедшей 31 октября – 1 ноября 2024 г. в Чувашском государственном аграрном университете в Чебоксарах.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, конференция, Чебоксары

Для цитирования: Таланцева В. К., Петрова Т. Н., Шиленко О. В., Пьянзина Н. Н. Международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях» (Чебоксары, 31 октября – 1 ноября 2024 года) // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 76–83. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-76-83>, EDN: OYZUJR

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

Conference Proceedings

International scientific and practical conference “Current issues of physical education and sports in modern socio-economic conditions” (Cheboksary, October 31 – November 1, 2024)

V. K. Talantseva^{1✉}, T. N. Petrova², O. V. Shilenko¹, N. N. Pyanzina²

¹Chuvash State Agrarian University, 29 K. Marx St., Cheboksary 428003, Russia

²I. N. Ulyanov Chuvash State University, 15 Moskovsky Ave., Cheboksary 428015, Russia

Valentina K. Talantseva, sport_chieim21@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4158-6063>

Tatyana N. Petrova, tanushapetr@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-9039-117X>

Olga V. Shilenko, mailotrof77@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-8721-9878>

Nadezhda N. Pyanzina, npianzina@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-9849-3840>

Abstract. The paper presents a report on the International scientific and practical conference “Current issues of physical education and sports in modern socio-economic conditions”, held on October 31 – November 1, 2024 at the Chuvash State Agrarian University in Cheboksary.

Keywords: physical education, sports, conference, Cheboksary

For citation: Talantseva V. K., Petrova T. N., Shilenko O. V., Pyanzina N. N. International scientific and practical conference “Current issues of physical education and sports in modern socio-economic conditions” (Cheboksary, October 31 – November 1, 2024). *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 76–83 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-76-83>, EDN: OYZUJR

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

С 31 октября по 1 ноября 2024 г. в г. Чебоксары Чувашской Республики на базе Чувашского государственного аграрного университета состоялась Международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях» (далее по тексту – конференция), которая объединила два научных мероприятия:

- собственно научно-практическая конференция, призванная решать актуальные проблемы современной физической культуры и спорта;
- заседание Совета по физической культуре и спортивно-массовой работе среди аграрных вузов.

Конференция была организована и проведена при поддержке Министерства спорта Российской Федерации, Ассоциации «Агрообразование», Общероссийской общественной организации «Российский студенческий спортивный союз».

Научному сообществу была предоставлена возможность принять участие в конференции в офлайн- и онлайн-форматах. В обсуждении актуальных проблем физической культуры и спорта современности участвовали как молодые (студенты, магистранты, аспиранты, соискатели), так и ведущие ученые (кандидаты и доктора наук): всего 444 участника с 278 научными докладами из 7 стран (рис. 1).

Наибольшую долю участников (83%) составили вузы и организации городов и населенных пунктов России: Армавир, Барнаул, Белгород, Благовещенск, Великие Луки, Владикавказ, Великий Новгород, Волгоград, Воронеж, Горно-Алтайск, Донецк, Екатеринбург, Елец, Ижевск, Иркутск, Казань, Кемерово, Кинель, Ковров, Коломна, Краснодар, Крас-

ноярск, Курск, Лесосибирск, Липецк, Майкоп, Молочное (Вологодская обл.), Москва, Нижний Новгород, Новосибирск, Омск, Оренбург, Пермь, Поярково, Пушкин, Ростов-на-Дону, Самара, Санкт-Петербург, Саратов, Смоленск, Сургут, Тамбов, Ульяновск, Уфа, Хабаровск, Чебоксары, Эльхотово (Республики Северная Осетия-Алания) (112 вузов, 1 общеобразовательное учреждение, 1 детский сад, 3 учреждения физической культуры и спорта). Республику Беларусь представили Витебск, Гомель, Горки, Гродно, Минск, Могилев, Мозырь (11 вузов, 1 общеобразовательное учреждение); Узбекистан: Ташкент (5 вузов); Туркменистан: Ашхабад (3 вуза); Казахстан: Актобе, Шымкент (2 вуза); Грузия: Кутаиси (1 вуз); Таджикистан: Душанбе (1 вуз) (рис. 2).

Основной целью конференции стали обмен теоретическими знаниями и передовым опытом в области физической культуры и спорта с различными категориями населения, обсуждение актуальных вопросов и выработка рекомендаций для дальнейшего развития физической культуры и спорта в условиях современных вызовов.

На пленарном заседании с приветственным словом к участникам конференции обратились ректор Чувашского государственного аграрного университета Андрей Макушев, министр физической культуры и спорта Чувашской Республики Василий Петров, заместитель председателя Росагропромсоюза, генеральный директор АО «Негосударственный пенсионный фонд «АПК-Фонд» Геннадий Белоусов и проректор по научной работе и инновациям Национального университета Узбекистана имени Мирзо Улугбека Якуб Эргашов.

В адрес участников, организаторов и гостей конференции были направлены привет-

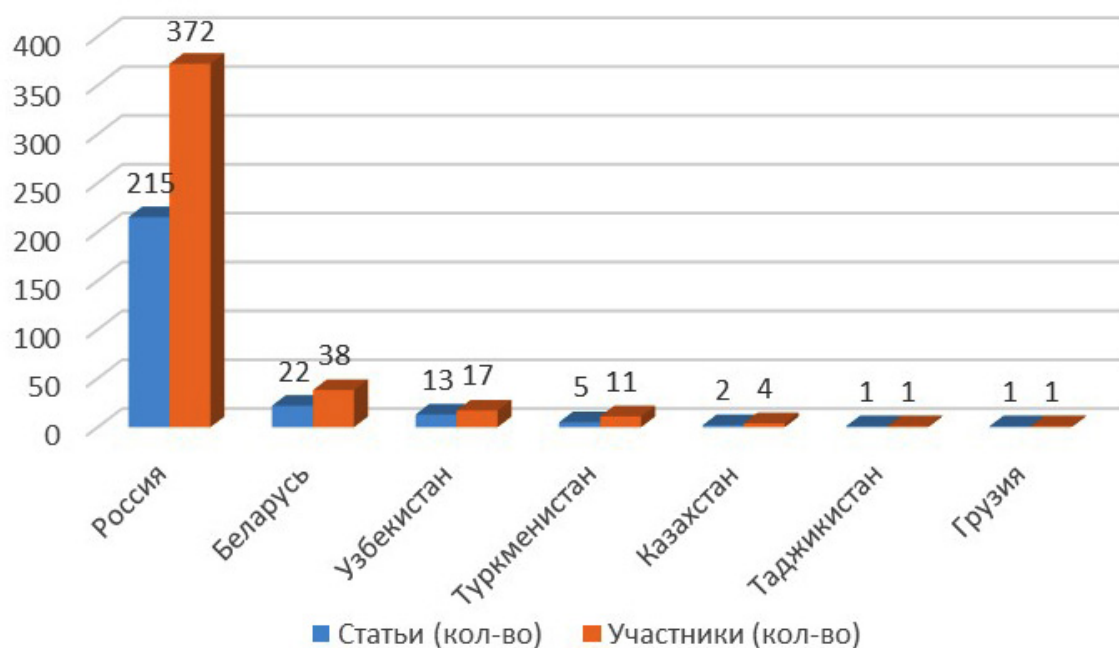


Рис. 1. Перечень стран, количество участников и научных статей международной научно-практической конференции

Fig. 1. List of countries, number of participants and research papers of the international scientific and practical conference

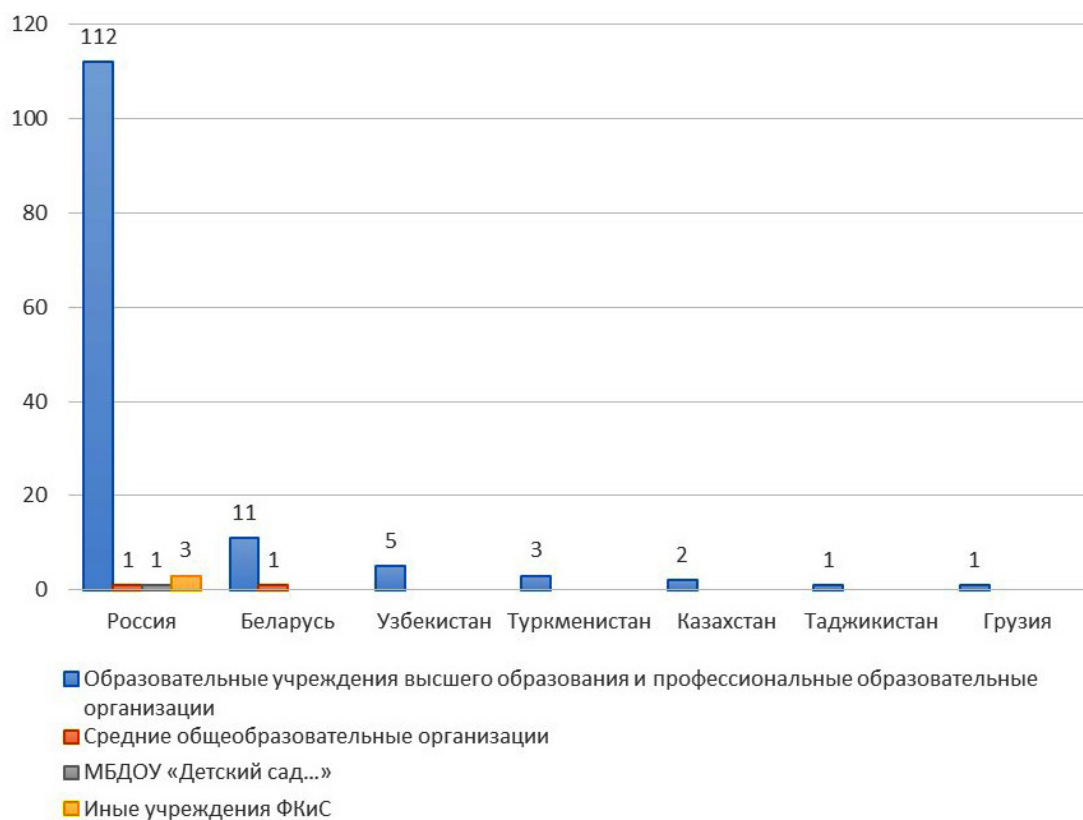


Рис. 2. Категории организаций – участников конференции

Fig. 2. Categories of organizations participating in the conference

ственные слова с пожеланием плодотворной работы из Международной Мариинской академии им. М. Д. Шاپоваленко, Туркменского сельскохозяйственного университета им. С. А. Ниязова и Университета Академии наук туризма Грузии.

«Сегодняшнее мероприятие имеет особое значение для студенческого спорта. У нас множество актуальных и значимых тем для обсуждения, которые помогут нам выработать эффективные решения для развития спорта. Наши цели и задачи совпадают, и это придает нам уверенность в том, что мы движемся в правильном направлении. Важно, чтобы каждый из нас осознавал свою роль в достижении общих успехов и был готов внести свой вклад в решение стоящих перед нами вызовов», – отметил Андрей Макушев.

«Студенты – это активная часть населения. Это будущие специалисты, которые придут в трудовые коллективы. Важно, чтобы все категории населения занимались и увлекались спортом. Поэтому через студентов мы являемся проводниками здорового образа жизни. Важно, чтобы студенты в стенах родного вуза смогли выбрать тот вид спорта, ту физическую активность, которая нравится, чтобы они могли подготовиться и выполнить нормативы ГТО. Есть различные способы вовлечения людей в спорт, и ваши рекомендации, уверен, помогут приобщить студентов к активному образу жизни. Вместе мы достигнем поставленных целей», – сказал министр спорта Чувашии Василий Петров.

Дискуссионная часть конференции была открыта на пленарном заседании докладом первого вице-президента Российского студенческого спортивного союза Р. М. Ольховского (кандидат социологических наук, Председатель научно-методического совета по разработке и реализации дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту рамках образовательных программ высшего образования, директор Аналитического центра физической культуры и спортивных технологий Университета ИТМО (Санкт-Петербург, Россия) **«Перспективы развития студенческого спорта в условиях цифровой трансформации»**).

Далее в рамках пленарного заседания были заслушаны и обсуждены доклады: **«Проведение акселерометрических измерений на базе мобильных устройств»** (А. И. Пьянзин, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и методики физической культуры и спорта ФГБОУ ВО «Чувашский государственный педагогический уни-

верситет им.И. Я. Яковлева» (г. Чебоксары, Россия)); **«Основы науки о питании – важный аспект физического воспитания и физической подготовки в системе высшего образования»** (А. Л. Новокшанова, доктор технических наук, доцент, федеральное государственное бюджетное учреждение науки, федеральный исследовательский центр питания, биотехнологии и безопасности пищи, ведущий научный сотрудник лаборатории пищевых биотехнологий и специализированных продуктов (г. Москва, Россия)); **«Аэробные возможности лыжников-гонщиков в зависимости от уровня спортивного мастерства и гендерных особенностей»** (Ю. С. Ванюшин, доктор биологических наук, профессор, профессор кафедры теории и методики лыжного спорта, гольфа и стрелкового спорта ФГБОУ ВО «Поволжский государственной университет физической культуры, спорта и туризма» (г. Казань, Россия)); **«Сравнение стратегий развития физической культуры и спорта в России и Беларуси»** (Е. В. Осипенко, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры, кандидат педагогических наук, доцент, учитель-методист, УО «Гомельский государственный университет им. Франциска Скорины», (г. Гомель, Республика Беларусь)).

Дальнейшая программа конференции была посвящена подведению итогов Всероссийского смотра-конкурса на лучшую постановку работы по развитию физической культуры и спорта в федеральных государственных бюджетных образовательных учреждениях высшего образования Министерства сельского хозяйства Российской Федерации, а также награждению победителей и призеров.

После завершения пленарного заседания и торжественной части конференции были организованы секционные заседания по проблемным темам:

- История и современное состояние отечественного спорта;
- Становление и перспективы развития студенческого спорта и его цифровая трансформация;
- Актуальные проблемы физического воспитания и профессионально-прикладной физической подготовки в системе высшего образования;
- Инновационные педагогические технологии в образовательном пространстве и развитии студенческого спорта;



Приветственное слово ректора ФГБОУ ВО «Чувашский государственный аграрный университет», кандидата экономических наук, доцента А. Е. Макушева

Welcome speech by the rector of the Chuvash State Agrarian University, Candidate of Economic Sciences, Associate Professor A. E. Makushev

- Психолого-педагогические и медико-биологические аспекты физической культуры и спорта;
- Состояние и перспективы развития инклюзивной физической культуры и спорта в вузе в современных условиях. Организация и методика проведения занятий физической культурой с обучающимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

В работе секционных заседаний были обсуждены практические проблемы, требующие проведения научных исследований для их решений. Выделены недостаточно исследованные на сегодняшний день аспекты развития физической культуры и спорта.

Первый день международной научно-практической конференции завершился принятием решения о продолжении научных исследований в области физической культуры и спорта для привлечения различных категорий населения к систематическим занятиям физическими упражнениями и видами спорта,

а также экскурсией по достопримечательностям города Чебоксары.

Во второй день работы конференции прошло заседание Совета по физической культуре и спортивно-массовой работе на базе Чувашского государственного аграрного университета, на котором представители аграрных вузов совместно с представителями спортивного сообщества республики и других регионов обсудили важные вопросы активного вовлечения студентов в спортивную жизнь вузов.

Участники заседания подчеркнули значимость активного вовлечения студентов в физкультурно-спортивную деятельность для формирования здорового образа жизни и совершенствования физической подготовки молодежи. Были представлены планы по проведению различных чемпионатов, турниров и других спортивно-массовых мероприятий, направленных на популяризацию здорового образа жизни и повышение интереса к занятиям спортом.

Перед совещанием по основной теме второго дня конференции участники ознакоми-



Награждение победителей и призеров Всероссийского смотра-конкурса на лучшую постановку работы по развитию физической культуры и спорта

Awarding of winners and prize-winners of the All-Russian review competition for the best staging of work on the development of physical culture and sports

лись со спортивным комплексом, вузовскими специализированными аудиториями, ветеринарной клиникой, учебным банком. Основной темой заседания Совета по физической культуре и спортивно-массовой работе явилось обсуждение организационных моментов проведения X Летней универсиады (июнь-июль 2025 г.), Спартакиады «Здоровье» среди профессорско-преподавательского состава вузов аграрного сектора России (Омский ГАУ), Чемпионата по киберспорту (Кубанский ГАУ).

Такое тесное сотрудничество и активное взаимодействие между аграрными вузами России способствуют развитию спорта и культуры здоровья на уровне учебных заведений, что, безусловно, будет играть важную роль в формировании поколения будущих лидеров в отрасли.

По итогам работы конференции участниками был констатирован тот факт, что перечень стран, учреждений высшего образования, учреждений среднего профессионального образования и спортивных организаций, представляемых на конференции, ежегодно

увеличивается, спектр обсуждаемых вопросов становится разнообразней и актуальней. Систематизация докладов по их направленности и глубине проработанности позволяет определить приоритетные направления научных исследований в области физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях. Выявление наиболее актуальных направлений способствует решению первоочередных задач по обеспечению условий для дальнейшего развития спорта, сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения, а также взрослого населения, развитию спортивной и оздоровительной деятельности в образовательных учреждениях, включая инклюзивную и адаптивную физическую культуру и спорт.

В завершение научно-практической конференции было принято единогласное решение о необходимости ежегодного проведения подобного рода мероприятия с целью дальнейшего развития физической культуры и спорта, а также об опубликовании электронного сбор-



Заседание Совета по физической культуре и спортивно-массовой работе
Meeting of the Physical Education and Mass Sports Work Council



Участники научно-практической конференции в офлайн-формате
Off-line participants of the scientific and practical conference

ника материалов с индексацией в наукометрической базе РИНЦ.

Участники конференции выразили искреннюю признательность ректору Чувашского государственного аграрного университета А. Е. Макушеву, министру физической культуры и спорта Чувашской Республики В. В. Петрову, председателю НО «Ассоциация образовательных учреждений АПК и рыболовства», академику РАН В. И. Трухачеву, генеральному директору Ассоциации «Агрообразова-

ние» В. Е. Бердышеву, председателю совета по физической культуре и спортивно-массовой работе при Ассоциации «Агрообразование» О. М. Поповой, первому вице-президенту Российского студенческого спортивного союза Р. М. Ольховскому за активное содействие развитию студенческого спорта, интеграцию научных достижений в области физической культуры и спорта в практическую деятельность, организацию научно-практического мероприятия на высоком уровне.

Поступила в редакцию 17.01.2025; одобрена после рецензирования 20.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 17.01.2025; approved after reviewing 20.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

Информация о конференции
УДК 796-057.87

Конгресс «РОССТУДСПОРТ» 2024 (Санкт-Петербург, Университет ИТМО, 4–6 декабря 2024 года)

Э. А. Махамедханова, В. Ю. Стерликова, С. С. Садовская, Е. А. Еремина[✉]

Национальный исследовательский университет ИТМО, Россия, 197101, г. Санкт-Петербург, Кронверкский пр., д. 49, лит. А

Махамедханова Элина Ахмедовна, менеджер Аналитического центра физической культуры и спортивных технологий, e_nazaralieva@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0002-9654-1217>

Стерликова Вероника Юрьевна, аналитик Аналитического центра физической культуры и спортивных технологий, sterlikova-v@list.ru, <https://orcid.org/0009-0004-2055-0576>

Садовская Софья Сергеевна, специалист по маркетингу Аналитического центра физической культуры и спортивных технологий, sofya.sadovskaya@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0003-1514-9078>

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

Аннотация. Представлен отчет об итогах Конгресса «РОССТУДСПОРТ», прошедшего на базе Университета ИТМО с 4 по 6 декабря 2024 г. в Санкт-Петербурге.

Ключевые слова: технологии, спорт, инновации, студенческий спорт, молодежь

Для цитирования: Махамедханова Э. А., Стерликова В. Ю., Садовская С. С., Еремина Е. А. Конгресс «РОССТУДСПОРТ» 2024 (Санкт-Петербург, Университет ИТМО, 4–6 декабря 2024 года) // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 84–93. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-84-93>, EDN: SSDHEK

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

Conference Proceedings

Congress “ROSSTUDSPORT” 2024 (St. Petersburg, ITMO University, December 4–6, 2024)

E. A. Makhamedkhanova, V. Yu. Sterlikova, S. S. Sadovskaya, E. A. Eremina[✉]

ITMO University, 49, lit. A Kronverksky Pas., St. Petersburg 197101, Russia

Elina A. Makhamedkhanova, e_nazaralieva@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0002-9654-1217>

Veronika Yu. Sterlikova, sterlikova-v@list.ru, <https://orcid.org/0009-0004-2055-0576>

Sofya S. Sadovskaya, sofya.sadovskaya@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0003-1514-9078>

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

Abstract. The paper presents a report on the results of the ROSSTUDSPORT Congress, held at ITMO University from December 4 to 6, 2024 in St. Petersburg.

Keywords: technology, sports, innovations, student sports, youth, Russian Student Sports Union

For citation: Makhamedkhanova E. A., Sterlikova V. Yu., Sadovskaya S. S., Eremina E. A. Congress “ROSSTUDSPORT” 2024 (St. Petersburg, ITMO University, December 4–6, 2024). *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 84–93 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-84-93>, EDN: SSDHEK

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

Министерством науки и высшего образования Российской Федерации и Национальным исследовательским университетом ИТМО при участии Министерства спорта Российской Федерации, Федерального агентства по делам молодежи, Российского студенческого спортивного союза и Ассоциации студенческих спортивных клубов России с 4 по 6 декабря 2024 г. проводился Конгресс «РОССТУДСПОРТ» (далее – Конгресс).

Конгресс – центральное мероприятие экосистемы «РОССТУДСПОРТ», ежегодно объединяющее все профессиональное сообщество студенческого спорта по важным и актуальным вопросам движения.

Партнерами Конгресса в 2024 г. выступили: Общественно-государственное физкультурно-спортивное объединение «Юность России», проект «Игры Будущего», Российский международный олимпийский университет, Государственный музей спорта, Современный музей спорта, АНО «Центр развития инновационных технологий «ИТ-Планета», Комитет по физической культуре и спорту, Дирекция по развитию физической культуры и студенческого спорта Санкт-Петербурга и Ленинградской области «Буревестник», Объединение «Диалог-Конверсия», АНО «Инноспорт», StudentSport.ru,

Среди информационных партнеров можно выделить федеральный проект «Платформа университетского технологического предпринимательства, проект «Триколор Спорт», газету «Советский спорт», холдинг «Спорт Бизнес Консалтинг».

В 2024 г. Конгресс включал II Всероссийский форум «Взгляд в будущее: фиджитал-технологии в высшем образовании», а также XI Всероссийский форум «Актуальные вопросы развития студенческого спорта».

4 декабря состоялось торжественное открытие Форума «Взгляд в будущее: фиджитал-технологии в высшем образовании» (далее – Фиджитал-форум) и пленарное заседание «Технологические тренды в спорте: инновации в высшем образовании» с участием почетных гостей. В рамках торжественного открытия Фиджитал-форума с приветственным словом выступили:

- **Ольховский Роман Михайлович**, директор Аналитического центра развития физической культуры и спортивных технологий Университета ИТМО;
- **Раскин Евгений Олегович**, проректор по молодежной политике Национального исследовательского университета ИТМО,

сопредседатель Ассоциации студенческих спортивных клубов России;

- **Калоева Каира Хасановна**, начальник отдела физкультурно-спортивного воспитания молодежи и добровольческого движения Департамента государственной молодежной политики и воспитательной деятельности Министерства науки и высшего образования Российской Федерации;
- **Волошин Владимир**, со-основатель Мой-Фитнес.рф, Лига Марафонов BRICS, IRONSTAR и ROSA RUN, член наблюдательного совета «Игры Будущего 2024», председатель Экспертного совета Ассоциации студенческих спортивных клубов России;
- **Колесникова Кристина Евгеньевна**, директор Департамента коммуникаций, образования, молодежных и социальных проектов Агентства развития компьютерного и иных видов спорта;
- **Шалашный Сергей Игоревич**, председатель правления АНО «Центр развития инновационных технологий «ИТ-Планета».

По завершении открытия Университетом ИТМО и АНО «Центр развития инновационных технологий «ИТ-Планета» было подписано положение о проведении открытого молодежного конкурса по созданию технологических инноваций в области физической культуры и спорта «Кубок фиджитал-спорттехнологий 2025».

Также в рамках Фиджитал-форума состоялось пленарное заседание «**Развитие технологических видов спорта**», в котором приняли участие в качестве спикеров:

- **Калоева Каира Хасановна**, начальник отдела физкультурно-спортивного воспитания молодежи и добровольческого движения Департамента государственной молодежной политики и воспитательной деятельности Министерства науки и высшего образования Российской Федерации;
- **Смит Дмитрий Вячеславович**, президент Федерации компьютерного спорта России;
- **Котов Александр Александрович**, первый вице-президент Федерации гонок дрифт-каров России;
- **Зарипов Мансур Ренатович**, директор Всероссийской Федерации фиджитал-спорта;
- **Кувиков Денис Геннадьевич**, президент федерации спортивного программирования Санкт-Петербурга;



Подписание положения о проведении открытого молодежного конкурса по созданию технологических инноваций в области физической культуры и спорта «Кубок фиджитал-спорттех-инноваций 2025»

Signing of the regulation on holding an open youth competition in creating technological innovations in the field of physical culture and sports "Phygitel Sporttech Innovations Cup 2025"

- **Лопатников Даниил Алексеевич**, заместитель руководителя службы по развитию фиджитал-спорта Федерального центра подготовки спортивного резерва.

II Всероссийский форум «Взгляд в будущее: фиджитал-технологии в высшем образовании» включал проведение деловых мероприятий (секций) по различным вопросам развития фиджитал-движения и спортивных технологий в высшем образовании:

- **открытые диалоги** по вопросам разработки и продвижение фиджитал-технологий, векторов развития студенческого киберспорта;
- **панельные дискуссии** по вопросам фиджитал-технологий в физкультурной и спортивной работе университетов и поддержке спортивных стартапов;
- **площадки лучших практик** по вопросам развития спортивно-технологических и фиджитал-центров и роли университетов в реализации образовательных программ по фиджитал-технологиям;

- **дискуссионная площадка** по вопросам применения фиджитал-технологий в науке;
- **экспертные дебаты** на тему влияние фиджитал-технологий на тренировочный процесс студентов;
- **открытая запись** подкаста на тему фиджитал-движения до 2030 г.;
- **воркшоп** по вопросам взаимодействия инженеров и спортсменов в области фиджитал-технологий.

По итогам работы площадок эксперты и участники:

- представили доклады о текущем состоянии рынка спортивных технологий и перспективах его развития, а также обсудили особенности разработки проектов в области спортивных и фиджитал-технологий в университетах, их внедрение в систему студенческого спорта;
- обсудили использование спортивных технологических разработок и программного обеспечения для проведения научных исследований, особенности проведения мониторинга состояния здоровья и физиче-



Пленарное заседание «Развитие технологичных видов спорта»

Plenary session “Development of technological sports”



Открытый диалог «Студенческий киберспорт сегодня и завтра: векторы развития»

Open Dialogue “Student eSports Today and Tomorrow: Development Vectors”



Открытая запись подкаста «Фиджитал-движение до 2030 года»

Open recording of the podcast “Phygital movement until 2030”

- ской подготовленности студентов, повышение качества исследований за счет анализа данных, реализацию междисциплинарности в науке о студенческом спорте;
- обсудили тренды и перспективы применения цифровых гаджетов и программного обеспечения в студенческом спорте;
 - рассмотрели организацию работы по созданию спортивных технологий в университете, а также поделились опытом коммерциализации разработок;
 - обсудили Концепцию развития фиджитал-движения до 2030 г., ее влияние на физкультурно-спортивную, научную и образовательную деятельность в университетах;
 - обсудили влияние фиджитал-спорта и технологий виртуальной, смешанной и дополненной реальности на эффективность тренировок студентов;
 - обсудили эффективное взаимодействие инженеров и спортсменов и подготовка узкопрофильных специалистов, сочетающих компетенции в спорте и технологиях, рассмотрели подходы к выявлению потребностей спортсменов в технологических решениях и сгенерировали идеи

по разработке технологий на основе таких потребностей;

- рассмотрели практики работы научно-методических фиджитал-центров и спортивно-технологических центров, объединяющих компетенции инженеров и спортсменов;
- рассмотрели основные меры поддержки спортивных стартапов;
- презентовали опыт реализации образовательных программ по вопросам инновационных видов спорта, обсудили перспективы подготовки спортивных кадров будущего как с позиции их обучения, так и с позиции дальнейшего трудоустройства.

5 декабря состоялось торжественное открытие форума «Актуальные вопросы развития студенческого спорта» (далее – Форум) с участием почетных гостей.

Модератором открытия Форума стал **Роман Михайлович Ольховский**, директор Аналитического центра развития физической культуры и спортивных технологий Университета ИТМО.



Открытие форума «Актуальные вопросы развития студенческого спорта»

Opening of the forum "Current issues of student sports development"



Экспертная площадка «Взаимодействие университетов и студенческих спортивных лиг»

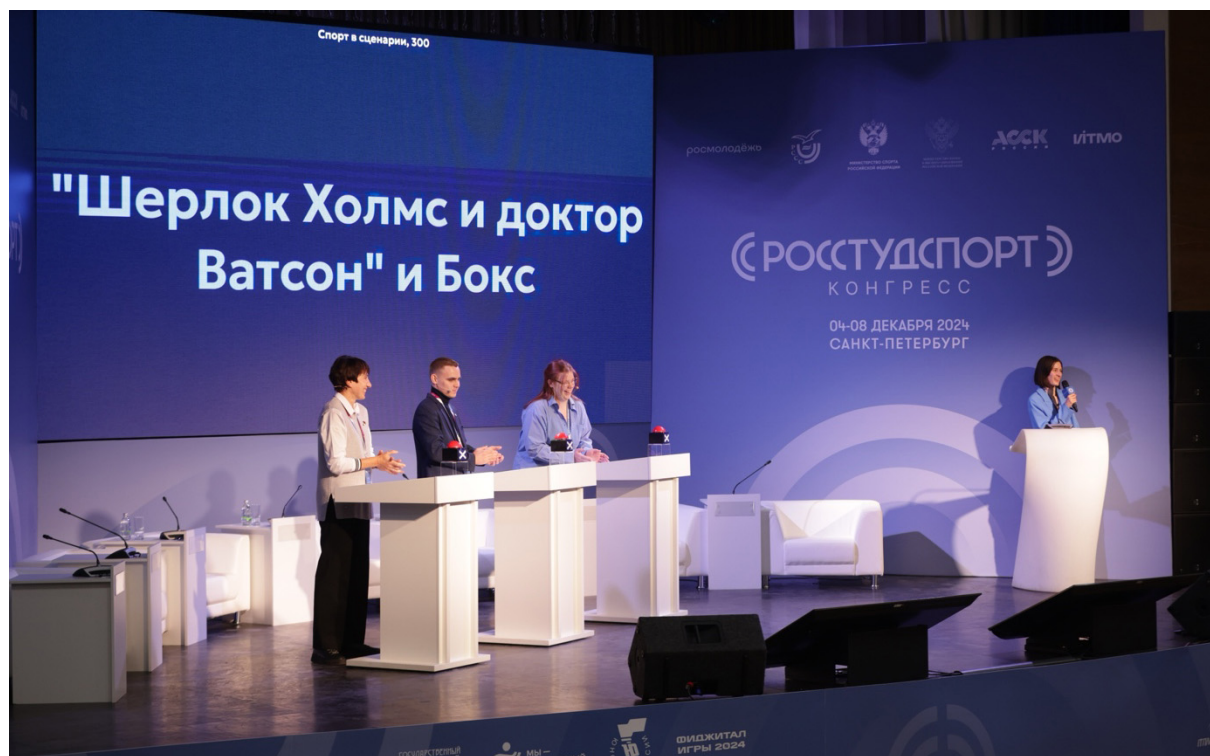
Expert platform "Interaction of universities and student sports leagues"

С приветственным словом выступила Министр науки и высшего образования Российской Федерации **Ольга Викторовна Петрова**. Также в открытии Форума приняли участие:

- **Гагонин Евгений Сергеевич**, первый заместитель председателя Комитета физической культуры и спорта Санкт-Петербурга;
- **Раскин Евгений Олегович**, проректор по молодежной политике Национального исследовательского университета ИТМО, сопредседатель Ассоциации студенческих спортивных клубов России;
- **Уразов Максим Сергеевич**, директор Департамента физической культуры и массового спорта Министерства спорта Российской Федерации;
- **Крюков Сергей Владимирович**, исполнительный директор Ассоциации студенческих спортивных клубов России, исполнительный директор Ассоциации студенческого баскетбола;
- **Ермакова Марина Аркадьевна**, председатель Экспертного совета Российского студенческого спортивного союза;
- **Абаев Алан Михайлович**, председатель Общественно-государственного физкультурно-спортивного объединения «Юность России».

В рамках XI Всероссийского форума «Актуальные вопросы развития студенческого спорта» были проведены деловые мероприятия (секции) по различным вопросам развития студенческого спорта:

- **пленарное заседание** по подведению итогов реализации Межотраслевой программы развития студенческого спорта в 2023 г., а также приоритетов и целей развития студенческого спорта до 2030 г.;
- **дискуссионные площадки** по вопросам изучения подходов к вовлечению и работе экспертов в студенческом спорте, а также возможностей профессионального развития и работы в системе студенческого спорта представителей разных поколений;
- **панельные дискуссии** по вопросам регионального развития студенческого спорта, влияния студенческого спорта на развитие молодежи; механизмам финансирования студенческого спорта, развития международного спортивного сотрудничества;
- **экспертные площадки** по вопросам обмена опытом университетов, взаимодействия студенческих спортивных лиг и университетов, преемственности колледжей и университетов, а также роли образовательных



Интерактивная викторина «РОССТУДСПОРТ: своя игра»

Interactive quiz “ROSSTUDSPORT: Your own game”



Подписание трехстороннего соглашения между Общественно-государственным физкультурно-спортивным объединением «Юность России», Комитетом по физической культуре и спорту Ленинградской области и Комитетом общего и профессионального образования Ленинградской области

Tripartite agreement between the Public-State Physical Culture and Sports Association “Youth of Russia”, the Physical Culture and Sports Committee of the Leningrad Region and the General and Vocational Education Committee of the Leningrad Region

- организаций в развитии студенческого плавания;
- **открытые диалоги** по вопросам развития музеев, медиаосвещения, вовлечения иностранных студентов и других аспектов в системе студенческого спорта;
- **круглые столы**, посвященные вопросам развития физического воспитания и студенческого спорта в профессиональных образовательных учреждениях;
- **воркшоп** по вопросам взаимодействия физкультурно-спортивных подразделений и иных подразделений;
- **финал Всероссийского конкурса** проектов «**История студенческого спорта**», в рамках которого финалисты представили оригинальные проекты музеев и просветительских мероприятий по истории студенческого спорта;
- **Интерактивная викторина «РОССТУДСПОРТ: своя игра».**

По итогам проведения площадок Форума состоялись торжественные подписания следующих документов и соглашений:

- 1) соглашение о сотрудничестве между Студенческой лигой легкой атлетики СПбПУ Петра Великого;
- 2) соглашение о сотрудничестве между Студенческой лигой легкой атлетики и Оренбургским государственным медицинским университетом;
- 3) трехстороннее соглашение между Общественно-государственным физкультурно-спортивным объединением «Юность России», Комитетом по физической культуре и спорту Ленинградской области и Комитетом общего и профессионального образования Ленинградской области;
- 4) меморандум о намерениях по реализации сетевых образовательных программ между Национальным исследовательским университетом ИТМО и Национальным государственным университетом физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта.

Участники Конгресса ознакомились с экспозициями, отражающими суть концепции Конгресса – связь будущего и прошлого, инноваций и истории:



Выставка фиджитал-технологий
Phygital Technologies Exhibition



Фрагмент экспозиции «История студенческого спорта»
Exhibition "History of student sports"

- **выставка фиджитал-технологий**, которая открыла дверь в будущее спортивных разработок и стала уникальной возможностью для участников познакомиться с авторами ведущих инновационных проектов в области физической культуры и спорта, увидеть сочетание виртуальной реальности и физического мира, преемственность поколений и прогресс в цифровую эпоху;
- **историческая экспозиция**, которая раскрыла участникам вехи развития отечественного студенческого спорта и деятельности студенческого добровольного спортивного общества «Буревестник». На выставке были представлены уникальные экспонаты времен СССР, отражающие ключевые события истории отечественного студенческого спортивного движения: от предвестников «Буревестника» до побед на международной арене.

Всего в Конгрессе приняло участие более 500 человек, среди которых представители сообществ и организаций, деятельность которых направлена в том числе на развитие студенческого спорта и фиджитал-технологий:

- представители органов исполнительной и законодательной власти в сферах работы с молодежью, образования, физической культуры и спорта;
- представители спортивных федераций, студенческих спортивных лиг и иных физкультурно-спортивных организаций;
- ректоры и проректоры образовательных организаций высшего образования;
- руководители и сотрудники структурных подразделений образовательных организаций, осуществляющих физкультурную и спортивную работу с обучающимися;
- руководители и сотрудники структурных подразделений, ответственных за участие в развитии фиджитал-движения, образования и науки в области программирования, разработки компьютерных игр, 3D моделирования, виртуальных пространств, дополненной реальности, робототехники и др.

Участники Конгресса отметили важность проведения данного ежегодного мероприятия для студенческого спортивного сообщества, а также выразили благодарность организаторам за качественную подготовку и интересную деловую программу.

Поступила в редакцию 21.01.2025; одобрена после рецензирования 23.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 21.01.2025; approved after reviewing 23.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

Информация о конкурсе
УДК 796.09

О результатах проведения Всероссийского конкурса проектов «История студенческого спорта» в 2024 году

Д. Д. Филиппева^{1✉}, М. А. Ермакова²

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

²Университет науки и технологий МИСИС, Россия, 119049, г. Москва, Ленинский пр-т, д. 4, стр. 1

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

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

Аннотация. Представлен отчет о проведении Всероссийского конкурса проектов «История студенческого спорта» в 2024 г. в рамках реализации Всероссийского историко-патриотического студенческого проекта «История студенческого спорта».

Ключевые слова: студенческий спорт, Всероссийский конкурс проектов, история студенческого спорта

Для цитирования: Филиппева Д. Д., Ермакова М. А. О результатах проведения Всероссийского конкурса проектов «История студенческого спорта» в 2024 году // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 94–99. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-94-99>, EDN: YNLUPS

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

Information about competition

The results of the All-Russian competition of projects “History of Student Sports” in 2024

D. D. Filipeva^{1✉}, M. A. Ermakova²

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

²University of Science and Technology “MISIS”, 4, building 1 Leninsky Ave., Moscow 119049, Russia

Diana D. Filipeva, diana13@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0486-3546>

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

Abstract. The paper presents a report on the All-Russian competition of projects “History of Student Sports” in 2024 held within the framework of the All-Russian historical and patriotic student project “History of Student Sports”.

Keywords: student sports, Russian project competition, history of student sports

For citation: Filipeva D. D., Ermakova M. A. The results of the All-Russian competition of projects “History of Student Sports” in 2024. *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 94–99 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-94-99>, EDN: YNLUPS

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

В период с 20 сентября по 6 декабря 2024 г. проходил Всероссийский конкурс проектов «История студенческого спорта» (далее – Конкурс). Конкурс уже второй год реализуется в рамках Всероссийского историко-патри-

отического студенческого проекта «История студенческого спорта», который проводился в соответствии с пунктом 59 Плана реализации Межотраслевой программы развития студенческого спорта до 2024 г., утвержденной

совместным приказом Министерства спорта Российской Федерации, Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 9 марта 2022 г. № 141/167/90.

Цель Конкурса – выявление лучших проектов, направленных на формирование среди обучающихся и сотрудников образовательных организаций высшего образования Российской Федерации бережного отношения к культурному, историческому наследию образовательной организации, региона, страны посредством развития музейной и просветительской деятельности по истории студенческого спорта в образовательных организациях высшего образования.

Начало заявочной кампании было приурочено к открытию виртуального музея студенческого спорта в ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет» (далее – Виртуальный музей СФУ). Виртуальный музей СФУ был создан в целях воспитания, обучения и социализации студентов и призван формировать устойчивый интерес к приобретению новых знаний по истории становления и успехам студенческого спорта в Красноярском крае, а также истории Сибирского федерального университета и его структурных подразделений, воспитывать желание и готовность к самостоятельному изучению истории спорта края. Виртуальный музей СФУ можно посетить по ссылке: <https://sportsmuseum.sfu-kras.ru>. Следует отметить, что Виртуальный музей СФУ стал победителем Конкурса в номинации «Лучший проект по созданию музея студенческого спорта (музейной экспозиции)» в 2023 г.

В 2024 г. Конкурс предусматривал следующие номинации:

1-я номинация – «Лучший проект по созданию музея студенческого спорта (музейной экспозиции) в образовательных организациях высшего образования»;

2-я номинация – «Лучший проект по созданию музея студенческого спорта (музейной экспозиции) в профессиональных образовательных организациях»;

3-я номинация – «Лучший проект по созданию музея студенческого спорта (музейной экспозиции) в физкультурно-спортивной организации»;

4-я номинация – «Лучший действующий музей студенческого спорта (музейная экспозиция) в образовательной организации высшего образования»;

5-я номинация – «Лучший действующий музей студенческого спорта (музейная экс-

позиция) в профессиональной образовательной организации»;

6-я номинация – «Лучшее просветительское мероприятие по истории физического воспитания, студенческого спорта в образовательной организации высшего образования»;

7-я номинация – «Лучшее просветительское мероприятие по истории физического воспитания, студенческого спорта в профессиональной образовательной организации»;

8-я номинация – «Лучшее просветительское мероприятие по истории физического воспитания, студенческого спорта, проведенное физкультурно-спортивной организацией».

Всего в Конкурсе приняли участие 28 образовательных организаций высшего образования (ООВО). Также в Конкурсе приняли участие 9 профессиональных образовательных организаций (ПОО) и 2 физкультурно-спортивных организации. Следует отметить, что 3 образовательных организации высшего образования и 1 профессиональная образовательная организация приняли участие в 2 номинациях. Организации-участники Конкурса представили 29 субъектов Российской Федерации.

Конкурс проходил в три этапа.

В рамках проведения первого этапа осуществлялся сбор заявок от образовательных организаций высшего образования для участия в Конкурсе. Всего на первый этап было подано 43 заявки, из которых на второй этап Конкурса был отобран 41 проект (1-я номинация – 14 проектов, 2-я номинация – 5, 3-я номинация – 1, 4-я номинация – 6, 5-я номинация – 3, 6-я номинация – 9, 7-я номинация – 2, 8-я номинация – 1 проект). При отборе заявок учитывалось их соответствие формальным требованиям Положения о проведении Конкурса.

6 декабря 2024 г. состоялся третий этап – финал Конкурса в форме очной презентации проектов на XI Всероссийском форуме «Актуальные вопросы развития студенческого спорта» (далее – Форум), который проходил в Университете ИТМО в Санкт-Петербурге. К участию в финале Конкурса были допущены 32 проекта.

В финале проекты оценивались жюри Конкурса. Членами жюри были представители органов государственной власти в области физической культуры и спорта, образовательных организаций высшего образования, спортивных федераций и иные эксперты в области

Итоги третьего (очного) этапа Всероссийского конкурса проектов «История студенческого спорта»**Table. Results of the third (in-person) stage of the All-Russian contest of projects “History of Student Sports”**

Наименование ООВО	Наименование проекта	Место
Номинация «Лучший проект по созданию музея студенческого спорта (музейной экспозиции) в образовательных организациях высшего образования»		
ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации	Музей студенческого спорта (музейное пространство) «Оренмед. История спортивных побед»	1-е
ФГБОУ ВО «Курский государственный университет»	Музей студенческого спорта КГУ	2-е
ФГБОУ ВО «Алтайский государственный педагогический университет»	Виртуальный музей студенческого спорта «Дорога к Олимпу начинается здесь...»	3-е
Номинация «Лучший проект по созданию по созданию музея студенческого спорта (музейной экспозиции) в профессиональных образовательных организациях»		
ГБПОУ ЛО «Гатчинский педагогический колледж»	Музей истории студенческого спорта	1-е
ГАПОУ Саратовской области «Вольский педагогический колледж имени Ф. И. Панферова»	Проект по созданию музея студенческого спорта Вольского педагогического колледжа им. Ф. И. Панферова «БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ»	2-е
ГБПОУ «Озерский технический колледж»	Музей спорта «Трудовые резервы»	2-е
ГАПОУ Свердловской области «Уральский государственный колледж имени И. И. Ползунова»	Создание музея проекта «Музей спортивной истории»	3-е
Номинация «Лучший проект по созданию по созданию музея студенческого спорта (музейной экспозиции) в физкультурно-спортивной организации»		
Автономная некоммерческая организация «Жердевский клуб стрелковых видов спорта»	Музей спорта Жердевского муниципального округа	1-е
Номинация «Лучший действующий музей студенческого спорта (музейная экспозиция) в образовательной организации высшего образования»		
<i>ООВО, подведомственные Минспорту России</i>		
ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта»	Музей истории Смоленского государственного университета спорта	1-е
<i>Негосударственные ООВО и иной ведомственной принадлежности</i>		
ФГАУ ВО «Сибирский федеральный университет»	«Виртуальный музей студенческого спорта СФУ»	1-е
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный аграрный университет имени И. Т. Трубилина»	Центр исторического наследия Кубанского ГАУ Музейная экспозиция «Один вуз – одна команда!»	2-е
ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Московский государственный строительный университет»	Экспозиция по истории студенческого спорта МИСИ-МГСУ	2-е
ГБОУ ВО МО «Университет «Дубна»	Музей спорта Университета «Дубна»	3-е
Номинация «Лучший действующий музей студенческого спорта (музейная экспозиция) в профессиональной образовательной организации»		
<i>Негосударственные ПОО и иной ведомственной принадлежности</i>		
ГАПОУ Самарской области «Тольяттинский социально-педагогический колледж»	Музей ГАПОУ ТСПК «От истоков к высотам»	1-е
ГАПОУ «Стерлитамакский колледж физической культуры, управления и сервиса»	Музей спортивной славы государственного образовательного учреждения среднего профессионального образования Стерлитамакский колледж физической культуры, управления и сервиса	2-е
КОГПОБУ «Кировский лесопромышленный колледж»	Музей истории спорта Кировского лесопромышленного колледжа	3-е
Номинация «Лучшее просветительское мероприятие по истории физического воспитания, студенческого спорта в образовательной организации высшего образования»		
<i>ООВО, подведомственные Минспорту России</i>		
ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»	Образовательный проект «Музей – территория олимпийских знаний», проводимый Музеем спорта и олимпийского движения Псковского края	1-е
ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»	Мероприятие, посвященное 100-летию со дня рождения Аркадия Никитича Воробьева	2-е

Окончание таблицы

Наименование ООВО	Наименование проекта	Место
<i>Негосударственные ООВО и иной ведомственной принадлежности</i>		
ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский университет ИТМО»	Монография авторов Н. К. Мальцевой и Е. О. Раскина «Не только учеба: спорт в ИТМО». Серия исторических изданий «Университет ИТМО: годы и люди»	1-е
ФГБОУ ВО «Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет имени академика И. И. Павлова» Министерства здравоохранения Российской Федерации	90 лет славных побед: к юбилею кафедры физического воспитания и здоровья ФГБОУ ВО ПСПбГМУ им. И. П. Павлова Минздрава России	2-е
ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Томский политехнический университет»	Временная выставка в Музее истории ТПУ «Миссия: спорт»	3-е
Номинация «Лучшее просветительское мероприятие по истории физического воспитания, студенческого спорта в профессиональной образовательной организации»		
<i>Негосударственные ПОО и иной ведомственной принадлежности</i>		
ГБПОУ «Озерский технический колледж»	«Легенды спорта профессионального образования» Декада «Физическая культура»: конференция-форум, классный медиачас	1-е
ГАПОУ Свердловской области «Екатеринбургский экономико-технологический колледж»	Участие ГАПОУ СО «Екатеринбургский экономико-технологический колледж» в проекте «Биатлон в школу. Биатлон в ГТО. Биатлон в колледж. Аквабиатлон» и последующее принятие участия в организации соревнований	2-е
Номинация «Лучшее просветительское мероприятие по истории физического воспитания, студенческого спорта, проведенное физкультурно-спортивной организацией»		
Ассоциация «Студенческая парусная лига»	Выставка «Легенды парусного спорта»	1-е



Победители и призеры Конкурса в номинации «Лучший проект по созданию музея студенческого спорта (музейной экспозиции) в образовательной организации высшего образования»

Winners and prize-winners of the Contest in the nomination “The best project on creating a museum of student sports (museum exposition) in a higher education organization”



Экспозиция выставки, посвященной истории СДСО «Буревестник» в рамках Форума

Exposition of the exhibition dedicated to the history of the SVSS "Burevestnik" within the framework of the Forum

студенческого спорта из числа участников Форума. В каждой из номинаций по результатам оценки жюри Конкурса были определены победители и призеры Конкурса (таблица), которые награждены грамотами РССС и памятными наградами от партнера мероприятия ООО «Диалог-Конверсия».

Для представителей образовательных организаций высшего образования и профессиональных образовательных организаций – финалистов и участников Конкурса, членов Оргкомитета Конкурса и Конкурсной комиссии, в рамках Форума был организован открытый диалог «Развитие музеев студенческого спорта». В рамках площадки были представлены ведущие музеи студенческого спорта, а также представлены к обсуждению актуальные аспекты развития музеев студенческого спорта, в том числе вопросы финансирования, экспозиционной и фондовой деятельности, а также работы с целевой аудиторией. Кроме этого, в рамках Форума была организована выставка по истории студенческого спорта. В 2024 г. выставка была посвящена истории СДСО «Буревестник». На выставке были предоставлены в том числе предметы наградной атрибутики, значки, выпеллы и флаг с изображением

символа общества – буревестника. Для ознакомления с экспонатами и историей СДСО «Буревестник» участникам Форума предлагалось пройти квест и ответить на вопросы об истории студенческого спорта в России. За успешное прохождение квеста участникам выдавались брендированные стикеры с символикой Конкурса.

Выражаем благодарность за содействие в организации выставки и предоставление экспонатов:

- ФГБУ «Государственный музей спорта»;
- Современному музею спорта;
- газете «Советский спорт».

Информационная кампания конкурса помимо публикаций в социальных сетях о ходе реализации Конкурса предусматривала в том числе:

- выпуск набора стикеров в Телеграмм в стилистике проекта «История студенческого спорта». Стикеры доступны по ссылке: <https://t.me/addstickers/BurevestnikIstoriyaStudentcheskogoSporta>;
- создание видеоконтента об истории студенческого спорта: был подготовлен видеоролик, который доступен по ссылке: <https://disk.yandex.ru/i/kEEQoXmuOTXFfw>;

– проведение опросов по истории студенческого спорта с предоставлением краткой исторической справки.

Участники Конкурса выразили благодарность организаторам за высокий уровень проведения Конкурса и тематических мероприятий,

посвященных истории студенческого спорта на Форуме.

Приглашаем образовательные организации, профессиональные образовательные организации и физкультурно-спортивные организации к участию в конкурсе в 2025 г.

Поступила в редакцию 21.01.2025; одобрена после рецензирования 23.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 21.01.2025; approved after reviewing 23.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

Информация о мероприятии
УДК 796.05

Региональный форум «Росстудспорт. Степные просторы» (Оренбург, ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России, 12 декабря 2024 года)

М. А. Ермакова^{1✉}, М. И. Болотова²

¹Университет науки и технологий МИСИС, Россия, 119049, г. Москва, Ленинский пр-т, д. 4, стр. 1

²Оренбургский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения Российской Федерации, Россия, 460014, г. Оренбург, ул. Советская, здание № 6

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

Болотова Марина Ивановна, заведующий кафедрой физической культуры, orlova-str@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7376-0404>

Аннотация. В статье представлен отчет об итогах регионального форума «Росстудспорт. Степные просторы», прошедшего 12 декабря 2024 года в г. Оренбурге на базе ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России при поддержке Министерства науки и высшего образования Российской Федерации. Также в рамках форума прошло торжественное открытие музея студенческого спорта, ставшего победителем Всероссийского студенческого конкурса.

Ключевые слова: форум, стратегическая сессия, музей студенческого спорта, студенческий спорт, киберспорт

Для цитирования: Ермакова М. А., Болотова М. И. Региональный форум «Росстудспорт. Степные просторы» (Оренбург, ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России, 12 декабря 2024 года) // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 1. С. 100–107. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-100-107>, EDN: YOTLLD

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

Event Information

Regional Forum “Rosstudsport. Steppe Expanses” (Orenburg, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education OrSMU of the Ministry of Health of the Russian Federation, December 12, 2024)

М. А. Ermakova^{1✉}, М. I. Bolotova²

¹University of Science and Technology “MISIS”, 4, building 1 Leninsky Ave., Moscow 119049, Russia

²Orenburg State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation, building 6 Sovetskaya St., Orenburg 460014, Russia

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

Marina I. Bolotova, orlova-str@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7376-0404>

Abstract. The paper presents a report on the results of the regional forum “Rosstudsport. Steppe expanses”, which was held on December 12, 2024 in Orenburg on the basis of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education Orenburg State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation with the support of the Ministry of Science and Higher Education of the Russian Federation. Also, grand opening of the museum of student sports, which became the winner of the All-Russian student competition, was held within the framework of the forum.

Keywords: forum, strategic session, museum of student sports, student sports, eSports

For citation: Ermakova M. A., Bolotova M. I. Regional Forum “Rosstudsport. Steppe Expanses” (Orenburg, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education OrSMU of the Ministry of Health of the Russian

Federation, December 12, 2024). *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 1, pp. 100–107 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-1-100-107>, EDN: YOTLLD

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

12 декабря 2024 г. на базе Оренбургского государственного медицинского университета Министерства здравоохранения Российской Федерации (далее – ОрГМУ) при поддержке Министерства науки и высшего образования Российской Федерации прошел региональный форум «Росстудспорт. Степные просторы» (далее – Форум) в рамках грантового проекта «Оренмед. Путь спортсмена».

Форум как деловое мероприятие для профессионального сообщества студенческого спорта был нацелен на обсуждение приоритетных направлений, целей и задач развития студенческого спорта до 2030 г. в Оренбургской области в различных аспектах – от деятельности студенческих спортивных клубов и студенческих спортивных лиг до инклюзивного физического воспитания, международного спортивного сотрудничества, развития технологичных и инновационных видов спорта.

Общее количество участников Форума составило более 240 человек, среди которых были представители органов исполнительной и законодательной власти, местного управления в сфере образования, работы с молодежью, физической культуры и спорта; руководители и сотрудники физкультурных, спортивных и оздоровительных структурных подразделений образовательных организаций высшего образования и профессиональных образовательных организаций; представители студенческих спортивных клубов, студенческих спортивных лиг и организаций, развивающих технологичные виды спорта; ученые, осуществляющие междисциплинарные исследования в области разработки и применения технологических решений в оздоровлении, физической культуре и спорте.

Свою работу Форум начал с торжественной церемонии открытия музейной экспозиции, посвященной истории студенческого спорта. Проект Музея студенческого спорта «Оренмед. История спортивных побед» стал победителем Всероссийского историко-патриотического конкурса «История студенческого спорта» (организованного Российским студенческим спортивным союзом (РССС) и Минспортом России при участии Государственного

музея спорта) в номинации «Лучший проект по созданию музея студенческого спорта (музейной экспозиции) в образовательной организации высшего образования». Музейный проект был реализован за счет гранта «Оренмед. Путь спортсмена» в рамках соглашения № 075–152024–493 от 27 апреля 2024 г. между Минобрнауки РФ и ОрГМУ. Почетный кубок победителя был торжественно вручен на Конгрессе «Росстудспорт» (Санкт-Петербург, 4–8.12.2024).

Значимость музея «Оренмед. История спортивных побед» заключается в реализации приоритетного направления государственной политики Российской Федерации – историко-патриотического воспитания обучающихся средствами просветительской, музейной деятельности и актуального содержания выставочных экспозиций студенческого спорта, имеющих образовательное, научное и культурное значение для формирования у студенческой молодежи бережного отношения к спортивному наследию Университета.

Музейная экспозиция заключается в создании интегрированной среды, включающей «живую» (реальные объекты, арт-объекты, визуальную эстетику) и виртуальную (информационные интерактивные панели с виртуальными экскурсиями, архивными видеорядами и т. п.) архитектурно-пространственные композиции, которые отражают культивируемые в вузе виды спорта и позволяют поделиться актуальным спортивным контентом с аудиторией.

В торжественной церемонии открытия приняли участие ректор Оренбургского государственного медицинского университета Игорь Васильевич Мирошниченко, директор Аналитического центра физической культуры и спортивных технологий Университета ИТМО Роман Михайлович Ольховский и министр физической культуры и спорта Оренбургской области Олег Иванович Панькин.

На открытии Форума с приветственным словом выступили почетные гости, которые подчеркнули значимость и важность развития регионального студенческого спорта в свете новых правительственных инициатив. Среди гостей были представители ректората Университета, министерства образования Орен-



Торжественное открытие музея
Grand opening of the museum



Музейная экспозиция
Museum exhibition

бургской области; министерства физической культуры и спорта Оренбургской области; министерства цифрового развития и связи Оренбургской области.

Модератором Форума выступила заведующий кафедрой физической культуры и здоровья Университета науки и технологий МИСИС, председатель экспертного совета РССС Марина Аркадьевна Ермакова, под чьим руководством прошел увлекательный обмен мнениями и идеями.

Перечень ключевых спикеров Форума:

Ольховский Роман Михайлович – директор Аналитического центра физической культуры и спортивных технологий Университета ИТМО – с докладом «О перспективах развития студенческого спорта в Российской Федерации»;

Гураль Оксана Николаевна – вице-президент Федерации компьютерного спорта России, руководитель научного департамента – «Развитие технологических и инновационных видов спорта (на примере компьютерного спорта)»;

Голикова Елена Михайловна – профессор кафедры теории и методики спортивных дисциплин, адаптивной физической культуры и медико-биологических основ физического воспитания Оренбургского государственного педагогического университета (ОГПУ), член экспертного совета РССС – «Адаптивная физическая культура и инклюзивное образование»;

Соболева Наталья Владимировна – заведующий кафедрой теоретических основ менеджмента физической культуры и туризма Сибирского федерального университета – «О роли физической культуры и студенческого спорта в гармоничном развитии студенческой молодежи».

В течение двух часов эксперты обсуждали ключевые проблемы, включая организацию адаптивной физкультурно-спортивной деятельности для лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидов, а также научно-методическое обеспечение развития студенческого спорта и его перспективы.

Программа Форума предусматривала проведение стратегической сессии «Студенческий спорт Оренбуржья: взгляд в будущее из настоящего», которая включала три такта работы в малых группах, обсуждение результатов работы и итоговую презентацию малых групп:

- первый такт: система студенческого спорта в образовательных организациях высшего образования Оренбургской области;

- второй такт: роль физической культуры и студенческого спорта в гармоничном развитии студенческой молодежи;
- третий такт: социальные эффекты физического воспитания молодежи и студенческого спорта, методы их измерения.

В рамках стратегической сессии обсуждались существующие в настоящее время барьеры развития инновационного и технологического потенциала студенческого спорта, а также способы их преодоления. Были обозначены перспективы взаимодействия кафедр физического воспитания в вопросах развития инновационного и технологического потенциала студенческого спорта – как в организационно-управленческом, так и в научно-исследовательском аспектах.

В заключение стратегической сессии по работам трех групп активистами были озвучены ключевые идеи, которые станут основой межотраслевой программы развития студенческого спорта в Оренбургской области до 2030 года. Ключевые идеи:

- необходимость развития нормативно-правовой, кадровой и материальных основ системы студенческого спорта в образовательных организациях высшего образования с учетом запросов региональной студенческой молодежи;
- необходимость актуализации роли физической культуры и студенческого спорта в формировании здорового образа жизни, интеллектуальных и физических качеств обучающихся средствами традиционных и инновационных технологичных видов спорта, в том числе и для лиц с ОВЗ и инвалидов;
- необходимость повышения социальных эффектов физического воспитания молодежи и студенческого спорта в аспекте адаптации и инклюзии людей с ограниченными возможностями; развития социальных навыков и умений, необходимых для успешной профессиональной деятельности; определения перспектив применения спортивных технологических решений и научных исследований по организации физкультурной и спортивной работы со студенческой молодежью.

В рамках Форума прошла дискуссионная площадка «Открытый диалог. Актуальные аспекты медицинского сопровождения киберспорта», модератором которой выступила вице-президент Федерации компьютерного спорта России и руководитель научного департамента **Оксана Николаевна Гураль**. Препода-



Участники пленарного заседания
Participants of the plenary session



Участники стратегической сессии «Студенческий спорт Оренбуржья: взгляд в будущее из настоящего»
Participants of the strategic session “Student sports in Orenburg : a look into the future from the present”

ватели, студенты и аспиранты Оренбургского государственного медицинского университета, практикующие врачи по спортивной медицине обсудили ряд актуальных вопросов, касающихся медицинского сопровождения технологических и инновационных видов спорта, а также вопросы допуска киберспортсменов и спортсменов других технологических и инновационных видов спорта к занятиям и к участию в соревнованиях. Не обошли стороной и важные аспекты правового регулирования этих вопросов.

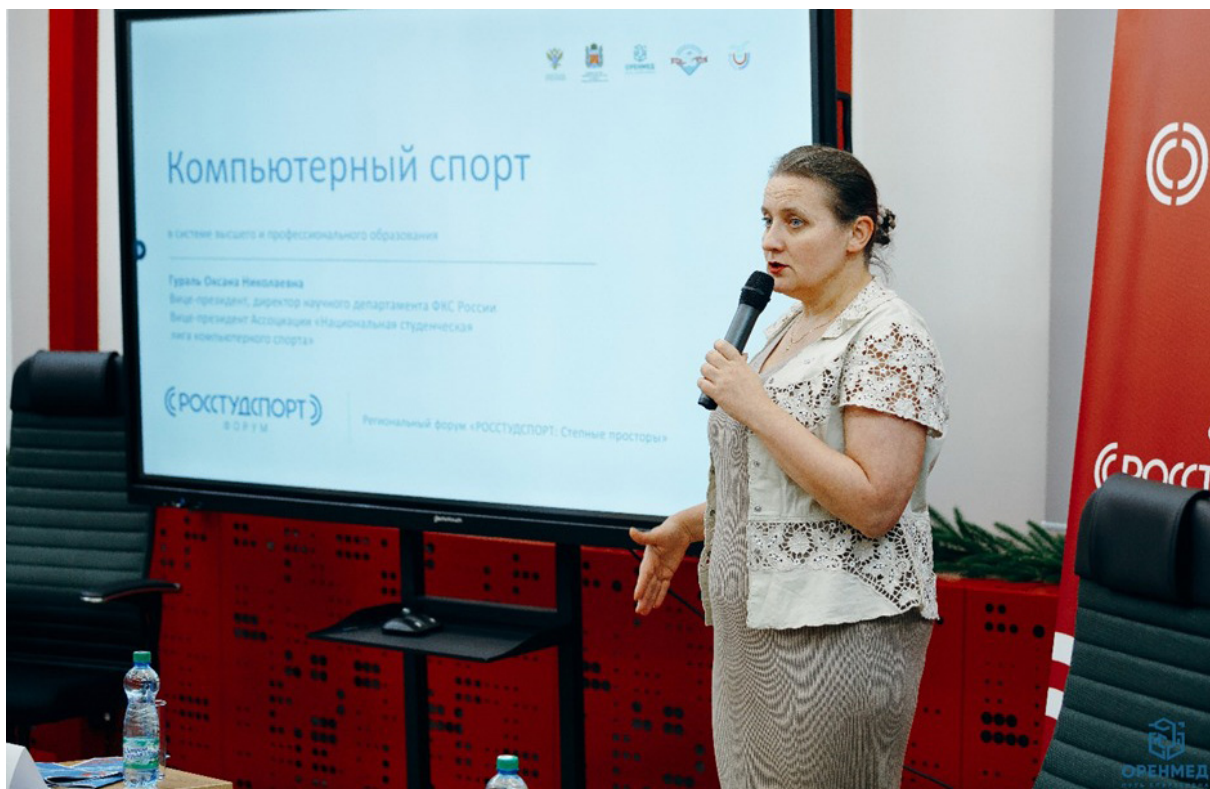
Совместно с Оксаной Николаевной участники рассмотрели тенденции перспективных научных исследований, направленных на изучение психофизиологических характеристик киберспортсменов в рамках научно-исследовательской деятельности медицинского университета.

По итогам проведения Форума эксперты и участники сформировали перечень приоритетных направлений развития студенческого спорта в Оренбургской области:

- 1) объединение усилий всех заинтересованных организаций, ведомств, университетов и их структурных подразделений для усиления межведомственного, межуниверситетского и внутриуниверситетского взаимодействия, в том числе эффективного совместного использования имеющихся в регионе ресурсов; стимулирование развития студенческого спорта путем формирования конкурентной среды студенческих спортивных клубов и кафедр физического воспитания; создание единой цифровой платформы для всех субъектов студенческого спорта региона;
- 2) вовлечение обучающихся в занятия физической культурой и спортом на основе индивидуального, персонализированного подхода: организация обучения по дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту на основе интересов обучающихся, состояния их здоровья, материально-технических возможностей университетов, формирование индивидуальных образовательных траекторий, внедрение инклюзивного образования, развитие адаптивной физической культуры; развитие мотивации к занятиям физической культурой и спортом, в том числе внедрение технологических и инновационных видов спорта, цифровых средств учета двигательной активности и состояния здоровья; внедрение объективной системы учета учебной деятельности обучающихся с использованием цифровых инструментов;
- 3) социальные и экономические эффекты студенческого спорта и их роль в гармоничном развитии личности за счет реализации социальной и воспитательной функций физической культуры и спорта как источника формирования ценностно-мотивационного компонента здоровьесбережения, развития универсальных компетенций, формирования позитивных жизненных стратегий. Основой для гармоничного развития молодежи средствами физической культуры и спорта может стать единое физкультурно-спортивное студенческое пространство, реализующее комплексный, синергетический подходы к работе с обучающимися: от организации спортивных секций и спортивных соревнований до реализации образовательных, просветительских мероприятий, нацеленных на достижение социальных и экономических эффектов для молодежи;
- 4) повышение качества студенческих физкультурных и спортивных соревнований, прежде всего за счет единых критериев оценки качества студенческих мероприятий, в том числе официальных физкультурных и спортивных мероприятий, объективного судейства и качественной организации на объектах спорта Оренбургской области, повышение привлекательности за счет информационного продвижения на ресурсах региона;
- 5) развитие кадрового потенциала в студенческом спорте посредством систематического проведения мониторинга компетенций специалистов в студенческом спорте; развитие мягких навыков (soft skills) у специалистов и активистов в студенческом спорте; повышение квалификации и переподготовка в сфере физической культуры и студенческого спорта; участие в научных, научно-практических и деловых мероприятиях, обмен опытом, реализация образовательных программ, ориентированных как на комплексное обучение, так и на обучение отдельным навыкам или отдельным направлениям студенческого спорта;
- 6) обеспечение преемственности детско-юношеского, студенческого спорта и других видов спорта, в том числе: организация бесшовного перехода из школьного спорта в студенческий спорт; привлечение абитуриентов в университеты за счет развития



Выступление активиста группы по результатам стратегической сессии
Speech by a group activist following the strategic session



Выступление О. Н. Гураль на дискуссионной площадке
Speech by O. N. Gural at the discussion platform



Участники Форума

Forum participants

видов спорта и вузовских сборных команд, развитие прикладной направленности в реализации дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту; усиление взаимосвязи студенческого и корпоративного спорта.

Форум стал не просто событием в области студенческого спорта, но и ярким примером

реализации конституционных принципов, направленных на развитие общества и поддержку молодежи. С материалами Форума можно познакомиться по ссылке: <https://disk.yandex.ru/d/h5NojDwJF1aTRQ/%D0%A4%D0%BE%D1%80%D1%83%D0%BC/%D0%A1%20%D0%9B%D0%BE%D0%B3%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%BF%D0%BE%D0%BC>.

Поступила в редакцию 18.01.2025; одобрена после рецензирования 21.01.2025; принята к публикации 30.01.2025
The article was submitted 18.01.2025; approved after reviewing 21.01.2025; accepted for publication 30.01.2025

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 21.03.2025. Подписано в свет 31.03.2025. Выход в свет 31.03.2025.
Формат 60 × 84 1/8. Усл. печ. л. 12.6 (13.5). Тираж 100. Заказ 15-Т.

Издательство Саратовского университета (редакция).
410012, Саратов, Астраханская, 83.
Типография Саратовского университета.
410012, Саратов, Б. Казачья, 112А.



ISSN 2782-4594 (Print). ISSN 2782-4608 (Online)
Физическое воспитание и студенческий спорт.
2025. Том 4, выпуск 1